ISSN: 2717-3216 *Volume 12, Issue 2 (2025), 15-31* https://www.ijfpjournal.ir/

Iranian Journal of Family Psychology

Research Paper

https://doi.org/10.22034/ijfp.2026.2077020.1473

The Effect of Self-Differentiation Intervention on Emotional Blackmail and Emotional Harassment of Couples with Emotional Cutoff Syndrome

Mohammad Ebrahim Dashti[1], Hossein Mohagheghi[2*], Mohammad Reza Zoghi Paydar[3], Abolghasem Yaghoobi[4], Mohammad Reza Roshanaei[5]

1. Ms.C. in General Psychology, Department of Psychology, Faculty of Economic and Social Sciences, Bu-Ali Sina University, Hamadan, Iran
2. Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Economic and Social Sciences, Bu-Ali Sina University, Hamadan, Iran
3. Associate Professor, Department of Psychology, Faculty of Economic and Social Sciences, Bu-Ali Sina University, Hamadan, Iran
4. Professor, Department of Psychology, Faculty of Economic and Social Sciences, Bu-Ali Sina University, Hamadan, Iran
5. Ph.D. Candidate in Psychology, Department of Psychology, Faculty of Economic and Social Sciences, Bu-Ali Sina University, Hamadan, Iran

Article Info.

Received: 27 Aug 2025

Revised: 28 Oct 2025

Accepted: 2 Dec 2025

Keywords:

Emotional harassment, Emotional blackmail, Self-differentiation, Couples, Emotional cutoff syndrome.

Abstract

Abstract

Marital and emotional difficulties, including emotional cutoff syndrome, are among the fundamental challenges in marital relationships that can negatively impact marital stability and quality of life. Therefore, this study aimed to examine the effect of self-differentiation-based intervention on emotional blackmail and emotional harassment in couples exhibiting emotional cutoff syndrome. This quasi-experimental study employed a pretest-posttest design with a control group. The statistical population consisted of married couples with emotional cutoff syndrome who visited the Mehr Aeen Psychology Center in Malayer, Iran, in 2023. A convenience sample of 40 participants was selected and randomly assigned to either the experimental (n=20) or control group (n=20). The instruments included the Self-Differentiation Scale (DSI-R), the Emotional Blackmail Scale (EHS), the Emotional Harassment Scale (EBS), and a self-differentiation intervention protocol. The experimental group underwent 10 sessions (90 minutes each) of self-differentiation therapy, while the control group received no intervention. Post-test assessments were conducted for both groups, and the data were analyzed using multivariate analysis of covariance (MANCOVA). The MANCOVA results indicated a significant difference ($p<0.01$) in post-intervention scores of emotional blackmail, emotional harassment, and their subscales between the experimental and control groups. Specifically, self-differentiation therapy significantly reduced emotional blackmail and emotional harassment ($p<0.01$). The findings support the efficacy of self-differentiation intervention in improving marital relationships and emotional dynamics. Thus, this approach can be implemented as an effective strategy in family counseling centers and couple education programs.

***Corresponding author**
Email: h.mohagheghi@basu.ac.ir

How to Cite:
Dashti, M. E., Mohagheghi, M., Zoghi Paydar, M. R., Yaghoobi, A., & Roshanaei, M. R. (2025). The Effect of Self-Differentiation Intervention on Emotional Blackmail and Emotional Harassment of Couples with Emotional Cutoff Syndrome. *Iranian Journal of Family Psychology. 12*(2), 15-31. https://doi.org/10.22034/ijfp.2026.2077020.1473

©The Author(s). Published by Family Psychology Association of Iran.
This article is an open access article licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0)

ISSN: 2717-3216 https://www.ijfpjournal.ir/

روانشناسی خانواده
دوره دوازدهم، شماره ۲، پاییز و زمستان ۱۴۰۴



مقاله پژوهشی

تأثیر مداخله تمایزیافتگی خود بر باج‌گیری و آزار عاطفی زوجین با گسست عاطفی

محمدابراهیم دشتی [۱]، حسین محققی [۲*]، محمدرضا ذوقی پایدار [۳]، ابوالقاسم یعقوبی [۴]، محمدرضا روشنایی [۵]

۱. دانش‌آموخته کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم اقتصادی و اجتماعی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران
۲. دانشیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم اقتصادی و اجتماعی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران
۳. دانشیار، گروه روانشناسی، دانشکده علوم اقتصادی و اجتماعی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران
٤. استاد، گروه روانشناسی، دانشکده علوم اقتصادی و اجتماعی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران
٥. کاندیدای دکتری روانشناسی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم اقتصادی و اجتماعی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران

اطلاعات مقاله

دریافت: ۱۴۰۴/۰۶/۰۵

بازنگری: ۱۴۰۴/۰۸/۰۶

پذیرش: ۱۴۰۴/۰۹/۱۱

کلیدواژه‌ها:

آزار عاطفی،

باج‌گیری عاطفی،

تمایز یافتگی خود،

زوجین،

گسست عاطفی

چکیده

شکلات ارتباطی و عاطفی بین زوجین، از جمله گسست عاطفی، از چالش‌های اساسی در روابط زناشویی محسوب می‌شوند که می توانند تأثیرات منفی بر پایداری و کیفیت زندگی مشترک داشته باشند. لذا، هدف از این پژوهش، بررسی تأثیر مداخله مبتنی بر تمایزیافتگی خود بر باج گیری و آزار عاطفی در زوجین دارای نشانگان گسست عاطفی بود. پژوهش حاضر نیمه-آزمایشی از نوع پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل زوجین متأهل مبتلا به نشانگان گسست عاطفی مراجعه کننده به مرکز روانشناسی مهر آیین شهر ملایر در سال ۱۴۰۳ بود که از بین آنها، تعداد ۴۰ نفر به روش در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه ۲۰ نفره آزمایش و کنترل جای گذاری شدند. ابزارهای مورد استفاده شامل مقیاس‌های تمایزیافتگی خود (DSI-R)، باج گیری عاطفی (EHS) و آزار عاطفی (EBS) و پروتکل مداخله مبتنی بر تمایز یافتگی خود بود. گروه آزمایش طی ۱۰ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت درمان مبتنی بر تمایز یافتگی خود قرار گرفت و سپس از هر دو گروه پس‌آزمون گرفته شد. جهت تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل کواریانس استفاده شد. نتایج تحلیل کوواریانس چند متغیره نشان داد تفاوت میانگین نمرات باج گیری عاطفی و آزار عاطفی و مولفه های آن بعد از مداخله مبتنی بر تمایز یافتگی خود در مقایسه با گروه کنترل معنادار بود (P<۰/۰۱)، به‌طوری که درمان مبتنی بر تمایز یافتگی خود باعث کاهش باج گیری عاطفی و آزار عاطفی و مولفه‌های آن شد (P<۰/۰۱). یافته‌های این پژوهش مؤید اثربخشی مداخله مبتنی بر تمایزیافتگی خود در بهبود روابط و عواطف زناشویی است. لذا، این رویکرد می تواند به عنوان یک راهکار مؤثر در مراکز مشاوره خانواده و برنامه‌های آموزش زوجین مورد استفاده قرار گیرد.

***نویسنده مسئول:**

پست الکترونیکی: h.mohagheghi@basu.ac.ir

استناد به این مقاله:

دشتی، محمدابراهیم، محققی، حسین، ذوقی پایدار، محمدرضا، یعقوبی، ابوالقاسم، روشنایی، محمدرضا (۱۴۰۴). تأثیر مداخله تمایزیافتگی خود بر باج گیری و آزار عاطفی زوجین با گسست عاطفی. *روانشناسی خانواده*، ۱۲(۲)، ۱۵-۳۱.

مقدمه

ازدواج یکی از مهمترین رویدادها در چرخه‌ی زندگی انسان است که منجر به تشکیل خانواده می‌شود (Mohagheghi et al., 2025، Mohagheghi & Roshanei, 2022). خانواده به عنوان هسته بنیادین جامعه، نه تنها به منزله منبع اولیه حمایت و عاطفه محسوب می‌شود (Mohagheghi & Roshanaei, 2023)، بلکه به عنوان یک سیستم پویا، تأثیر عمیقی بر سلامت روانی، ثبات هیجانی و رشد شخصیتی اعضای خود دارد (Minuchin, 2018). این نهاد اجتماعی کارکردهای متعددی از جمله حمایت عاطفی، اجتماعی‌سازی و تأمین امنیت روانی را بر عهده دارد که همگی در بستر روابط صمیمانه و پایدار بین اعضا معنا می‌یابند (Navarro & Tudge, 2023). با این حال، در دهه‌های اخیر شاهد تغییرات نگران‌کننده‌ای در الگوهای ارتباطی خانواده‌ها هستیم. آمارهای جهانی نشان می‌دهد که گسست عاطفی[1] به پدیده‌ای شایع تبدیل شده است (Gottman, 2023).

گسست عاطفی، که به صورت فاصله‌گیری روانی و کاهش تبادل احساسی بین زوجین تعریف می‌شود، نه تنها پویایی خانواده را تضعیف می‌کند، بلکه تأثیرات منفی گسترده‌ای بر سلامت روان افراد و حتی کارکرد اجتماعی آنان برجای می‌گذارد (Masjedi et al., 2022). براساس مطالعات پیشین، در ایران، حدود ۴۰ درصد از زوجینی که جهت مشاوره خانوادگی و زناشویی به مراکز مشاوره مراجعه می‌کنند، درگیر روابطی سرد و فاقد عاطفه هستند و گرایش زیادی به گسست عاطفی دارند (Maroofi et al., 2021). همچنین، آمارها نشان می‌دهد که میانگین گفت‌وگو بین اعضای خانواده‌های ایرانی به ۱۵تا ۲۰ دقیقه در روز رسیده است، موضوعی که نشان از یک گسست عاطفی بزرگ در خانواده دارد (Mahdavi, 2019). این گسست عاطفی نه تنها منجر به نارضایتی زناشویی می‌شود، بلکه تأثیرات مخربی بر سلامت روان فرزندان، کارکرد خانواده و حتی انسجام اجتماعی بر جای می‌گذارد (Jones, 2021). در چنین شرایطی، بررسی علمی این پدیده و یافتن راهکارهای مداخله‌ای مؤثر به یکی از ضروری‌ترین حوزه‌های پژوهشی در روانشناسی خانواده تبدیل شده است.

