



رابطه معناداری زندگی و سبک دل‌بستگی با عشق: نقش میانجی تمایز یافتگی

سارا اتفاقی^۱ محسن جدیدی^۲

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی تمایز یافتگی در رابطه میان معناداری زندگی و سبک دل‌بستگی با عشق در زوجین شهر تهران بود. شرکت‌کنندگان در پژوهش حاضر ۲۳۸ نفر از زوجین شهر تهران که به صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شده بودند مورد آزمون قرار گرفتند. جهت سنجش عشق از پرسشنامه عشق دیدگاه دانشمندان ایرانی_اسلامی (۱۳۹۹)؛ جهت سنجش تمایز یافتگی از پرسشنامه تمایز یافتگی خود اسکورن (DSI - R)؛ جهت سنجش معناداری زندگی از پرسشنامه ارزشمندی زندگی (LRI) و جهت سنجش دل‌بستگی از پرسشنامه سبک دل‌بستگی هازن و شیور (۱۹۸۷) استفاده شد. داده‌های جمع‌آوری شده با استفاده از نرم‌افزار SPSS و AMOS جهت آزمون معناداری ضریب همبستگی پیرسون و آزمون مدل آماری بر روی زوجین شهر تهران مورد تحلیل قرار گرفت. پس از تجزیه و تحلیل داده‌ها نتایج نشان داد که میان معناداری زندگی و سبک دل‌بستگی، سبک دل‌بستگی و عشق، تمایز یافتگی و عشق، تمایز یافتگی و عشق رابطه معنی‌داری وجود داشته و تمایز یافتگی نقش متغیر میانجی را در رابطه میان معناداری زندگی و سبک دل‌بستگی با عشق معنی‌دار بوده و مدل آماری آن از برازش مطلوبی برخوردار است.

کلیدواژه‌ها: عشق، تمایز یافتگی، سبک دل‌بستگی و معناداری زندگی

^۱ کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شهر قدس، تهران، ایران (saraet20@yahoo.com)

^۲ دانشیار روانشناسی، گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد شهر قدس، تهران، ایران (jadidi.mohsen@gmail.com)



مقدمه

یکی از مهم‌ترین روابطی که انسان‌ها در طول زندگی خود ایجاد می‌کنند و انتظار دارند که نیاز روحی آن‌ها را، نیاز به دوست داشتن و دوست داشته شدن را تأمین کند، عشق است (مصطفائی، پیوسته گر و مهرانگیز، ۲۰۱۶). عشق برای ایجاد روابط زناشویی سالم، مؤثر و برای رسیدن به سلامت روانی زوجین، خانواده‌ها و جامعه یک ضرورت اساسی به شمار می‌رود (صادقی و همکاران، ۲۰۱۳). عشق مفهومی انتزاعی است و بدون شک تعریف آن با استفاده از کلمات و واژه‌ها دشوارترین عملی است که انجام می‌شود و این در حالی است که حتی دریاب ماهیت آن هیچ نظریه مشترک و عموماً پذیرفته‌شده‌ای وجود ندارد. همیشه درزمینهٔ عشق ایهام‌ها و سردرگمی‌هایی وجود داشته است (پاتو، ۱۳۸۱). باین‌حال، عشق را می‌توان این‌گونه تعریف کرد: سازهای اجتماعی که بین افراد به دلیل هنجارها و ارزش‌های فرهنگی مختلف و همچنین تجارب دوران کودکی متغیر است (جکسون، چن، گوا و گائو، ۲۰۰۹). همچنین اریک فروم، عشق را پاسخی به مسئله وجودی انسان می‌دانست. او در تعریف عشق گفت: عشق عبارت از رغبت جدی به زندگی و پرورش آن چیزی است که بدان مهر می‌ورزند. دلسوزی، توجه، احساس مسئولیت، احترام و شناخت باهم مرتبط هستند و ابعاد عشق را می‌سازند (کرمی و کلجاهی، ۱۳۸۷).

بعد از گذشت چندین دهه تحقیقات پیرامون روابط میان فردی و عاطفی، روابط عمیق عشق‌ورزی مورد غفلت واقع شده است؛ اما در سال‌های اخیر، توجه عمده‌ای به موضوع عشق به‌طورکلی صورت گرفته است (نیتو، ۲۰۰۷). افراد برای عشق ورزیدن نسبت به همسر خود از یک سبک و روش خاصی استفاده می‌کنند و این سبک متأثر از ارتباط متقابل و مداوم بین زن و شوهر و تعبیری است که از محیط زندگی خوددارند. ثبات رابطه عشقی از عوامل درون فردی و بین فردی متعددی نشأت می‌گیرد (چری و همکاران، ۲۰۱۳). در این میان یکی از عوامل درون فردی مؤثر بر عشق، دل‌بستگی است.

دل‌بستگی پیوند هیجانی پایدار بین دو فرد است، به‌طوری‌که یکی از طرفین می‌کوشد مجاورت به موضوع دل‌بستگی را حفظ کرده و به‌گونه‌ای عمل کند تا مطمئن شود که ارتباط ادامه دارد (کروول و فرالی^۱، ۱۹۹۹). هازان و شیور^۲ (۱۹۸۷) مفهوم دل‌بستگی بالبی را بسط و با روابط عاشقانه در بزرگسالی پیوند داده‌اند. آنان رابطه عاشقانه را تداوم فرایند دل‌بستگی معرفی کرده‌اند؛ فرایندی که در آن فرد با یک بزرگسال رابطه عاطفی برقرار می‌سازد که تا حد زیادی شبیه رابطه عاطفی نوزاد با مراقب اولیه است (کسیدی^۳، ۱۹۹۴). بالبی معتقد است که دل‌بستگی در رابطه والدین و کودک به یک رابطه عاشقانه در بزرگسال منتقل می‌شود و می‌تواند بر رفتار، شناخت و احساسات در هر زمان از زندگی، از نوزادی تا بزرگسالی تأثیر بگذارد. دل‌بستگی در روابط به‌صورت داوطلبانه یا به‌طور کامل قطع نمی‌شود و هرگونه گسست در روابط دردناک بوده و شخصاً باعث عزاداری می‌شود (بولبی، ۱۹۶۹؛ آینسورث، ۱۹۹۱).

