

رابطه بین اعتیاد به اینترنت و تمایز یافتگی خود با دلزدگی زناشویی دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد واحد بهبهان

زهرة صالح زاده^۱

کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، واحد بهبهان، دانشگاه آزاد اسلامی، بهبهان، ایران

فرشته اسمعیل خانی

دکتری روانشناسی عمومی، واحد بهبهان، دانشگاه آزاد اسلامی، بهبهان، ایران

چکیده

این پژوهش با هدف بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و تمایز یافتگی خود با دلزدگی زناشویی دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد واحد بهبهان به مرحله اجرا درآمد. به همین منظور از بین کلیه دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد واحد بهبهان (۱۲۵۲)، تعداد ۲۴۵ نفر با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل: آزمون اعتیاد به اینترنت یانگ (۱۹۹۶)، مقیاس تمایز یافتگی دریک (۲۰۱۱) و مقیاس دلزدگی زناشویی پاینز (۱۹۹۶) بوده است. در این پژوهش جهت تحلیل داده ها علاوه بر روش آمار توصیفی نظیر بیشترین و کمترین نمره، میانگین، انحراف استاندارد، از همبستگی ساده و رگرسیون چندگانه نیز استفاده شده است. نتایج به دست آمده در این پژوهش نشان می دهد، که بین اعتیاد به اینترنت و دلزدگی زناشویی نیز رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد ($r = 0/375$ ، $p < 0/01$). همچنین بین تمایز یافتگی خود با دلزدگی زناشویی رابطه منفی و معنی داری وجود دارد ($r = -0/261$ ، $p < 0/01$). نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه نشان می دهد که از بین متغیرهای پیش بین، بر اساس ضرایب β ، اعتیاد به اینترنت ($\beta = 0/332$ ، $P < 0/01$) بهترین پیش بین کننده برای دلزدگی زناشویی محسوب می شود.

واژگان کلیدی: اعتیاد به اینترنت، تمایز یافتگی خود، دلزدگی زناشویی

^۱ نویسنده مسئول: Zohreh.salehzadeh2@gmail.com

مقدمه

از آن جایی که انسان بالطبع اجتماعی است در نتیجه گرایش به زندگی اجتماعی و تشکیل یک گروه دارد که کوچکترین واحد آن خانواده است یا بهتر بگوییم کوچکترین واحد آن زوج است که معمولاً پس از طی فرآیندی تبدیل به خانواده می گردد. در میان هر زوج ارتباطاتی رد و بدل می شود که منجر به ایجاد یک گستره وسیع شده و این گستره برهم اثر گذاشته و در نتیجه یک فضای ایده آل را برای رشد فراهم می نماید. یا بالعکس تمامی این مراحل و ارتباطات به شکل نادرست پیش می رود تا اینکه این گستره ی ارتباطی یک تعامل معیوب را بوجود آورده و باعث ایجاد مشکلات زناشویی می گردد (Gottman, 1998).

امروزه روابط زناشویی سالم از اهمیت خاصی برای جامعه برخوردار است، چراکه ارتباط سالم بین زوجین و وجود رضایت زناشویی بین آن ها منجر به تربیت فرزندان سالم و در نهایت جامعه ای سالم می گردد. با آن که همه افراد تا حدی درباره ی شکست عشق رمانتیک اطلاعاتی دارند و عده ای خود این موضوع را تجربه کرده اند که عشق رمانتیک پایه و اساس شکننده ای برای شالوده ریزی ارتباط بین دو نفر است، اما هنوز هم اغلب مردم می خواهند عشق رویایی را باور داشته باشند شاید به این دلیل که نمی توانند جایگزین بهتری برای آن بیابند (Pines, 2005). عشق به این افراد قول می دهد تا خلاء زندگی شان را پر کند، تنهایی شان را از بین ببرد، موجودیتشان را توجیه کند و به آن ها امنیت و سعادت ابدی هدیه کند و در نهایت آنان توقع رابطه ای را دارند که مشکلاتشان را کاهش دهد و به زندگی شان معنا ببخشد. هنگامی که به این هدف دست نمی یابند به یاس و ناامیدی رو آورده و دچار دلزدگی می شوند.

آشفته‌گی از روابط زناشویی پدیده ای است که در همه ازدواج ها حداقل در برهه ای از زمان وجود دارد و خاص ازدواج های ناموفق نیست. چنان چه اگر همسران نیازهای خود را مطرح نکنند و یا در ارتباط با یکدیگر به نیازهای هم پی نبرند و به راه حل مثبت دست نیابند استرس، خشم و نهایتاً دلزدگی بروز می کند. وقتی توقعات عاشقانه محقق نشود احساس سرخوردگی مستقیماً به همسر نسبت داده می شود و سبب تحلیل عشق و تعهد شده و دلزدگی جایگزین آن می شود (Pines, 1996). دلزدگی زناشویی به علت مجموعه ای از توقعات غیرمنطقی و غیرواقع بینانه، گذار از هیجانات، بی دقت و بی توجه بودن زوجین نسبت به هم و نیازهای یکدیگر، بیان نکردن احساسات و نیازها به یکدیگر و فراز و نشیب های زندگی بروز می کند (Pines, Neal, Hammer & Icekson, 2011).

(Kayser, 1993)، معتقد است با وجود اینکه تمامی ازدواج ها به نوعی دلزدگی را تجربه می کنند اما بسیاری از آن ها با کیفیت پایین ادامه یافته و زندگی متأهلی بی ثباتی را تشکیل می دهند که متمایل به فروپاشی است و به طور یقین با فراوانی افکار و تصوراتی درباره جدایی همراه خواهد بود. از سویی دیگر امروزه کارکردهای رسانه های جمعی به تدریج جای ارتباط چهره به چهره را گرفته و موجب شده است فضای انفرادی، به جای فضای جمعی و عاطفی در خانواده حاکم شود؛ به طوری که گسترش تکنیکی رسانه های شنیداری و رایانه ای، ارتباطی مستقیم را با فردگرایی و دوری از فضای روانی و عاطفی خانواده نشان می دهد. به عبارت دیگر، این ابزارها، به تدریج فضای روانی و محیطی گفت و گو را خدشه دار می کنند و اعضای خانواده را به جای هم گرایی، به واگرایی سوق می دهند؛ تا جایی که هر عضو خانواده، صرفاً در یک فضای فیزیکی مشترک زندگی می کند و کاهش تعامل ها، اهداف آن ها را نیز نسبت به هم، واگراتر می کند. در نتیجه، افراد خانواده به جای ارتباط با یک دیگر که به تقویت پیوندهای عاطفی و انسجام اعضای خانواده منجر می شود، با ابزارهای الکترونیکی ارتباط برقرار می کنند؛ ارتباطی که بار عاطفی، احساسی و هیجانی ندارد. به دلیل محدودیت اخلاق و کیفیت زندگی امروزی، به تدریج شاهد یک فروپاشی بزرگ خواهیم بود و این فروپاشی، بیشتر در زمینه خانواده‌ها اتفاق خواهد افتاد. وقتی فردی به

اینترنت وابسته شد، فرصت تعامل با دیگران را از دست می دهد و زمینه برای بروز عوارض و آسیب های اجتماعی و فرهنگی چون اعتیاد اینترنتی^۳ و خشونت خانوادگی، ایجاد روابط ناسالم و... مهیا می شود؛ بنابراین، به نظر می رسد یکی از وظایف صاحب نظران حوزه هایی چون جامعه شناسی و علوم تربیتی، یافتن راه هایی برای بازسازی یا قوام بخشیدن به خانواده است؛ چرا که خانواده نقش مهمی در انتقال بخش عمده ای از ارزش ها و هنجارها به فرزندان و نسل های بعدی دارد (گنجی، نیازی و ملک پور شهرکی، ۱۳۹۴).

با توجه به مباحث فوق و نیز گسترش روزافزون اینترنت در خانواده ها و افزایش بسیار مخاطبان آن، مطالعه رابطه اعتیاد به اینترنت و دزدگی زناشویی بسیار مهم تلقی می شود.