در کنار مسئله گسست عاطفی، باج‌گیری عاطفی[2] نیز به عنوان یکی دیگر از چالش‌های اساسی در روابط زناشویی معاصر مورد بحث می‌باشد. باج‌گیری عاطفی به عنوان یک رفتار کنترل‌گرانه در روابط بین‌فردی تعریف می‌شود که در آن یکی از زوجین با استفاده از تهدید، احساسات منفی یا محرومیت عاطفی، طرف مقابل را برای دستیابی به خواسته‌های خود تحت فشار قرار می‌دهد (Anusree et al., 2021). باج‌گیری عاطفی به‌عنوان یکی از اشکال سوءرفتار روانی، در بافت روابط زناشویی می‌تواند تأثیرات مخرب و بلندمدتی بر سلامت روانی و کارکرد رابطه داشته باشد (Qasim & Muzaffar, 2021). این پدیده می‌تواند به شکل‌های مختلفی مانند سکوت تحمیلی، تهدید به ترک رابطه یا ایجاد احساس گناه ظاهر شود و اغلب منجر به کاهش رضایت زناشویی و افزایش پریشانی روانی در قربانی می‌گردد (Ponti et al., 2021). در همین راستا، مطالعات نشان می‌دهند که باج‌گیری عاطفی اغلب با مکانیسم‌های دفاعی ناسازگارانه مانند انکار، سرزنش و واکنش‌های هیجانی شدید همراه است که به جای حل تعارض، به تشدید چرخه‌های معیوب تعاملی می‌انجامد (Vize et al., 2024). این الگوهای ارتباطی مخرب، به ویژه در زوجین با گسست عاطفی، می‌توانند به تدریج ظرفیت همدلی، اعتماد و صمیمیت را در رابطه تحلیل برده و فضایی از ناامنی و بی‌اعتمادی پایدار ایجاد کنند (Oberoi et al., 2024).

علاوه بر باج‌گیری عاطفی، مفهوم آزار عاطفی[3] نیز می‌تواند به روابط زوجین خدشه وارد کند (Alipanah et al., 2021). از این‌رو، در بستر گسست عاطفی، آزار عاطفی اغلب به عنوان مکانیسمی ناسازگارانه برای حفظ کنترل یا پر کردن خلأ ناشی از

1. Emotional Cutoff
2. Emotional Blackmail
3. Emotional Harassment

فقدان صمیمیت عمل می‌کند (Sharifi et al., 2024). آزار عاطفی به عنوان یکی از اشکال پنهان اما ویرانگر خشونت در روابط زناشویی شناخته می‌شود که در آن یکی از زوجین به صورت مستمر از طریق تحقیر، تهدید، انزواگزینی عمدی یا بی‌اعتنایی سیستماتیک، به تخریب عزت‌نفس و سلامت روانی طرف مقابل می‌پردازد (Choi et al., 2018). برخلاف خشونت فیزیکی که آثار آن آشکار است، آزار عاطفی اغلب به‌صورت تدریجی و نامحسوس اعمال می‌شود و قربانی را در شبکه‌ای از ابهام، خودکم‌بینی و وابستگی روانی گرفتار می‌کند (Hamel et al., 2023). مطالعات نشان می‌دهند این پدیده در زوجین دارای نشانگان گسست عاطفی به شکل ویژه‌ای بارز است، جایی که سوءرفتارهای کلامی (مثل سرزنش‌های مکرر) و غیرکلامی (مانند نادیده گرفتن عمدی) جایگزین تعاملات سالم می‌شوند (McLindon et al., 2025). پیامدهای این رفتارها نه تنها شامل افسردگی و اضطراب می‌شود، بلکه می‌تواند به بی‌حسی عاطفی و زوال برگشت‌ناپذیر صمیمیت بینجامد (Karakurt & Silver, 2013).

پژوهش‌های نوین نشان می‌دهند زمانی که مرزهای روانی تار می‌شوند و هیجانات به هم تنیده می‌گردند، روابط به سرزمینی حاصلخیز برای رشد الگوهای مخرب تبدیل می‌شوند (Rodríguez-González et al., 2023)؛ اما می‌توان با مداخله‌ای هدفمند، به زوجین آموخت که چگونه در عین حفظ پیوند عاطفی، استقلال روانی خود را نگه دارند. یکی از مفاهیم روانشناختی که می‌تواند در این زمینه راهگشا باشد، تمایز یافتگی خود[4] است؛ سازه‌ای که در نظریه سیستم‌های خانواده مطرح شد و به توانایی فرد در حفظ تعادل بین ارتباط عاطفی با دیگران و استقلال روانی اشاره دارد (Bowen, 1993). نظریه تمایز یافتگی بر این نکته تأکید دارد که سطوح پایین تمایز یافتگی خود با دشواری در حفظ تعادل بین پیوند عاطفی و استقلال فردی همراه است، که این امر می‌تواند تشدیدکننده نشانگان گسست عاطفی باشد (Bowen, 1993). در رویکرد درمانی تمایز یافتگی خود، زوجین می‌آموزند که چگونه بدون از دست دادن هویت فردی خود، ارتباط عاطفی عمیق‌تری برقرار کنند (Calatrava et al., 2022). افرادی که از تمایز یافتگی بالاتری برخوردارند، بهتر می‌توانند در روابط نزدیک، بدون از دست دادن هویت فردی خود، تعامل سالمی داشته باشند، در حالی که سطوح پایین تمایز یافتگی اغلب به وابستگی‌های بیمارگونه یا گسست‌های عاطفی منجر می‌شود (Telli & Yavuz Güler, 2023). مطالعات تجربی نشان داده‌اند که افزایش سطح تمایزیافتگی منجر به کاهش تعارضات زناشویی و افزایش رضایت از رابطه می‌شود (Dolz-del-Castellar & Oliver, 2021). به عبارتی، مکانیسم اثر این مداخله از طریق افزایش خودآگاهی هیجانی، بهبود تنظیم عواطف و تقویت مهارت‌های ارتباطی عمل می‌کند (Yavuz Güler & Karaca, 2022)، که همگی از عوامل کلیدی در بهبود کیفیت روابط زناشویی محسوب می‌شوند.

در بافت فرهنگی ایران، تمایزیافتگی خود به عنوان تعادل بین هویت فردی و پیوند عاطفی عمل می‌کند (Solgi et al., 2019). از این‌رو، زوجین با تمایزیافتگی بالا در ایران، از راهبردهای فرهنگی مرزبندی انعطاف‌پذیر (مانند مشارکت در جمع ولی حفظ حق انتخاب فردی) استفاده می‌کنند که این امر در جوامع جمع‌گرا کلید پایداری روابط است (Qorbani et al., 2023; Seyyed Majidi et al., 2025). همچنین، تمایزیافتگی خود بر ثبات تعاملات زناشویی و ذهن آگاهی رابطه عاطفی تاثیرگذار است (Joharifard et al., 2024). در مقابل، تمایز یافتگی خود در بلند مدت سبب کاهش صمیمیت زناشویی می‌شود و این امر به مرور باعث ایجاد آزار عاطفی و بروز تعارض زناشویی در زوجین می‌شود (Sharifi et al., 2024).

با توجه به اینکه گسست عاطفی یکی از مشکلات خانواده‌های امروزی است و به معضلی جدی در ایران بدل شده است (Arbabzadeh et al., 2022)، شناسایی عوامل و رویکردهای مؤثر بر بهبود این روابط و طراحی مداخلات روانشناختی کارآمد

4. Self-Differentiation

از اهمیت بالایی برخوردار است. تمایز یافتگی خود به عنوان یک سازه روانشناختی، پتانسیل قابل توجهی در توضیح و تعدیل مشکلات زناشویی دارد، زیرا هم به فردیت و هم به ارتباط سالم توجه می‌کند. از آنجا که فرهنگ ایرانی بر روابط خانوادگی نزدیک و درهم‌تنیده تأکید دارد، ممکن است فشارهای ناشی از عدم تمایز یافتگی در این بافت پررنگ‌تر باشد. بنابراین، بررسی تأثیر مداخلات مبتنی بر تمایز یافتگی در این زمینه می‌تواند به ارائه راهکارهای عملی برای زوجین و درمانگران ایرانی منجر شود. یافته‌های این مطالعه می‌توانند مبنایی برای طراحی برنامه‌های آموزشی و درمانی جهت پیشگیری از گسست عاطفی و کاهش باج‌گیری و آزار عاطفی در روابط زوجین باشند. هم‌چنین، با توجه به نقش خانواده به عنوان نهادی تأثیرگذار در ثبات اجتماعی، هرگونه بهبود در روابط زناشویی می‌تواند تأثیرات مثبت گسترده‌ای بر سلامت روان جامعه داشته باشد.