مطابق با نظریه هازان و شیور، سه سبک دل‌بستگی ایمن، اجتنابی و اضطرابی - دو سو گرا در بزرگسالی نیز وجود دارند و افراد با این سبک‌های دل‌بستگی، روابط صمیمانه و عاشقانه را به گونه کاملاً متفاوتی تجربه می‌کنند (کسیدی^۴، ۱۹۹۴، میکولینسر و شیور^۵، ۲۰۰۷؛ الفازی^۶ و همکاران، ۲۰۱۰؛ کروول و فرالی^۷، ۱۹۹۹). رفتار دل‌بستگی از نقطه شروع در افراد وجود

¹ Crowell, J. A. & Fraley

² Hazan, C. & Shaver

³ Cassidy

⁴ Cassidy

⁵ Mikulincer, M. & Shaver

⁶ Alfasi

⁷ Crowell, J. A. & Fraley



دارد و به تدریج متنوع می‌گردد و به چهره‌های معینی گسترش می‌یابد و در تمام زندگی پابرجا می‌ماند و تحت اشکال مختلف متجلی می‌گردد (چری^۱ و همکاران، ۲۰۱۳؛ شیرزاد، ۲۰۱۷).

یکی از مؤلفه‌های مؤثر در حفظ روابط عاطفی در زوجین خود تمایز یافتگی^۲ است که ترکیب پیچیده‌ای از بلوغ عاطفی، توانایی تفکر منطقی در یک موقعیت عاطفی می‌باشد (بهجتی و نجف‌آبادی^۳، ۲۰۲۰؛ استینسون^۴، ۲۰۱۶؛ دراک^۵، ۲۰۱۱؛ بارتل هرینگیه و لال^۶، ۲۰۱۰). یکی از ایده‌های مرتبط با توانایی فرد برای رسیدن به صمیمیت، «تمایز یافتگی» بوئن^۷ است. در واقع در واقع تمایز یافتگی یک جزء جدایی‌ناپذیر از توانایی فرد برای رشد صمیمیت است و به نظر می‌رسد سطح تمایز یافتگی با سطح رضایت زناشویی مرتبط باشد (پاتریک، سلس، جیوردانو و تولرود^۸، ۲۰۰۷).

تمایز یافتگی شامل توانایی فرد برای باقی ماندن در ارتباط با دیگری، در عین حفظ ادراک خود است؛ به عبارتی تمایز یافتگی یعنی توانایی حفظ استقلال در عین حفظ ارتباط با دیگران (کر و بوون^۹، ۱۹۸۸؛ اسکورون و فریدلندر^{۱۰}، ۱۹۹۸). مفهوم تمایز یافتگی مشخص‌کننده تعادل یا عدم تعادل بین دنیروی زندگی یا گزینه است: یکی نیروی باهم بودن و دیگری نیروی فرد بودن (بوئن، ۱۹۹۷ به نقل از تیتلمن^{۱۱}، ۱۹۹۸). به عبارت دیگر میزان توانایی فرد در تفکیک فرایندهای عقلی و احساسی از یکدیگر است (بوئن، ۱۹۷۸). بدان معنا که افراد نباید تحت تأثیر احساساتی قرار بگیرند که درک درستی از آنها ندارند. در واقع هدف اصلی تمایز یافتگی تعادل بین احساسات و شناخت است (کر و بوئن، ۱۹۸۸). در حالی که مفاهیم دل‌بستگی و تمایز بسیار نزدیک به نظر می‌رسند، ادبیات کلاسیک توضیح دقیق کمی از روابط آنها ارائه می‌دهد. روتباوم، روزن، اوجی و اوچیدا^{۱۲} (۲۰۰۲) شباهت‌های بین تئوری دل‌بستگی و نظریه سیستم‌های خانوادگی مانند کانون‌های ایجاد انگیزه برای یکپارچگی و فردیت را توصیف می‌کنند.

یکی دیگر از مؤلفه‌های تأثیرگذار در زندگی زوجین موضوع معنا در زندگی است. جنبه‌های خاصی از معناداری نقش عمده‌ای در افزایش توان فرد در مقابله با مشکلات دارد شخصی که سطوح بالاتری از معناداری در زندگی را تجربه می‌کند به آسانی قادر به رویارویی با شرایط سخت است (کاظمیان مقدم، مهرابی زاده هنرمند، کیامنش و حسینیان، ۱۳۹۷؛ کیم، لی، یو، لی و پیگ^{۱۳}، ۲۰۰۵). در یک برداشت کلی از این تعاریف مربوط به معنا در زندگی می‌توان دریافت که آنها در دو جنبه باهم اشتراک دارند: (۱) معنا روشی کلی و عام از ارزیابی زندگی است و (۲) منجر به پایین آمدن سطح عواطف منفی (چون افسردگی و اضطراب) و کاهش خطر ابتلا به بیماری روانی می‌شود (فلدمن و اسنایدر^{۱۴}، ۲۰۰۵). معناداری زندگی و جایگاه و اهمیت آن برای برخوردار بودن از یک زندگی خوب و شاد، امری انکارناپذیر و غیرقابل کتمان است (کینگ^{۱۵} و همکاران، ۲۰۰۶). برخی از مؤلفان با توجه به یافته‌های موجود، ادعا نموده‌اند که وجود و احساس معنا در زندگی مانند کلیدی است که

¹ Cherry

² Self-Differentiation

³ Behjati Najafabadi

⁴ Stinson

⁵ Drak

⁶ Bartle-Haring & Lal

⁷ Bowen

⁸ Patrick, Sells, Giordano & Tollerud

⁹ Kerr & Bowen

¹⁰ Skowron & Friedlander

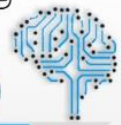
¹¹ Titelman

¹² Rothbaum, Rosen, Ujie & Uchida

¹³ Kim, Lee, Yu, Lee & Puig

¹⁴ Feldman, D. B. & Snyder

¹⁵ King



می‌تواند قفل و گره مشکلات زندگی را باز نماید و باعث شود تا افراد کنش‌های مثبتی انجام دهند (فرانکل^۱، ۱۹۶۳). به همین لحاظ اغلب زندگی معنادار را از عوامل مهم سلامت روان‌شناختی می‌دانند (زیکا و چمبرلین^۲، ۱۹۹۲؛ فلدمن و اسنایدر، ۲۰۰۵). باتوجه به مطالب فوق و باوجود انجام مطالعاتی در زمینه‌ی عشق، سبک دل‌بستگی و ارتباطشان با معناداری زندگی و تمایز یافتگی، مطالعه‌ای که به‌صورت منسجم این چهار متغیر را به‌صورت هم‌زمان و در شرایطی که تمایز یافتگی نقش متغیر میانجی را داشته باشد انجام‌نشده است لذا هدف از پژوهش حاضر بررسی ارتباط میان سبک دل‌بستگی و معناداری زندگی با میانجی‌گری تمایز یافتگی با عشق است. از آنجایی‌که تجربیات دوران کودکی یکی از عوامل مؤثر در سبک‌های دل‌بستگی، تمایز یافتگی و عشق در بزرگسالی است می‌توانیم با آموزش خانواده‌ها گامی مؤثر در راستای پیشگیری از روابط ناسالم و آسیب‌زا در آینده برداریم و همچنین با آموزش مهارت‌های معناداری در زندگی به افراد گامی در جهت کاهش علائم و افزایش عملکرد افراد در ایجاد روابط بین فردی مطلوب برداریم