عامل دیگری که روابط آینده ی فرد را در خانواده مشخص می کند، تمایز یافتگی می باشد. تمایز یافتگی خود^۴ به عنوان سنگ بنای نظریه ی بوئن^۵ در درون خانواده جای دارد و در پی وحدت و با هم بودن و یا بر عکس، فردیت است. بوئن (Bowen, 1996)، معتقد است در جامعه ی انسانی نوعی نیروی زندگی که از ریشه ای غریزی برخوردار است، کودک رو به رشد را به شخصی برخوردار از عواطف مجزا تبدیل می کند که می تواند به تفکر، احساس یا عمل بپردازد. در واقع، این نیرو، نیرویی است که افراد را به سمت تمایز یافتگی سوق می دهد. بر اساس نظریه، تمایز یافتگی، بنیان های صمیمیت و پذیرش دو سویه را در ازدواج بررسی می کند. انتظار می رود زن و مردی که سطح تمایز یافتگی پایینی داشته باشند، در زمان ازدواج، بلوغ هیجانی کمتر و ظرفیتی محدود برای صمیمیت و یکی شدن داشته باشند (بیرامی، فهیمی، اکبری و امیری پیچاکالایی، ۱۳۹۱). تمایز یافتگی نیز به عنوان عاملی دیگر در ایجاد دزدگی زناشویی محسوب می شود. بوهلندر (Bohlander, 1995)، اشاره می کند هر اندازه میزان تمایز یافتگی فرد کمتر باشد احتمال درهم آمیختگی هیجانی فرد با دیگران به منظور ایجاد یک خود تمایز نایافته بیشتر خواهد بود. این در هم آمیختگی هیجانی میان دو فرد تمایز نایافته برای ایجاد یک خود مشترک در روابط شخصی اتفاق افتاده و اغلب در ازدواج مشاهده می شود. ازدواج های این افراد اغلب با شکست مواجه می شود (طالبی و غباری بناب، ۱۳۹۱).

رخشانی، شهابی زاده و علیزاده (۱۳۹۵)، به این نتیجه دست یافتند که الگوی ابعادی ارتباط با خدا، تنها به طور غیرمستقیم، از راه کاهش هر یک از کنترل زبان و کنترل فکر پیش بینی کننده افزایش دزدگی زناشویی است. خدادادی سنگده، حاجی زاده، آموستی و رضایی (۱۳۹۵)، با پیش بینی دزدگی زناشویی بر اساس سلامت عمومی و صمیمیت زناشویی در پرستاران متأهل زن و مرد شهرستان جویبار، گزارش می کنند که دزدگی زناشویی دارای رابطه منفی و معناداری با سلامت عمومی و صمیمیت زناشویی، درآمد و مدت است. هر فردی ابتدا و در شکل طبیعی اش رابطه زناشویی خود را با عشق و علاقه شروع می کند و حدس و گمان های اولیه او نیز در راستای حفظ و تداوم این رابطه است. اما گاهی پس از مدتی ممکن است زن یا شوهر یا هر دوی آن ها نسبت به عمق و شکل رابطه شان دچار تردید شوند و چون بین توقعات خود از زندگی و واقعیت های موجود در زندگی زناشویی شان هماهنگی لازم را نمی بینند، دچار سرخوردگی و دزدگی شوند (خواصی، ۱۳۹۲). در واقع زوج ها درمی یابند که رفتار همسرشان آن چیزی نیست که انتظارش را داشته اند و پس از به وجود آمدن این احساس سرخوردگی، همسرشان را در قبل و بعد از ازدواج مقایسه می کنند و در پی آن، احساسات منفی، حالت غالب به خود می گیرد و به از دست دادن شور و شوق اولیه، وابستگی عاطفی، تعهد و نهایتاً بروز دزدگی منجر می شود (Pokorska, Farrell, Evanschitzky & Pillai, 2013). سابق بر این در پژوهش ها به جای واژه دزدگی از واژه فرسودگی^۶ استفاده می شد که بیشتر مناسب حوزه مسایل شغلی می بود اما در کتاب (Kayser, 1993)، با عنوان "وقتی عشق می میرد"،

3. internet addiction
4. self-differentiation
5. Bowen
6. burnout

واژه دلزدگی به کار رفته است که به نظر می رسد برای مناسبات زناشویی مناسب تر باشد. به نظر می رسد از عواملی که سبب می شود رضایت زناشویی کاهش یافته و به جای آن دلزدگی زناشویی افزایش یابد، استفاده مدیریت نشده و بی رویه از اینترنت می باشد. در دهه های اخیر میزان بهره گیری از اینترنت ۷ رشد فزاینده ای داشته است (Greenfield, 2000). با ظهور اینترنت مشکلات و آسیب های تازه ای نیز پدیدار شده که برخی از آن ها حتی جامعه جهانی را هم نگران کرده است. ایوان گلدبرگ ۸، روان پزشکی از دانشگاه کلمبیا، اولین بار اختلال اعتیاد به اینترنت ۹ را مطرح کرد. اعتیاد به اینترنت در زیر مجموعه اختلالات تکانه ای آمده است و آن نوعی استفاده از اینترنت است که بتواند مشکلات روانشناختی، اجتماعی، درسی و یا شغلی در زندگی فرد ایجاد کند. رایج ترین تعریف (اعتیاد به اینترنت) این است که نوعی وابستگی رفتاری به اینترنت ایجاد کند (Sadock, 2007).

اهمیت اعتیاد به اینترنت، به علت آسیب های فراوان و گسترده آن، برای جامعه کم تر از اعتیاد به مواد مخدر نیست و یا لاقبل در سال های آتی در زمره یکی از آسیب های اجتماعی مهم قرار خواهد گرفت. اعتیاد به اینترنت تأثیرات منفی زیادی بر روی افراد می گذارد. از جمله: مشکلات در روند زندگی، عملکرد مدرسه و روابط والدینی و همچنین، هم در افراد وابسته و هم در افراد غیر وابسته ملاحظه کردند که استفاده از اینترنت به صورت مؤثری بر روابط همسالان تأثیر می گذارد (Block, 2008). تحقیقاتی چند پیرامون اعتیاد به اینترنت و نظام خانواده انجام شده است. در زیر به چند نمونه اشاره می شود: استفاده بیش از اندازه از اینترنت می تواند مشکلاتی را برای خانواده ها به وجود آورد از جمله تأثیر بر روابط زناشویی به صورت منفی و افزایش ناسازگاری ها و بالا رفتن طلاق، افزایش بی اعتمادی و دروغگویی بین اعضای خانواده، کاهش ارتباط های کلامی و چهره به چهره کاهش ارتباط بین والدین و فرزندان و کوتاهی در انجام وظایف مربوطه (آذرخش، ۱۳۸۲). گنجی و همکارانش (۱۳۹۴)، طی پژوهشی به بررسی تأثیر اعتیاد به اینترنت بر از هم گسیختگی خانوادگی پرداخته اند. که نتایج این پژوهش نشان داده این رابطه نیز مستقیم و معنادار است بدین معنا که با افزایش اعتیاد به اینترنت، بر میزان از هم گسیختگی خانوادگی افزوده می شود. رجایی و حیدری (۱۳۹۴)، در پژوهشی دیگر نیز ذکر کرده اند که بین اعتیاد به اینترنت با دلزدگی زناشویی دانشجویان متأهل زن و مرد رابطه مثبت وجود دارد. در زمینه تأثیر فردی و خانوادگی استفاده از اینترنت، (Sanders, Field, Diego & Kaplan, 2000)، با بررسی نقش استفاده از اینترنت در افسردگی و انزوای اجتماعی نوجوانان دریافتند، بین استفاده از اینترنت با چگونگی رابطه با پدر، مادر، همسالان و افسردگی رابطه وجود دارد.

از دیگر متغیرهایی که می تواند بر روی دلزدگی زناشویی تأثیر گذار باشد، سازه تمایز یافتگی خود می باشد. تمایز یافتگی خود اشاره به توانایی ایجاد تعادل بین نیروهای عقلی و فرایندهای عاطفی در سطح درون روانی و ایجاد تعادل بین حفظ فردیت همراه با تجربه صمیمیت در سطح بین فردی می کند (Tuason, & Friedlander, 2000). افراد تمایز یافته برای تجربه عواطف عمیق احساس آزادی می کنند و دارای قابلیت نظم بخشی به هیجانات بوده، به طور آزادانه به آن ها دسترسی دارند؛ آن ها قادرند افکار شخصی خود را شناسایی نموده و ابراز کنند. افرادی که به کامل ترین سطح تمایز از خود می رسند به عنوان افرادی مشخص می شوند که مرزبندی های خود تعریف شده ای دارند در حالی که اشخاص تمایز نایافته از نظر هیجانی مشکلات روانشناختی را تجربه می کنند (خدایاری فرد و عابدینی، ۱۳۹۰). زن و شوهرهایی که به یک اندازه از سطوح بالای تمایز یافتگی برخوردارند، قادرند فردیت و استقلال روشنی را به وجود آورده و حفظ کنند و در همان زمان صمیمیت عاطفی قوی، پخته و غیر تهدیدآمیزی را داشته باشند. از سوی دیگر زن و شوهرهایی که از سطوح پایین تمایز

یافتگی برخوردارند در برقراری صمیمیت، با مشکل مواجه هستند چون فقط خودهایی کاذب را پرورش داده اند (طالبی و غباری بناب، ۱۳۹۱).

