

## پیش‌بینی خودمتمایزسازی بر اساس مدل‌های ارتباطی خانواده و تیپ‌های شخصیتی زنان متاهل

سمیرا شیدا<sup>۱</sup>، داود راضی رودی<sup>۲</sup>، الناز فروغی<sup>۳</sup>، شاهد مسعودی<sup>۴</sup>

## چکیده

**مقدمه:** یکی از مشکلات افراد بعد از ازدواج، خودمتمایزسازی پایین آنهاست، بطوری که این افراد هنوز به طور عاطفی برای روابط صمیمی جهت دستیابی به بلوغ بهینه با دیگران مشکل دارند. هدف پژوهش حاضر، پیش‌بینی خودمتمایزسازی بر اساس مدل‌های ارتباطی خانواده و تیپ‌های شخصیتی زنان متاهل بود.

**روش پژوهش:** جامعه آماری این پژوهش شامل همه زنان متاهل مراجعه‌کننده به فرهنگسرای شهرداری شهر مشهد در سال ۱۳۹۹ بود، که حدود ۴۶۰ نفر بودند. روش نمونه‌گیری پژوهش در دسترس و بر اساس جدول کرجسی و مورگان تعداد ۲۱۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. نمونه مورد نظر به سه پرسشنامه مدل‌های ارتباطی خانواده ریتیچی و فیتزپاتریک، فرم تجدیدنظر شده پرسشنامه پنج عاملی شخصیت نئو و خودمتمایزسازی (DSI) پاسخ دادند. به منظور تحلیل داده‌ها در این پژوهش از شاخص‌های آمار توصیفی و آمار استنباطی ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندمتغیره استفاده شد.

**یافته‌ها:** نتایج حاکی از آن بود که بین مدل‌های ارتباطی خانواده و تیپ‌های شخصیتی با خودمتمایزسازی در زنان متاهل رابطه وجود دارد. در واقع مدل ارتباطی گفت و شنود خانواده ( $P < 0/001$ )، برون‌گرایی، باز بودن و سازگاری ( $P < 0/05$ ) با خودمتمایزسازی در زنان متاهل، رابطه مثبت و معناداری دارند. دو مدل ارتباطی هم‌نوایی و شخصیت روان‌رنجور با خودمتمایزسازی دارای رابطه منفی و معناداری دارند. همچنین از بین مدل‌های ارتباطی خانواده و تیپ‌های شخصیتی، ابعاد هم‌نوایی و گفت و شنود، باز بودن، سازگاری و باوجدان بودن، خودمتمایزسازی را پیش‌بینی می‌کنند، اما روان‌رنجور خوبی و برون‌گرایی قابلیت پیش‌بینی معنادار خودمتمایزسازی را نداشتند.

<sup>۱</sup>- نویسنده مسئول: کارشناس ارشد مشاوره توانبخشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قوچان، قوچان، مشهد.

ORCID: 0000-0003-3270-6959, Email: [samirasheyda@gmail.com](mailto:samirasheyda@gmail.com)

<sup>۲</sup>- کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تربت جام، تربت جام، ایران

ORCID: 0000-0002-9908-5037, [Mrrazi67@gmail.com](mailto:Mrrazi67@gmail.com),

<sup>۳</sup>- کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تربت جام، تربت جام، ایران

ORCID: 0000-0002-4720-433x, [Eforoughi69@gmail.com](mailto:Eforoughi69@gmail.com)

ORCID: 0000-0003-0874-3274

<sup>۴</sup>- استادیار، گروه مشاوره و روانشناسی، واحد قوچان، دانشگاه آزاد اسلامی، قوچان، ایران

© حقوق برای مؤلف (آن) محفوظ است. این مقاله با دسترسی آزاد در خانواده و بهداشت تحت مجوز کرییتو کامنز (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) منتشر شده که طبق مفاد آن هرگونه استفاده غیر تجاری تنها در صورتی مجاز است که به اثر

اصلی به نحو مقتضی استاد و ارجاع داده شده باشد

**نتیجه‌گیری:** با توجه به نتایج پژوهش می‌توان چنین برداشت نمود که زنان متأهلی که هم‌نواپی و گفت و شنود بیشتری در خانواده آنها وجود دارد، همچنین گشودگی، سازگاری و باوجدان بودن بیشتر در آنها دیده می‌شود، به احتمال بیشتری خودمتمایزسازی داشته‌اند. لذا مدل‌های ارتباطی مطلوب در خانواده و تیپ‌های شخصیتی سازگارانه‌تر افراد، با خودمتمایزسازی بیشتر افراد همراه خواهد بود.

**واژه‌های کلیدی:** تیپ‌های شخصیتی " خودمتمایزسازی " مدل‌های ارتباطی خانواده

تاریخ پذیرش نهایی: ۱۴۰۰/۷/۱

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۱۲/۱۹

**استناد:** شیدا س، راضی رودی د، فروغی ا. پیش‌بینی خودمتمایزسازی بر اساس مدل‌های ارتباطی خانواده و تیپ‌های شخصیتی زنان متأهل، خانواده و بهداشت، ۱۴۰۰؛ ۱۱(۳): ۷۹-۹۸

#### مقدمه:

ازدواج یکی از رویدادهای مهم زندگی است و از نظر اجتماعی به عنوان پیوندی با ثبات و هدفمند میان زن و مرد شناخته می‌شود. هر چند ازدواج به عنوان یک عمل ارادی تابع خواست، تمایلات و دیدگاه‌های فردی است اما زندگی اجتماعی انسان و روابط پیچیده او با پیرامونش، ازدواج رادارتباط متقابل با متغیرهای فرهنگی، اقتصادی، اجتماعی، جمعیتی و حتی سیاسی قرار می‌دهد. ازدواج و رابطه زناشویی، منبع حمایت، صمیمیت و لذت انسان می‌باشد و سبب پیدایش همکاری، همدردی، یگانگی، علاقه و مسؤولیت‌پذیری نسبت به خانواده خواهد شد (۱).

از طرفی براساس پژوهش طالبی و غباری بناب (۲)، یکی از مشکلات افراد بعد از ازدواج، خودمتمایزسازی<sup>۱</sup> پایین آنهاست، بطوری که این افراد هنوز به طور عاطفی برای روابط صمیمی جهت دستیابی به بلوغ بهینه با دیگران مشکل دارند (۲). مفهوم تمایز یافتگی توسط موری بوئن<sup>۲</sup>، یکی از خلاق‌ترین متفکران حوزه خانواده درمانی، ارائه شده است. او معتقد است که مشکلات جاری خانواده، منعکس کننده مسائل حل نشده خانواده اصلی است و این مسائل حل نشده ممکن است به صورت الگوهای رفتاری منطبق بر نشانه‌های بیماری بروز کند. بوئن، خانواده را به عنوان یک «واحد عاطفی<sup>۳</sup>» معرفی می‌کند که دارای شبکه‌ای از ارتباط‌های درهم تنیده است و زمانی می‌توان آن را بهتر درک کرد که در یک چهار چوب چند نسلی یا تاریخی مورد تجزیه و تحلیل قرار بگیرد (۳). در نظام زناشویی وقتی تمایز یافتگی زوجها بالا باشد احتمال سازگاری مناسب با تعارض‌ها نیز برای زوجها بیشتر می‌شود و اضطراب، واکنش‌های هیجانی و در نهایت آمیختگی کاهش می‌یابد، در سمت مقابل، استفاده زوج‌های با تمایز یافتگی پایین از اجتناب، به هنگام وقوع تعارض (۴) به برهم زدن تعادل بین "با هم بودن و فردیت" می‌انجامد و در درازمدت به دلزدگی و کاهش دلبستگی منجر می‌شود (۵).