روش‌شناسی روش

نوع پژوهش به لحاظ هدف بنیادی بوده و به لحاظ روش، توصیفی - همبستگی از نوع پیش‌بینی است. جامعه آماری پژوهش کلیه زوجین که در سال ۱۳۹۹ که در مناطق مختلف تهران زندگی کرده‌اند و از میان این مناطق ۷ منطقه به‌صورت تصادفی انتخاب‌شده و از روش نمونه‌گیری دسترس جهت انتخاب افراد استفاده شد. در نهایت با حذف افرادی که به‌صورت کامل پرسشنامه را تکمیل نکرده بودند تعداد ۲۳۸ نفر در تحقیق شرکت داده شدند. فرضیه‌های تحقیق، بعد از گردآوری داده‌ها و ورود آن‌ها به نرم‌افزار توسط نرم‌افزارهای SPSS و AMOS، با روش‌های آمار توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در این تحقیق برای تحلیل و تفسیر داده‌ها در بخش توصیفی و آمار استنباطی استفاده و جهت آزمون فرضیه‌ها نیز از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد.

شرکت‌کننده‌ها

در پژوهش حاضر تعداد ۲۳۸ نفر از زوجین شهر تهران از طریق روش نمونه‌گیری در دسترس به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. دامنه سنی شرکت‌کننده‌ها از ۲۳ تا ۴۵ سال بود (mean age=37/34, SD age=5/53). ۱۲۷ نفر زن (53/4 درصد) و ۱۱۱ نفر مرد (۴۶/۶ درصد)، ۲۰ نفر (8/۴ درصد) از شرکت‌کنندگان تحصیلات زیر دیپلم داشته، 69 نفر (۲۹ درصد) تحصیلات دیپلم، ۱۱۲ نفر (۴۷ درصد) لیسانس و 37 نفر (۱۵/۵ درصد) فوق‌لیسانس داشتند. میانگین سن ازدواج شرکت‌کنندگان 23/5 و انحراف استاندارد آن ۴/۵۱ بود؛ از میان شرکت‌کنندگان ۵۵ نفر (23/1 درصد) بدون فرزند بودن، ۱۰۲ نفر (۴۲/۹ درصد) یک فرزند، ۷۱ نفر (۲۹/۸ درصد) دو فرزند، ۷ نفر (۲/۹ درصد) سه فرزند و ۳ نفر (۱/۳ درصد) چهار فرزند داشتند در این میان ۱۷ نفر (۷/۱ درصد) ازدواج قبلی داشته‌اند و ۲۲۱ نفر (۹۲/۹ درصد) اولین ازدواج آن‌ها بوده است.

مواد

شاخص ارزشمندی زندگی^۳ (LRI)

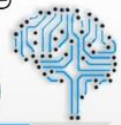
در این پژوهش از مقیاس شاخص ارزشمندی زندگی باتیستا و آلموند (۱۹۷۳) که به‌وسیله دیاتس (۱۹۹۸)، تجدیدنظر شده است، استفاده شد. این مقیاس شامل ۲۸ گویه و دو خرده مقیاس به‌نام‌های ۱- «چارچوب»^۴: ادراک فرد از ساختار و فلسفه زندگی و هم‌چنین رویکرد او برای استنباط معنا در زندگی خود و ۲- «رضایت»: ادراک فرد از زندگی کردن بر اساس چارچوب انتخابی‌اش می‌باشد. هرکدام از این دو خرده مقیاس دارای ۱۴ گویه می‌باشند که در برابر آن‌ها یک طیف سه‌گزینه‌ای شامل

¹ Frankl

² Zika & Chamberlain

³ Life - Regard Index(LRI)

⁴ Framework



موافقم، نظری ندارم و مخالفم قرار دارد. برای استفاده از آزمون در این مطالعه از فرآیند ترجمه معکوس استفاده شد. شواهد پژوهشی چندی وجود دارند که نشان می‌دهند این مقیاس از ضرایب روایی و پایایی مطلوبی برخوردار است (باتیستا، آلموند^۱، ۱۹۷۳). نصیری و جوکار (۱۳۸۷) پایایی این شاخص را به روش آلفای کرونباخ برای کل شاخص ۰/۸۵ گزارش کردند. در پژوهش حاضر پایایی کل شاخص به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۳ به دست آمد. نصیری و جوکار (۱۳۸۷) برای بررسی روایی این شاخص از تحلیل عوامل به روش مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریماکس استفاده کردند. نتایج تحلیل عاملی ساختار ۳ عاملی ابزار را تأیید کرد و نشان داد که این ابزار ۰/۳۹ واریانس را تبیین می‌نماید. در مطالعه حاضر پایایی این ابزار از طریق آلفای کرونباخ مورد بررسی قرار گرفت که مقدار مطلوب ۰/۸ بود.

پرسشنامه تمایز یافتگی خود بازبینی شده اسکورن (DSI - R)

پرسشنامه تمایز یافتگی خود بازبینی شده اسکورن^۲ نخستین بار در سال ۱۹۹۸ توسط اسکورن و فریدلندر با ۴۳ سؤال طراحی و اجرا شد. این پرسشنامه با مقیاس لیکرت و در یک طیف ۶ گزینه‌ای، ۱ (اصلاً در مورد من صحیح نیست) و ۶ (خیلی در مورد من صحیح است)، درجه‌بندی شده است (ثنایی ذاکر، علاقه‌مند، فلاحتی و هومن، ۱۳۸۷). ضریب آلفای کرونباخ گزارش شده توسط اسکورن و فریدلندر (۱۹۹۸) برای این پرسشنامه ۰/۸۸ به دست آمد. در پژوهش اسکورن و اسمیت (۲۰۰۳) نیز ضریب پایایی کل آزمون ۰/۹۲ به دست آمد. این پرسشنامه در ایران توسط یونسی (۱۳۸۵): به نقل از غفاری، رفیعی و ثنایی ذاکر، (۱۳۸۹) بر روی نمونه عادی هنجاری شده و پایایی آن از طریق باز آزمایی و آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۵ به دست آمد. مؤمنی و علیخانی (۱۳۹۲) نیز پایایی این پرسشنامه را در تحقیق خود ۰/۷۹ گزارش کردند. در پژوهش حاضر پایایی کل پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۲ به دست آمد.