در نظام زناشویی نیز وقتی تمایزیافتگی زوج ها بالا باشد احتمال سازگاری مناسب با تعارض ها نیز برای زوج ها بیشتر می شود و اضطراب، واکنش های هیجانی و در نهایت آمیختگی کاهش می یابد، در سمت مقابل، استفاده زوج هایی با تمایزیافتگی پایین از اجتناب، به هنگام وقوع تعارض به بر هم زدن تعادل بین « با هم بودن و فردیت» می انجامد (Likciani, 2013)، و در درازمدت به دلزدگی منجر می شود. (Skowron & Dandy, 2004)، معتقد بودند که بین تمایزیافتگی بالا و سازگاری زناشویی رابطه مثبت وجود دارد. آنها اعتقاد داشتند زوجینی که کمتر واکنشی هستند و سطح تمایز آن ها بالا است، در روابط خود با دیگران "حالت من ۱۰" خود را حفظ می کنند و خشنودی زناشویی بیشتری را تجربه می کنند. در حالی که افراد با تمایزیافتگی پایین استرس و فشارهای زناشویی بیشتری را تجربه می کنند.

به علاوه (Likciani, 2013)، در پژوهش خود نشان داد که تمایزیافتگی با تعارض زناشویی رابطه معکوس و با رضایت زناشویی رابطه مستقیم دارد. پژوهش های گوناگونی در بیان ارتباط منفی بین تمایزیافتگی و دلزدگی زناشویی نشان داده اند که هرچه افراد از سطوح تمایزیافتگی پایین تری برخوردار باشند، به دلیل آمیختگی بیشتر عقل و احساساتشان، در تعارضات زناشویی درگیر تنش های عاطفی شدید با همسر، و دچار دلزدگی زناشویی در طولانی مدت می شوند (آریامنش، فلاح چای و زارعی، ۱۳۹۲). در حقیقت فقدان تمایز خود باعث ایجاد تعارض بین فردی و اضطراب و در نتیجه نارضایتی زناشویی می شود زیرا افراد واکنش های عاطفی مثبت و منفی شان را بر اساس دستوره های اعضای خانواده یا دیگر مراجع قدرت می دهند (بهات، ۲۰۰۱). ساداتی، مهرابی زاده هنرمند و سودانی (۱۳۹۳)، نیز در پژوهش خود رابطه منفی بین تمایزیافتگی خود و دلزدگی زناشویی گزارش کرده اند. هم چنین نجفپویی (۱۳۸۵)، نشان داده است که بین تمایزیافتگی و تعارضات زناشویی رابطه معنی داری وجود دارد. بنابر آن چه ذکر شد و بر اساس ادبیات پژوهشی موجود، پژوهش حاضر به دنبال پاسخگویی به این سوال است که آیا بین اعتیاد به اینترنت و تمایزیافتگی خود با دلزدگی زناشویی رابطه ای وجود دارد؟ و سهم هر یک از متغیرهای پیش بین (اعتیاد به اینترنت و تمایزیافتگی خود) بر دلزدگی زناشویی دانشجویان دانشگاه آزاد واحد بهبهان چقدر است؟

دلزدگی زناشویی

ازدواج از قدیمی ترین پیوندهای انسانی است که رشد دهنده شخصیت آدمی بوده و در جهت گیری زندگی انسان نقش برجسته ای دارد، تا جایی که به خاطر اهمیت، این پدیده در کنار تولد، مرگ و شغل، جزو یکی از چهار پدیده مهم زندگی انسان قرار گرفته است (Day, 2010). بسیاری از همسران زندگی مشترک خود را با عشق آغاز می کنند و بر این باورند که تنها مرگ می تواند آن ها را از یکدیگر جدا کند و به این موضوع نمی اندیشند که روزی ممکن است شعله عشق آنان به خاموشی گراید. اما غیر قابل انکار است که برای بعضی از افراد ازدواج در ابتدا به عنوان منبعی از خشنودی و رضایت است ولی در طول زمان ممکن است به منبعی از ناکامی تبدیل شود. مساله این است که چگونه تلاش های اولیه برای رسیدن به زندگی مشترک که با خوش بینی اولیه همراه است به سرخوردگی می انجامد؟ چرا پیمان ازدواج شکسته می شود؟ چرا طلاق و جدایی صورت می گیرد؟ زندگی مشترک از عوامل متعددی متأثر می شود که پاره ای از آن ها ممکن است زوج ها را به طرف اختلاف و درگیری، جدایی روانی و دلزدگی و حتی طلاق سوق دهد (نریمانی، پوراسمعیلی، میکائیلی و حاجلو، ۱۳۹۴).

اولین مقاله‌ها درباره‌ی فرسودگی شغلی در اواسط دهه‌ی هفتاد در نشریات علمی منتشر شدند (Pines, 2011). پاینز اولین کسی بود که فرسودگی را به حوزه‌های غیرشغلی و سایر جنبه‌های زندگی تعمیم داد و اولین کسی بود که فرسودگی زناشویی را مطرح کرد. سابق بر این در پژوهش‌ها به جای واژه دلزدگی از واژه فرسودگی یا سرخورده‌گی زناشویی استفاده شده است که بیشتر مناسب حوزه مسایل شغلی است اما در این پژوهش، از واژه دلزدگی، استفاده شده است که به نظر می‌رسد برای مناسبات زناشویی مناسب‌تر باشد.

تعاریف و مفاهیم دلزدگی زناشویی

دلزدگی وضعیت دردناک جسمانی، 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 و نخواهد داد (Van plet, 2009).

دلزدگی زناشویی به علت مجموعه‌ای از توقعات غیرمنطقی و غیرواقع‌بینانه، گذار از هیجانانگیز، بی‌دقت و بی‌توجه بودن زوجین نسبت به هم و نیازهای یکدیگر، بیان نکردن احساسات و نیازها به یکدیگر و فرازو نشیب‌های زندگی بروز می‌کند (Pines, Neal, Hammer & Icekson, 2011).

(Clayton & Hamilton, 2010)، دلزدگی زناشویی را این‌گونه تعریف می‌کنند: یک حالت فرسودگی جسمی، هیجانی و روانی اطلاق می‌شود که باعث زوال شخصیت و کاهش یافتن تمامیت فردی می‌شود. هم‌چنین دلزدگی زناشویی گاهی اوقات به صورت تغییر زندگی و یک سری از انتظارات غیر واقعی ظاهر می‌شود.

بنابراین، هنگامی که زوجین دچار دلزدگی می‌شوند، موارد زیر در روابطشان مشاهده می‌گردد:

- ۱- افزایش احساس «گسستگی» و دور شدن از همسر (مثل فاصله گرفتن از او، سردی، یا انزجار نسبت به او).
- ۲- حرکت به سمت زندگی کردن به روش خود، همراه با کاهش مشارکت در فعالیت‌ها، کاهش علائق و کاهش ارتباط با همسر.

۳- ترس هر دو زوج یا یکی از آن‌ها از این که تخریب رابطه تا نقطه طلاق یا جدایی پیش برود.

۴- وجود مشاجره یا ایجاد فاصله‌ای که در پی شکست زوجین برای برقراری پیوند ارتباطی به وجود آمده است.

۵- اشکال در طرح ریزی برای آینده به علت بروز بحث یا وجود فاصله در روابط و برنامه ریزی اندک در مورد فعالیت‌های آتی.

۶- انتظاراتی از خود، همسر یا روابط که به نتایج منفی همچون محرومیت، ناامیدی، افسردگی، اضطراب و خشم منجر می‌شود (کیمیایی و باقریان نژاد، ۱۳۸۴).

برای درک روشن‌تر از دلزدگی زناشویی مهم است که آن را از دیگر مفاهیم مشابه متمایز کرد. این حالات ممکن است بر دلزدگی زناشویی تأثیرگذار باشند یا تحت تأثیر آن قرار گیرند.

نارضایتی زناشویی به درجه پایینی از سازگاری یا ناکامی در یک رابطه اشاره می‌کند و مطمئناً زوجینی که دلزدگی را تجربه می‌کنند، نارضایتی را به همراه دارند، اما نارضایتی از نظر ارتباطی می‌تواند زودگذر و موقتی باشد و همزمان با آن، احساس علاقه وجود دارد (Booth, Johnson & Edwards, 1983).

