



رابطه تمایزیافتگی خود و دلزدگی زناشویی معلمان زن مدارس ابتدایی

سمیه غلامعلی پور جاغرق^۱

چکیده

هدف: این پژوهش با هدف بررسی رابطه تمایزیافتگی خود و دلزدگی زناشویی معلمان زن اجرا شد. روش: این مطالعه توصیفی از نوع همبستگی است و جامعه آماری پژوهش حاضر شامل معلمان خانم ناحیه ۷ مشهد در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ شهر مشهد بود. حجم نمونه در این پژوهش ۲۶۰ نفر بود که از طریق روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شدند. جهت جمع آوری داده ها از سه پرسشنامه: (الف) مقیاس دلزدگی زناشویی پانیز (۱۹۹۸)، (ب) پرسشنامه تمایزیافتگی خود اسکورن و اسمیت DSI-R (۲۰۰۳) استفاده شد. جهت تجزیه و تحلیل داده ها از همبستگی پیرسون استفاده و توسط نرم افزار spss-25 مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفتند. **یافته ها:** نتایج پژوهش نشان داد که بین تمایزیافتگی خود با دلزدگی زناشویی ۳۸ درجه همبستگی منفی و معنادار وجود دارد.

کلیدواژه ها: تمایزیافتگی خود، دلزدگی زناشویی، معلمان زن

۱- کارشناس ارشد گروه مشاوره، واحد قوچان، دانشگاه آزاد اسلامی، قوچان، ایران (نویسنده مسئول)

مقدمه

خانواده از مهم‌ترین سیستم‌های اجتماعی است که بر اساس ازدواج بین دو جنس مخالف شکل می‌گیرد. خانواده به عنوان واحد اجتماعی، کانون رشد، تکامل و تغییر و تحول آسیب‌ها و عوارض است که هم، بستری برای شکوفایی و هم، فروپاشی روابط میان اعضایش است (مارتین و همکاران^۱، ۲۰۱۹). یکی از مشکلات رایج در زوجین، دلزدگی زناشویی است. دلزدگی زناشویی^۲ وضعیت دردنگ جسمی، عاطفی و روانی است و کسانی را که توقع دارند عشق رؤیایی به زندگی‌شان معنا ببخشد را متأثر می‌سازد. دلزدگی هنگامی بروز می‌کند که آن‌ها متوجه می‌شوند، علی‌رغم تمام تلاش‌هایشان، این رابطه به زندگی‌شان هیچ معنا و مفهوم خاصی نداده است (زارعی، صادقی فرد و عدلی، ۱۳۹۲).

از نظر لینگرن^۳ (۲۰۰۴) دلزدگی، از پا افتادن جسمی و عاطفی و روانی و ناشی از عدم تناسب بین توقعات و واقعیات است. پائینز (۲۰۰۲) سه خصیصه را که بیشترین تأثیر را بر دلزدگی دارند از طریق یک پژوهش به ترتیب، بار مسئولیت اضافی، مطالبات متناقض و تعهدات خانوادگی مشخص کرد (پائینز^۴، ۲۰۰۲؛ ترجمه شاداب، ۱۳۹۴). نکته قابل توجه این است که چه عواملی باعث ایجاد دلزدگی زناشویی می‌شود که در این پژوهش به بررسی دو عامل تأثیرگذار پرداخته می‌شود.