از سوی دیگر نتایج پژوهش لطیفیان و فخاری نشان داد که یکی از عواملی که می‌تواند همراه با خودمتمایزسازی بر رابطه زناشویی افراد تأثیر بگذارد، تیپ‌های شخصیتی<sup>۴</sup> می‌باشد (۶). الگوی پنج عاملی از مشهورترین الگوهای شخصیت در زمینه تحلیل عوامل هستند. این پنج عامل عبارتند از: نوروژگرای، برون‌گرایی، گشودگی، خویش‌ن‌پذیری و با وجدانی (۷). روان‌آزرده خوبی یا روان‌رنجوری که به تمایل فرد برای تجربه

1 -Self-differentiation

2 -Murry Bowen

3 -emotional unit

4- Personality types

اضطراب، تنش، ترحم جویی، خصومت، تکانش روی، افسردگی و حرمت نفس پایین بر می‌گردد. برون‌گرایی به تمایل فرد برای مثبت بودن، جرات‌طلبی، پر انرژی بودن و صمیمیت اطلاق می‌شود. گشودگی یا انعطاف‌پذیری به تمایل فرد برای کنجکاوی، عشق به هنر، هنرمندی، انعطاف‌پذیری و خردورزی گفته می‌شود. قبولیت یا دلپذیر بودن به تمایل فرد برای بخشندگی، مهربانی، سخاوت، همدلی، همفکری، نوع دوستی و اعتماد ورزی مربوط می‌شود. وظیفه‌شناسی یا وجدانی بودن به تمایل فرد برای منظم بودن، کارآمدی، قابلیت اعتماد و اتکا، خود نظم‌بخشی، پیشرفت‌مداری، منطقی بودن و آرام بودن بر می‌گردد (۸).

در نهایت متغیر دیگری که براساس پژوهش بیدرام، بنی‌اسدی و رحمتی (۹) با سازگاری و رضایت زناشویی رابطه دارد و نیز براساس پژوهش لطیفیان و فخاری (۶) با خودمتمایزسازی رابطه دارد، مدل‌های ارتباطی خانواده<sup>۱</sup> می‌باشد. مفهوم مدل‌های ارتباطی خانواده به چگونگی ارتباط اعضای خانواده با یکدیگر و اینکه افراد خانواده چگونه ارتباطات خانوادگی را معنا می‌کنند، اشاره دارد که دارای دو بعد زیربنایی جهت‌گیری هم‌نوایی و جهت‌گیری گفتمانی است (۱۰). منظور از وضعیت گفتمانی و شنود این است که خانواده‌ها تا چه حد شرایطی را به وجود می‌آورند که در آن تمام اعضای خانواده به شرکت آزادانه و راحت در تعامل و بحث در زمینه طیف گسترده‌ای از موضوعات تشویق می‌شوند و افراد خانواده با هم‌فکری هم‌تصمیمات مربوط به خانواده را اتخاذ می‌کنند. وضعیت هم‌نوایی به این معناست که ارتباطات خانواده تا چه حد بر شرایط همسان بودن نگرش‌ها، ارزش‌ها و عقاید تأکید دارند. به عبارت دیگر جهت‌گیری هم‌نوایی بر هماهنگی، اجتناب از تعارض و کشمکش و وابستگی اعضا به یکدیگر تأکید می‌کند (۱۱). با توجه به اینکه عدم تمایز یافتگی شخص، ریشه در روابط بین فردی ناسالم او با خانواده اطرافیان‌شان دارد و تمایز یافتگی و ارتباطات بین اعضای خانواده بر سلامت روان شناختی افراد مؤثر است، همچنین با نگاه به ساختار متغیر خودمتمایزسازی که بیشتر به یک فرآیند اشاره دارد تا یک هدف قابل حصول، می‌توان چنین نتیجه گرفت که خودمتمایزسازی می‌تواند با ساختار ارتباطی خانواده رابطه معناداری داشته باشد (۱۲).

لذا با توجه به اهمیت خودمتمایزسازی در زوجین که سرمنشا بسیاری از تعارضات و مشکلات زناشویی است و همچنین ضرورت بررسی متغیرهای مرتبط با آن و نیز با توجه به عدم وجود پژوهشی منسجم در خصوص موضوع، محقق در این پژوهش بر آن شده است تا به سؤال زیر پاسخ دهد: آیا مدل‌های ارتباطی خانواده و تیپ‌های شخصیتی می‌توانند خودمتمایزسازی زنان متأهل را پیش‌بینی کنند؟

### روش پژوهش:

روش پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی بوده است. جامعه آماری این پژوهش شامل همه زنان مراجعه‌کننده به فرهنگسرای‌های شهرداری مشهد در سال ۱۳۹۹ می‌باشد، که حدود ۴۶۰ نفر بودند، به روش نمونه‌گیری در دسترس و بر اساس جدول کرجسی و مورگان تعداد ۲۱۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. نمونه مورد نظر به سه پرسشنامه خودمتمایزسازی، فرم تجدیدنظر شده پنج عاملی شخصیت نئو و مدل‌های ارتباطی خانواده پاسخ دادند.

ملاک‌های ورود و خروج در این پژوهش شامل: زنان متأهل سنین بین ۲۰ تا ۴۵ سال، حداقل سن زندگی مشترک ۳ سال، میزان تحصیلات حداقل دیپلم، عدم وجود اختلال روانی در فرد می‌باشد. در این پژوهش از ابزارهای زیر استفاده شد:

<sup>1</sup> -Family communication models

**پرسشنامه خودمتمایزسازی (DSI):** یک ابزار ۴۶ گویه‌ای است که برای سنجش تمایز یافتگی افراد به کار می‌رود. تمرکز این ابزار بر ارتباط‌های مهم زندگی و روابط جاری فرد با خانواده اصلی است. این پرسشنامه دارای ۴ خرده‌مقیاس واکنش‌پذیری عاطفی، جایگاه من، گریز، عاطفی و هم‌آمیختگی با دیگران (اسکورن و فریدلندر، ۲۰۱۰). این پرسشنامه با مقیاس لیکرت در یک طیف ۶ گزینه‌ای درجه بندی شده است. به هر سؤال نمره‌ای بین ۱ تا ۶ به ترتیب از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم تعلق می‌گیرد و برخی سؤال‌ها به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شود. نمره کمتر در این پرسشنامه نشانه سطوح پایین‌تر خودمتمایزسازی است. روایی محتوایی این پرسشنامه با نظرخواهی از ۱۰ نفر از صاحب‌نظران این زمینه تأیید شده است (۶). اسکیان آلفای کرونباخ برای مقیاس کلی خودمتمایزسازی را ۰/۸۱ و برای خرده‌مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۸۰ و ۰/۷۴ گزارش کرده است (۱۳).