اگرچه شواهد متعددی نقش مثبت تمایزیافتگی بالا را در روابط زناشویی تأیید می‌کنند (Dolz-del-Castellar & Oliver, 2021)، یافته‌های پژوهشی در این حوزه کاملاً یکسان نیستند. برای مثال، مطالعه‌ای نشان داد که ضعف در تمایزیافتگی خود با گسترش تعارض زناشویی رابطه دارد (Dargahi et al., 2024). در مقابل، در پژوهش دیگری نشان داده شد که سطوح بالای تمایزیافتگی می‌تواند در بلندمدت با کاهش صمیمیت و افزایش تعارض همراه باشد (Sharifi et al., 2024). این تناقض ظاهری ممکن است ناشی از تفاوت در بافت فرهنگی، تعاریف عملیاتی یا ویژگی‌های نمونه باشد و بر پیچیدگی این سازه و لزوم بررسی آن در جمعیت‌های خاص (مانند زوجین دچار گسست عاطفی) تأکید می‌کند. به نظر می‌رسد کیفیت و انعطاف تمایزیافتگی و نه صرفاً میزان آن، در تعامل با مهارت‌های ارتباطی است که پیامد نهایی را تعیین می‌کند.

با توجه به تناقض موجود و پیچیدگی تأثیر تمایزیافتگی بر روابط، به‌ویژه در بافت‌های خاص، شناسایی شکاف‌های پژوهشی در این حوزه ضروری به نظر می‌رسد. مطالعات پیشین به بررسی جداگانه یا دو به دو متغیرهای این پژوهش پرداخته‌اند؛ در حالی که پژوهشی که به طور یکپارچه نقش مداخله‌ای تمایزیافتگی را در دو پدیده‌ی باج‌گیری عاطفی و آزار عاطفی در جمعیت خاص زوجین دارای نشانگان گسست عاطفی بررسی کند، فقدانی آشکار است. همچنین، اگرچه اهمیت تمایزیافتگی در فرهنگ‌های جمع‌گرا مورد تأیید قرار گرفته، اما اثربخشی مداخلات روان‌شناختی مبتنی بر این سازه به منظور کاهش رفتارهای کنترل‌گرانه و مخرب در روابط زناشویی ایرانی که با فشارهای خاص هنجاری و خانوادگی روبروست، به صورت تجربی و در قالب مطالعات کنترل‌شده به اندازه کافی مورد آزمون قرار نگرفته است. علاوه بر این موارد، پژوهش‌های موجود غالباً بر شناسایی همبستگی‌ها یا پیامدها متمرکز بوده و کمبود مطالعات مداخله‌ای که بتواند علیت و کارآمدی یک رویکرد درمانی را در حل این مشکلات نشان دهد، به وضوح در ادبیات پژوهش مشهود است. بنابراین، این مطالعه با هدف بررسی اثر یک مداخله‌ی نظام‌مند مبتنی بر تمایزیافتگی خود، بر دو پیامد کلیدی کمتر بررسی شده در بافت گسست عاطفی (باج‌گیری و آزار عاطفی) و در نمونه‌ای از زوجین ایرانی طراحی شد. لذا فرضیه این پژوهش عبارت است از: مداخله تمایزیافتگی خود بر باج‌گیری و آزار عاطفی زوجین با گسست عاطفی تاثیرگذار است.

روش

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

پژوهش حاضر از نوع نیمه‌آزمایشی با پیش‌آزمون و پس‌آزمون بهمراه گروه کنترل بود. جامعه آماری شامل زوجین مراجعه کننده به مرکز روانشناسی مهر آیین شهر ملایر در سال ۱۴۰۳ بود که از بین آنها، تعداد ۴۰ نفر، که در مقیاس گسست عاطفی حداقل حدنصاب لازم (حداقل نمره ۴۰) را کسب کرده بودند، با توجه به معیارهای ورود به پژوهش، به روش هدفمند انتخاب و

به صورت تصادفی (استفاده از جدول اعداد تصادفی) در دو گروه ۲۰ نفره آزمایش و کنترل جای‌گذاری شدند. بر اساس مطالعات روش‌شناختی (MacCallum et al., 1999)، حجم نمونه‌ای در محدوده ۳۰ تا ۴۰ نفر برای دستیابی به برآوردهای پایدار در پژوهش‌های نیمه‌آزمایشی چندمتغیره کفایت می‌کند. با در نظر گرفتن آزمون تحلیل واریانس با اندازه اثر متوسط (f=۰/۲۵)، سطح معنی‌داری ۰/۰۵، توان آماری ۰/۸۰ و تعداد گروه‌های دوگانه (آزمایش و کنترل)، حداقل حجم نمونه لازم برای هر گروه ۱۷ نفر محاسبه شد. با توجه به امکان ریزش نمونه، ۲۰ نفر در هر گروه (در مجموع ۴۰ نفر) در نظر گرفته شدند. معیارهای ورود به پژوهش عبارتند از: تأهل و زندگی مشترک حداقل به مدت ۳ سال، داشتن حداقل یک فرزند، دارا بودن حداقل مدرک دیپلم، سن بین ۳۰ تا ۴۵ سال و عدم دریافت درمان‌های روانشناختی یا دارویی دست کم از یک سال قبل از ورود به پژوهش. معیارهای خروج نیز عبارتند از: انصراف از ادامه‌ی شرکت در جلسات، شروع پرونده طلاق، غیبت بیش از دو جلسه و بروز مشکلات حاد روانی و خانوادگی در طول پژوهش.

جهت اجرای پژوهش، پس از دریافت کد اخلاق به شماره IR.BASU.REC.1403.047 از دانشگاه بوعلی سینا همدان، به مرکز روانشناسی مهر آیین در شهر ملایر مراجعه شد و توضیحاتی درباره هدف پژوهش حاضر به مسئول مرکز ارائه شد. پس از مشخص شدن نمونه‌های پژوهش، آنها فرم رضایت آگاهانه را تکمیل کرده و وارد پژوهش شدند. قبل از انجام مداخله مبتنی بر تمایزیافتگی خود، از هر دو گروه پیش‌آزمون گرفته شد. سپس گروه آزمایش طی ۱۰ جلسه و هر هفته یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای تحت درمان مبتنی بر تمایزیافتگی خود قرار گرفت و در مرحله بعد از همه‌ی شرکت‌کنندگان پس آزمون گرفته شد. در طول فرآیند مداخله، برای مدیریت ریزش نمونه، تمهیداتی از جمله برقراری ارتباط مستمر، انعطاف در ساعت برگزاری جلسات و ارسال یادآوری‌های متنی اعمال گردید. لذا پژوهش فوق دچار ریزش نمونه نشد. لازم به ذکر است که ارزیابی‌های پیش‌آزمون و پس‌آزمون توسط یک پژوهشگر مستقل که از تخصیص شرکت‌کنندگان به گروه‌های آزمایش و کنترل بی‌اطلاع بود، انجام شد. سپس داده‌ها به کمک نرم افزار SPSS-26 در سطح آمار توصیفی و استنباطی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در آخر، به منظور رعایت اصل عدالت، شرکت‌کنندگان گروه کنترل نیز تحت مداخله کامل (۱۰ جلسه درمان مبتنی بر تمایزیافتگی خود) قرار گرفتند.

ابزارهای پژوهش

مقیاس تمایزیافتگی خود[5] (DSI-R): این مقیاس توسط Skowron and Friedlander (1998) جهت سنجش ارتباطات مهم زندگی و روابط افراد با خانواده اصلی طراحی شده است که شامل ۴۶ گویه می‌باشد. این مقیاس دارای طیف شش درجه‌ای لیکرت (ابدا در مورد من درست نیست=۱ تا کاملا در مورد من صحیح است=۶) می‌باشد و حداقل و حداکثر نمره‌ای که هر فرد می‌تواند در این مقیاس کسب کنید به ترتیب ۴۶ و ۲۷۶ می‌باشد. هر چه فرد در این مقیاس، نمره بالاتری کسب کند، دارای تمایزیافتگی بالاتری می‌باشد. این مقیاس دارای چهار خرده‌مقیاس واکنش پذیری هیجانی، موقعیت من، گسست عاطفی و هم‌آمیختگی با دیگران است، که در این پژوهش خرده‌مقیاس گسست عاطفی با ۱۲ گویه مورد استفاده قرار گرفته است. حداقل و حداکثر نمره در این خرده‌مقیاس به ترتیب ۱۲ و ۷۲ می‌باشد نمرات بین ۱۲ تا ۴۰ بیانگر گسست عاطفی پایین، ۴۱ تا ۵۵ بیانگر گسست عاطفی متوسط و بالاتر ار ۵۶ بیانگر گسست عاطفی بالا می‌باشد. اسکورون و فریدلندر، همسانی درونی برای خرده‌مقیاس گسست عاطفی و کل مقیاس به ترتیب ۰/۸۲ و ۰/۸۸ بیان کردند (Bashi Abdolabadi et al., 2022). همچنین، ضریب پایایی

5. Differentiation of Self Inventory

آلفای کرونباخ کل مقیاس ۰/۹۲ و خرده‌مقیاس گسست عاطفی ۰/۸۴ گزارش شده است (Skowron & Schmitt, 2003). در ایران نیز، روایی این مقیاس مناسب ارزیابی شده است (Keramati et al., 2015). همچنین، پایایی خرده‌مقیاس گسست عاطفی و کل مقیاس به ترتیب ۰/۷۶ و ۰/۷۲ گزارش شده است (Najaflooei, 2006). در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ خرده‌مقیاس گسست عاطفی ۰/۷۶ بدست آمد.

مقیاس باج‌گیری عاطفی[6] (EHS): این مقیاس توسط Karnani and Zelman (2019) جهت ارزیابی میزان باج‌گیری عاطفی طراحی شده است که شامل ۲۰ گویه می‌باشد. این مقیاس دارای طیف پنج درجه‌ای لیکرت (هرگز=صفر تا همیشه=۴) می‌باشد و حداقل و حداکثر نمره‌ای که هر فرد می‌تواند در این مقیاس کسب کنید به ترتیب صفر و ۸۰ می‌باشد. نمرات بالا در این مقیاس، نشان دهنده باج‌گیری عاطفی زیاد در روابط زناشویی است. کارنانی، پایایی این مقیاس را ۰/۹۲ گزارش کرد (Karnani & Zelman, 2019). هم‌چنین در ایران، همسانی درونی از طریق ضریب آلفای کرونباخ را برای این مقیاس ۰/۸۵ بدست آمد که نشان از پایایی مناسب آن دارد (Abbaspour et al., 2019). هم‌چنین، روایی سازه همگرا نیز ۰/۶۱ بدست آمد که روایی مناسبی است (Abbaspour et al., 2019). در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس، ۰/۸۶ بدست آمد.