عامل مؤثر اول مورد بررسی در دلزدگی زناشویی در این پژوهش، میزان تمایزیافتگی زوجین است. تمایزیافتگی به عنوان، افزایش استقلال و مسئولیت پذیری تعریف می‌شود (هی لی، ۱۹۷۶؛ ترجمه ثنایی، ۱۳۹۴). تمایزیافتگی^۵ که مهمترین مفهوم نظریه سیستم‌های خانواده است، میزان توانایی فرد را در تفکیک فرآیندهای عقلانی و احساسی او نشان می‌دهد. افراد تمایز یافته، تعریف مشخصی از خود و عقاید شان دارند و می‌توانند جهت خویش را در زندگی انتخاب کرده و در موقعیت‌های شدیداً عاطفی که در بسیاری از افراد منجر به بروز رفتارهای غیرارادی و گرفتن تصمیمات نا فرجام می‌شود. کنترل خود را از دست نداده و با در نظر گرفتن عقل و منطق، تصمیم گیری کنند. در مقابل، افراد تمایز نایافته که هویت تعریف شده ای ندارند، در تنش‌ها و مسائل بین اشخاص موجود همراه با موج عاطفی خانواده حرکت می‌کنند و در نتیجه اضطراب مزمن بالایی را تجربه کرده و مستعد مشکلات روان‌شناختی و بروز نشانه‌های بیماری هستند (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ۲۰۰۳؛ ترجمه براواتی و نقش بندي، ۱۳۹۶).

در بیان یافته‌های پژوهش پیشین نیز می‌توان به پژوهش‌های پیرامون این موضوع اشاره نمود. کاظمیان مقدم و همکاران (۱۳۹۶) در بررسی نقش تمایزیافتگی در پیش‌بینی دلزدگی زناشویی دانشجویان زن متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد دزفول به این نتیجه رسیدند که بین تمایزیافتگی و دلزدگی زناشویی رابطه منفی معنی داری وجود دارد. عشقی (۱۳۹۴) در بررسی رابطه سرخختی روان‌شناختی، تمایزیافتگی خود با دلزدگی زناشویی معلمان زن متأهل مدارس ابتدایی شهر نیشابور به این نتیجه رسید که بین تمایزیافتگی خود و تمام مولفه‌های آن بجز مولفه جایگاه من با دلزدگی زناشویی همبستگی منفی معنادار وجود داشت. همچنین پژوهش گابلمن^۶ (۲۰۱۴) در بررسی رابطه بین تمایزیافتگی و دلزدگی زناشویی نشان دادند که بین تمایزیافتگی و دلزدگی زناشویی رابطه منفی معنی داری وجود دارد و هر اندازه تمایزیافتگی زوج‌ها کمتر باشد تعارض‌های زناشویی و دلزدگی زناشویی آن‌ها بیشتر خواهد بود.

¹ Martínez-Pampliega, Cormenzana, Corral, Iraurgi & Sanz

² burnout Marital

³ Lingern

⁴ Paineiz

⁵ Differentiation

⁶ Gabelman, E

باتوجه به مبانی نظری و پژوهشی ذکر شده شناسایی عوامل تأثیرگذار و مرتبط با دلزدگی زناشویی و برنامه ریزی آموزش‌های مبتنی بر این یافته‌ها می‌تواند در پیشگیری از اختلالات زناشویی و پربارکردن ارتباطات موثر میان زوجین کمک نماید. در این میان معلمان زن به عنوان یک قشر دلسوز و به خاطر سر و کار داشتن با کودکان به عنوان آینده سازان جامعه و امور آموزشی و پرورشی آنها از حساسیت شغلی بالاتری برخوردارند که با انتقال ناراحتی و عدم شادی محیط خانه و روابط زناشویی موجب ایجاد خلق و روحیه منفی و کاهش بازده شغلی می‌شوند. توجه به کارکرد متعادل خانواده و جلوگیری از متلاشی شدن آن؛ شناخت عوامل مؤثر در روابط زناشویی بالاخص دلزدگی زناشویی، مهار و مدیریت آن به عنوان عامل پایداری زندگی خانوادگی، یکی از روش‌های قابل توجه در حل مشکلات زناشویی است. شناخت این عوامل به زوجین یاری می‌رساند تا با آشنایی با این عوامل به ایجاد، تقویت و یا اصلاح این متغیرها پرداخته و از بروز دلزدگی زناشویی جلوگیری به عمل آورند. لذا با توجه به آسیب‌های دلزدگی زناشویی معلمان و عوامل دخیل در آن و با توجه به اینکه نوع حمایت اجتماعی ادراک شده و تاثیر آن بر رفتارهای سازگارانه افراد در زندگی زناشویی و همچنین تاثیر تمایزیافتگی خود بر روابط عاطفی و خانوادگی، ممکن است هر یک از این متغیرها، عامل ایجاد مشکل و اختلاف بین روابط زوجین باشند، لذا پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه تمایزیافتگی خود و دلزدگی زناشویی به اجرا در آمد.