**فرم تجدیدنظر شده پرسشنامه پنج عاملی شخصیت نئو:** فرم تجدیدنظر شده تست پنج عاملی شخصیت نئو که گروسی در ایران آن را هنجاریابی کرده یکی از تست‌های شخصیت است که بر اساس تحلیل عوامل ساخته شده و یک پرسشنامه ۶۰ سؤالی برای ارزیابی پنج عامل اصلی شخصیت به کار می‌رود. سؤالات این پرسشنامه روی طیف لیکرتی پنج بخشی از صفر تا چهار نمره‌گذاری می‌شود و به هر عامل با داشتن ۱۲ ماده، نمره‌ای از صفر تا ۴۸ تعلق می‌گیرد. به منظور ارزیابی روایی ملاکی آزمون از روش همبستگی بین دو فرم گزارش شخصی و فرم مشاهده‌گر استفاده شده است که ضرایب حاصل بین ۰/۴۵ تا ۰/۶۶ بوده و به منظور ارزیابی پایایی آزمون از روش ضریب آلفا استفاده شده که ضرایب حاصل بین ۰/۵۶ تا ۰/۸۷ بدست آمده است (۱۴). در پژوهشی دیگر نیز، پایایی این آزمون با استفاده از روش ثبات درونی برای عوامل روان‌آزردگی و مسئولیت‌پذیری (وظیفه شناسی) بالاتر از ۰/۷ و برای دیگر عوامل بالاتر از ۰/۵ به دست آمد. به منظور بررسی اعتبار سازه نیز همبستگی گشتاوری پیرسون بین ۵ عامل پرسشنامه نئو و ۹ بعد آزمون SCL-90-R محاسبه شد. نتایج این تحلیل‌ها نشان می‌دهد که عامل روان‌آزردگی با تمام ابعاد و عامل مسئولیت‌پذیری نیز با تمام ابعاد به غیر از بعد (افکار پارانوئید (با در نظر گرفتن تصحیح بونفرونی) عامل‌های توافقی بودن و برون‌گرایی نیز با توجه به تصحیح بونفرونی به ترتیب با ۷ و ۳ بعد از SCL-90-R همبستگی معنادار دارد و در مجموع، این آزمون از پایایی و اعتبار مناسبی برخوردار است (۱۴).

**پرسشنامه مدل‌های ارتباطی خانواده:** این پرسشنامه متعلق به ریچچی و فیتزپاتریک است. شامل ۲۶ گویه و در یک طیف ۵ درجه‌ای از کاملاً مخالفم (نمره ۱) تا کاملاً موافقم (نمره ۵) تنظیم شده است. ۱۵ سوال اول مربوط به سنجش بُعد گفت و شنود و ۱۱ سوال بعدی مربوط به بُعد هم‌نوایی می‌باشد. در پژوهش لطیفیان و کوروش نیا بررسی روایی ملاکی در بعد جهت‌گیری گفت و شنود ۰/۷۴، و بعد جهت‌گیری هم‌نوایی ۰/۴۹ و میزان پایایی ابزار در این دو بعد، با آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۷ بدست آمد. پایایی ابزار با میانگین آلفای کرونباخ ۰/۸۹ در بعد گفت و شنود و ۰/۷۹ در بعد هم‌نوایی می‌باشد. در پژوهش هاشمی و لطیفیان (۱۳۹۱) پایایی بعد گفت و شنود ۰/۹۰ و بعد هم‌نوایی ۰/۹۱ حاصل شد (۱۵). در نهایت به منظور توصیف و استنباط داده‌های این پژوهش از میانگین انحراف استاندارد، همبستگی و رگرسیون چند متغیره و با استفاده از نرم‌افزار SPSS21 استفاده شد.

#### یافته‌ها:

در ادامه به بررسی توصیفی و استنباطی داده‌ها پرداخته می‌شود.

جدول ۱: مشخصات توصیفی و آزمون بهنجار بودن توزیع متغیرهای پژوهش

Table 1: Descriptive characteristics and test of normal distribution of research variables

مؤلفه ها	میانگین	انحراف استاندارد	کالمگروف اسمیرنف	معنی داری
گفت و شنود	۴۵/۹۱	۷/۶	۰/۹۷	۰/۳
همنوایی	۲۸/۱۴	۵/۱	۱/۴۰	۰/۰۳
روان آزرده	۲۷/۴	۸/۰۵	۱/۳۵	۰/۰۵
برون گرایی	۲۵/۵۲	۴/۳۷	۱/۲۲	۰/۱
باز بودن	۲۴/۶۴	۶/۱۲	۱/۱۷	۰/۱۲
سازگاری	۲۸/۹	۷/۱۱	۱/۶	۰/۰۱
باوجدان	۲۴/۲۰	۶/۶۴	۱/۱۴	۰/۱۴
واکنش پذیری عاطفی	۳۸/۲۴	۵/۸۹	۱/۳۸	۰/۰۹
جایگاه من	۳۷/۳۵	۴/۲۲	۱/۰۶	۰/۲۱
گریز عاطفی	۴۶/۷	۵/۵۵	۱/۲۶	۰/۰۸
هم آمیختگی	۳۳/۳۸	۴/۱۹	۰/۹۶	۰/۲۸
کل خودمتمایزسازی	۱۵۵/۶۹	۹/۷۴	۱	۰/۲۶

در جدول ۱، میانگین و انحراف معیار ابعاد متغیرهای مورد پژوهش و همچنین نتایج آزمون کالمگروف اسمیرنف جهت بررسی بهنجار بودن توزیع نمرات متغیرها گزارش شده است. به طور مثال میانگین و انحراف استاندارد نمره کل خودمتمایزسازی برابر با  $155/69 \pm 9/74$  است. سایر متغیرها نیز به همین صورت در جدول خلاصه شده است. همچنین با توجه آماره کالمگروف اسمیرنف و معنی داری ( $P > 0/01$ )، متغیر همنوایی و سازگاری داری توزیع نرمال نمی باشند اما با توجه به اینکه متغیر ملاک نیستند می توان از عدم رعایت نرمال بودن آن ها چشم پوشی کرد، بنابراین، جهت بررسی و آزمون فرضیه های بر آمده از این متغیرها، می توان از آزمون های پارامتریک استفاده کرد.

در جدول (۲) ضرایب همبستگی ابعاد متغیرهای مورد پژوهش با نمره کل و مولفه های خودمتمایزسازی گزارش شده است.