مقیاس آزار عاطفی[7] (EBS): این مقیاس توسط Brahimi (2008) جهت ارزیابی و سنجش میزان آزار عاطفی از طرف همسران طراحی شده است که شامل ۸۰ گویه می‌باشد. این مقیاس دارای طیف پنج درجه‌ای لیکرت (هرگز=۱ تا همیشه=۵) می‌باشد و حداقل و حداکثر نمره‌ای که هر فرد می‌تواند در این مقیاس کسب کنید به ترتیب ۸۰ و ۴۰۰ می‌باشد. نمرات بالا در این مقیاس، نشان دهنده آزار عاطفی زیاد در روابط زناشویی است. این مقیاس دارای چهار مولفه آزار کلامی-انتقاد، غفلت-کناره‌گیری، سلطه‌گری و محدودیت اجتماعی می‌باشد. روایی محتوایی این مقیاس، توسط پنج تن از متخصصین مورد تایید قرار گرفت و پایایی آن با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای ۳۵۵ آزمودنی، ۰/۹۸ بدست آمد (Brahimi, 2008). در ایران نیز، ضرایب آلفای کرونباخ تمامی مولفه‌های این مقیاس بین ۰/۸۲ تا ۰/۹۳ بدست آمد (Asadi & Mohammadifar, 2023). همچنین، میزان پایایی کل مقیاس از طریق روش آلفای کرونباخ، ۰/۷۸ بدست آمد (Sharifi et al., 2024). در این پژوهش نیز ضریب آلفای کرونباخ برای همه مولفه‌ها و کل مقیاس، بین ۰/۸۴ تا ۰/۹۲ بدست آمد.

پروتکل مداخله مبتنی بر تمایز یافتگی خود: این رویکرد که برگرفته از طرح Young and Long (2006) بود و روایی آن توسط پنج نفر از اساتید روانشناسی و مشاوره خانواده تایید شد، توسط محققان بر روی گروه آزمایش اجرا شد. این مداخله، به صورت گروهی طی ۱۰ جلسه و هر هفته یک جلسه ۹۰ دقیقه‌ای اجرا شد. محققان در تمام طول اجرای این پروتکل، بر نحوه مشارکت و انجام تکالیف توسط شرکت‌کنندگان نظارت داشتند و در ابتدای هر جلسه به مرور جلسه قبلی و بررسی تکالیف انجام شده پرداختند. این پروتکل در پژوهش‌های داخلی و خارجی مختلف، اجرا و اثربخشی آن مورد تایید قرار گرفته است (Dohaei et al., 2022; Dolz-del-Castellar & Oliver, 2021).

6. Emotional Blackmail Scale
7. Emotional Harassment Scale

جدول ۱. محتوای جلسات درمان مبتنی بر تمایز یافتگی خود (Young & Long, 2006)

جلسه	هدف	محتوای جلسه	تکلیف
اول	ایجاد ارتباط، معرفی اهداف مداخله و تعریف تمایزیافتگی خود بر اساس نظریه بوئن	معرفی اعضا و بیان انتظارات از جلسات، توضیح تمایزیافتگی به عنوان توانایی مدیریت هیجانات در روابط نزدیک بدون واکنش‌های غیرارادی، ارائه مثال‌های عملی از روابط زناشویی و تدوین قوانین گروهی (محرمانگی، احترام).	خودارزیابی اولیه از سطح تمایزیافتگی در روابط مهم.
دوم	کشف الگوهای هیجانی و باورهای انتقال‌یافته در خانواده	آموزش ترسیم ژنوگرام (نقشه خانوادگی چندنسلی)، شناسایی باورهای جنسیتی (مثل "مرد نان‌آور است") و مثلث‌سازی‌های پاتولوژیک و تحلیل بدکاری‌های هیجانی (خشم سرکوب‌شده، وابستگی افراطی).	ادامه ترسیم ژنوگرام با تمرکز بر الگوهای تکراری.
سوم	تحلیل تأثیر روابط گذشته بر روابط کنونی	بررسی روابط کلیدی با خانواده، همسر و دوستان، شناسایی الگوهای ارتباطی آسیب‌زا و استفاده از پرسش‌های باز برای تحلیل سیستمیک.	نوشتن درباره یک رابطه تأثیرگذار و الگوهای تکرارشونده در آن
چهارم	درک تأثیر ترتیب تولد، روابط والدین و فرهنگ بر سیستم هیجانی.	تحلیل الگوهای هیجانی (قطع رابطه، وابستگی) در ژنوگرام، بررسی تأثیر ترتیب تولد، بحث درباره تأثیر ارزش‌های فرهنگی (مثل نقش‌های جنسیتی سنتی) و تمرین "پرورش تصویر ذهنی" برای تجسم روابط خانوادگی.	بازنگری ژنوگرام با توجه به حوادث عاطفی مهم (طلاق، مرگ)
پنجم	بیان سازنده احساسات منفی و تفکیک هیجان از منطق	استفاده از تکنیک "صندلی خالی" برای تخلیه خشم، تمرین "تفکیک افکار از احساسات" برای کاهش واکنش‌های هیجانی و مثال عملی: مدیریت خشم نسبت به همسر با بیان غیرمتهاجم.	ثبت موقعیت‌های هیجانی و پاسخ‌های جایگزین منطقی
ششم	افزایش آگاهی از نیازهای فردی و همسر و بهبود ارتباط	فعالیت "لیست نیازها"، شناسایی رفتارهای آزاردهنده در رابطه و آموزش "مکالمه آگاهانه" با تأکید بر گوش دادن فعال و همدلی.	تمرین مکالمه آگاهانه با همسر و ثبت نتایج
هفتم	تسلط بر مهارت‌های ارتباطی (آینه‌سازی، تأیید، همدلی)	تمرین عملی مراحل مکالمه با مثال‌های واقعی و نقش‌آفرینی برای شبیه‌سازی موقعیت‌های تعارضی	اجرای مکالمه آگاهانه در زندگی روزمره و گزارش بازخورد
هشتم	یادگیری سبک‌های سازنده مدیریت تعارض	معرفی مدل توماس-کیلمن (رقابتی، همکاری، مصالحه و ...) و تمرین "مذاکره برد-برد" برای حل تعارضات زناشویی	تحلیل یک تعارض اخیر و ارائه راه‌حل‌های مبتنی بر همکاری
نهم	تقویت توانایی حل مسائل به‌صورت سیستماتیک	معرفی مدل شش‌مرحله‌ای حل مسئله (تعریف مسئله تا اجرا) و تمرین گروهی روی مسائل واقعی	به‌کارگیری مدل برای یک مسئله شخصی
دهم	مرور پیشرفت‌ها و تعهد به تداوم تغییرات	بازتاب تجربیات و پیشرفت‌های شرکت‌کنندگان، فعالیت "نامه به خود" برای تعهد به بهبود روابط و ارائه راهکارهای بلندمدت برای حفظ تمایزیافتگی	تنظیم برنامه شخصی برای مدیریت آینده روابط

یافته‌ها

میانگین و انحراف استاندارد سن افراد شرکت‌کننده در گروه آزمایش، ۴۱/۶۲ و ۸/۱۸ و در گروه کنترل ۳۸/۵۱ و ۷/۳۷ بود. از بین افراد شرکت کننده در گروه آزمایش، ۱۵ درصد بین ۳۰ تا ۳۵ سال، ۲۵ درصد بین ۳۵ تا ۴۰ سال و ۶۰ درصد بین ۴۰ تا ۴۵ سال بودند. در گروه کنترل نیز، ۴۰ درصد بین ۳۰ تا ۳۵ سال، ۵۰ درصد بین ۳۵ تا ۴۰ سال و ۱۰ درصد بین ۴۰ تا ۴۵ سال بودند. هم‌چنین، از نظر تعداد فرزندان، در گروه آزمایش ۱۰ نفر (۵۰ درصد) دارای یک فرزند، ۱۰ نفر (۵۰ درصد) دارای دو فرزند و از نظر تحصیلات نیز، ۱۶ نفر (۸۰ درصد) دیپلم، ۲ نفر (۱۰ درصد) کارشناسی و ۲ نفر (۱۰ درصد) کارشناسی ارشد بودند. در گروه کنترل

نیز، ۸ نفر (۴۰ درصد) دارای یک فرزند، ۷ نفر (۳۵ درصد) دارای دو فرزند و ۵ نفر (۲۵ درصد) دارای سه فرزند و از نظر تحصیلات نیز، ۱۸ نفر (۹۰ درصد) دیپلم، ۱ نفر (۵ درصد) کارشناسی، و ۱ نفر (۵ درصد) کارشناسی ارشد بودند.