روش

جامعه آماری تحقیق را، معلمان خانم ناحیه ۷ مشهد در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ تشکیل می‌دادند. حجم نمونه در این پژوهش شامل ۲۶۰ معلم زن متأهل است که به روش نمونه گیری خوش ای چند مرحله‌ای انتخاب گردید. روش پژوهش حاضر همبستگی و از نوع پیش‌بین بوده است و نمونه‌های انتخاب شده از بین کلیه دبستان‌های دولتی ناحیه ۷ مشهد انتخاب گردیده و پس از کسب رضایت و توجیه معلمان، فرایند توزیع پرسشنامه آغاز گردیده و درنهایت پس از کسب اطمینان از صحت پاسخ‌های داده شده پرسشنامه‌ها جمع آوری گردید و به منظور انجام فرایندهای آماری وارد چرخه تحلیل قرار گرفت.

ابزار

الف) دلزدگی زناشویی پانیز^۱ (۱۹۹۸): این پرسشنامه ۲۱ ماده دارد که شامل ۳ جز اصلی خستگی جسمی (مثل احساس خستگی، سستی، داشتن اختلالات خواب)، از پا افتادن عاطفی (احساس افسردگی، نالمیدی، در دام افتادن) و از پا افتادن روانی (مثل احساس بی ارزشی، سرخوردگی و خشم به همسر) می‌باشد. تمام این موارد روی یک مقیاس هفت امتیازی پاسخ داده می‌شوند. ارزیابی ضریب اعتبار مقیاس دلزدگی زناشویی نشان داد که آن دارای یک همسانی درونی بین متغیرها در دامنه ۰/۸۴ و ۰/۹۰ است. روابی به وسیله همبستگی‌های منفی با ویژگی‌های ارتباطی مثبت به تأیید رسیده است.

ب) پرسشنامه تمایزیافتگی خود (DSI-R): این پرسشنامه توسط جکسون در ۴۳ ماده بر مبنای نظریه بوئن ساخته شد (اسکورن و اسمیت، ۲۰۰۳). این مقیاس شامل چهار خرده مقیاس ۱- واکنش پذیری عاطفی، ۲- جایگاه من، ۳- گریز عاطفی، ۴- هم آمیختگی با دیگران است. نمره گذاری این پرسشنامه بصورت لیکرت ۶ درجه‌ای صورت می‌پذیرد. نمرات بدست آمده برای هر خرده مقیاس به مانند نمره کلی در دامنه ۱ تا ۶ قرار می‌گیرد. نمره کمتر این پرسشنامه، نشانه سطوح پایینتر تمایزیافتگی است. ضریب آلفای گزارش شده توسط اسکورن و فریدلندر برای

^۱ Paniz Couple Burnout Inventory

پرسشنامه تمایزیافتگی خود ۰/۸۸ است. یونسی (۱۳۸۵) ضرایب پایابی این پرسشنامه را به روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ محاسبه کرد که پایابی بالای این پرسشنامه را نشان می‌دهد. **یافته‌ها**

ویژگی‌های توصیفی، پیش فرض نرمال بودن توزیع و نتایج همبستگی به ترتیب در جداول ۱ و ۲ آورده شده است.