جدول ۲: ضرایب همبستگی ابعاد متغیرهای پژوهش با خودمتمایزسازی

Table 2: Correlation coefficients of dimensions of research variables with self-differentiation

متغیر	واکنش پذیری عاطفی	جایگاه من	گریز عاطفی	هم آمیختگی	خودمتمایزسازی
گفت و شنود	۰/۲۹**	۰/۳۱**	۰/۲۰**	۰/۱۹**	۰/۵۱**
همنوایی	-۰/۱۳	-۰/۲۸**	-۰/۲۲**	-۰/۲۰**	-۰/۴۲**
روان آزرده	۰/۱۱	-۰/۱۲	-۰/۱۵**	-۰/۳۲**	-۰/۲۱**
برون گرایی	۰/۱۱	۰/۱۴**	۰/۰۸	۰/۰۲	۰/۱۹**

باز بودن	۰/۲۳**	۰/۲۸**	۰/۴۱**	۰/۲۳**	۰/۴۷**
سازگاری	۰/۱۴**	۰/۱۹**	۰/۱۳	۰/۰۴	۰/۲۲**
باوجدان	۰/۰۵	۰/۰۳	۰/۰۵	۰/۰۹	۰/۰۵

در جدول فوق ضرایب همبستگی تمامی ابعاد متغیرهای مورد پژوهش با ابعاد و نمره کل خودتمایزسازی گزارش شده است. ضرایبی که با علامت (\*\*\*) مشخص شده‌اند معنی‌دار ( $P < ۰/۰۱$ ) هستند. طبق جدول فوق بعد گفت و شنود مدل‌های ارتباطی خانواده با تمایز یافتگی خود رابطه مثبت ( $R = ۰/۵۱$ ) و معنادار ( $P < ۰/۰۰۱$ ) دارد. بعد هم‌نوایی مدل‌های ارتباطی خانواده با تمایز یافتگی خود رابطه منفی ( $R = -۰/۴۲$ ) و معنادار ( $P < ۰/۰۰۱$ ) دارد. بعد شخصیتی روان‌آزرده خوبی با تمایز یافتگی خود رابطه منفی ( $R = -۰/۲۱$ ) و معنادار ( $P < ۰/۰۰۱$ ) دارد. برون‌گرایی با تمایز یافتگی خود رابطه مثبت ( $R = ۰/۱۹$ ) و معنادار ( $P < ۰/۰۱$ ) دارد. بازبودن با تمایز یافتگی خود رابطه مثبت ( $R = ۰/۴۷$ ) و معنادار ( $P < ۰/۰۰۱$ ) دارد. بعد شخصیتی سازگاری با تمایز یافتگی خود رابطه مثبت ( $R = ۰/۲۲$ ) و معنادار ( $P < ۰/۰۰۱$ ) دارد. بعد شخصیتی باوجدان با تمایز یافتگی خود رابطه مثبت ( $R = ۰/۰۵$ ) دارد اما این رابطه از نظر آماری معنادار نیست ( $P > ۰/۰۵$ ).

جدول ۳: نتایج تحلیل واریانس جهت تبیین تمایز یافتگی خود از طریق الگوهای ارتباطی خانواده و ویژگی‌های شخصیتی

Table 3: Results of analysis of variance to explain self-differentiation through family communication patterns and personality traits

مدل	منبع تغییرات	مجموع مجذور	DF	میانگین مجذور	F	Sig	R	R <sup>2</sup>
۱	رگرسیون	۹۱۰۱/۸۶	۷	۱۳۰۰/۲۶	۲۴/۴۷	۰/۰۰۰۱	۰/۶۷	۰/۴۶
	باقی مانده	۱۰۷۳۰/۶۲	۲۰۲	۵۳/۱۲				
	کل	۱۹۸۳۲/۴۹	۲۰۹					

نتایج تحلیل واریانس نشان داد که در تحلیل، ابعاد الگوهای ارتباطی خانواده و ویژگی‌های شخصیتی پیش‌بین کننده مناسبی برای تمایز یافتگی خود هستند. با توجه به سطح معنی‌داری مشخص شد که این مدل معنی‌داری است و مقدار  $R^2$  نیز نشان می‌دهد که ۴۶ درصد از میزان تمایز یافتگی خود توسط این متغیرها تبیین می‌شود.

جدول ۴: ضرایب استاندارد وارد شده به مدل

Table 4: Standard coefficients entered into the model

متغیر	ضرایب غیر استاندارد	ضریب استاندارد	T	سطح معنی‌داری
	B	خطای استاندارد	Beta	
مقدار ثابت	۱۲۶/۲۸	۷/۱۳		
گفت و شنود	۰/۴۳	۰/۰۷	۵/۹۳	۰/۰۰۱

همنوایی	-۰/۴۴	۰/۱۰	-۰/۲۳	-۴/۱۷	۰/۰۰۱
روان آزرده	-۰/۰۸	۰/۰۶	-۰/۰۷	-۱/۳۰	۰/۱۹
برون گرایی	۰/۱۶	۰/۱۱	۰/۰۷	۱/۴۰	۰/۱۶
باز بودن	۰/۳۹	۰/۰۹	۰/۲۵	۴/۳۳	۰/۰۰۱
سازگاری	۰/۱۸	۰/۰۷	۰/۱۳	۲/۴	۰/۰۱
باوجدان	۰/۲۰	۰/۰۸	۰/۱۳	۲/۴۴	۰/۰۱

در جدول فوق با توجه به میزان T و سطح معنی داری در مدل رگرسیونی مشخص شد که در ابعاد مدل‌های ارتباطی خانواده با کاهش همنوایی ( $Beta = -0/23$ )، و افزایش گفت و شنود ( $Beta = 0/34$ ) نمرات خودمتمایزسازی افزایش می‌یابد. به عبارتی تمایز یافتگی با همنوایی رابطه منفی و با گفت و شنود رابطه مثبت دارد. از طرف دیگر از بین تیپ‌های شخصیتی، با افزایش تیپ‌های باز بودن ( $Beta = 0/25$ )، سازگاری ( $Beta = 0/13$ ) و باوجدان بودن ( $Beta = 0/13$ )، نمرات تمایز یافتگی افزایش می‌یابد. به عبارتی تیپ‌های باز بودن، سازگاری و باوجدان بودن، با خودمتمایزسازی رابطه مثبت دارند، اما تیپ‌های روان آزرده و برون‌گرایی در کنار دیگر متغیرها، قدرت پیش بینی معنادار خودمتمایزسازی را نشان ندادند. جهت ایجاد معادله رگرسیونی از میزان ضریب رگرسیونی استاندارد نشده (B) استفاده می‌کنیم. معادله رگرسیونی جهت پیش بینی دقیق مقادیر متغیر وابسته مورد استفاده قرار می‌گیرد و معادله آن به صورت زیر است:  $Y = a + bx$ . معادلات رگرسیون در جدول زیر گزارش شده است.

جدول ۵: جدول معادلات رگرسیون

Table 5: Table of regression equations

متغیرهای مستقل	معادله رگرسیون
گفت و شنود	$Y = 126/28 + 0/43 x$
همنوایی	$Y = 126/28 + -0/44 x$
روان آزرده	-
برون گرایی	-
باز بودن	$Y = 126/28 + 0/39 x$
سازگاری	$Y = 126/28 + 0/18 x$
باوجدان	$Y = 126/28 + 0/20 x$

$Y$  = مقدار پیش بینی شده ی متغیر وابسته (خودمتمایزسازی)

$a$  = مقدار ثابت در جدول رگرسیون (عرض از مبدأ نقطه تقاطع خط رگرسیون با محور  $Y$ )

$b$  = شیب خط رگرسیون (ضریب رگرسیون استاندارد نشده یا  $B$ )

$X$  = مقادیر مختلف متغیر مستقل

در جدول فوق معادلات رگرسیون گزارش شده است. نتایج نشان داد که از بین مدل‌های ارتباطی خانواده و تیپ‌های شخصیتی، ابعاد هم‌نواپی و گفت و شنود، و تیپ‌های باز بودن، سازگاری و با وجدان بودن، خودمتمایزسازی را پیش‌بینی می‌کنند، اما روان‌آزرده بودن و برونگرایی قابلیت پیش‌بینی معنادار خودمتمایزسازی را نداشتند.