جدول ۲. میانگین و انحراف معیار نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون آزمودنی‌های گروه آزمایش و کنترل

متغیر		گروه آزمایش				گروه کنترل			
		پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
آزار عاطفی	باج‌گیری عاطفی	۳۳/۰۵	۱۰/۴۱	۲۶/۰۰	۱۱/۳۳	۳۲/۷۵	۱۱/۵۲	۳۳/۲۵	۱۲/۴۰
	کلامی-انتقادی	۷۳/۵۰	۲/۹۵	۷۲/۴۰	۳/۳۸	۷۳/۵۰	۲/۹۵	۷۴/۵۰	۲/۹۵
	محدودیت اجتماعی	۲۵/۸۰	۱/۲۸	۲۴/۶۵	۲/۰۱	۲۵/۸۰	۱/۲۸	۲۶/۲۵	۱/۷۷
	سلطه‌گری	۷۸/۵۰	۲/۹۵	۷۶/۹۰	۲/۰۵	۷۸/۵۰	۲/۹۵	۷۸/۳۰	۲/۳۴
	غفلت-کناره‌گیری	۴۶/۶۰	۱/۹۶	۴۵/۱۰	۱/۷۷	۴۶/۶۰	۱/۹۶	۴۶/۸۰	۲/۷۵
	نمره کل	۲۲۴/۴۰	۹/۰۹	۲۱۹/۰۵	۶/۹۴	۲۲۵/۴۰	۹/۱۰	۲۲۵/۸۵	۹/۵۰

طبق جدول ۲، تفاوت میانگین متغیرهای پژوهش در گروه آزمایش و کنترل حاکی از کاهش میزان باج‌گیری و آزار عاطفی در نمرات پس آزمون گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل است. هم‌چنین، میانگین تمامی مولفه‌های آزار عاطفی نیز در پس‌آزمون گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل، کاهش یافته است.

جدول ۳. نتیجه آزمون کلموگرف-اسمیرنف جهت بررسی نرمال بودن متغیرهای پژوهش در دو گروه آزمایش و کنترل

متغیر		گروه آزمایش				گروه کنترل			
		پیش‌آزمون		پس‌آزمون		پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
		Z	Sig	Z	Sig	Z	Sig	Z	Sig
آزار عاطفی	باج‌گیری عاطفی	۰/۱۳۲	۰/۲۰۰	۰/۱۳۴	۰/۲۰۰	۰/۱۳۰	۰/۲۰۰	۰/۱۶۰	۰/۱۹۴
	کلامی-انتقادی	۰/۱۰۲	۰/۲۰۰	۰/۱۳۲	۰/۲۰۰	۰/۱۰۲	۰/۲۰۰	۰/۱۰۲	۰/۲۰۰
	محدودیت اجتماعی	۰/۱۶۲	۰/۱۷۸	۰/۱۶۹	۰/۱۳۷	۰/۱۶۲	۰/۱۷۸	۰/۱۶۴	۰/۱۶۶
	سلطه‌گری	۰/۱۰۲	۰/۲۰۰	۰/۱۳۰	۰/۲۰۰	۰/۱۰۲	۰/۲۰۰	۰/۱۴۹	۰/۲۰۰
	غفلت-کناره‌گیری	۰/۱۲۰	۰/۲۰۰	۰/۱۷۸	۰/۰۹۹	۰/۱۲۰	۰/۲۰۰	۰/۱۶۹	۰/۱۳۷
	نمره کل	۰/۰۹۹	۰/۲۰۰	۰/۱۲۰	۰/۲۰۰	۰/۰۹۹	۰/۲۰۰	۰/۱۱۸	۰/۲۰۰

اطلاعات جدول فوق بیانگر این است که در آزمون کلموگروف-اسمیرنوف سطح معنی‌داری مقادیر Z بدست آمده برای متغیرهای پژوهش بالاتر از ۰/۰۵ است (p>۰/۰۵)، که این امر بیانگر آن است که نمرات این متغیرها، دارای توزیعی نرمال است.

جدول ۴. نتیجه آزمون لون جهت بررسی پیش‌فرض برابری واریانس‌های متغیرهای پژوهش

متغیرها	F	df1	df2	سطح معناداری
باج‌گیری عاطفی	۳/۵۶۴	۱	۳۸	۰/۰۶۷
آزار عاطفی	۴/۳۶۴	۱	۳۸	۰/۰۶۰

قبل از اجرای آزمون کوواریانس، پیش‌فرض‌های آن مورد بررسی قرار گرفت. جهت بررسی همگونی خطای واریانس‌ها از آزمون لون استفاده شد. نتایج آزمون لون طبق جدول نشان داد خطای واریانس‌ها در متغیرهای باج‌گیری عاطفی (P=۰/۰۶۷، F=۳/۵۶۴)، و آزار عاطفی (P=۰/۰۶۰، F=۴/۳۶۴) همگون است (P>۰/۰۵). بر این اساس گروه‌ها با یکدیگر قابلیت مقایسه دارند.

بررسی شیب رگرسیون نیز نشان داد که تعامل پیش آزمون با گروه معنادار نیست (P>۰/۰۵). هم‌چنین، پیشفرض همگنی ماتریس‌های کوواریانس با استفاده از آزمون M-Box بررسی شد و نتایج (P=۰/۵۸۵، F=۰/۶۴۷) نشان داد که این پیش‌فرض نیز محقق شده است (P>۰/۰۵). بنابراین مجوز استفاده از مدل تحلیل کواریانس برای داده‌های پژوهش وجود دارد.

جدول ۵. نتایج آزمون‌های چند متغیره متغیرهای پژوهش

آزمون	ارزش	F	درجه آزادی اثر	درجه آزادی خطا	سطح معناداری	مجذور اتا
اثر پیاپی	۰/۶۱۷	۲۸/۱۷۹	۲	۳۵	<۰/۰۱	۰/۶۱۷
لامبدای ویلکز	۰/۳۸۳	۲۸/۱۷۹	۲	۳۵	<۰/۰۱	۰/۶۱۷
اثر هتلینگ	۱/۶۱۰	۲۸/۱۷۹	۲	۳۵	<۰/۰۱	۰/۶۱۷
بزرگ‌ترین ریشه خطا	۱/۶۱۰	۲۸/۱۷۹	۲	۳۵	<۰/۰۱	۰/۶۱۷

نتایج آزمون چهارگانه تحلیل کواریانس چند متغیره نشان داد که با کنترل اثرات نمرات پیش آزمون بین دو گروه آزمایش و کنترل حداقل در یکی از متغیرها تفاوت معناداری وجود دارد (P<۰/۰۱). مقدار F و مجذور اتا برای هر چهار آزمون اثر پیاپی، لامبدای ویلکز، اثر هتلینگ، بزرگ‌ترین ریشه خطا ۲۸/۱۷۹ و ۰/۶۱۷ بدست آمد.

جدول ۶. نتیجه تحلیل کوواریانس برای متغیرهای پژوهش

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتا
باج‌گیری عاطفی	۵۶۵/۳۸۸	۱	۵۶۵/۳۸۸	۱۲/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۲۵۰
آزار عاطفی	۴۶۱/۹۲۵	۱	۴۶۱/۹۲۵	۵۱/۶۸۲	۰/۰۰۰	۰/۵۸۹

طبق جدول ۶، نتایج تحلیل کوواریانس با کنترل اثر پیش‌آزمون نشان داد مداخله مبتنی بر تمایز یافتگی خود تأثیر معناداری بر متغیرهای باج‌گیری عاطفی (P=۰/۰۰۱، F=۱۲/۰۰۱) و آزار عاطفی (P=۰/۰۰۰، F=۵۱/۶۸۲) داشته است؛ به عبارت دیگر، مداخله مبتنی بر تمایز یافتگی خود بر باج‌گیری عاطفی و آزار عاطفی در زوجین دارای نشانگان گسست عاطفی مؤثر بوده است و با توجه به شاخص مجذور اتا مداخله مبتنی بر تمایز یافتگی خود تاثیر بالایی بر متغیرهای مورد مطالعه داشته است.

جدول ۷. نتیجه تحلیل کوواریانس برای مولفه‌های آزار عاطفی

متغیر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتا
کلامی-انتقادی	۵۲/۳۷۷	۱	۵۲/۳۷۷	۲۹/۴۶۹	۰/۰۰۰	۰/۴۵۷
محدودیت اجتماعی	۷۰/۲۸۹	۱	۷۰/۲۸۹	۱۲/۷۴۷	۰/۰۰۱	۰/۲۶۷
سلطه‌گری	۴۱/۷۱۴	۱	۴۱/۷۱۴	۱۶/۴۴۵	۰/۰۰۰	۰/۳۲۰
غفلت-کناره‌گیری	۹۳/۳۵۲	۱	۹۳/۳۵۲	۱۰/۸۳۵	۰/۰۰۲	۰/۲۳۶

طبق جدول ۷، نتایج تحلیل کوواریانس با کنترل اثر پیش‌آزمون نشان داد مداخله مبتنی بر تمایز یافتگی خود تأثیر معناداری بر مولفه‌های کلامی-انتقادی (P=۰/۰۰۰، F=۲۹/۴۶۹)، محدودیت اجتماعی (P=۰/۰۰۱، F=۱۲/۷۴۷)، سلطه‌گری (P=۰/۰۰۰، F=۱۶/۴۴۵) و غفلت-کناره‌گیری (P=۰/۰۰۲، F=۱۰/۸۳۵) داشته است؛ به عبارت دیگر، مداخله مبتنی بر تمایز یافتگی خود بر مولفه‌های کلامی-انتقادی، محدودیت اجتماعی، سلطه‌گری و غفلت-کناره‌گیری در زوجین دارای نشانگان گسست عاطفی مؤثر بوده است و با توجه به شاخص مجذور اتا مداخله مبتنی بر تمایز یافتگی خود تاثیر بالایی بر متغیرهای مورد مطالعه داشته است.