پرسشنامه سبک دل‌بستگی

پرسشنامه سبک‌های دل‌بستگی که توسط هازن و شیور^۳ (۱۹۸۷) ساخته شده است، بر پایه این فرض استوار است که مشابهت‌هایی از سبک‌های دل‌بستگی نوزاد مراقب را در روابط بزرگسالان نیز می‌توان یافت. این پرسشنامه یک ابزار خود گزارش دهی است که با روابط بزرگسالان تطبیق داده شده است. این پرسشنامه ۱۵ سؤال دارد که ۵ سؤال دل‌بستگی نایمن دوسوگرا، ۵ سؤال دل‌بستگی نایمن اجتنابی و ۵ سؤال دل‌بستگی ایمن را بررسی می‌کند و گزینه‌های هر پرسش از ۱ تا ۵ (خیلی کم تا خیلی زیاد) نمره‌گذاری می‌شود. پس از تکمیل و نمره‌گذاری، آن خرده مقیاسی که آزمودنی نمره بالاتری در آن بگیرد، به عنوان سبک دل‌بستگی فرد لحاظ می‌شود. هازن و شیور، روایی محتوایی و ملاکی را خوب و روایی سازه آن را در حد بسیار مطلوب گزارش داده‌اند. همچنین بررسی روایی هم‌زمان این پرسشنامه توسط رحیمیان همکاران (۲۰۰۷)، رابطه مثبت و معناداری (۰/۸۰) را نشان می‌دهد. در پژوهش رحیمیان و همکاران (۲۰۰۷)، اعتبار به وسیله آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه برای سبک دل‌بستگی ایمن، نایمن اجتنابی و نایمن دوسوگرا به ترتیب برابر با ۰/۷۷، ۰/۸۱ و ۰/۸۳ است. طبق بررسی‌های انجام شده در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ پرسشنامه برای سبک دل‌بستگی ایمن، نایمن اجتنابی و نایمن دوسوگرا به ترتیب برابر است با ۰/۷۵، ۰/۸۵ و ۰/۸۰ است.

پرسشنامه عشق بر اساس دیدگاه دانشمندان ایرانی-اسلامی

پرسشنامه عشق بر اساس دیدگاه دانشمندان ایرانی-اسلامی توسط اتفاقی، جدیدی و تقی‌لو (۱۳۹۹) ساخته شده است. این پرسشنامه یک ابزار خود گزارش دهی است که با روابط بزرگسالان تطبیق داده شده است. در این مطالعه نخست بامطالعه

¹ Battista & Almond

² Differentiation of Self Inventory Revised (DSI-R)

³ Hazan & Shaver



عمیق و بررسی مستندات فرم اولیه پرسشنامه با ۶۵ سؤال ساخته شد. در این مرحله پرسشنامه ۶۵ سؤالی بر پایه یک نمونه تصادفی ۴۰ تایی از جامعه هدف، پایایی اولیه ابزار در هر حیطة با محاسبه آلفای کرونباخ ارزیابی گردید در این مرحله ضریب آلفای پرسشنامه ۶۵ سؤالی محاسبه شد و ۹ سؤال پایایی مناسبی نداشته و از تحلیل استخراج شدند اما باقی ۵۶ سؤالات پرسشنامه از همسانی درونی مناسبی برخوردار بودند. پرسشنامه نهایی در نمونه آماری (۲۸۱) به صورت نمونه‌گیری تصادفی اجرا گردید. از تعداد کل نمونه آماری تعداد ۲۱ پرسشنامه در مرحله غربالگری داده‌ها کنار گذاشته شد و ۲۶۰ پرسشنامه وارد تجزیه و تحلیل آماری شد.

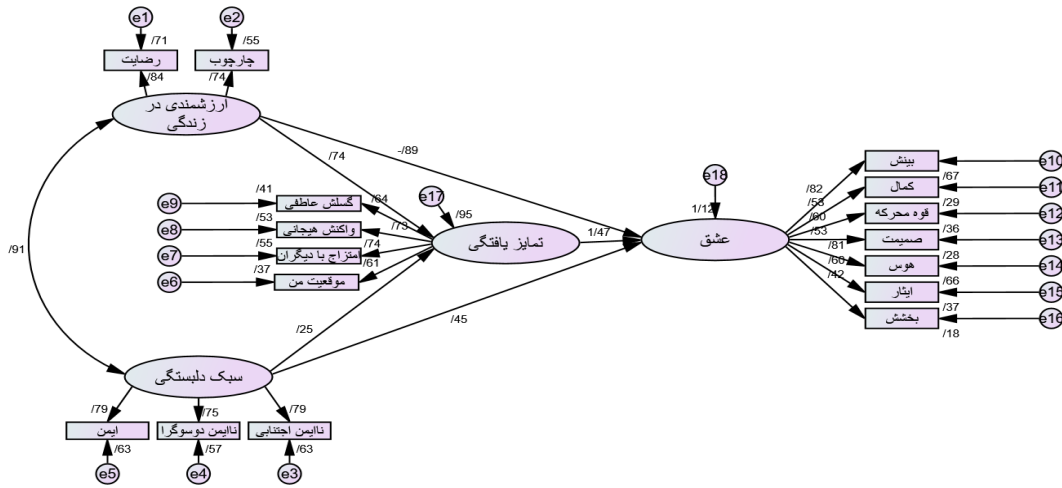
در تحلیل عاملی تأییدی حیطة‌های پرسشنامه عشق گویه‌های دارای بارعاملی کمتر از ۰/۴ در هر حیطة حذف گردیدند. به طوری که ۳ سؤال از عامل بینش، ۲ سؤال از عامل کمال، ۱ سؤال از عامل قوه محرکه، ۱ سؤال از عامل هوس، ۱ سؤال از عامل ایثار و ۱ سؤال از عامل بخشش به دلیل داشت بار عاملی کمتر از ۰/۴ باید حذف شوند. در تحلیل‌های مربوط به نظریه کلاسیک ۲ سؤال از عامل بینش، یک سؤال از عامل کمال، دو سؤال از عامل صمیمیت و یک سؤال از عامل هوس نیز حذف شد؛ اما تحلیل‌های مربوط به نظریه سوال-پاسخ منجر به حذف هیچ سؤالی نشد. در نهایت تعداد گوی‌های پرسشنامه عشق با ۷ عامل در ۴۱ گوی گنجانده شد؛ که در ۷ عامل گنجانده شدند عامل‌ها عبارت‌اند از: بینش، کمال، قوه محرکه، صمیمیت، هوس، ایثار و بخشش گویه تدوین شد. در مطالعه حاضر پایایی این ابزار توسط آلفای کانباخ ۰/۸۰ بوده که مقدار مطلوبی است.