دلزدگی عدم حضور عشق است که معمولاً پس از تجمع نارضایتی‌ها در ازدواج اتفاق می‌افتد. واژه شکست زناشویی ۱۱، کاهش در جذابیت رابطه، آشفتگی احساسات در رابطه، اختلال در انتقال آن‌ها و مواردی از این قبیل را توصیف می‌کند، اما

لزوماً شاخص کاهش درجه عشق و عاطفه نسبت به همسر نیست (Duck, 1981). انحلال در ازدواج ۱۲ شامل پایان یا قطع همیشگی یک ارتباط است و معمولاً شامل اقداماتی قانونی برای طلاق یا جدایی دائمی است. دزدگی به این معنا نیست که زوجین می خواهند ازدواجشان منحل شود؛ بسیاری از ازدواج ها با کیفیت پایین سالم باقی می ماندند. هر چند دزدگی زناشویی معمولاً بی ثباتی زناشویی را ایجاد می کند که متمایل به انحلال ازدواج است، با این حال، ممکن است انحلال نتیجه نهایی نباشد (کوهی، اعتمادی و فاتحی زاده، ۱۳۹۳).

عوامل زمینه ساز دزدگی زناشویی

آن چه زمینه ساز اصلی دزدگی زناشویی است کاهش سطح نوازش و به خصوص نوازش های سطح دو و سه یعنی درک همدیگر در شادی و غم و وضعیت های گوناگون رقابتی یا شکست و بیماری و نیز فقدان برنامه و هدفی برای ساختن مشترک است. اغلب زوج ها تنها به تولد فرزند و حتی کم تر به روش تربیتی مشترک به عنوان کاری مشترک فکر می کنند. و خارج از موضوع فرزندان همکاری چندانی ندارند. بالا رفتن سطح روابط بین فردی، انرژی افراد را افزایش می دهد و به روابط فردی و بین فردی آن ها بالندگی و پویایی می بخشد. زوج هایی که از چنین روابط پویایی برخوردارند در سطح اجتماع نیز موفق ترند و یکدیگر را برای رسیدن به اهدافشان بهتر پوشش می دهند، زیرا خود را مانند پیچ و مهره های یک دستگاه واحد فرض می کنند که برای رسیدن به یک هدف مشخص در حرکت است. هنگامی که زن و شوهر یکدیگر را از نظر روانی ارضا نمی کنند، هر روز از سطح انرژی بین فردیشان کاسته می شود و چه بسا این کاهش انرژی در سطح روابط و امور اجتماعی آن ها نیز تأثیرگذار باشد و فرد را در این سطح هم با مشکل مواجه کند. در چنین حالتی است که دزدگی زناشویی معنادار می شود و باید به حال آن فکری کرد. آن چه در مورد دزدگی زناشویی عمدتاً مشاهده می شود فقدان حمایت و پرورش احساسات کودک درون افراد است که این مسئله حمایت از احساس های فرد توسط بالغ درون او امکان پذیر است. همسرانی که ارتباط خود را صرفاً با عشق آغاز کرده اند به دلیل این که از اهمیت توجه به بالغ درون در حفظ و بقاء عشق خود بی اطلاع هستند کم کم به مراحل وارد می شوند که کودک درون آنان آزوده و خسته است (خواصی، ۱۳۸۹). یکی از مشکلات مهمی که اغلب بین همسران پیش می آید وجود تابوهای فرهنگی (ممنوعیت عرفی) درباره ی آموزش صحیح روابط جنسی و عدم آگاهی افراد به مراحل چهارگانه ی یک ارتباط جنسی است. با این که کلاس های آموزش پیش از ازدواج - که اجباری هم هستند - فرصت مغتنمی برای تشریح یک ارتباط طبیعی و مطلوب جنسی است، اما تابوهای فرهنگی مانع از تشریح و آموزش درست اصول روابط جنسی می شوند و این کلاس ها آن بار آموزشی ای را که باید داشته باشند، ندارند. در ارتباط جنسی - نه صرفاً عمل جنسی که می تواند به یکسری فعالیت های فیزیولوژیک خلاصه شود - در مرحله آغازین میل یا کشش جسمی و ذهنی شروع و با تحریک و تصحیح بدن و سپس ارضاء جسمی و ذهنی و در نهایت گذر از مرحله ی خاتمه، رابطه پایان می یابد. مرحله چهارم یا خاتمه ارتباط معمولاً نادیده گرفته می شود و قدردانی کلامی و غیرکلامی (نوازش های سطح یک و دو) به دلیل فقدان اطلاعات همسران از اهمیت آن انجام نمی شود. بدین گونه یک رابطه زناشویی مناسب که در سال های اولیه پیوند زوج در تقویت و تحکیم حریم زناشویی نقش محوری داشت کم کم به یک عمل تکراری و تکلیف گونه تبدیل می شود که بدون معاشقه است، و فقط حکم یک عمل جنسی صرف (بدون نوازش های سطح دوم) تبدیل می شود که نتیجه ی آن عادت و دزدگی روانی دو طرف است (خواصی، ۱۳۸۹).

دلایل بروز و نشانه های دزدگی زناشویی

دزدگی و خسته شدن از همسر معمولاً وقتی رخ می دهد که آن شور و هیجان اولیه زندگی مشترک از بین می رود و همسران که تصور می کردند یکدیگر را می شناسند، با ادبیات متفاوتی با یکدیگر روبه رو می شوند. در این وضعیت نوعی «صمیمیت بی روح» در روابط بین زوج ها برقرار است که ممکن است هر یک، طرف مقابل را مسئول به وجود آمدن آن بدانند از جمله دلایل دزدگی عبارتند از:

۱- توقعات غیرمنطقی و غیرواقع بینانه: گاهی توقعات فرد آنقدر بالا و غیرواقع بینانه است که ازدواج با هر فرد دیگری هم نمی تواند آن توقع ها را برآورده کند. مثلاً زنی که توقع دارد شوهرش که از صفر زندگی را با او شروع کرده باید یکساله هم خانه و هم ماشین بخرد معلوم است با دیدن واقعیت دلزده می شود.

۲- گذشتن از فاز هیجانی اول ازدواج: وقتی زن و شوهر از فاز هیجانی و عاطفی اول ازدواج بیرون می آیند، هر حادثه کوچکی را بهانه می کنند تا به همسرشان یک برچسب منفی بزنند. در این مواقع سکوت مردها نشانه بی احساسی شان تلقی می شود و یک بار محبت نکردن زن ها نشانه نامهربانی شان.

۳- نگفتن احساسات به یکدیگر: اگر همسران نیازهای خود را مطرح نکنند یا در رابطه با همدیگر پی به نیازهای یکدیگر نبرند و به راه حل مثبتی برای برآورده کردن نیازهایشان نرسند، خطر دزدگی دو چندان می شود. به گمان همسران، عشق کامل کننده زندگی آن ها خواهد بود اما عشق به تنهایی نمی تواند دایره صمیمیت را شکل دهد. زمانی صمیمیت در اوج بود اما حالا شور و احساسات فروکش کرده است و خود واقعی طرفین برای هم آشکار شده است (Bowen, 1996).

روان شناسان می گویند ممکن است دزدگی و خستگی از روابط با همسر ریشه در روابط مخدوش در دوران کودکی دارد. شاید یکی از همسران توجه لازم و کافی را از والدین خود در دوران کودکی دریافت نکرده است و احساس می کند نمی تواند در مقابل همسر آن چنان که باید جلوه گری کند یا به خود بابت روابطی که با همسرش برقرار کرده است، ببالد و افتخار کند. او به طور طبیعی نارضایتی از روابط با والدین را به رابطه با دیگران و به ویژه همسرش تعمیم می دهد. از نظر روانی فاصله گرفتن از همسر می تواند به دزدگی تعبیر شود فرد از خود می پرسد: چرا باید با کسی زندگی کنم که نمی تواند تمام نیازهای مرا برآورده کند. البته ریشه دزدگی فقط در دوران کودکی نیست و گاه دلایل دیگری مثل «جنگ قدرت» هم دارد. زندگی زوجی را تصور کنید که دایم و بابت همه چیز از کوچک و بزرگ گرفته با هم بحث می کنند. درباره پول، وقت خواب، تربیت بچه ها و حتی نوع پوشش. رابطه ای که بر محور چنین مشاجراتی بچرخد و نتوان پایانی بر آن یافت، قطعاً مخدوش است. از سوی دیگر، نگرش منفی هم به صمیمیت یک رابطه خاتمه می دهد فرد با خود می گوید: «اگر کسی کاری برای من نمی کند، چرا من باید کاری انجام دهم. البته فرسودگی خود یک دفاع است. وقتی فرد نمی خواهد احساساتی مانند خشم و ناامیدی را بروز دهد، احساس دزدگی پیدا می کند. وقتی مدت های مدید همسران درباره آن چه آزارشان می دهد، صحبت نکنند، دچار دزدگی می شوند و هر دو در تنهایی به دنبال جایی هستند که کمی آرامش و رضایت بیشتری را تجربه کنند. بنابراین کارشناسان تأکید می کنند دزدگی را نه فقط یک احساس بلکه یک علامت منفی در زندگی مشترک محسوب کنید (Bowen, 1996).