بحث

هدف از انجام پژوهش حاضر، بررسی تأثیر مداخله مبتنی بر تمایزیافتگی خود بر باج‌گیری عاطفی و آزار عاطفی در زوجین دارای نشانگان گسست عاطفی بود. یافته‌های پژوهش نشان داد که مداخله مبتنی بر تمایزیافتگی به‌صورت معناداری منجر به کاهش باج‌گیری عاطفی و آزار عاطفی در زوجین دارای نشانگان گسست عاطفی شد. این نتایج با یافته‌های Dargahi et al. (2024)، Calatrava et al. (2022)، Joharifard et al. (2024) و Telli and Yavuz Güler (2023) همسو است، ولی با Sharifi et al. (2024) مخالف است. در تبیین این یافته‌ها می‌توان بر مکانیسم‌های کلیدی مداخله تمرکز کرد. گسست عاطفی، فضایی از واکنش‌پذیری هیجانی شدید و آمیختگی عاطفی ایجاد می‌کند که در آن، هر محرک کوچکی می‌تواند به یک تعارض بزرگ و ویرانگر تبدیل شود. مداخله مبتنی بر تمایزیافتگی خود، به‌طور مشخص با آموزش تفکیک شناختی-هیجانی، به فرد می‌آموزد که چگونه میان احساس و فکر خود تمایز قائل شود. برای مثال، زمانی که فرد احساس طرد شدن می‌کند، به جای واکنش تکانشی مانند فریاد زدن یا کناره‌گیری (که ناشی از هجوم هیجان است)، می‌آموزد این احساس را به عنوان یک داده هیجانی شناسایی کرده و آن را با تفکر منطقی بررسی کند (Glad, 2012). این فرآیند، خودمهارگری را ممکن ساخته و زنجیره خودکار رفتارهای آزاردهنده و باج‌خواهانه را قطع می‌کند. به بیان دیگر، مداخله، یک مکث شناختی در فضای هیجانی رابطه ایجاد می‌نماید.

ناهمخوانی بین این یافته با نتایج Sharifi et al. (2024) را می‌توان با تفاوت‌های بنیادین در طراحی مطالعات و ماهیت مداخله تبیین کرد. مطالعه مذکور یک پژوهش همبستگی است که رابطه بین سطوح پایه تمایزیافتگی (به عنوان یک صفت شخصیتی) را با پیامدهای رابطه بررسی می‌کند، در حالی که پژوهش حاضر یک کارآزمایی مداخله‌ای است که بر آموزش مهارت‌های عملی تمایزیافتگی سازگارانه تمرکز دارد. به عبارت دیگر، ممکن است افرادی که به طور ذاتی سطوح بالایی از تمایزیافتگی را دارند، در صورت فقدان مهارت‌های ارتباطی و همدلانه، از این ویژگی برای فاصله‌گیری افراطی و سردی عاطفی استفاده کنند. در مقابل، مداخله حاضر به زوجین می‌آموزد که چگونه تمایزیافتگی را به گونه‌ای انعطاف‌پذیر و در تعامل با حفظ پیوند عاطفی به کار گیرند. علاوه بر این، مداخله ساختاریافته حاضر مستقیما بر مدیریت هیجانات، مرزبندی سالم و بهبود ارتباط متمرکز بود، در حالی که در مطالعه مذکور، تمایزیافتگی به عنوان یک متغیر زمینه‌ای ثابت اندازه‌گیری شده است. بنابراین، این ناهمخوانی نه تنها نتایج پژوهش حاضر را تضعیف نمی‌کند، بلکه بر پیچیدگی سازه تمایزیافتگی و اهمیت کیفیت و زمینه به کارگیری آن در روابط تاکید می‌ورزد.

رفتارهای باج‌گیری عاطفی، راهبردهای ناسازگارانه تنظیم هیجان و دلبستگی هستند. بر اساس نظریه دلبستگی (Bowlby & Solomon, 1989)، فردی که از طرد شدن می‌ترسد، با ایجاد احساس گناه در طرف مقابل، سعی در کاهش اضطراب درونی خود و اطمینان‌یابی از رابطه دارد. مداخله تمایزیافتگی خود، یک پایه ایمن درونی جایگزین ایجاد می‌کند. با افزایش تمایزیافتگی، فرد می‌آموزد که ارزش و ثبات او به واکنش‌های لحظه‌ای همسرش گره نخورده است. در نتیجه، تحمل پریشانی ناشی از تعارض و عدم قطعیت در رابطه افزایش یافته و نیاز وسواس‌گونه به کنترل فوری موقعیت (از طریق باج‌گیری) کاهش می‌یابد. به عبارت ساده‌تر، این مداخله به فرد کمک می‌کند تا به جای انگل عاطفی بودن، به حامی عاطفی خود تبدیل شود و این تغییر، بنیادین‌ترین علت باج‌گیری عاطفی را هدف قرار می‌دهد.

مداخله مبتنی بر تمایزیافتگی خود، که ریشه در نظریه سیستم‌های خانواده (Bowen, 1993) دارد، می‌تواند با تقویت استقلال عاطفی و خودپذیری، به افراد کمک کند تا از رفتارهای کنترل‌گرایانه مانند تهدید یا دستکاری عاطفی فاصله بگیرند. تمایزیافتگی خود به فرد اجازه می‌دهد بین هیجانات و تفکر منطقی تعادل برقرار کند، به‌طوری که بدون ترس از طردشدن، بتواند نیازهای خود را به شیوه‌ای سالم مطرح کند. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که افزایش سطح تمایزیافتگی نه‌تنها اضطراب رابطه را کاهش می‌دهد، بلکه توانایی برقراری ارتباط سازنده را نیز بهبود می‌بخشد (Skowron & Schmitt, 2003). در نتیجه، با تقویت این مهارت، فرد کمتر به باج‌گیری عاطفی متوسل می‌شود، چرا که می‌آموزد به جای کنترل اجباری طرف مقابل، از راهبردهای ارتباطی مبتنی بر احترام

متقابل استفاده کند. علاوه بر این، تمایزیافتگی خود با افزایش آگاهی فرد از نیازهای خود و همسرش، چرخه باج‌دهی و باج‌گیری را تضعیف می‌کند. زمانی که فرد بتواند بدون ترس از دست دادن رابطه، مرزهای سالمی تعیین کند، وابستگی ناسالم کاهش یافته و فضایی برای ارتباط بالغانه‌تر ایجاد می‌شود. این تغییر نه‌تنها پویایی رابطه را بهبود می‌بخشد، بلکه رضایت زناشویی را نیز افزایش می‌دهد، چرا که هر دو طرف رابطه می‌توانند بدون ترس از قضاوت یا دستکاری، نیازهای عاطفی خود را بیان کنند.

در ادامه، یافته‌های پژوهش نشان داد که مداخله تمایزیافتگی خود به‌طور معناداری در کاهش آزار عاطفی و مؤلفه‌های مختلف آن شامل رفتارهای کلامی-انتقادی، محدودیت‌های اجتماعی، سلطه‌گری و غفلت-کناره‌گیری در زوجین دارای نشانگان گسست عاطفی مؤثر بوده است. آزار عاطفی که در قالب رفتارهای کلامی-انتقادی مانند تحقیر و سرزنش، محدودیت‌های اجتماعی ناشی از نیاز بیمارگونه به کنترل، سلطه‌گری ریشه‌دار در ناامنی‌های درونی، و غفلت و کناره‌گیری به عنوان پرخاشگری منفعلانه بروز می‌یابد، عمدتاً از عدم تمایزیافتگی کافی و ناتوانی در تنظیم هیجانات نشأت می‌گیرد (Mikulincer & Shaver, 2007).

مداخله تمایزیافتگی خود با تقویت خودتنظیمی هیجانی، رفتارهای کلامی-انتقادی را کاهش می‌دهد (Skowron et al., 2009)، چرا که افراد می‌آموزند به جای انفجارهای هیجانی، از شیوه‌های ارتباطی بالغانه‌تر استفاده کنند. هم‌چنین، این مداخله با ایجاد احساس امنیت درونی، نیاز وسواس‌گونه به محدودسازی روابط اجتماعی طرف مقابل را تقلیل می‌دهد و با افزایش خودارزشمندی، میل به سلطه‌گری و برتری‌طلبی در رابطه را تعدیل می‌کند (Kerr & Bowen, 1988). در ادامه نیز، با تقویت تحمل پریشانی و مهارت‌های حل مسئله، تمایل به کناره‌گیری و غفلت عاطفی را کاهش می‌دهد. این تغییرات به‌صورت سیستماتیک و یکپارچه اتفاق می‌افتد، زیرا تمایزیافتگی خود به عنوان یک شایستگی محوری، همزمان بر ابعاد شناختی، هیجانی و رفتاری فرد تأثیر می‌گذارد (Kim-Appel & Appel, 2021). بنابراین می‌توان گفت مداخله تمایزیافتگی خود نه‌تنها نشانه‌های آزار عاطفی را کاهش می‌دهد، بلکه با پرداختن به ریشه‌های عمیق‌تر این رفتارها در سیستم هیجانی و شناختی فرد، تغییرات پایدار و همه‌جانبه‌ای در پویایی‌های رابطه ایجاد می‌کند که در نهایت به شکستن چرخه معیوب آزار عاطفی و جایگزینی آن با الگوهای ارتباطی سازنده منجر می‌شود.

نتایج پژوهش نشان داد که اندازه اثر مداخله مبتنی بر تمایزیافتگی خود بر دو متغیر مورد مطالعه متفاوت بوده است، به‌طوری که تأثیر این مداخله بر کاهش آزار عاطفی (با تبیین ۵۹ درصد از واریانس) به‌مراتب قوی‌تر از تأثیر آن بر کاهش باج‌گیری عاطفی (با تبیین ۲۵ درصد از واریانس) بوده است. به نظر می‌رسد باج‌گیری عاطفی بیشتر در سطح راهبردهای ارتباطی عمل می‌کند؛ این رفتارها اگرچه مخرّب هستند، اما اغلب با کاهش اضطراب رابطه و افزایش مهارت‌های بیان نیاز، به نسبت سریع‌تر قابل اصلاح هستند. در مقابل، آزار عاطفی (مانند تحقیر، سلطه‌گری و غفلت) به ساختار شخصیت و الگوهای دفاعی عمیق‌تر مرتبط است. این رفتارها اغلب ریشه در تاریخچه زندگی فرد و بخشی از سبک مقابله‌ای نهادینه شده او هستند. مداخله تمایزیافتگی خود به دلیل اینکه مستقیما بر هسته مرکزی عملکرد فرد، یعنی توانایی تفکیک فکر از احساس، تاثیر می‌گذارد، قادر است این لایه‌های عمیق‌تر شخصیت را تحت تأثیر قرار دهد. بنابراین، طبیعی است که تاثیر این مداخله بر الگوهای آزارنده ریشه‌دار (آزار عاطفی)، قوی‌تر از تأثیر آن بر الگوهای استراتژیک‌تر اما سطحی‌تر (باج‌گیری عاطفی) باشد. این یافته در واقع، قدرت مداخله را در ایجاد تغییرات پایدار در پویایی‌های رابطه نشان می‌دهد.