یافته‌ها

جهت بررسی کردن امکان میانجی بودن مقیاس تمایزیافتگی و در رابطه میان ارزشمندی زندگی و سبک دل‌بستگی با عشق؛ روش جود و کنی (۱۹۸۱) مورد استفاده قرار گرفت در این روش جهت بررسی تأثیر معنی‌داری متغیر میانجی سه شرط دارد که در ادامه مورد بررسی قرار می‌گیرد.

شرط اول: رگرسیون معنی‌دار متغیر میانجی بر متغیر مستقل به عبارت دیگر رگرسیون متغیر تمایزیافتگی بر عشق یافته‌ها بر معنی‌دار بودن آن ($R^2=0/28, df=218, F=132/60, P<0/001$) دلالت داشتند. شرط دوم: رگرسیون معنی‌دار متغیر وابسته اصلی بر متغیر مستقل اصلی یعنی رگرسیون عشق بر ارزشمندی زندگی و سبک دل‌بستگی که یافته‌ها بر معنی‌دار بودن آن ($df=218, R^2=0/38, F=148/98, P<0/001$) دلالت داشتند. شرط سوم: رگرسیون متغیر وابسته اصلی بر متغیر مستقل اصلی و متغیر میانجی به گونه‌ای که تأثیر متغیر میانجی بر متغیر وابسته معنی‌دار ولی تأثیر متغیر مستقل اصلی بر متغیر وابسته اصلی معنی‌دار نباشد. جهت بررسی این شرط از روش رگرسیون چند متغیره با روش گام‌به‌گام استفاده شد. شواهد نشان دادند تمایزیافتگی تأثیر معنی‌داری ($df=218, R^2=0/42, F=319/85, P<0/001$) بر عشق دارد، اما سبک دل‌بستگی تأثیر معناداری ($df=218, R^2=0/55, F=253/83, P>0/05$) بر عشق ندارد. همچنین یافته‌ها نشان دادند که ارزشمندی زندگی همچنان تأثیر معناداری بر عشق دارد. پس متغیر تمایزیافتگی در رابطه میان سبک دل‌بستگی و ارزشمندی زندگی با عشق نقش متغیر میانجی دارد.

جهت برآزش مدل مفهومی از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد که نتایج آن در ادامه قید شده است.



شاخص های برازش مدل اندازه گیری

Independence model	Saturated model	Default model		Fit Indices
./000	1/000	./914	CFI	Comparativ
./000		0/935	TLI	
./000	0/000	0/674	PRATIO	Parsimonious
./000		0/011	RMSEA	
254/856	0/156	125/301	X2	Absolute
./000		0/062	P-Value	
16	136	38		NPAR
		98		df

CFI یا شاخص برازش تطبیقی مدل 0/914 برآورد شده؛ مقدار مطلوبی است. TLI یا NNFI شاخص توکر لويس¹ یا شاخص هنجار نشده میزان برآورد شده در مدل مفروض 0/935 بوده که مقدار مطلوبی است.

¹ Tucker-lewis



شاخص‌های برازش مقتصدی که مورد بررسی قرار گرفته‌اند شامل: PRATIO شاخص نسبت اقتصاد همان‌گونه که ملاحظه شد این مقدار در جدول ۰/۶۷۴ بوده مقدار قابل قبولی دارد. ریشه دوم میانگین مربعات خطای برآورد RMSEA، طبق مندرجات جدول مدل مفروض از مقدار قابل قبولی برخوردار است.

خبر دو از جمله شاخص‌های برازش مطلق که مورد بررسی قرار گرفته‌اند هرچه مقدار آن کوچک‌تر باشد. برازش داده با مدل بهتر است تا جایی که مقدار آن صفر شود که به معنی برازش کامل است (اولمان و بنتلر، ۲۰۰۳) و طبق مندرجات جدول مقدار کای اسکوتر معنی‌دار نیست. به این معنی که بین مدل مفروض و مدل برازش یافته تفاوت معنی‌داری وجود ندارد. تعداد پارامترهای آزاد برای مدل تدوین شده (NPAR) که مقدار آن در مدل مفروض ۳۸ است، نشان می‌دهد که پژوهشگر در تدوین مدل به راحتی به هزینه کردن درجات آزادی نپرداخته و این وضعیت قابل قبول است.

بررسی روایی تشخیصی

در مدل معادلات ساختاری یکی از انواع روایی که مورد استفاده قرار می‌گیرد، روایی تشخیصی است این فرآیند با کمک شاخص میانگین واریانس استخراج شده AVE مشخص شد و مشاهده می‌شود که در مورد مدل مفهومی که دارای چهار شاخص می‌باشد، دارای میانگین واریانس استخراج شده AVE بالاتر از ۰/۰۵ است که در جدول زیر نشان داده شده است.

تشخیص روایی (AVE)

AVE	سازه متغیر مکنون
۰/۳۳	ارزشمندی زندگی
۰/۲۵	تمایز یافتگی
۰/۳۵	سبک دلبستگی
۰/۴۷	عشق

در جدول زیر وزن رگرسیون و همبستگی متغیرها بر هم مورد بررسی قرار می‌گیرد.

وزن رگرسیونی و همبستگی متغیرها

P	C.R.	S.E.	Estimate	Standardized Regression		
0/004	2/920	/161	0/471	0/740	ارزشمندی زندگی	<---
0/۰۰۹	1/059	/141	0/149	0/250	سبک دلبستگی	<---
0/001	1/207	2/246	2/710	1/469	تمایز یافتگی	<---
0/001	-/803	1/293	-1/038	0/886	ارزشمندی زندگی	<---
0/002	1/372	/361	0/495	0/450	سبک دلبستگی	<---
P	C.R.	S.E.	Covarianc	Corolation		
0/001	8/250	/092	0/760	0/906	ارزشمندی زندگی	<--->
					سبک دلبستگی	



طبق مندرجات جدول بالا وزن رگرسیونی تمایزیافتگی بر ارزشمندی زندگی ۰/۷۴ دارای معنی‌داری کمتر از ۰/۰۵ درصد، وزن رگرسیونی تمایزیافتگی بر سبک دل‌بستگی ۰/۲۵ دارای معنی‌داری کمتر از ۰/۰۵ درصد، وزن رگرسیونی عشق بر تمایزیافتگی ۰/۴۶ دارای معنی‌داری کمتر از ۰/۰۵ درصد، وزن رگرسیونی عشق بر ارزشمندی زندگی ۰/۸۸- دارای معنی‌داری کمتر از ۰/۰۵ درصد و وزن رگرسیونی عشق بر سبک دل‌بستگی ۰/۴۵ دارای معنی‌داری کمتر از ۰/۰۵ درصد است. همچنین همبستگی میان سبک دل‌بستگی و ارزشمندی زندگی ۰/۱۹ بوده و در سطح کمتر از ۰/۰۱ معنی‌دار است.