در هر مرحله ای از زندگی، و در هر موقعیت جدید، همه آدم ها باید بطور مداوم بین امنیت و قابل پیش بینی بودن از یک طرف و عطش ماجراجویی و چالش از طرف دیگر، انتخاب کنند. وقتی افراد امنیت زیاد داشته باشند، ممکن است دچار یکنواختی گشته ای شوند که ذهن را تیره و تار کرده و روحیه را از بین می برد. اگر از طرف دیگر، زندگی سراسر چالش و ماجراجویی داشته باشند، ممکن است منابعشان به شدت تخلیه شود و زندگی پرهرج و مرج و غیرقابل پیش بینی را بگذرانند. هدف عالی برای هر فرد پیدا کردن بهترین تعادل بین این دو انتخاب است. وقتی قرار باشد فقط خودمان را در نظر داشته

باشیم، این فرایند به اندازه کافی مشکل خواهد بود. وقتی وارد یک رابطه نزدیک می‌شویم، از آن سخت‌تر شده و مجبور خواهیم بود به طور متقابل بین تعارضاتمان با طرف مقابل تعادل ایجاد کنیم. زوج‌ها در ابتدای رابطه تا حد زیادی برای استقبال از ماجراجویی‌هایی که ارتباطشان ایجاد می‌کند مشتاق هستند. آن‌ها جذب سختی کشف همدیگر می‌شوند و به طور پیوسته افکار، اعمال و احساسات جدیدی را تجربه می‌کنند. در این شرایط که هنوز نمی‌دانند رابطه‌شان تا کجا ادامه پیدا خواهد کرد، نیاز به راحتی و امنیت هنوز به خاطرشان خطور نکرده است (خواصی، ۱۳۸۹).

مبانی نظری اعتیاد به اینترنت

اینترنت شبکه‌ی گسترده جهانی است که شبکه‌های مختلف رایانه‌ای در اندازه‌های متعدد و حتی رایانه‌های شخصی را با استفاده از سخت‌افزارها و نرم‌افزارهای گوناگون و با قراردادهای ارتباطی به یکدیگر متصل می‌کند. می‌توان گفت که شبکه اینترنت همانند یک محل مجازی ملاقات عمومی شهروندان جهان است. یک نقطه تلاقی عمومی است که در آن میلیون‌ها نفر از بیش از ۱۵۵ کشور جهان با هم در رابطه قرار می‌گیرند. سازمان عظیمی است که نظم آن از پیش تا حدودی تنظیم شده است. آنان در هر آن، به کسب اطلاع درباره مسایل مختلف، گفتگو، بازی، تجارت، جستجوی علمی، مشاهده تصاویر مختلف، استماع صداها و آهنگ‌ها، مشاهده فیلم‌ها و بسیاری اقدامات دیگر می‌پردازند. اینترنت یک بانک اطلاعاتی نیست، بلکه گسترده‌ترین و با اهمیت‌ترین شبکه کامپیوتری جهان است و شاید نمونه‌ای اولیه از بزرگراه‌های اطلاعاتی ربع اول قرن بیست و یکم باشد. اینترنت در حکم مخزنی از اطلاعات خوب، بد، زشت و زیبا، اخلاقی و غیره اخلاقی می‌تواند تلقی شود (محسنی، ۱۳۸۰).

بی‌شک اینترنت پیش‌تاز انقلاب صنعتی جدید است و اکنون در اوج قله انقلاب صنعتی دیجیتال قرار دارد. بسیاری از روان‌شناسان در این مساله تردید دارند که آیا واقعا واژه اعتیاد برای توصیف زمانی که مردم وقت زیادی را صرف استفاده از اینترنت می‌کنند، واژه مناسبی است. اعتیاد پدیده‌ای است که از زمان‌های گذشته انسان‌ها در جوامع گوناگون با مفهوم آن آشنا بوده‌اند. در حال حاضر، با تغییر تدریجی شیوه زندگی به موازات پیشرفت‌های علمی و فناوری و افزایش غیر قابل تردید سطح شعور و آگاهی مردم موضوع اعتیاد در زمینه‌های گوناگون به وجود آمده و مشاهده می‌گردد. امروزه اعتیاد به اینترنت یکی از مشکلات معمول می‌باشد که به صورت استفاده نادرست از کامپیوتر و اطلاعات اینترنت تعریف می‌شود. دسترسی به اینترنت پدیده‌ای رو به گسترش است که هر روز تعداد بیشتری از افراد در زمره استفاده‌کنندگان اینترنت قرار می‌گیرند. اینترنت در همه جا حضور دارد: خانه، مدرسه، ادارات و حتی در مراکز خرید و در بین کاربران اینترنت جوانان و نوجوانان بیشترین استفاده از آن را دارند (Bullen & Harre, 2000).

واژه‌های استفاده «طبیعی» و استفاده «اعتیاد آور» از اینترنت واژه‌هایی هستند که هنوز هم در میان محققان مورد بحث و بررسی قرار می‌گیرند. البته از آن جا که تحقیق در زمینه اعتیاد اینترنتی هنوز مراحل آغازین خود را طی می‌کند، به همین خاطر، شاهد تفسیرهای متفاوتی از استفاده اعتیادی اینترنت، اهمیت و شرایط آن هستیم (گوهر و همکاران، ۱۳۹۴). امروزه روان‌شناسان حتی مطمئن نیستند که اسم این پدیده را چه بگذارند. برخی از آن‌ها ترجیح می‌دهند به جای واژه اعتیاد به اینترنت، از واژه اعتیاد به کامپیوتر استفاده کنند. چرا که هستند افراد زیادی که ساعت‌ها با کامپیوتر کار کرده و به آن وابسته‌اند، اما اصلا به اینترنت حتی فکر نمی‌کنند پیرامون وجود و یا عدم وجود پدیده اعتیاد اینترنتی، اختلاف عقیده زیادی وجود دارد. تا آن جا که عده‌ای معتقدند اینترنت تنها در صورتی اعتیاد آور است که زندگی فرد و اطرافیان را مختل کند. برخی دیگر نیز اظهار می‌دارند که اصلا چیزی به عنوان اختلال اعتیاد اینترنتی وجود ندارد. این گروه معتقدند که لذتی که به خاطر استفاده از کامپیوتر به فرد دست می‌دهد، به هیچ وجه قابل مقایسه با لذت حاصل از مصرف کوکائین و یا هر نوع ماده مخدر دیگری نیست (یاقوتیان و همکاران، ۱۳۹۴).

لفظ اعتیاد بیشتر تداعی‌گر اعتیادهای سنتی هم چون اعتیاد به الکل، نیکوتین، مواد مخدر و قمار است. اما اعتیاد از طریق اینترنت با وجهی جدیدی روبرو شده است. اعتیاد از طریق اینترنت نوع جدیدی از اعتیاد است که ارمغان ناخواسته عصر تکنولوژی و ارتباطات محسوب می‌شود. گسترش رایانه‌های شخصی و افزایش اتصال به اینترنت در خانه و محل کار منجر به ظهور معضلی به نام اعتیاد اینترنتی شده است (فلاح مهنه، ۱۳۸۶).

کاربران فراوان اینترنت و جذابیت‌های آن سبب شده در سال‌های اخیر پدیده‌ای با عنوان "اعتیاد به اینترنت" ظهور یابد. افراد در این حالت ساعت‌ها و روزها وقت خویش را صرف ارتباط درون شبکه‌ای می‌کنند، توان قطع این ارتباط را ندارند و علاقه‌ای به ترک کامپیوترهایشان نشان نمی‌دهند در حالی که در همین راستا زندگی واقعی و روابط اجتماعی آنان از هم فرو می‌پاشد. امروزه اعتیاد به اینترنت به عنوان یک اختلال روان‌شناختی در علم روان‌شناسی و پزشکی مطرح شده است. به طوری که متخصصان بالینی مواردی از این اختلال را در کلینیک‌های خود گزارش می‌کنند و این اختلال، به عنوان شکل جدیدی از اعتیاد در سال‌های اخیر توجه پژوهشگران را در حوزه روان‌شناسی، روان‌پزشکی، جامعه‌شناسی، و حوزه‌های علمی دیگر به خود جلب کرده است. اعتیاد به اینترنت مشکلی است که در جوامع و فرهنگ‌های مختلف به چشم می‌خورد. شیوع این مسئله باعث شده است که شناسایی علل، پیامدها و عوارض آن توسط محققان و متخصصان، پیگیری و مورد پژوهش قرار گیرد (Wang, 2001). گلدبرگ برای اولین بار از اصطلاح اختلال اعتیاد به اینترنت، برای معرفی و شناسایی خصوصیات افرادی که به دنبال استفاده از اینترنت مشکلاتی را نشان می‌دهند، استفاده کرد. او اولین کسی بود که گروهی را برای حمایت از معتادان به اینترنت تشکیل داد (Yang & Tang, 2004).