از جمله محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به عدم کنترل متغیرهای زمینه‌ای مانند وضعیت اقتصادی-اجتماعی و سطح تحصیلات اشاره کرد. با توجه به اینکه نمونه‌های این پژوهش به یک مرکز در شهر ملایر محدود شده است، باید در تعمیم نتایج به سایر شهرها با فرهنگ‌های متفاوت احتیاط شود. هم‌چنین، عدم اجرای مرحله پیگیری برای بررسی ماندگاری اثرات مداخله، عدم اندازه‌گیری وفاداری به درمان، عدم کنترل برخی تهدیدهای روایی درونی (مانند تاریخچه)، استفاده از ابزارهای خودگزارش‌دهی

که ممکن است تحت‌تأثیر سوگیری پاسخ‌دهی اجتماعی مطلوب باشد و عدم استفاده از ارزیابی‌های رفتاری یا مشاهده‌ای از دیگر محدودیت‌های این مطالعه بود.

اندازه اثر موجود بین متغیرهای پژوهش نشان می‌دهد که مداخله تمایزیافتگی می‌تواند به عنوان یک پروتکل اولویت‌دار، به‌ویژه برای زوجین با سطوح بالای مشکلات عاطفی، در مراکز مشاوره خانواده مورد استفاده قرار گیرد. با در نظر گرفتن تأثیرگذاری مداخله در قالب برنامه‌های کوتاه‌مدت ۸ تا ۱۰ جلسه‌ای، طراحی بسته‌های آموزشی متمرکز بر مؤلفه‌های کلیدی تمایزیافتگی شامل خودمهارگری هیجانی، تفکیک شناختی-هیجانی و ایجاد مرزهای سالم، به‌طور خاص برای کاهش رفتارهای مخرب عاطفی پیشنهاد می‌شود. هم‌چنین، انجام مطالعات کیفی برای کشف تجارب زیسته شرکت‌کنندگان از این مداخله، انجام مطالعه با طرح تک‌موردی برای درک بهتر مکانیسم‌های تغییر، مقایسه این مداخله با سایر رویکردهای درمانی و ایجاد بسته خودیاری هدایت شده، شامل تمرین‌های روزانه تمایزیافتگی برای تثبیت مهارت‌های کسب شده در جلسات، به ویژه برای مؤلفه‌های آزار عاطفی، مانند کنترل تکانه‌های کلامی و مدیریت کناره‌گیری عاطفی توصیه می‌شود. برگزاری کارگاه‌های آموزشی منظم نیز، برای درمانگران و تسهیل‌گران زوج‌درمانی در زمینه تکنیک‌های تمایزیافتگی، می‌تواند به ارتقای کیفیت خدمات کمک کند. برای درک کامل‌تر این تأثیرات، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آتی به بررسی متغیرهای میانجی و تعدیل‌کننده‌ای مانند سبک‌های دلبستگی، سطح استرس زناشویی و ویژگی‌های شخصیتی بپردازند. هم‌چنین، انجام مطالعات طولی برای بررسی ماندگاری اثرات مداخله و تأثیر آن بر سایر ابعاد روابط زناشویی مانند رضایت زناشویی و پایداری رابطه ضروری است. علاوه بر این، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده به بررسی تأثیر این مداخله در جمعیت‌های مختلف با فرهنگ‌ها و زمینه‌های اجتماعی متفاوت بپردازند تا قابلیت تعمیم‌پذیری نتایج افزایش یابد.

در مجموع، یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که مداخله مبتنی بر تمایزیافتگی خود یک رویکرد مؤثر برای کاهش رفتارهای مخرب باج‌گیری عاطفی و آزار عاطفی در زوجین دچار گسست عاطفی است. این یافته‌ها از نقش محوری سازه تمایزیافتگی در تبیین و تعدیل پویایی‌های ارتباطی ناکارآمد حمایت کرده و بر اهمیت کیفیت و آموزش‌پذیری این سازه به‌عنوان یک مهارت و نه صرفا یک صفت ثابت، تأکید می‌ورزد. همچنین، این مداخله ساختاریافته و کوتاه‌مدت، می‌تواند به عنوان یک پروتکل کاربردی اولویت‌دار در مراکز مشاوره خانواده و خدمات سلامت روان برای زوجینی که در چرخه تعاملات مخرب و سرد گرفتار آمده‌اند، مورد استفاده قرار گیرد. پیام کلیدی این مطالعه برای درمانگران و سیاست‌گذاران حوزه خانواده آن است که تمرکز بر تقویت توانایی‌های درون‌فردی مانند خودمهارگری هیجانی و تفکیک شناختی، می‌تواند به‌طور سیستماتیک و قدرتمندی، الگوهای ارتباطی بین‌فردی ویرانگر را ترمیم کند و مسیر را برای بازسازی اعتماد و صمیمیت هموار سازد.

تشکر و سپاسگزاری

پژوهشگران مراتب قدردانی خود را از کلیه مشارکت‌کنندگان محترم در این مطالعه که با صرف وقت و همکاری صمیمانه خود امکان انجام این پژوهش را فراهم نمودند، ابراز می‌دارند. در تدوین این مقاله، ملاحظات اخلاقی و امانت‌داری رعایت شده است.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان، در این مقاله تعارض منافعی وجود ندارد.

References

Abbaspour, Z., Amanelahi, A., & Choubdari, A. (2019). Evaluation of psychometric properties of the Emotional Blackmail Scale (EB). *Quarterly of Educational Measurement*, *10*(36), 183-200. [In Persian] https://doi.org/10.22054/jem.2020.44909.1944

Alipanah, F., Karbalae Mohammad Meygooni, A., Rezabakhsh, H., & Taghiloo, S. (2021). Effectiveness of Acceptance and Commitment Based Couple Therapy using Schema Conceptualization & Gottman's Couple Therapy on Emotional Abuse: a comparison study on couples relationships. *Clinical Psychology*, *12*(4), 63-76. [In Persian] https://doi.org/10.22075/jcp.2021.20034.1850

Anusree, K. B., Kajal, U. K., Sindhu, D. M., Rajkumar, E., Lakshmi, R., Romate, J., ... & George, A. J. (2021). Emotional abuse in intimate relationships: A qualitative study among married people. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, *25*(3), 1-8. http://dx.doi.org/10.37200/V25I3/38233

Arbabzadeh, P., Kazemipour, S. & Moini, S. R. (2022). Identification and Assessment of the Emotional Divorce Drivers among Tehranian Couples Based on the Experts' Views Using a Multi-Criteria Decision-Making (MCDM) Approach. *Journal of Applied Sociology*, *33*(4), 145-178. [In Persian] https://doi.org/10.22108/jas.2022.131561.2227

Asadi, F., & Mohammadifar, M. A. (2023). The Effectiveness of Practical Application of Intimate Relationship Skills (PAIRS) on Love styles, Psychological Well-being, Emotional Abuse and Marital Stress in Married women. *Clinical Psychology Studies*, *14*(51), 119-147. [In Persian] https://doi.org/10.22054/jcps.2023.71010.2852

Bashi Abdolabadi, H., Ahi, G., Asle Zaker, M., Shahabi Zade, F., & Nasri, M. (2022). The Mediating Role of Self-Differentiation and Cognitive Emotion Regulation in the Relationship between the Quality of Object Relationships and Marital Satisfaction. *Research in Clinical Psychology and Counseling*, *12*(2), 25-46. [In Persian] https://doi.org/10.22067/tpccp.2022.72289.1158

Bowlby, J., & Solomon, M. (1989). *Attachment theory*. Los Angeles, CA: Lifespan Learning Institute. https://tcf-website-media-library.s3.eu-west-2.amazonaws.com/wp-content/uploads/2014/12/20131930/An-Introduction-To-Object-Relations-1997-Chap-7.compressed.pdf

Bowen, M. (1993). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson. https://www.google.com/books/edition/Family_Therapy_in_Clinical_Practice/m2Xs2fnEmWwC?hl=en

Brahimi, N. (2008). *Studying the effect of Glaser's choice and control training on emotional abuse of couples in Isfahan*. Master's thesis in family counseling, counseling department, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Isfahan, Iran. [In Persian]

Calatrava, M., Martins, M. V., Schweer-Collins, M., Duch-Ceballos, C., & Rodríguez-González, M. (2022). Differentiation of self: A scoping review of Bowen Family Systems Theory's core construct. *Clinical psychology review*, *91*, 102101. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.102101

Choi, Y. H., Park, H. J., & Choi, S. J. (2018). Impact of emotional harassment on firm's value. *Frontiers in psychology*, *9*, 2333. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02333

Dargahi, S., Ayadi, N., & Khabazi, M. (2024). Causal Relationships of Differentiation, Latent Communicative Aggression, and Emotional Divorce in Conflicting Women with the Mediating Role of Marital Conflict. *Iranian Journal of Family Psychology*, *11*(1), 48-61. [In Persian] https://doi.org/10.22034/ijfp.2024.2028681.1317