نتیجه‌گیری

یافته‌ها نشان دادند که میان سبک دل‌بستگی و عشق رابطه معناداری وجود دارد. نتایج پژوهش حاضر همسو با یافته‌های دیول^۱ و همکاران (۲۰۱۲)، مصطفائی، پیوسته گر و مهرانگیز (۲۰۱۶)، هازان و شیور (۱۹۸۷) و عبدی و گلزاری (۱۳۸۹) بود. این محققان نیز اظهار نمودند افراد دل‌بسته ایمن بیشتر گرایش به سبک عشق‌ورزی خاصی داشته، در مقابل افراد دل‌بسته نالیمن اجتنابی کمتر گرایش به عشق لودوس و استورگ دارند. در تبیین این نتایج می‌توان ذکر نمود بر اساس تئوری دل‌بستگی، الگوهای درونی موثر که توسط اولین ارتباطات فرد با چهره‌های دل‌بستگی او آموزش می‌بینند، رفتار و تجربیات جدید او را در زمینه‌های مختلف، به‌ویژه روابط عاشقانه تحت‌الشعاع قرار می‌دهند. تحقیقات همچنین از این مفهوم پشتیبانی می‌کند که رابطه عاشقانه ممکن است بر سبک دل‌بستگی فرد تأثیر بگذارد و آن را تنظیم کند (هنری و سارمی^۲، ۲۰۱۵؛ لی^۳، ۱۹۹۸). فرلی و دیویس^۴ (۱۹۹۷) پیشنهاد می‌کنند که انتقال دل‌بستگی اولیه از والدین به همسالان در اوایل بزرگسالی آغاز شود و این نشان می‌دهد که زمانی که شرکای عاشقانه شروع به ایفای نقش اصلی دل‌بستگی می‌کنند، این روابط بر دل‌بستگی‌ها تأثیر می‌گذارد. اگرچه بسیاری از دانشمندان از جمله دیون و دیون^۵ (۱۹۸۵)، لی^۶ (۱۹۷۳)، استرنبرگ^۷ (۱۹۸۶) و تننو^۸ (۱۹۷۹) به نقل از هازان و شاور (۱۹۸۷) سعی می‌کند ارقام مختلف عشق را ارزیابی کند، اما تئوری دل‌بستگی می‌تواند نحوه توسعه سبک‌های مختلف دل‌بستگی را توصیف کند. همچنین تحقیقات هازان و شیور (۱۹۸۷) نشان دادند. این محققان ثبات نسبی سبک‌های دل‌بستگی را تا بزرگسالی به اثبات رسانده‌اند. آن‌ها معتقدند که عشق رمانتیک را باید شکلی از دل‌بستگی در نظر گرفت. الگوی دل‌بستگی‌های اولیه کودکان، دل‌بستگی‌های دوران بزرگسالی آن‌ها را تحت تأثیر قرار می‌دهد. برای مثال کودکان در صورتی که عاطفی و مستقل باقی بمانند، به احتمال زیاد به مادران خود دل‌بستگی ایمن پیدا می‌کنند. این کودکان به بزرگسالانی تبدیل می‌شوند که با احساس صمیمیت آرامش می‌یابند و می‌توانند به کسانی که به آن‌ها علاقه دارند، اعتماد و تکیه کنند (خانجانی^۹، ۲۰۰۵).

یافته‌ها نشان دادند که میان سبک دل‌بستگی و تمایزیافتگی رابطه معناداری وجود دارد. این نتایج با نتایج گزارش شده توسط رودریگس^{۱۰} (۲۰۱۶)، بوری^{۱۱} و همکاران (۲۰۱۴)، سکو-رون و دندی^{۱۲} (۲۰۰۴)، بیرامی (۱۳۹۱)، قربانی و امانی (۱۳۹۴) استینسون (۲۰۱۶) و بهجتی و نجف‌آبادی (۲۰۲۰) مطابقت دارد. برای توضیح این نتایج، می‌توان گفت که مانند دیگر

¹ DeWall

² Honari & Saremi

³ Lee

⁴ Fraley and Davis

⁵ Dion and Dion

⁶ Lee

⁷ Sternberg

⁸ Tennov

⁹ Khanjani

¹⁰ Rodrigues

¹¹ Burri

¹² Skowron & Friedlander



دیدگاه‌های نسلی، تمایز یافتگی متمرکز بر تبیین ماهیت رفتارهای بین فردی و ساختار درون روانی از طریق روابط گذشته در خانواده بزرگ است که از نسلی به نسل دیگر منتقل می‌شود، بنابراین روابط فعلی را تحت تأثیر قرار می‌دهد (ونسا، ۲۰۱۳). همچنین در تبیین این یافته می‌توان گفت گرچه افراد دل‌بسته ایمن و اجتنابی در مقایسه با افراد دوسوگرا تاب‌آوری بالاتری دارند ولی نوع و کیفیت تمایز یافتگی افراد دل‌بسته ایمن با افراد دل‌بسته اجتنابی و دوسوگرا متفاوت است به طوری که افراد دل‌بسته ایمن دارای تمایز یافتگی و بیشتر هم آمیختگی با دیگران می‌باشند و افراد دل‌بسته اجتنابی در جایگاه من، شاید به این دلیل که تمایز یافتگی افراد دل‌بسته اجتنابی از خود مثبت و از دیگران منفی است و به استقلال و جدا شدن از دیگران بیشتر از برقراری روابط صمیمی و نزدیک ارزش می‌دهند. افراد دل‌بسته دوسوگرا در زمره افراد دارای تمایز یافتگی قرار نمی‌گیرند که می‌تواند ناشی از الگوهای عمل درونی این افراد باشد که نسبت به خود منفی و نسبت به دیگران مثبت است که این موجب می‌شود برای حفظ حس خودارزشمندی بسیار به تأیید دیگران وابسته باشند. همچنین مشاهده می‌شود که افراد دارای تمایز یافتگی جایگاه من از تاب‌آوری بیشتری نسبت افراد دارای گریز عاطفی برخوردارند که این نشان می‌دهد که اطلاع از خویشتن خویش، جدایی عاطفی از اعضای خانواده و بیان احساسات و عواطف، موجب تاب‌آوری بیشتر افراد می‌شود.