جدول ۱: آماره‌های توصیفی و پیش فرض نرمال بودن توزیع متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	کالموگروف-	سطح معناداری
تمایز یافتگی خود	118.44	2.106	0.203	0.407

در جدول ۲ علاوه بر ارائه میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش، نتایج آزمون کالموگروف- اسمیرنوف ارائه شده است. نتایج ازمون کالموگروف- اسمیرنوف نشان داد که سطح معناداری برای تمام متغیرها بیشتر از ۰/۰۵ است و فرض نرمال بودن توزیع داده‌ها مورد تایید قرار می‌گیرد.

در ادامه جهت تعیین رابطه بین متغیرهای دلزدگی زناشویی و تمایزیافتگی از همبستگی پیرسون استفاده شده که نتایج آن در جدول ۲ گزارش شده است.

جدول ۲ نتایج همبستگی تمایزیافتگی خود و دلزدگی زناشویی معلمان

تمایزیافتگی خود	دلزدگی زناشویی	دلزدگی زناشویی همبستگی پیرسون	معناداری	تعداد
-0.380	1			
0.0001				
260	260			
تمایزیافتگی خود همبستگی پیرسون	معناداری	تمایزیافتگی خود همبستگی پیرسون	معناداری	تعداد
1	-0.380			
	0.0001			
260	260			

نتایج تحلیل همبستگی پیرسون در جدول فوق بیانگر آن است که بین تمایزیافتگی خود و دلزدگی زناشویی معلمان ۳۸ درصد همبستگی منفی معنادار وجود دارد ($p < 0.05$).

نتیجه‌گیری

دلزدگی زناشویی، وضعیت دردنگ فرسودگی جسمی، عاطفی و روانی است و کسانی را که توقع دارند عشق رویارویی و ازدواج به زندگی‌شان معنا ببخشد را متأثر می‌سازد (پانیز، ۱۹۹۸؛ ترجمه گوهرباد و افشار، ۱۳۸۳). در این راستا پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه تمایزیافتگی خود و دلزدگی زناشویی در معلمان زن صورت گرفت. و بر اساس نتایج به دست آمده، بین تمایزیافتگی خود و دلزدگی زناشویی معلمان ۳۸ درصد همبستگی منفی معنادار وجود دارد. نتایج پژوهش‌ها نشان داد که تمایزیافتگی خود می‌تواند پیش‌بینی کننده دلزدگی زناشویی باشد (کاظمیان مقدم و همکاران، ۱۳۹۶؛ گابلمن، ۲۰۱۴). تمایزیافتگی که مهم‌ترین مفهوم نظریه سیستم‌های خانواده است، میزان توانایی فرد را در تفکیک فرآیندهای عقلانی و احساسی او نشان می‌دهد (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ۲۰۰۳؛ ترجمه شاهی، نقش‌بندی و ارجمند، ۱۳۹۵). تمایزیافتگی شامل توانایی فرد برای باقی ماندن در ارتباط با دیگری در عین حفظ «ادران خود» است، به عبارتی تمایزیافتگی یعنی توانایی حفظ استقلال در عین حفظ ارتباط با دیگران (اسکورون و فریدلندر^۱)،