اینترنت به خودی خود ابزار بی‌ضرری است، اما استفاده بیش از حد و نادرست از آن، خطر اعتیاد به آن را به دنبال دارد که این پدیده مشکل عمده‌ای را برای بهداشت روانی جامعه ایجاد کرده است. اعتیاد اینترنتی، انسان‌ها را به افرادی رها شده تبدیل کرده و بر روابط اجتماعی آنان تأثیر می‌گذارد. در نتیجه‌ی استفاده بیش از حد از اینترنت، بهره‌وری و بازده کاری کاربران اینترنت، پایین می‌آید. آنان با تأخیر به محل کار می‌روند و دچار کم‌کاری می‌شوند. عدم تحرک جسمی و چاقی به همراه علائمی چون درد کمر، پشت و ماهیچه، از دیگر تبعات این مسأله‌اند. این کاربران به هر حال، حتی در صورت کناره‌گیری از اینترنت، دچار علائم اختلال می‌شوند. پدیده اعتیاد اینترنتی، همزمان با افزایش دسترسی روزانه مردم به منابع داخل خط شایع‌تر می‌شود. وب، اطلاع‌دهنده، مفید، دارای منابع غنی و سرگرم‌کننده است؛ اما بسیاری از مردم به آن معتادند، به طوری که این منافع، می‌تواند به آسیب‌ها و نابهنجاری‌های روانی و رفتاری تبدیل شود (Ferris, 2002).

اعتیاد به اینترنت در زیر مجموعه اختلالات تکانه‌ای آمده است و آن نوعی استفاده از اینترنت است که بتواند مشکلات روانشناختی، اجتماعی، درسی و یا شغلی در زندگی فرد ایجاد کند. رایج‌ترین تعریف (اعتیاد به اینترنت) این است که نوعی وابستگی رفتاری به اینترنت ایجاد کند (Skowron & Dandy, 2004).

روش پژوهش

این تحقیق از لحاظ هدف از نوع تحقیقات کاربردی است. همچنین از نظر ماهیت و روش در دسته‌ی تحقیقات توصیفی-همبستگی قرار می‌گیرد و از نظر زمانی مقطعی می‌باشد. در این تحقیق جهت جمع‌آوری اطلاعات برای پی‌ریزی مبانی کلی تحقیق همچون تعریف مفاهیم کلیدی، طرح ضرورت‌ها، بیان کاربردها و تشریح اهمیت آن از مطالعات کتابخانه‌ای مانند مطالعات مقالات فارسی و لاتین و کتب فارسی و لاتین در زمینه متغیرهای تحقیق و پایان‌نامه‌های مشابه در این زمینه و منابع اینترنتی و سمینارها استفاده گردیده است. در این زمینه روش میدانی از ابزارهایی مانند مشاوره و مصاحبه با خبرگان در زمینه طراحی پرسش‌نامه و تجزیه و تحلیل آن استفاده شده است. در تحقیق حاضر، ابزار اصلی سنجش، پرسشنامه است که یکی از

ابزارهای رایج تحقیق و روش مستقیم برای کسب داده‌های تحقیق است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد بهبهان (۱۳۵۲) می‌باشد که در سال ۹۶-۱۳۹۵ در این واحد دانشگاهی مشغول به تحصیل بودند. برای انتخاب حجم نمونه از جدول مورگان استفاده شد و ۲۴۵ نفر به به عنوان حجم نمونه انتخاب شد. روش نمونه-گیری در این تحقیق به صورت تصادفی است و ابزار مورد استفاده در این تحقیق پرسشنامه بود. به منظور ارائه تفسیر مناسبی از داده‌ها ابتدا با استفاده از تحلیل‌های توصیفی به بررسی جامعه آماری مورد مطالعه پرداخته شد. در پژوهش حاضر به منظور توصیف وضعیت موجود از میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمرات استفاده شده است. همچنین جهت تحلیل فرضیه‌های پژوهش، از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون استفاده گردیده است. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار کامپیوتر 21 spss ۱۳ انجام گرفته است.

یافته‌های تحقیق

- ۱- بین اعتیاد به اینترنت با دلزدگی زناشویی رابطه وجود دارد.
 - ۲- بین تمایزیافتگی خود با دلزدگی زناشویی رابطه وجود دارد.
- جهت آزمون فرضیه‌های شماره ۱ و ۲ از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شده است که نتایج آن در جدول (۱) آمده است.

جدول ۱- نتایج ضریب همبستگی بین تمایزیافتگی خود و اعتیاد به اینترنت با دلزدگی زناشویی

متغیرها	۱	۲	۳
۱. اعتیاد به اینترنت	-		
۲. تمایزیافتگی خود	۰/۲۳۴***	-	
۳. دلزدگی زناشویی	۰/۳۷۵***	-۰/۲۶۱***	-

* $p \leq 0/05$, ** $p \leq 0/01$

مندرجات جدول (۱)، نشان می‌دهد که ضرایب همبستگی به دست آمده از رابطه متغیرهای اعتیاد به اینترنت و تمایزیافتگی خود با دلزدگی زناشویی معنی‌دار هستند. بدین معنی که بین اعتیاد به اینترنت و دلزدگی زناشویی نیز ($r = 0/375$, $p < 0/01$) رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. همچنین بین تمایزیافتگی خود با دلزدگی زناشویی رابطه منفی و معنی‌داری وجود دارد ($r = -0/261$, $p < 0/01$). بنابراین فرضیه ۱ و ۲ پژوهش مورد تایید قرار می‌گیرد. از بین متغیرهای پیش‌بین، اعتیاد به اینترنت بیشترین رابطه و تمایزیافتگی کمترین رابطه با دلزدگی زناشویی دارد. (سطوح معنی‌داری برای ضرایب با علامت * در جدول آمده است).

۳- اعتیاد به اینترنت و تمایزیافتگی خود قادرند دلزدگی زناشویی را پیش‌بینی کنند. یکی از مفروضاتی که در رگرسیون مد نظر قرار می‌گیرد، استقلال خطاها از یکدیگر است. در صورتی که فرضیه استقلال خطاها رد شود و خطاها با یکدیگر همبستگی داشته باشند امکان بهره‌مندی از رگرسیون وجود ندارد. به منظور بررسی استقلال خطاها از یکدیگر از آزمون دوربین - واتسون به کارگیری می‌شود. نتایج حاصل از آزمون دوربین - واتسون در جدول (۲) آمده است.

جدول ۲- نتایج حاصل از آزمون دوربین و اتسون جهت بررسی مفروضات رگرسیون

مدل	R	R2	ضریب تعیین تعدیل شده	خطای انحراف استاندارد	دوربین وتسون	sig
۱	۰/۴۱۴	۰/۱۷۱	۰/۱۶۴	۱۹/۷۸۱۷۷	۲/۱۴	۰/۰۰۰۱

بر اساس مندرجات جدول (۲)، از آن جایی که مقداره آزمون دوربین و اتسون (۲/۱۴) حد فاصل بین ۱/۵ و ۲/۵ قرار دارد، فرض عدم وجود همبستگی بین خطاها رد نمی شود و بنابراین می توان از رگرسیون استفاده نمود. جهت آزمون فرضیه شماره ۳ از رگرسیون به روش همزمان استفاده شده است. نتایج بدست آمده در جداول (۳) و (۴) شرح داده شده است.

جدول ۳- خلاصه تحلیل رگرسیون متغیرهای پیش بین با دلزدگی زناشویی به روش همزمان

مدل	مجموع مجذورات	میانگین مجذورات	نسبت F	R	R2	sig
رگرسیون	۱۹۴۵۷/۱۲۴	۹۷۲۸/۵۶۲	۲۴/۸۶۱	۰/۴۱۴	۰/۱۷۱	۰/۰۰۰۱
باقیمانده	۹۴۳۰۷/۷۰۸	۳۹۱/۳۱۸				
کل	۱۱۳۷۶۴/۸۳۲					

مندرجات جدول (۳)، نشان می دهد که ترکیب خطی متغیرهای پیش بین (اعتیاد به اینترنت و تمایز یافتگی خود) با دلزدگی زناشویی از نظر آماری معنی دار است ($F=۲۴/۸۶۱$ ، $P < ۰/۰۱$). بنابراین فرضیه ۳ نیز تایید می گردد. همچنین ضرایب همبستگی چندگانه متغیرهای پیش بین با دلزدگی زناشویی ($R=۰/۴۱۴$) به دست آمده است. ضریب تعیین به دست آمده ($R2=۰/۱۷۱$) می باشد که نشان می دهد متغیرهای پیش بین قادرند به طور ترکیبی ۱۷٪ از تغییرات متغیر ملاک را پیش بینی کنند.