یافته‌ها نشان دادند که میان تمایز یافتگی و عشق رابطه معناداری وجود دارد. یافته‌های مطالعه حاضر با گزارش مطالعه قناعت باجگیرانی، قنبری هاشم‌آبادی و ظریف (۱۳۹۲) امان‌الهی، تردست و اصلانی (۱۳۹۳) همخوان است. در تبیین رابطه بین تمایز یافتگی و «شکست عاطفی» می‌توان گفت که به این دلیل که بدون شک شکست عاطفی یکی از مهم‌ترین تعارض‌های روانی و یکی از موقعیت‌های پر تنیدگی است که میزان تمایز یافتگی فرد می‌تواند به او در کنار آمدن با شکست عاطفی کمک کند؛ در واقع افرادی که سطح بالایی از تمایز یافتگی را دارند شکست‌های عاطفی را بهتر حل و فصل می‌کنند از جمله تحقیقاتی که به بررسی تمایز یافتگی پرداخته‌اند می‌توان به پژوهش‌های انجام‌شده توسط اسکورون و فریدلندر^۲ (۱۹۹۸)، مورداک و جر-جی آر^۳ (۲۰۰۶) و اسکورون و همکاران (۲۰۰۹) اشاره کرد. برش عاطفی یکی از مؤلفه‌های تمایز یافتگی است که ریشه در تجربیات خانوادگی دارد. فرد در محیط خانواده زمانی که در معرض فرآیند فرافکنی قرار می‌گرفته، از راهبردهای مختلفی برای فرار از بند پیوندهای عاطفی حل نشدنی خانواده استفاده می‌کرده است که این راهبردها شامل فاصله گرفتن فیزیکی از خانواده یا ایجاد موانع روانی مانند صحبت نکردن با یکی از اعضای خانواده شده است. این فرد همین تجربیات را به دیگر روابط دوران بزرگسالی منتقل می‌کند. در رابطه‌ای مانند رابطه عاشقانه در صورت بروز اختلاف و یا قطع رابطه ممکن است برای اجتناب از صدمه دیدن، از طریق فاصله گرفتن فیزیکی، ارتباط خود را قطع کند و به این شکل بخواهد به هویتی مستقل برای خود دست یابد، در حالی که فرد با این واکنش نامناسب نخواهد توانست با واقعیت شکست عاطفی کنار بیاید و به همین دلیل هم فردی که در برش عاطفی نمره بالایی گرفته است به موازات آن در سیاهه نشانگان ضربه عشق هم نمره بالایی کسب می‌کند.

هم آمیختگی نیز یکی از مؤلفه‌های تمایز یافتگی است؛ فردی که هم آمیختگی بالایی دارد به این معنی است که از توانایی کمی برای تصمیم‌گیری یا حل مشکلات خود به‌طور مستقل برخوردار است. به دنبال کسب تأیید و حمایت اطرافیان است و ممکن است در فرآیند کسب حمایت دیگران، خود واقعی خویش را فراموش کند و به خاطر نیاز عاطفی و ترس، فردیت خود را برای اطمینان از پذیرش دیگران قربانی کند. وقتی که چنین فردی رابطه مهمی مانند رابطه عاشقانه را از دست می‌دهد، یعنی حمایت و تأیید فرد مهم زندگی‌اش را ازدست‌داده است و ممکن است همچنان به دنبال کسب رضایت و تأیید شریک

¹ Vancea

² Skowron & Friedlander

³ Murdock & Gore



عشقی‌اش باشد و به خاطر همین نیاز نتواند با مسئله شکست عاطفی کنار بیاید و همچنان شکستش به‌عنوان مسئله‌ای حل نشده برایش باقی بماند.

منابع

- اتفاقی، سارا. جدیدی، محسن و تقی‌لو، صادق. (۱۳۹۹). مفهوم‌پردازی و سنجش عشق بر اساس دیدگاه دانشمندان ایرانی-اسلامی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد واحد شهر قدس.
- امان‌الهی، عباس. تردست، کوثر و اصلانی، خالد. (۱۳۹۳). پیش‌بینی نشانگان ضربه عشق بر اساس خود شفقتهی در دانشجویان دختر دارای تجربه شکست عاطفی. فصلنامه روان‌شناسی کاربردی، ۸(۱).
- بیرامی، منصور. (۱۳۹۱). پیش‌بینی رضایت زناشویی بر اساس سبک‌های دلبستگی و مولفه‌های تمایز یافتگی. مجله اصول بهداشت روانی، ۱۴(۵۳)، ۶۶-۷۷.
- پاتو، مژگان. (۱۳۸۱). بررسی رابطه میان خودپنداره و نگرش‌های دانشجویان متأهل دوره‌های تحصیلات تکمیلی دانشگاه تربیت مدرس نسبت به عشق در زندگی زناشویی خود، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس.
- ثنایی‌ذاکر، ب.، علاقی‌بند، س.، فلاحتی، ش. و هومن، ع. (۱۳۸۷). مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج تهران: س بعثت. غفاری، فاطمه، رفیعی، حسن، ثنایی، باقر. (۱۳۸۹). اثربخشی آموزش خانواده با استفاده از «تئوری سیستمی بوئن» بر تمایز یافتگی و کارکرد خانواده‌های دارای فرزند معتاد. خانواده پژوهی، ۶(۲).
- قربانی، آزاد و امانی، احمد. (۱۳۹۴). تبیین مدل نظری برای سبک‌های فرزند پروری، سبک‌های دلبستگی و خود متمایزسازی زوجین. فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۶(۲۱)، ۶۷-۸۶.
- قناعت‌باجگیرانی، سونه. قنبری هاشم آبادی، بهرامعلی و ظریف، فرزانه. (۱۳۹۲). بررسی رابطه میان تمایز یافتگی خود و سبک‌های عشق‌ورزی. فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۴(۱۶)، ۶۹-۸۴.
- کاظمیان مقدم، کبری. مهرابی زاده هنرمند، مهناز. کیامنش، علیرضا و حسینیان، سیمین. (۱۳۹۷). رابطه علی تمایز یافتگی، معناداری زندگی و بخشودگی با دلزدگی زناشویی از طریق میانجی‌گری تعارض زناشویی و رضایت زناشویی. فصلنامه علمی پژوهشی روشها و مدل‌های روانشناختی، ۹(۳۱)، ۱۳۱-۱۴۶.
- کرمی، ا و کلجاهی، ب. (۱۳۸۷). مقیاس قصه عشق. تهران: نشر روانسنجی.
- مصطفائی، پیوسته گر، & مهرانگیز. (۲۰۱۶). پیش‌بینی سبک عشق‌ورزی بر اساس سبک دلبستگی دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی رودهن. فصلنامه علمی پژوهشی شناخت، ۳(۲)، ۱۱-۲۰.
- مؤمنی، خدامراد، علیخانی، مصطفی. (۱۳۹۲). رابطه عملکرد خانواده، تمایز یافتگی خود و تاب‌آوری با استرس، اضطراب و افسردگی در زنان متأهل شهر کرمانشاه. مشاوره و روان‌درمانی خانواده، ۳(۲)، ۲۹۷-۳۲۹.
- نصیری حبیب اله و جوکار بهرام. (۱۳۸۷). معناداری زندگی، امید، رضایت از زندگی و سلامت روان در زنان (گروهی از زنان شاغل فرهنگی). ۶(۲): ۱۵۷-۱۷۶

Abdi, H., golzari, M,(2010).The relationship between love styles andPersonality characteristics.Journal of Psychology and Religion.3 (3),53-79

Ainsworth, M. D. S. (1991). Attachments and other affectional bonds across the life cycle. *Attachment across the life cycle*, 5, 122-164.