^۱ Friedlander, M. L

(۱۹۹۸). افراد تمایزیافته می‌توانند بدون ترس از یکی شدن، ضمن تجربه صمیمیت در روابط نزدیک، استقلال خود را حفظ کنند و زمانی که با اضطراب همسر خود مواجه می‌شوند، آرامش خود را حفظ کنند و زمانی که با اضطراب همسر خود مواجه می‌شوند، آرامش خود را حفظ کنند (اشتارخ، ۱۹۹۷؛ به نقل از حامدی و همکاران، ۱۳۹۱). بoven (۱۹۷۸) معتقد است که در رابطه زناشویی هرگاه سطح تمایزیافتگی هردو زوج پایین باشد آمیزش عاطفی بیشتری روی می‌دهد که این حالت منجر به کاهش کیفیت زناشویی و سازگاری پایین در روابط زناشویی می‌شود. در عوض زوج‌هایی که حداقل آمیزش عاطفی را باهم دارند، بیشترین فردیت را نیز دارند و این، امکان باهم بودن باثبات و محکم‌تری به آن‌ها می‌دهد. تمایزیافتگی یک جزء جدایی ناپذیر از توانایی فرد برای رشد صمیمیت است و به نظر می‌رسد سطح تمایزیافتگی با سطح رضایت زناشویی مرتبط باشد. برای مثال همسرانی با سطوح پایین تمایزیافتگی که در هم آمیخته شده‌اند، ممکن است کم‌تر بتوانند بفهمند که برای بهبود روابط‌شان چه چیزی از یکدیگر می‌خواهند که این مطلب درنهایت به سطوح پایین‌تر رضایت زناشویی منجر می‌شود. هنگامی که این زو جها با متغیرهای دیگری که با کاهش رضایت زناشویی مرتبط است - مثل تغییر نقش‌ها - روبرو می‌شوند، ممکن است سطوح پایین تمایزیافتگی، به خاطر فقدان توانایی‌شان در تمیز بین «خود» یکدیگر، به مشکلات‌شان برای پیدا کردن راه حل بهتر، بی‌فزاید. این کاهش در رضایت زناشویی برای زوج‌هایی که در یکدیگر آمیخته شده‌اند نسبت به زوج‌هایی که بیشتر تمایزیافته‌اند، ممکن است بیشتر باشد. در واقع زوج‌هایی که بیشتر تمایزیافته‌اند، بهتر می‌توانند در طول رابطه‌شان، موانع را رفع کنند (پاتریک و همکاران،^۱ ۲۰۰۷) و کم‌تر دچار دلزدگی می‌شوند. در واقع طبق نظریه بoven (۱۹۷۸) در نظام‌های زناشویی تمایزیافته، همسران به یکدیگر اجازه می‌دهند که نقشی نرم‌ش پذیرتر و رابطه‌ای صمیمانه‌تر داشته باشند و تفاوت عقاید یکدیگر را بهتر تحمل می‌کنند و برای این که مشکلات کم‌تری داشته باشند در پاسخ به عواطف خود و دیگران، آرامش خود را حفظ می‌کنند. در حقیقت زن و شوهرهایی که به یک اندازه از سطوح بالای تمایزیافتگی برخوردارند قادرند تا فردیت روشی را به وجود آورند و حفظ کنند و هم زمان، صمیمیت عاطفی پخته، قوی و غیرتهدیدآمیزی داشته باشند (گلادینگ، ۲۰۰۷؛ ترجمه بهاری و همکاران، ۱۳۹۷). همچنین به زعم لیکانی^۲ (۲۰۱۳) در روابط زناشویی، تمایزیافتگی بالا فرد را قادر می‌سازد تا برای بهزیستی و صمیمیت بین خود و همسرش، مرزها را تنظیم کند و فرصت انجام آن را برای طرف مقابل نیز فراهم سازد. وقتی تمایزیافتگی زوج‌ها بالا باشد احتمال مقابله مناسب با تعارض‌ها نیز برای زوج‌ها بیشتر می‌شود و اضطراب، واکنش‌های هیجانی و درنهایت هم آمیختگی کاهش می‌یابد. در مقابل، تمایزیافتگی پایین در بین زوج‌ها باعث سطوح بالای هم آمیختگی شده که به از دست دادن «خود» افراد منجر می‌شود. این گونه پویایی‌ها می‌توانند تعارض بالا و درنهایت جدایی عاطفی به بار آورد. در واقع زوج‌های تمایزیافته، به هنگام وقوع تعارضات زناشویی، به وسیله مکانیزم کناره‌گیری، حمله متقابل یا عکس العمل‌های دفاعی، واکنش نشان می‌دهند. در واقع در این گونه مناسبات زناشویی که زو جها در چرخه تعارض - اجتناب قرار دارند، در ادامه تجربه احساسات منفی، رابطه به دلزدگی می‌انجامد (کایزر،^۳ ۲۰۰۳). آن‌چه تمایزیافتگی در مناسبات زناشویی برای زوج‌ها فراهم می‌آورد افزایش توانایی آن‌ها برای صمیمیت شدن با یکدیگر، حفظ حریم شخصی و در عین حال درک تفاوت‌ها در موقعیت‌های پرتنش است. در واقع تمایزیافتگی، از هم آمیختگی زن و شوهر در موقعی بحرانی که باید بر اساس منطق دست به تصمیم‌گیری بزنند، جلوگیری کرده و آن‌ها را قادر می‌سازد تا مشکلات موجود در رابطه را با عقل و منطق و نه بر اساس واکنش‌پذیری‌های هیجانی و احساسی، رفع کنند.