### بحث و نتیجه‌گیری:

در این پژوهش به بررسی پیش‌بینی خودمتمایزسازی خود بر اساس مدل‌های ارتباطی خانواده و تیپ‌های شخصیتی زنان متأهل پرداختیم. نتایج حاکی از آن بود که بین مدل‌های ارتباطی خانواده و تیپ‌های شخصیتی با تمایز یافتگی خود در دانشجویان متأهل رابطه وجود دارد. به عبارت بهتر مدل‌های ارتباطی گفت و شنود خانواده با تمایز یافتگی، برون‌گرایی با تمایز یافتگی، باز بودن با تمایز یافتگی و سازگاری با خودمتمایزسازی در دانشجویان متأهل، دارای ارتباط مثبت معنادار بودند. مدل‌های ارتباطی هم‌نواپی با خودمتمایزسازی، شخصیت روان‌رنجور با خودمتمایزسازی دارای ارتباط منفی معنادار بودند. افراد تمایز یافته هویت تعریف شده‌ای از خود دارند و در نقش‌ها و مسائل بین شخصی موجود همراه با موج عاطفی خانواده حرکت نمی‌کنند، اضطراب بالایی را تجربه نمی‌کنند و مستعد مشکلات روانشناختی و بروز نشانه‌های بیماری نیستند. در واقع ما دارای دو مرز هستیم، مرز گسسته و پیوسته. مرز گسسته در افراد باعث می‌شود در تعاملات بی‌فردی خویش هویت و فردیت خود را حفظ کنند و در عین حال روابط بین فردی سالم نیز برقرار نمایند. این یافته پژوهش با نتایج پژوهش عسکری، رشیدی، نقشینه و شریفی (۱۳)، رضاییان، معصومی و حسینیان (۱۶)، کاستا (۱۷) و الگرای و پیتس (۱۸) همسو می‌باشد.

در تبیین این یافته پژوهشی می‌توان گفت وضعیت گفت و شنود این است که خانواده‌ها تا چه حد شرایطی را به وجود می‌آورند که در آن تمام اعضای خانواده به شرکت آزادانه و راحت در تعامل و بحث در زمینه طیف گسترده‌ای از موضوعات تشویق می‌شوند و افراد خانواده با هم‌فکری هم‌تصمیمات مربوط به خانواده را اتخاذ می‌کنند. از طرفی تمایز یافتگی شخص، ریشه در روابط بین فردی ناسالم او با خانواده اطرافیان‌شان دارد. در واقع ارتباطات بین اعضای خانواده بر سلامت روان شناختی افراد مؤثر است، همچنین با نگاه به ساختار متغیر خودمتمایزسازی که بیشتر به یک فرآیند اشاره دارد تا یک هدف قابل حصول (۱۹)، می‌توان چنین نتیجه گرفت که تمایز یافتگی خود می‌تواند با مدل ارتباطی خود رابطه معناداری داشته باشد (۲۰) که در پژوهش ما نیز این ارتباط معنادار شد. ارتقاء سطح گفت و شنود خانواده با تمایز یافتگی زندگی اعضا در ارتباط است. هر قدر افراد در محیط خانواده هیجانات خود را بروز دهند و در ابراز احساسات خود تشویق شوند و بتوانند آزادانه به بحث و تبادل نظر بپردازند از خودمتمایزسازی بالاتری برخوردار می‌باشند. این یافته را براساس نتایج پژوهش‌های قبلی نیز می‌توان تبیین نمود؛ بدین ترتیب که تقویت بعد گفت و شنود منجر به استفاده از شیوه‌های حل تعارض کارآمد و رابطه سالم (والد-فرزندی) و افزایش عزت نفس، دوست داشتن دیگران، توجه به عواطف و احساسات دیگران، احساس مسئولیت، تبحر در حل مسائل، مهارت‌های ارتباطی قوی‌تر، سطح تاب‌آوری بالاتر و رشد استقلال (قدرت مدیریت). به همین دلیل افراد دارای جهت‌گیری گفت و شنود موقعیت‌ها و توانایی‌های شخصی‌شان را راحت‌تر می‌بینند و این خود منجر با خودمتمایزسازی می‌شود (۲۱).

همچنین جهت‌گیری هم‌نواپی به هماهنگی بین اعضای خانواده و اجتناب از تعارض‌ها و مجادله‌ها اشاره دارد و تمایز یافتگی میزان توانایی فرد در تفکیک فرآیندهای عقلانی و احساسی از یکدیگر است. بنابراین، رسیدن به حدی از استقلال عاطفی که فرد بتواند در موقعیت‌های عاطفی و هیجانی، بدون غرق شدن در جو عاطفی آن موقعیت‌ها، به صورت خودمختار و عقلانی تصمیم‌گیری کند (۲۲) لازم است. پس مسلماً الگوی ارتباطی هم‌نواپی بالا موجب کاهش خودمتمایزسازی افراد در خانواده می‌شود. چون در خانواده‌ها تأکید روی همگن شدن عقاید و نگرش‌ها است، فرزندان از طرح مسائل چالش‌برانگیز اجتناب می‌کنند. در نتیجه مهارت‌چندانی برای رویارویی با مشکلات احتمالی نداشته و به دیگران



متکی می‌مانند. این نوع روابط زمینه ساز مشکلات اساسی درآینده خواهند شد. در زمینه برونگرایی پژوهش بخشایش (۲۳) نشان می‌دهد که افراد با سطح بالای برونگرایی، پرانرژی، پرحرف، علاقمند به کارهای گروهی، اظهارکنندگی، جمع‌گرایی، فعالیت، خوش‌بینی و جز آن هستند. برون‌گرایی به تمایل فرد برای مثبت بودن، جرات‌طلبی، پرانرژی بودن و صمیمیت اطلاق می‌شود. این افراد چون راحت تر با جمع ارتباط برقرار می‌کنند، اضطراب اجتماعی ندارند، طبعاً از تیپ‌های افراد برون‌گرا از جمله خودمتمایزسازی ظرفیت درون فردی برای متمایز کردن تفکر و احساس و نیز توانایی بین فردی برای حفظ استقلال درون در روابط عمیق با افراد مهم زندگی برخوردار می‌باشند.