Alfasi, Y., Gramzow, R. H., & Carnelley, K. B. (2010). Adult attachment patterns and stability in esteem for romantic partners. *Personality and Individual Differences*, 48(5), 607-611.



- Bartle-Haring, S., & Lal, A. (2010). Using Bowen theory to examine progress in couple therapy. *The Family Journal*, 18(2), 106-115.
- Battista, J., & Almond, R. (1973). The development of meaning in life. *Psychiatry*, 36(4), 409-427.
- Behjati Najafabadi, R. (2020). Effectiveness of Self-Differentiation Training on Attachment Styles and Self-Esteem in Married Women.
- Bowen, M. (1978). *Family Therapy in Clinical Practice*. New York (Aronson) 1978.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss*. Vol. 1, Attachment. New York: Basic, 1982. *Attachment and Loss*, 2.
- Burri, A., Schweitzer, R., & O'Brien, J. (2014). Correlates of female sexual functioning: Adult attachment and differentiation of self. *The journal of sexual medicine*, 11(9), 2188-2195.
- Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monographs of the society for research in child development*, 59(2-3), 228-249.
- Cherry, M. G., Fletcher, I., & O'Sullivan, H. (2013). Exploring the relationships among attachment, emotional intelligence and communication. *Medical education*, 47(3), 317-325.
- Crowell, J. A., & Fraley, R. C. (1999). Measurement of individual differences in adolescent and adult attachment In Cassidy J. & Shaver PR (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research and clinical applications*. (pp. 434-460). New York: Guilford Press. [Google Scholar].
- DeWall, C. N., Masten, C. L., Powell, C., Combs, D., Schurtz, D. R., & Eisenberger, N. I. (2012). Do neural responses to rejection depend on attachment style? An fMRI study. *Social cognitive and affective neuroscience*, 7(2), 184-192.
- Drake, J. R. (2011). *Differentiation of self inventory-short form: creation and initial evidence of construct validity* (Doctoral dissertation, University of Missouri--Kansas City).
- Feldman, D. B., & Snyder, C. R. (2005). Hope and the meaningful life: Theoretical and empirical associations between goal-directed thinking and life meaning. *Journal of social and clinical psychology*, 24(3), 401-421.
- Frankl, V. E. (1963). *Man's search for meaning: An introduction to logotherapy*. Beacon press.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52(3), 511.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of personality and social psychology*, 52(3), 511.
- Honari, B., & Saremi, A. A. (2015). The study of relationship between attachment styles and obsessive love style. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 165, 152-159.
- Kerr M. E., & Bowen, M (1988). *Family evaluation* (pp: 34-89). New York: Norton.
- Khanjani, Z. (2005). *Evolution and pathology of attachment from childhood to adolescence*. Tabriz: ForoozeshPublication. [Persian].
- Kim, T. H., Lee, S. M., Yu, K., Lee, S., & Puig, A. (2005). Hope and the meaning of life as influences on Korean adolescents' resilience: Implications for counselors. *Asia pacific education review*, 6(2), 143-152.
- King, L. A., Hicks, J. A., Krull, J. L., & Del Gaiso, A. K. (2006). Positive affect and the experience of meaning in life. *Journal of personality and social psychology*, 90(1), 179.



- Lee, J. A. (1998). Ideologies of lovestyle and sexstyle. In V. C. deMunck (Ed.), *Romantic love and sexual behaviour: Perspectives from the social sciences* (pp. 33-76). Westport, Connecticut: Praeger.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Press.
- Murdock, N. L., & Gore, P. A. (2004). Stress, coping, and differentiation of self: A test of Bowen theory. *Contemporary Family Therapy*, 26(3), 319-335.
- Patrick, S., Sells, J. N., Giordano, F. G., & Tollerud, T. R. (2007). Intimacy, differentiation, and personality variables as predictors of marital satisfaction. *The family journal*, 15(4), 359-367.
- Rahimian Boogar, E., Nouri, A., Oreizy, H., Molavi, H., & Foroughi Mobarake, A. (2007). Relationship between adult attachment styles with job satisfaction and job stress in nurses. *Iranian journal of psychiatry and clinical psychology*, 13(2), 148-157.
- Rodrigues, A. (2016). Exploring the relationships among attachment, emotion regulation, differentiation of self, negative problem orientation, self-esteem, worry and generalized anxiety. *Disponibile en ProQuest Dissertations and Theses database (Order No. 10140588). Recuperado de <https://search.proquest.com/docview/1821617854>*.
- Rothbaum, F., Rosen, K., Ujiie, T., & Uchida, N. (2002). Family systems theory, attachment theory, and culture. *Family process*, 41(3), 328-350.
- Sadeghi, M., Ahmadi, S. A., Bahrami, F., Etemadi, O., & Pourseyed, S. R. (2013). The effect of transactional analysis training on love styles of couples.
- Shirzada, G. (2017). The role of Maternal Attachment Styles in Predicting the Parent-Child Relationship and Anxiety Disorders in Children. *New Trends and Issues Proceedings on Humanities and Social Sciences*, 3(3), 249-255.
- Skowron, E. A., & Dendy, A. K. (2004). Differentiation of self and attachment in adulthood: Relational correlates of effortful control. *Contemporary family therapy*, 26(3), 337-357.
- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The Differentiation of Self Inventory: Development and initial validation. *Journal of counseling psychology*, 45(3), 235.
- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The Differentiation of Self Inventory: Development and initial validation. *Journal of counseling psychology*, 45(3), 235.
- Skowron, E. A., Stanley, K. L., & Shapiro, M. D. (2009). A longitudinal perspective on differentiation of self, interpersonal and psychological well-being in young adulthood. *Contemporary Family Therapy*, 31(1), 3-18.
- Stinson, P. (2016). *Attachment and differentiation: The role of attachment in the pathological family system*. Working Paper.
- Titelman, P. (1998). *Clinical applications of Bowen family systems theory*. Psychology Press.
- Vancea, F. (2013). The increase of the differentiation level of the self through unifying personal development. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 78, 180-184.
- Zika, S., & Chamberlain, K. (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British journal of psychology*, 83(1), 133-145.