جدول ۴- ضرایب رگرسیون استاندارد و غیر استاندارد برای پیش بینی متغیر ملاک

مدل	ضرایب غیر استاندارد B	ضرایب استاندارد Beta	T	sig
ثابت	۶۲/۱۱۶		۶/۶۶۸	۰/۰۰۰۱
اعتیاد به اینترنت	۰/۵۰۳	۰/۳۳۲	۵/۵۱۱	۰/۰۰۱
تمایز یافتگی خود	۰/۳۰۰	-۰/۱۸۰	-۲/۹۹۰	۰/۰۰۳

مندرجات جدول (۴)، نشان می دهد که بر اساس ضرایب β ، از بین متغیرهای پیش بین، اعتیاد به اینترنت ($\beta=۰/۳۳۲$)، بهترین پیش بین کننده برای دلزدگی زناشویی محسوب می شود. در واقع اگر یک انحراف استاندارد به اعتیاد به اینترنت اضافه شود، مقدار ۰/۳۳ واحد باعث افزایش دلزدگی زناشویی می شود.

در ادامه یافته های پژوهش، با توجه به این که تمایزیافتگی خود دارای ۴ خرده مقیاس می باشد، از این رو در پژوهش حاضر ضرایب همبستگی ساده و رگرسیون بین خرده مقیاس هاس تمایزیافتگی خود (واکنش پذیری هیجانی، جایگاه من، گریز هیجانی و هم آمیختگی با دیگران) با دلزدگی زناشویی، به عنوان یافته های جانبی در جداول (۵)، (۶) و (۷) شرح داده می شود.

نتایج ضریب همبستگی ساده بین مولفه های تمایزیافتگی خود با دلزدگی زناشویی در جدول (۵) آمده است.

جدول ۵- نتایج ضریب همبستگی بین مولفه های تمایزیافتگی خود با دلزدگی زناشویی

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵
۱. واکنش پذیری هیجانی	-	-	-	-	-
۲. جایگاه من	۰/۲۴۳**	۰/۱۳۸*	-	-	-
۳. گریز هیجانی	۰/۲۴۵**	۰/۱۵۱*	۰/۳۹۵**	-	-
۴. هم آمیختگی با دیگران	۰/۶۱۱**	۰/۲۵۱**	۰/۲۴۰**	۰/۲۲۵**	-
۵. دلزدگی زناشویی	-۰/۱۸۹**	-۰/۲۵۱**	-۰/۲۴۰**	-۰/۲۲۵**	-

* $p \leq 0.05$, ** $p \leq 0.01$

مندرجات جدول (۵)، نشان می دهد که ضرایب همبستگی به دست آمده از رابطه بین مولفه های تمایزیافتگی خود (واکنش پذیری هیجانی، جایگاه من، گریز هیجانی و هم آمیختگی با دیگران) با دلزدگی زناشویی منفی و معنی دار هستند. براساس اطلاعات جدول، بین واکنش پذیری هیجانی و دلزدگی زناشویی ($r = -0.189$, $p < 0.01$)، جایگاه من و دلزدگی زناشویی ($r = -0.251$, $p < 0.01$)، گریز هیجانی و دلزدگی زناشویی ($r = -0.240$, $p < 0.01$) و هم آمیختگی با دیگران و دلزدگی زناشویی ($r = -0.225$, $p < 0.01$) رابطه منفی و معنی داری وجود دارد. از بین مولفه های تمایزیافتگی، جایگاه من بیشترین رابطه و واکنش پذیری هیجانی کمترین رابطه با دلزدگی زناشویی را دارد. (سطوح معنی داری برای ضرایب با علامت * در جدول آمده است).

جدول ۶- خلاصه تحلیل رگرسیون مولفه های تمایزیافتگی با دلزدگی زناشویی به روش همزمان

مدل	R	R2	ضریب تعیین تعدیل شده	خطای انحراف استاندارد	دوربین و تسون	sig
۱	۰/۴۱۴	۰/۱۷۱	۰/۱۶۴	۱۹/۷۸۱۷۷	۲/۱۴	۰/۰۰۰۱

مندرجات جدول (۶)، نشان می دهد که ترکیب خطی مولفه های تمایزیافتگی (واکنش پذیری هیجانی، جایگاه من، گریز هیجانی و هم آمیختگی با دیگران) با دلزدگی زناشویی از نظر آماری معنی دار است ($F=7.657$, $P < 0.01$). همچنین ضرایب همبستگی چندگانه مولفه های تمایزیافتگی با دلزدگی زناشویی ($R=0.336$) به دست آمده است. ضریب تعیین به دست آمده ($R^2=0.113$) می باشد که نشان می دهد مولفه های تمایزیافتگی قادرند به طور ترکیبی ۰/۱۱ از تغییرات متغیر ملاک را پیش بینی کنند.

جدول ۷- ضرایب رگرسیون استاندارد و غیر استاندارد مولفه های تمایزیافتگی برای پیش بینی متغیر ملاک

مدل	ضرایب غیراستاندارد B	ضرایب استاندارد Beta	T	sig
ثابت	۱۰۳/۰۴۳		۱۱/۷۶۲	۰/۰۰۰۱
واکنش پذیری هیجانی	-۰/۴۷۷	-۰/۱۰۵	-۱/۳۰۵	۰/۰۹۳
جایگاه من	-۰/۹۳۲	-۰/۲۱۱	-۳/۳۶۰	۰/۰۰۱
گریز هیجانی	-۱/۳۲۰	-۰/۲۰۰	-۲/۹۲۸	۰/۰۰۴
هم آمیختگی با دیگران	-۰/۳۴۰	-۰/۰۸۶	-۱/۱۰۲	۰/۰۵۷

مندرجات جدول (۷)، نشان می دهد که بر اساس ضرایب β ، از بین مولفه های تمایزیافتگی، جایگاه من ($\beta = -۰/۲۱۱$)، و گریز هیجانی ($\beta = -۰/۲۰۰$)، $P < ۰/۰۱$ و بهترین پیش بین کننده برای دلزدگی زناشویی محسوب می شود. در واقع اگر یک انحراف استاندارد به جایگاه من اضافه شود، مقدار $۰/۲۱$ واحد باعث کاهش دلزدگی زناشویی می شود. همچنین اگر یک انحراف استاندارد به گریز هیجانی اضافه شود، مقدار $۰/۲۰$ واحد باعث کاهش دلزدگی زناشویی می شود.

نتیجه گیری

نتایج تحقیق نشان داد که بین اعتیاد به اینترنت و تمایز یافتگی خود با دلزدگی زناشویی دانشجویان متأهل دانشگاه آزاد واحد بهبهان رابطه وجود دارد. محققان و متخصصان حوزه خانواده می بایست از عواملی که بر کیفیت رابطه زن و شوهر تأثیر منفی می گذارند و باعث تقلیل کیفیت این رابطه و در نتیجه ایجاد دلزدگی زناشویی می شوند جلوگیری و برای آموزش هر آن چه بیشتر زوجین در زمینه تمایزیافتگی، اقدام نموده تا از مشکلات زندگی زوجین کاسته و در صدد تأمین سلامت ذهنی افراد و ایجاد جامعه سالم برآیند. بنابراین می بایست مشاوران خانواده و روانشناسان و درمانگران حوزه خانواده در فرایند ارزیابی و تغییر نظام خانواده به میزان تمایزیافتگی زوج ها توجه کنند. می بایست شرایطی فراهم آورند تا بتوانند بر روی مسئله تمایزیافتگی همسرانی که دچار دلزدگی زناشویی شده اند کار کنند و به همسران کمک کنند تا نخست سطح اضطراب خود را کاهش دهند و سپس بر میزان تمایزیافتگی خود بیافزایند و در نهایت برگزاری دوره ها، کارگاه های آموزشی، پوستر و بنرها، چه در سطح شهر و چه در محیط های دانشگاهی و غیره جهت آگاه سازی خانواده ها، زوجین و جوانان نسبت به استفاده بهینه از اینترنت و پیامدهای اعتیاد اینترنتی ضروری به نظر می رسد.

منابع

- آذرخش، محمود، (۱۳۸۲)، مقاله اختلال اعتیاد به اینترنت، فصلنامه معنا، شماره ۱۶، زمستان .
آریامنش، صابر، فلاح چای، سیدرضا و زارعی، اقبال، (۱۳۹۲)، مقایسه تمایزیافتگی بین زوجهای رضایتمند و زوجهای دارای تعارض زناشویی در شهر بندرعباس. مجله پژوهشهای روانشناسی بالینی و مشاوره، سال ۳، شماره ۱.
بیرامی، منصور، فهیمی، صمد، اکبری، ابراهیم و امیری پیچاکالایی، احمد، (۱۳۹۱)، پیشبینی رضایت زناشویی بر اساس سبک های دلبستگی و مولفه های تمایزیافتگی. مجله ی اصول بهداشت روانی، سال ۱۴.