وقتی خودمتمایزسازی افراد بالا باشد احتمال سازگاری مناسب با تعارض‌ها نیز برای آنها بیشتر می‌شود و اضطراب، واکنش‌های هیجانی و در نهایت آمیختگی آنها کاهش می‌یابد. در سمت مقابل، استفاده افراد با تمایز یافتگی پایین از اجتناب، به هنگام وقوع تعارض (۴) به برهم زدن تعادل بین "با هم بودن و فردیت" می‌انجامد و در درازمدت موجب تعارض‌های هیجانی می‌شود (۵). به عبارت دیگر افزایش در متغیر سازگاری باعث افزایش در مولفه تمایز یافتگی می‌شود و برعکس. در تبیین این یافته می‌توان گفت که از جمله عواملی که باعث سازگاری هر چه بیشتر آدمی با نیازها و تهدیدهای زندگی می‌گردد، انعطاف‌پذیری است که جایگاه ویژه‌ای در حوزه روانشناسی رشد، خانواده و بهداشت روانی دارد. در واقع خود این عامل باعث می‌شود که فرد علی‌رغم شرایط ناگوار و پیشامدهای منفی، رشد سازگاران خود را ادامه دهد و سلامت روان خود را حفظ نماید. فرد می‌تواند پیروزمندانه از رویدادهای ناگوار زندگی بگذرد و علیرغم قرار گرفتن در معرض تنش‌های شدید، شایستگی اجتماعی، تحصیلی شغلی او ارتقاء یابد. در نتیجه‌ی این انعطاف‌پذیری انطباقی، افراد دارای سطح بالای انعطاف‌پذیری انطباقی، افراد دارای سطح بالای انعطاف‌پذیری با احتمال بیشتری در زندگی خود عواطف مثبت را تجربه می‌کنند و از سطح بالاتری از اعتماد به نفس برخوردارند و اینها ویژگی‌های بارز افراد تمایز یافته می‌باشد. در تبیین این فرضیه پژوهشی می‌توان گفت مفهوم مدل‌های ارتباطی خانواده اشاره دارد به اینکه چگونه اعضای خانواده با یکدیگر ارتباط برقرار می‌کنند و اینکه افراد خانواده چگونه ارتباطات خانوادگی را معنا می‌کنند. در واقع یکی از پیش‌آیندها و عوامل مؤثر در شکل‌گیری تمایز خود، مدل‌های ارتباطی خانواده است و ابعاد پنج‌گانه شخصیتی هم‌مسلم نقش پیش‌بینی‌کننده‌ی قوی در تمایز یافتگی افراد دارند.

با توجه نتایج پژوهش می‌توان گفت از بین مدل‌های ارتباطی خانواده و ویژگی‌های شخصیتی، ابعاد هم‌نوایی و گفت و شنود، تیپ‌های باز بودن، سازگاری و با وجدان بودن، خودمتمایزسازی را پیش‌بینی می‌کنند، اما روان‌آزرده بودن و برونگرایی قابلیت پیش‌بینی معنادار خودمتمایزسازی را نداشتند، لذا افرادی که هم‌نوایی بیشتری داشته، ویژگی سازگاری و با وجدان بودن در آنها بیشتر باشد، احتمالاً خودمتمایزسازی بیشتری خواهند داشت. بنابراین درمانگران، مشاوران و روانشناسان بالینی برای افزایش رضایت زناشویی دانشجویان متأهل نخست باید به افراد آموزش‌هایی برای دور شدن از روان‌رنجورخویی دهند، سپس به آموزش برون‌گرایی بپردازند و در نهایت به افراد آموزش‌هایی برای رهایی از الگوی ارتباطی هم‌نوایی دهند.

### محدودیت‌های پژوهش:

محدودیت‌های پژوهش شامل محدود بودن جامعه پژوهش، به دلیل شیوع کرونا، که این خود قابلیت تعمیم نتایج پژوهش را کاهش می‌دهد، همچنین توجه نکردن به مسائل فرهنگی، اقتصادی و تحصیلی از دیگر محدودیت‌های پژوهش بود، لذا پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی، جامعه و نمونه پژوهش گسترش یابد و همچنین به مسائل فرهنگی، اقتصادی و تحصیلی، آزمودنی‌ها توجه شود.

**کاربرد پژوهش:** با توجه به نتایج پژوهش، کاربرد این روش برای زوجین، به ویژه زنان متاهل در راستای کاهش مشکلات روانشناختی و تعارضات می‌باشد.

**ملاحظات اخلاقی:** در این پژوهش ملاحظات اخلاقی شامل این موارد بود: اطلاعات کتبی در مورد پژوهش به شرکت کنندگان، دادن اطمینان خاطر به آزمودنی‌ها در مورد محرمانه بودن اطلاعات و استفاده از آن فقط در امور تحقیقی، داوطلبانه بودن مشارکت افراد در مطالعه و اخذ رضایت کتبی از افراد شرکت کننده.

**تضاد منافع:** هیچگونه تضاد منافی بین نویسندگان وجود ندارد.

## References

- 1- Khamseh, A.. New strategies in couple therapy. Tehran. Dear Publications; 2010: 75-86.
- 2- Talebi, M; Ghobari Bonab, B. Determining self-differentiation, emotional intelligence and marital satisfaction in counseling centers in Shahroud. *Women and Family Studies*; 2014; 5 (18): 15-32. [Persian]
- 3- Chung H., Gale J.. Family Functioning and Self Differentiation: A Cross-Cultural Examination. *Springer Science Journal*, 2010; 54:19-33.
- 4- Likcani, A.. Differentiation an intimate partner violence. Dissertation for Doctor of Philosophy. College of Human Ecology, Kansas State University, 2014: 126-131.
- 5- Sadati S.E., Mehrabizadeh Honarmand M. Sudani M.. The causal relationship between differentiation, neuroticism and generosity with marital boredom mediated by marital conflict. *Family Psychology*, 2016; 1: 68- 55. [Persian]
- 6- Latifian M. Fakhari N.. The role of mediating self-differentiation in relation to family communication patterns and mental health. *Cultural and Educational Quarterly of Women and Family*, 2016; 8: 91-76. [Persian]
- 7- Malouff JM., Thorsteinsson EB. Schutte NS.. The Relationship Between the Five-Factor Model of Personality and Symptoms of Clinical Disorders: A Meta-Analysis. *Psychopathology and Behavioral Assessment*; 2011; 27(2): 101-14.
- 8- Donnellan B.M. Conger D.. Bryant C.. The Big Five and enduring marriages. *Research in Personality*, 2004; 38: 481-504.
- 9- Bidram M., Bani Asadi H., Rahmati A.. Relationship between communication patterns and personality traits of couples with marital adjustment and marital satisfaction. Master Thesis. Kerman Shahid Bahonar University, 2016:49-56. [Persian]
- 10- Koerner A.F. Fitzpatrick M.A.. Communication in intact families. In A. Vangelisti (Ed.), *Handbook of family communication*. Mahwah, NJ: L. Erlbaum Associates, 2009:242-256.
- 11- Nardo C.. Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *personality and social psychology*, 2011; 85(2): 348.
- 12- Schwartz J.P. Thigpen S.E. Montgomery J.K.. Examination of emotional processing parenting styles and differentiation of self. *The Family Journal*, 2015; 14: 41-48.