¹ Patrick, S., Sells, J. N., Giordano, F. G., & Tollerud, T. R.² Likcani, A.³ Kaiser

در حقیقت، آنچه زوج های تمایزناپذیر را دچار مشکل می سازد، اجتناب و فاصله گیری در موقعیت های دشوار است که تنها تسکینی موقتی بوده و در درازمدت با تشديد تعارض های زناشوبي و از بين بردن حریم زناشوبي، آن ها را به سمت دلزدگی سوق می دهد. به عبارت دیگر هرچه افراد از سطوح تمایزناپذیر پایین تری برخوردار باشند، به دلیل آمیختگی بیشتر عقل و احساساتشان، در تعارضات های زناشوبي درگیر تنفس های عاطفی شدید با همسر شده و دچار دلزدگی زناشوبي در طولانی مدت می شوند.

هر تحقیق بنا بر ماهیت، موضوع مورد بررسی و روش کار خود دارای مشکلات محدودیت هایی می باشد. پژوهش حاضر نیز از این امر مستثنی نبوده است. یکی از محدودیت های این پژوهش میتوان به مقطعی بودن و تک جنس بودن جامعه پژوهش؛ که تنها شامل معلمات خانم ناحیه ۷ شهر مشهد بود اشاره کرد که می تواند فرایند تعمیم پذیری نتایج را به سایر گروه های جمعیتی با محدودیت موافق سازد. بنابراین پیشنهاد می شود که متغیرهای این مطالعه در مطالعات بعدی بر روی جامعه وسیع تر و هر دو جنس اجرا و مقایسه گردد.

بر اساس یافته های پژوهش می توان چنین پیشنهاد که سازمان ها و نهادهای اجتماعی مانند بهزیستی، مرکز امور زنان و خانواده، روانشناسان و مشاورانی که در حوزه اصلاح تعاملات خانوادگی فعالیت می کنند، می توانند در جهت طراحی و کاربست برنامه های مداخلاتی مبتنی بر متغیرهای پیش بین در راستای ارتقاء شاخص رضایت از زندگی زناشویی اقدام نمایند. از آنجا که تأکید در مانگران بر این مسئله که برای کمک به زوجین ناسازگار می توان با تکنیک های شناختی به شناسایی رفتارهای ناکارآمد و همچنین رشد ارتباط مؤثر زناشویی پرداخت، لذا با ایجاد آگاهی وسیع تر نسبت به این موضوع برای زوجین در هر قشری از جامعه، میتوان دلزدگی زناشویی را کاهش داد.