خدادادی سنگده، جواد، حاجی زاده، طاهره، آموستی، فروغ و رضایی، محسن، (۱۳۹۵)، پیش بینی دلزدگی زناشویی بر اساس سلامت عمومی و صمیمیت زناشویی در پرستاران. مجله ی مراقبت های پیشگیرانه در پرستاری و مامایی، دوره ی ۶، شماره ی ۲

خواصی، لیلا، (۱۳۸۹)، معنای حریم همسران در ازدواج های موفق. تهران: نشر قطره، چاپ اول.
خواصی، لیلا، (۱۳۹۲)، معنای حریم همسران در ازدواج های موفق (حریم و مرزهای زناشویی در مواجهه با عامل یا شخص سوم). تهران: انتشارات قطره.

رجایی، مریم سادات و حیدری، حسن، (۱۳۹۴)، بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت با دلزدگی زناشویی دانشجویان متأهل دانشگاه خمینی شهر. نخستین کنگره بین المللی جامع روانشناسی ایران.

رخشانی، پلین، شهابی زاده، فاطمه و علیزاده، حمید، (۱۳۹۵)، مدل دلزدگی زناشویی در ارتباط با الگوی ابعادی ارتباط با خدا، کنترل فکر و زبان. دوفصلنامه علمی پژوهشی مطالعات اسلام و روانشناسی، سال دهم، شماره ۱۹.

ساداتی، سید احسان، مهربانی زاده هنرمند، مهناز و سودانی، منصور، (۱۳۹۳)، رابطه علی تمایز یافتگی، نورزگرایی و بخشندگی با دلزدگی زناشویی با واسطه تعارض زناشویی. روانشناسی خانواده، دوره ۱، شماره ۲.

طالبی، مریم و غباری بناب، باقر، (۱۳۹۱)، تعیین رابطه تمایز یافتگی خود، هوش هیجانی و رضایت زناشویی در مراکز مشاوره شهر شاهرود. زن و مطالعات خانواده، سال پنجم، شماره هیجدهم.

فلاح مهنه، تورج، (۱۳۸۶)، اختلال اعتیاد به اینترنت. مجله روان شناسی و اطلاعاتی، شماره ۱.
کوهی، سمانه، اعتمادی، عذرا و فاتحی زاده، مریم، (۱۳۹۳)، بررسی رابطه ویژگی های شخصیتی و سلامت روانی با سرخوردگی زناشویی در زوجین. مجله علمی - پژوهشی پژوهش های علوم شناختی و رفتاری، سال چهارم، شماره اول.

کیمیایی، علی و باقریان نژاد، زهرا، (۱۳۸۴)، درمان گام به گام مشکلات زناشویی. تهران: انتشارات رشد.

گنجی، محمد، نیازی، محسن، و ملک پور شهرکی، علیرضا، (۱۳۹۴)، بررسی تأثیر اعتیاد به فناوری های نوین ارتباطی اینترنت و ماهواره بر از هم گسیختگی خانوادگی در شهرکرد. مطالعات و تحقیقات اجتماعی در ایران، دوره ۴، شماره ۱.

گوهری، شیوا، زهراکار، کیانوش و نظری، علی محمد، (۱۳۹۴)، پیش بینی فرسودگی زناشویی بر اساس تمایز یافتگی و صمیمیت جنسی در پرستاران. پژوهش پرستاری دوره ۱۱، شماره ۲.

محسنی، منوچهر، (۱۳۸۰)، جامعه شناسی جامعه اطلاعاتی. تهران: نشر دیدار.
نجفولویی، فاطمه، (۱۳۸۵)، نقش تمایز خود در روابط زناشویی. اندیشه های نوین تربیتی دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه الزهرا. دوره ۱، شماره ۳ و ۴.

نریمانی، محمد، پوراسمعیلی، اصغر، میکائیلی، نیلوفر و حاجلو نادر، (۱۳۹۴)، نقش واسطه ای الگوهای تعاملی زوجین در رابطه بین آسیب پذیری های بادوام و دلزدگی زناشویی زوجین متقاضی طلاق. روانشناسی خانواده، دوره ۲، شماره ۲.

یاقوتیان، محمود، سلیمانیان، علی اکبر و بخشی، مریم، (۱۳۹۴)، اثربخشی غنی سازی ارتباط بر کاهش دلزدگی زناشویی والدین کودک آسیب دیده بینایی. تعلیم و تربیت استثنایی، سال پانزدهم، شماره ۵.

Bhatt, P. 2001. Differentiation of Self and marital adjustment within the Asian American Population. *Journal of marital and family therapy*. 39, 131-143.

Block, JJ. 2008. Issues for DSM-V: internet addiction. *American Journal of Psychiatry*. 3:306-307.

Booth, A., & Johnson, D. R., & Edwards, J.N. 1983. Measuring marital instability. *Journal of Marriage and the Family*, 45 (2), 387-394. Bullen, P., & Harre, N. 2000. The internet : Its effects on fatety and behavior implications for adolescents. Department of Psychology, University of Auckland.

Bowen, M. 1978. Family therapy in clinical practice. New York: Jason Aronson.

- Clayton, A. H., Hamilton, D. V. 2010. Female Sexual Dysfunction. *Psychiatric Clinics North Am.* 33,323-338.
- Day, R. 2003. *Introduction to family processes*. Landon: Erlbaum Association, Inc.
- Duck, S. 1981. Toward a research map for the study of relationship breakdown. In S. Duck & R. Gilmour (Eds.), *Personal relationship : personal relationships in disorder* (pp.1 29). London: Academic press.
- Ferris, J. R. 2002. Internet addiction disorder: Cases, symptoms, and consequences. Retrieved from <http://www.antidrug.health.am/news/english/addiction/2292>.
- Gottman, J. M. (1998). On the etiology of marital decay and its consequences: Comments from a clinical psychologist. In T. N. Bradbury (Ed.), *the developmental course of marital dysfunction* (pp. 423-426). New York: Cambridge University Press.
- Greenfield, DN. 2000. Psychological characteristics of compulsive Internet use, A preliminary analysis. *Cyber psychology Behavior.* 5 (2): 403-12.
- Kayser, K. 1993. *When love dies: the process of marital disaffection*. New York: The Guilford press.
- Kayser, K. 1996. The marital disaffection scale: An inventory for assessing motional estrangement in marriage. *The American Journal of Family Therapy*, 24 (1), 68-80.
- Likcani, A. 2013. *Differentiation and intimate partner violence*. Dissertation for Doctor of Philosophy, College of Human Ecology, Kansas State University.
- Lim, Jin-Sook and et al. 2004. A learning system for internet addiction prevention. *Proceeding of the Ieee International Conference on Advanced Learning Technologies*.
- Pines, A. M. 2005. Adult attachment styles and their relationship to burn out. a preliminary ,cross-cultural investigation work and stress . *The family journal*, 18.66-80.
- Pines, A.M., & Neal, M.B., & Hammer, L.B. 2011. Job burnout and couple burnout in dual-earner couples in the sandwiched generation. *Social psychology Quartery*, 74, 361-368.
- Pokorska, J., Farrell, A., Evanschitzky, H., & Pillai, K. 2013. Relationship fading in business-to-consumer context. In S. Sezgin, E. Karaosmanoglu, & A. B. Elmadag Bas (Eds.), *EMAC 2013: 42nd Annual European Marketing Academy conference: Lost in translation*. Istanbul: Turkey.
- Sadock, BJ., Sadock, VA. 2007. *Impulse Control Disorders*. In: Kaplan & Sadock's synopsis of psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry 10th ed. Philadelphia: Lippincott williams & Wilkins , 850-82.
- Sanders, C. E.; Field, T. M.; Diego, M& Kaplan, M. 2000. The Relationship of Internet Use to Depression and Social Isolation among Adolescents. *Academic journal article*, 35 (138):237-42.
- Skowron, EA., & Dendy, AK. 2004. Differentiation of self and attachment in adulthood: Relational correlated of effortful control. *J Contemp Fam Ther .* 26 (3): 337-57.
- Tuason, M.T, & Friedlander, M. 2000. Do Parent`s Differentiation levels Predict Those Of Their Adult Children? And Other Test of Bowen Theory In Philippine Sample. *Journal of counseling psychology.* 47, 24-35.
- Van Plet. M.A. 2009. Crossover of burnout among health care professionals. *Journal of marriage and the family*, 85, 210-230.
- Yang, S. C., & Tung, C. J. 2004. Comparison of internet addicts and non addicts in Taiwanese high school. *Computer in Human Behavior*, 23, 79- 96.