- 13- Askari S., Rashidi A., Naghshineh T., Sharifi S.. Relationship between family communication patterns and self-differentiation with quality of life of women seeking divorce. *The Rise of Psychology*, 2017; 4 (11): 112-87. [Persian]
- 14- Grossi M.T.. Investigating the relationship between five-factor model of personality and job satisfaction in the employees of Tabriz Tractor Manufacturing Factory. *Journal of Psychological Achievements (Educational Sciences and Psychology)*, 2009; 4 (2): 128-113. [Persian]
- 15- Hashemi L., Latifian M.. Predicting normal and neurotic perfectionism of girls by the dimensions of maternal perfectionism and family communication patterns. *Journal of Family Studies*, 2014; 8 (32): 405- 425. [Persian]
- 16- Rezaian H., Masoumi S. Hassanian S.. Examining and comparing self-differentiation, communication patterns and sexual satisfaction in divorced and normal couples. *Two Quarterly Journal of Applied Consulting*, 2019; 7 (2): 17- 32. [Persian]
- 17- Costa E.. The Relationship Between Family Communication Patterns and Self-Concept with Self-differentiation in Married Women. *Family Communication*, 2012; 16 (9): 91-104.
- 18- Elgeray, G.A., Pits B.. The relationship between self-differentiation and communication patterns and personality traits. *Personality and social psychology*, 2020; 85(2): 348.
- 19- Goldenberg E., Goldenberg A.. *Family Therapy*. Translated by Hamid Reza Hosseinshahi Barvati, Siamak Naqshbandi and Elham Arjmand, Tehran. *Psychic Publications*, 2019
- 20- Schwartz J.P., Thigpen S.E., Montgomery J.K., Examination of emotional processing parenting styles and differentiation of self. *The Family Journal*, 2015; 14: 41-48.
- 21- Sepehri S., Pakdaman S.. Family communication patterns and conflicts between children and parents. *Journal of Psychiatric Methods and Models*, 2010; 1 (2): 75- 83. [Persian]
- 22- Drake J.R.. *Differentiation of Self Inventory –Short Form: Creation & Initial Evidence of Construct Validity*. Doctoral Thesis. University of Missouri-Kansas City, 2013:77-84.
- 23- Bakhshaish A.. Investigating the relationship between general health and personality types with job satisfaction of Yazd Health Center staff. *Journal of School of Paramedical Sciences, Tehran University of Medical Sciences*, 2015; 7 (1): 55-42. [Persian]

NEO – FFI

این پرسشنامه شامل ۶۰ سوال است. هر یک از جملات را به دقت بخوانید و پاسخی که بیشترین تطبیق را با فکر یا احساس شما دارد علامت بزنید.

- ✓ اگر شما با جمله ای کاملاً مخالف هستید یا آن را تا حد زیادی اشتباه می دانید، گزینه کاملاً مخالفم را علامت بزنید.
- ✓ اگر شما با جمله ای مخالف هستید یا آن را تا حد زیادی اشتباه می دانید، گزینه مخالفم را علامت بزنید .
- ✓ اگر شما درباره جمله ای نمی توانید تصمیم بگیرید و یا در مورد درست یا اشتباه بودن آن نظر یکسانی دارید، گزینه خنثی را علامت بزنید.
- ✓ اگر شما با جمله ای کاملاً موافق هستید یا آن را کاملاً درست می دانید، گزینه کاملاً موافقم را علامت بزنید.
- ✓ اگر شما با جمله ای موافق هستید یا آن را تا حد زیادی درست می دانید، گزینه موافقم را علامت بزنید.
- ✓ توجه داشته باشید که پاسخ درست و غلط وجود ندارد ، بنابراین سعی کنید پاسخی را انتخاب کنید که نشان دهنده احساس واقعی شما باشد.

لطفاً به تمام سوالات پاسخ دهید.

کاملاً مخالفم	مخالفم	کاملاً موافقم	موافقم	۱- من اصولاً شخص نگرانی نیستم.
کاملاً مخالفم	مخالفم	کاملاً موافقم	موافقم	۲- دوست دارم همیشه افراد زیادی دور و برم باشند.
کاملاً مخالفم	مخالفم	کاملاً موافقم	موافقم	۳- دوست ندارم وقتیم را با خیال پردازی تلف کنم.
کاملاً مخالفم	مخالفم	کاملاً موافقم	موافقم	۴- سعی میکنم در مقابل همه مودب باشم.
کاملاً مخالفم	مخالفم	کاملاً موافقم	موافقم	۵- وسایل متعلق به خود را تمیز و مرتب نگاه می دارم.

کاملاً مخالفم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۶- اغلب خود را کمتر از دیگران حس می کنم.
کاملاً مخالفم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۷- زود به خنده می افتم.
کاملاً مخالفم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۸- هنگامی که راه درست، کاری را پیدا کنم، آن روش را همیشه در آن مورد تکرار می کنم.
کاملاً مخالفم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۹- اغلب با فامیل و همکارانم بگو مگو دارم.
کاملاً مخالفم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۰- به خوبی می توانم کارهایم را طوری تنظیم کنم که درست سر زمان تعیین شده انجام شوند.
کاملاً مخالفم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۱- هنگامی که تحت فشارهای روحی زیادی هستم، گاه احساس می کنم دارم خرد می شوم.
کاملاً مخالفم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۲- خودم را فرد خیلی سر حال و سر زنده ای نمی دانم.
کاملاً مخالفم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۳- نقش های موجود در پدیده های هنری و طبیعت مرا مبهور می کند.
کاملاً مخالفم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۴- بعضی مردم فکر می کنند که من شخصی خود خواه و خود محورم.
کاملاً مخالفم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۵- فرد خیلی مرتب و منظمی نیستم.
کاملاً مخالفم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۶- به ندرت احساس تنهایی و غم می کنم.
کاملاً مخالفم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۷- واقعا از صحبت کردن با دیگران لذت می برم.

کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۸- فکر می‌کنم گوش دادن دانشجویان به مطالب متناقض فقط به سردرگمی و گمراهی آن‌ها منجر خواهد شد.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۱۹- همکاری را بر رقابت با دیگران ترجیح می‌دهم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۰- سعی می‌کنم همه کارهایم را با احساس مسولیت انجام دهم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۱- اغلب احساس عصبی بودن و تنش می‌کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۲- همیشه برای کار آماده‌ام.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۳- شعر تقریباً اثری بر من ندارد.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۴- نسبت به قصد و نیت دیگران حساس مشکوک هستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۵- دارای هدف روشنی هستم و برای رسیدن به آن طبق برنامه کار می‌کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۶- گاهی کاملاً احساس بی‌ارزشی می‌کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۷- غالباً ترجیح می‌دهم کارها را به تنهایی انجام دهم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۸- اغلب غذاهای جدید و خارجی را امتحان می‌کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۲۹- معتقدم اگر به مردم اجازه دهید، اکثر آن‌ها از شما سوء استفاده می‌کنند.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۰- قبل از شروع هر کاری وقت زیادی را تلف می‌کنم.

کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۱- به ندرت احساس اضطراب یا ترس می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۲- اغلب احساس می کنم سرشار از انرژی هستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۳- به ندرت به احساسات و عواطفی که محیط های متفاوت به وجود می آورند توجه می کنم .
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۴- اغلب آشنایانم مرا دوست دارند.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۵- برای رسیدن به اهدافم شدیداً تلاش می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۶- اغلب از طرز برخورد دیگران با خودم عصبانی می شوم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۷- فردی خوشحال و بشاش و دارای روحیه خوبی هستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۸- معتقدم که هنگام تصمیم گیری درباره مسائل اخلاقی باید از مراجع مذهبی پیروی کنیم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۹- برخی فکر می کنند که من فردی سرد و حسابگر هستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۰- وقتی قول یا تعهدی می دهم، همواره می توان برای عمل به آن روی من حساب کرد.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۱- غالباً وقتی کارها پیش نمی روند، دلسرد شده و از کار صرف نظر می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۲- شخص با نشاط و خوش بینی نیستم.

کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۳- بعضی اوقات وقتی شعری را می‌خوانم یا یک کار هنری را تماشا می‌کنم، یک احساس لرزش و یک تکان هیجانی را حس می‌کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۴- در روش هایم سرسخت و بی‌انعطاف هستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۵- گاهی آن‌طور که باید و شاید قابل اعتماد و اتکاء نیستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۶- به ندرت غمگین و افسرده می‌شوم .
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۷- زندگی و رویدادهای آن برایم سریع می‌گذرند.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۳- به ندرت به احساسات و عواطفی که محیط‌های متفاوت به وجود می‌آورند توجه می‌کنم .
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۴- اغلب آشنایانم مرا دوست دارند.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۵- برای رسیدن به اهدافم شدیداً تلاش می‌کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۶- اغلب از طرز برخورد دیگران با خودم عصبانی می‌شوم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۷- فردی خوشحال و بشاش و دارای روحیه خوبی هستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۸- معتقدم که هنگام تصمیم‌گیری درباره مسائل اخلاقی باید از مراجع مذهبی پیروی کنیم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۳۹- برخی فکر می‌کنند که من فردی سرد و حسابگر هستم.



کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۰- وقتی قول یا تعهدی می دهیم، همواره می توان برای عمل به آن روی من حساب کرد.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۱- غالباً وقتی کارها پیش نمی روند، دلسرد شده و از کار صرف نظر می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۲- شخص با نشاط و خوش بینی نیستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۳- بعضی اوقات وقتی شعری را می خوانم یا یک کار هنری را تماشا می کنم، یک احساس لرزش و یک تکان هیجانی را حس می کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۴- در روش هایم سرسخت و بی انعطاف هستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۵- گاهی آن طور که باید و شاید قابل اعتماد و اتکاء نیستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۶- به ندرت غمگین و افسرده می شوم .
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۷- زندگی و رویدادهای آن برایم سریع می گذرند.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۸- علاقه ای به تامل و تفکر جدی درباره سرنوشت و ماهیت جهان یا انسان ندارم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۴۹- عموماً سعی می کنم شخصی با ملاحظه و منطقی باشم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۰- فرد مولدی هستم که همیشه کارهایم را به اتمام می رسانم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۱- اغلب احساس درماندگی می کنم و دنبال کسی می گردم که مشکلاتم را برطرف کند.

کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۲- شخص بسیار فعالی هستم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۳- من کنجکاوی فکری فراوانی دارم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۴- اگر کسی را دوست نداشته باشم، می‌گذارم متوجه این احساسم بشود.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۵- فکر نمی‌کنم که هیچ وقت بتوانم فردی منطقی بشوم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۶- گاهی آنچنان خجالت زده شده‌ام که فقط می‌خواستم خود را پنهان کنم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۷- ترجیح می‌دهم که برای خودم کار کنم تا راهبر دیگران باشم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۸- اغلب از کلنجار رفتن با نظریه‌ها یا مفاهیم انتزاعی لذت می‌برم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۵۹- اگر لازم باشد می‌توانم برای رسیدن به اهدافم دیگران را به طور ماهرانه‌ای به کار بگیرم.
کاملاً موافقم	موافقم	خنثی	مخالفم	کاملاً مخالفم	۶۰- تلاش می‌کنم هر کاری را به نحو ماهرانه‌ای انجام دهم.

### پرسشنامه مدل‌های ارتباطی خانواده

- ۱- والدینم من را تشویق می‌کنند تا احساساتم را بیان و ابراز کنم.
- ۲- پدر و مادرم دوست دارند نظر من را بشنوند حتی وقتی که من با آنها موافق نیستم.
- ۳- اغلب وقتی خانواده درباره چیزی صحبت می‌کند پدر و مادرم نظر من را می‌پرسند.
- ۴- پدر و مادرم من را تشویق می‌کنند تا افکار و عقاید آنها را مورد بررسی قرار دهم.
- ۵- من واقعا از صحبت کردن با والدینم لذت می‌برم حتی وقتی با هم توافق نداریم.
- ۶- ما اغلب در خانواده خود درباره احساسات و عواطفمان صحبت می‌کنیم.
- ۷- معمولاً آنچه را که دارم درباره اش فکر می‌کنم با پدر و مادرم درمیان می‌گذارم.
- ۸- اغلب من و پدر و مادرم درباره هر چیزی گفتگوهای طولانی، آسوده و راحتی داریم.

- ۹- اغلب پدر و مادرم چیزی مثل این می گویند: تمام اعضای خانواده در تصمیم گیری های خانواده باید نظر خود را بگویند.
- ۱۰- من تقریباً می توانم هر چیزی را با پدر و مادرم در میان بگذارم.
- ۱۱- ما به عنوان یک خانواده اغلب درباره کارهای که در طول روز انجام داده ایم صحبت می کنیم.
- ۱۲- اغلب پدر و مادرم چیزی مثل این می گویند: تو همیشه باید به هر دو جنبه مثبت و منفی مطلب مورد بحث توجه کنی.
- ۱۳- ما در خانواده خود اغلب درباره نقشه ها و آرزوهایی که برای آینده داریم حرف می زنیم.
- ۱۴- پدر و مادرم تمایل دارند احساساتشان را به راحتی بیان کنند.
- ۱۵- ما در خانواده اغلب درباره موضوعاتی از قبیل سیاست و مذهب بحث و گفتگو می کنیم. هر چند بعضی از اعضای خانواده با یکدیگر موافق نباشند.
- ۱۶- اغلب پدرم و مادرم چیزهایی مثل این می گویند: عقیده و نظر من درست است تو نباید در مورد آن چون و چرا کنی.
- ۱۷- اغلب پدر و مادرم چیزهایی مثل این می گویند: بچه نباید با بزرگترها بحث کند.
- ۱۸- پدر و مادرم احساس می کنند باید رئیس باشند.
- ۱۹- وقتی پدر و مادرم عقیده من را نمی پسندند نمی خواهند درباره آن چیزی بدانند.
- ۲۰- در خانه ما همیشه پدر و مادرم حرف آخر را می زنند.
- ۲۱- بعضی وقتها وقتی عقیده من با عقاید پدر و مادر متفاوت است آنها از دست من عصبانی می شوند.
- ۲۲- وقتی در خانه هستم از من انتظار می رود دستورات پدر و مادرم را اطاعت کنم.
- ۲۳- اغلب پدر و مادرم چیزهایی مثل این می گویند: وقتی بزرگ شدی بهتر می فهمی.
- ۲۴- اغلب پدر و مادرم چیزهایی مثل این می گویند: درباره بعضی چیزها نباید حرف زد.
- ۲۵- اغلب پدر و مادرم چیزهایی مثل این می گویند: در بحث ها به جای این که دیگران را کفری و عصبانی کنی باید تسلیم شوی (کوتاه بیای).
- ۲۶- وقتی هر چیز واقعا مهمی در میان است پدر و مادرم از من انتظار دارند بدون هیچ چون و چرایی از آنها اطاعت کنم.