منابع

- پاییز، آیالاماچ. (۲۰۰۲). چه کنیم تا عشق رویایی به دل زدگی نینجامد. ترجمه فاطمه شاداب. ۱۳۹۴. تهران: ققنوس
- پاییز، آیالاماچ. (۱۹۹۶). دلزدگی از روابط زناشویی. ترجمه سید حبیب گوهربی راد و کامران افشاری. (۱۳۸۳). تهران: انتشارات رادمهر
- حامدی، رباب؛ خسروی، زهره؛ پیوسته گر، مهرانگیز؛ درویزه، زهرا؛ خدابخش، روشک؛ صرامی، غلامرضا. (۱۳۹۱).
- بررسی تمایزیافتگی خود و کیفیت رابطه با غیر همجنس در دانشجویان مجرد. *فصلنامه مطالعات روانشناسی*، ۵۷-۷۱، (۴)۸
- زارعی، اقبال؛ مریم، صادقی فرد؛ مریم، عدلی. (۱۳۹۲). اثربخشی زوج درمانی الیس (رویکرد عقلانی عاطفی هیجانی) در تغییر سبک اسناد و کاهش تعارضات و دلزدگی زناشویی زوجین شهرستان بندرعباس. *پایان نامه کارشناسی ارشد*. دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه هرمزگان
- عشقی، علی. (۱۳۹۴). بررسی رابطه‌ی سرسختی روان شناختی، تمایزیافتگی خود با دلزدگی زناشویی. *پایان نامه کارشناسی ارشد*. دانشگاه دولتی بجنورد - دانشکده ادبیات و علوم انسانی. ۱۳۹۴.
- کاظمیان مقدم، کبری؛ مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ کیامنش، علیرضا؛ حسینیان، سیمین. (۱۳۹۶). نقش تمایزیافتگی، معناداری زندگی و بخشدودگی در پیش‌بینی دلزدگی زناشویی دانشجویان زن متأهل. *فصلنامه علمی پژوهشی زن و فرهنگ*. سال نهم، شماره ۳۳، ۹۶-۳۳، پاییز ۹۶
- گلادینگ، ساموئل، تی. (۲۰۰۷). خانواده درمانی، تاریخچه، نظریه و کاربرد. ترجمه‌ی فرشادب‌هاری، بدیری السادات بهرامی، سوسن سیف و مصطفی تبریزی. (۱۳۹۷). تهران: انتشارات تزکیه.
- گلدنبرگ، ایرنه؛ گلدنبرگ، هربرت. (۲۰۰۳). خانواده درمانی. ترجمه حمیدرضا حسین شاهی براواتی و سیامک نقش بندی. (۱۳۹۶). تهران: نشر روان
- هی لی، جی. (۱۹۷۶). خانواده درمانی. ترجمه باقر ثنایی. ۱۳۹۴. تهران: انتشارات امیرکبیر

- Gabelman, E. (2014). The effects of locus of control and differentiation of self on relationship satisfaction. Department of Human Development and family Science. 1-20
- Kaiser, A. (2003). The ways enhancing intimacy. New York: The Gilford Press.
- Likcani, A. (2013). Differentiation and intimate partner violence. Dissertation for Doctor of Philosophy, College of Human Ecology, Kansas State University.
- Lingern, H. (2004). Marriage Burnout. 6 ed. New York: The Gilford Press. Tuason MT, Friedlander, ML. Do parents differentiation levels predict those of their adult children? And other tests Of Bowen theory in a Philippine sample. *Journal of Counseling Psychology* 2014. 4(1):27-35.
- Martínez-Pampliega, A., Cormenzana, S., Corral, S., Iraurgi, I., & Sanz, M. (2019). Family structure, interparental conflict & adolescent symptomatology. *Journal of Family Studies*, 1-16. doi:10.1080/13229400.2018.1536609
- Skowron, E., & Friedlander, M. L. (1998). The differentiation of Self Inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 235-246.

The relationship between differentiation and marital disturbance in primary school Women teachers

Purpose: The aim of this study was to investigate the relationship between self-differentiation and marital boredom of female teachers. **Method:** This is a descriptive correlational study and the statistical population of the present study included Married Women Teachers in District 7 Mashhad in 2017-18. The sample size in this study was 260 people who were selected simple Multi-step randomization. To collect data, three questionnaires were used: a) Paniz's Marital disturbance (1986), b) Self-differentiation questionnaire DSI-R (1998). To analyze the data, descriptive statistics (mean, standard deviation) and inferential statistics, Pearson correlation analysis were used and statistically analyzed by SPSS software. **Results:** The results showed that there is a significant negative correlation between self-differentiation and marital boredom of 38 degrees.

Keywords: differentiation, marital disturbance