Dohaei, S., Aghayoosefi, A., & Farghadani, A. (2022). Dohaei, S., Aghayoosefi, A., & Farghadani, A. (2022). The effectiveness of self-differentiation treatment on egocentrism and marital adjustment in couples based on Bowen's family systems theory. *Applied Psychological Research*, *12*(4), 421-440. [In Persian] https://doi.org/10.22059/japr.2022.311721.643662

Dolz-del-Castellar, B., & Oliver, J. (2021). Relationship between family functioning, differentiation of self and anxiety in Spanish young adults. *PloS one*, *16*(3), e0246875. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246875

Glad, G. E. (2012). The effect of self-differentiation on marital conflict. *American journal of pastoral counseling*, *2*(4), 65-76. http://dx.doi.org/10.1300/J062v02n04_05

Gottman, J. (2023). *What predicts divorce?: The relationship between marital processes and marital outcomes*. Routledge. https://psycnet.apa.org/record/1993-99115-000

Hamel, J., Cannon, C. E., & Graham-Kevan, N. (2023). The consequences of psychological abuse and control in intimate partner relationships. *Traumatology*, *30*(3), 314–326. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/trm0000449

Joharifard, F., Kachooei, M., Pirboudaghi, B., & Bastami Katuli, M. (2024). Explaining the causal role of differentiation of self on the marital interaction stability with the mediation of mindfulness in marital relationship and sensitivity to rejection. *Bioethics*, *14*(39), 1–13. [In Persian] https://doi.org/10.22037/bioeth.v14i39.44654

Jones, G. W. (2021). Divorce in Malaysia: Historical trends and contemporary issues. *Institutions and Economies*, 35-60. https://doi.org/10.22452/IJIE.vol13no4.2

Karakurt, G., & Silver, K. E. (2013). Emotional abuse in intimate relationships: The role of gender and age. *Violence and victims*, *28*(5), 804-821. https://doi.org/10.1891/0886-6708.vv-d-12-00041

Karnani, S. R., & Zelman, D. C. (2019). Measurement of emotional blackmail in couple relationships in Hong Kong. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, *8*(3), 165–180. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/cfp0000126

Keramati, R., ShoaKazemi, M., Tanhaye Reshvanloo, F., & Hosseinian, S. (2015). The effectiveness of group training for reciprocal behavior analysis on the self-efficacy among school counselors. *Journal of Research and Health*, *5*(1), 104-112. http://jrh.gmu.ac.ir/article-1-505-en.html

Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988). *Family evaluation: An approach based on Bowen theory*. W W Norton & Co. https://psycnet.apa.org/record/1988-98374-000

Kim-Appel, D., & Appel, J. K. (2021). Bowenian family systems theory: Approaches and applications. *Foundations of Couples, Marriage, and Family Counseling 2nd Edition*, 149-172. https://doi.org/10.1002/9781394266470.ch8

MacCallum, R. C., Widaman, K. F., Zhang, S., & Hong, S. (1999). Sample size in factor analysis. *Psychological methods*, *4*(1), 84-99. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/1082-989X.4.1.84

Mahdavi, T. (2019). Emotional disconnection in Iranian homes (Report No. 86389-XPE). Retrieved from Hamshahri News website [In Persian]: newspaper.hamshahrionline.ir/jRQjB

Maroofi, B., Rahimi, M., Fathi, L., & Afrasiabi, F. (2021). Social and Cultural Factors Affecting the Tendency Toward Emotional Divorce (Case Study: Couples Referring to Counseling Centers in Tehran). *Quarterly Journal of Woman and Society*, *12*(45), 179-194. [In Persian] https://doi.org/10.30495/jzvj.2021.4573

Masjedi, A. S., Vasei, Z., Samadpor, Z., & Attar, F. (2022). Gottman Couples Therapy: The Effectiveness Of GCT Among Couples With Emotional Divorce. *Journal of Pharmaceutical Negative Results*, *13*(7), 4654-4663. https://doi.org/10.47750/pnr.2022.13.S07.580

McLindon, E. V. M., Brown, C., McKenzie, M., Tarzia, L., & Hegarty, K. (2025). Development and validation of the psychological abuse in relationships scale. *Journal of Interpersonal Violence*, 08862605251325912. https://doi.org/10.1177/08862605251325912

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. Guilford Publications. https://psycnet.apa.org/record/2007-12400-000

Minuchin, S. (2018). *Families and family therapy*. Routledge. https://doi.org/10.4324/9780203111673

Mohagheghi, H., Roshanaei, M. R., Yarmohamadi Vasel, S., & Hosseini, H. (2025). Comparison of Marital Commitment Among Infertile, Fertilized with Artificial Insemination and Natural Fertility Couples. *Journal of Population Association of Iran*, *19*(38), 179-221. [In Persian] https://doi.org/10.22034/jpai.2024.2034028.1361

Mohagheghi, H., & Roshanaei, M. R. (2022). The Effect of Emotionally Focused Couple Therapy on Post-Traumatic Stress Disorder Caused by Marital Infidelity. Research in Behavioral Sciences, 20(2), 305-316. [In Persian]http://dx.doi.org/10.52547/rbs.20.2.305

Mohagheghi, H., & Roshanaei, M. R. (2023). The effect of emotional couple therapy (EFT) on post-traumatic stress disorder (PTSD) caused by domestic violence. *Clinical Psychology Studies*, *14*(52), 118-146. [In Persian] https://doi.org/10.22054/jcps.2024.67484.2735

Najaflooei, F. (2006). *The Journal of New Thoughts on Education*, *2*(3), 27-37. [In Persian] https://doi.org/10.22051/jontoe.2006.292

Navarro, J. L., & Tudge, J. R. (2023). Technologizing Bronfenbrenner: neo-ecological theory. *Current Psychology*, *42*(22), 19338-19354. http://dx.doi.org/10.1007/s12144-022-02738-3

Oberoi, N., Desai, G., & Satyanarayana, V. A. (2024). 'Attachment is such a core issue': Therapist perspectives on attachment injuries in marriages in India. *Counselling and Psychotherapy Research*, *24*(3), 897-912. https://doi.org/10.1002/capr.12725

Ponti, L., Ghinassi, S., & Tani, F. (2021). The role of vulnerable and grandiose narcissism in psychological perpetrated abuse within couple relationships: The mediating role of romantic jealousy. In *Mental Health and Psychopathology* (pp. 201-215). Routledge. https://doi.org/10.1080/00223980.2019.1679069

Qasim, A., & Muzaffar, R. (2021). Emotional abuse as a predictor of mental health problems among married individuals and its impact on their quality of life. *Asian Journal of Social Sciences and Management Studies*, *8*(4), 92-101. http://dx.doi.org/10.20448/journal.500.2021.84.92.101

Qorbani, F., Farahbakhsh, K., & Kodadadi, J. (2023). the concept of privacy from the perspective of couples: A phenomenological study. *The Women and Families Cultural-Educational*, *18*(63), 83-112. [In Persian] https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.26454955.1402.18.63.3.9

Rodríguez-González, M., Bell, C. A., Pereyra, S. B., Martínez-Díaz, M. P., Schweer-Collins, M., & Bean, R. A. (2023). Differentiation of self and relationship attachment, quality, and stability: A path analysis of dyadic and longitudinal data from Spanish and US couples. *Plos one*, *18*(3), e0282482. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0282482

Seyyed Majidi, S., Salehi, K., Madani, Y., & Shahmoradi, S. (2025). A Qualitative Exploration of Conditions for Self-Differentiation in Iranian Families. *Counseling Culture and Psycotherapy*, *16*(62), 1-36. [In Persian] https://doi.org/10.22054/qccpc.2025.75805.3198

Sharifi, M., Karimi, Q., Moradi, O., & Navabinejad, S. (2024). Modeling emotional abuse based on emotional maturity and self-differentiation with the mediating role of marital intimacy. *Psychological Science*, *23*(136), 127-144. [In Persian] http://dx.doi.org/10.52547/JPS.23.136.873

Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The differentiation of self inventory: development and initial validation. *counseling psychology*, *45*(3), 235-246. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-0167.45.3.235

Skowron, E. A., & Schmitt, T. A. (2003). Assessing interpersonal fusion: Reliability and validity of a new DSI fusion with others subscale. *marital and family therapy*, *29*(2), 209-222. https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2003.tb01201.x

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. https://doi.org/10.1007/s10591-008-9075-1

Solgi, M., Heidari, H., Saleh Sadaghpour, B., & Aghapour, E. (2019). Investigating the Relationship between National Dimension of Individual Identity and Individual Differentiation by Communicating Communicative Mediation and Social Identity Cycle. Counseling Research, 18(70), 161-178. [In Persian] https://dor.isc.ac/dor/20.1001.1.2717400.1398.18.70.6.5

Telli, A., & Yavuz Güler, Ç. (2023). Differentiation of self, forgiveness, jealousy, and conflict resolution responses among married individuals: The mediating role of relationship satisfaction, relationship adjustment, and emotional dependency. *Contemporary Family Therapy*, *45*(2), 157-171. https://doi.org/10.1007/s10591-021-09603-8

Vize, C. E., Ringwald, W. R., Scott, L. N., Kamarck, T. W., Pilkonis, P. A., & Wright, A. G. (2024). Evidence for a vicious socioemotional cycle of negative emotions and interpersonal conflict. *Journal of consulting and clinical psychology*, *92*(8), 479-492. https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/ccp0000891

Young, M. E., & Long, L. L. (2006). *Counseling and therapy for couples*. john willy., Brooks/Cole, Publishing company, USA. https://psycnet.apa.org/record/1998-06100-000

Yavuz Güler, Ç., & Karaca, T. (2021). The role of differentiation of self in predicting rumination and emotion regulation difficulties. *Contemporary Family Therapy*, *43*(2), 113-123. https://doi.org/10.1007/s10591-020-09559-1