

مقایسه روابط موضوعی، شفقت به خود و خودشناسی انسجامی در دانشجویان دارای سطوح مختلف ضربه عشق

حسین اعتصامی فرد^۱، نسرین علوی نیا^۲

^۱ کارشناس ارشد گروه روانشناسی، دانشگاه سلمان فارسی، کازرون، فارس، ایران.

^۲ گروه معارف اسلامی، واحد داراب، دانشگاه آزاد اسلامی، داراب، فارس، ایران.

چکیده

هدف از پژوهش حاضر مقایسه روابط موضوعی، شفقت به خود و خودشناسی انسجامی در دانشجویان دارای سطوح مختلف ضربه عشق بود. روش پژوهش علی مقایسه ای و جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشگاه سلمان فارسی کازرون بود. نمونه آماری ۱۲۰ نفر از این افراد بود که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب و به پرسشنامه های ضربه عشقی راس (۱۹۹۱)، خودشفقتی نف و همکاران (۲۰۱۲)، خودشناسی انسجامی قربانی و همکاران (۲۰۰۸) و روابط موضوعی بل (۱۹۹۵) پاسخ دادند. تجزیه و تحلیل داده های آماری در دو سطح توصیفی شامل میانگین و انحراف اسنادارد متغیرها و استنباطی شامل تحلیل واریانس چندمتغیره با استفاده از نرم افزار spss22 انجام شد. نتایج نشان داد که در سه گروه (نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی، نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی و نشانگان گروه نشانگان جدی ضربه عشقی) از نظر سطح روابط موضوعی [$F = 14/03, P = 0/001$] و مولفه های بیگانگی [$F = 9/08, P = 0/005$]، دلبستگی ناایمن [$F = 10/28, P = 0/001$]، بی کفایتی اجتماعی [$F = 4/99, P = 0/008$] و خودمحوری [$F = 14/03, P = 0/001$] تفاوت معنی داری وجود دارد. در شقت ورزی در مولفه های مهربانی با خود [$F = 11/95, P = 0/001$]، انزوا [$F = 9/72, P = 0/005$] و ذهن آگاهی [$F = 10/55, P = 0/001$] تفاوت معنی داری وجود دارد. از نظر خودشناسی انسجامی [$F = 12/86, P = 0/001$] و مولفه های خودآگاهی تأملی [$F = 5/37, P = 0/005$]، خودآگاهی تجربی [$F = 9/61, P = 0/001$] و یکپارچه کردن تجارب گذشته و حال [$F = 10/92, P = 0/001$] تفاوت معنی داری وجود دارد. لذا گروه نشانگان جدی ضربه عشقی، گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی و گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی به ترتیب بیشترین و کمترین میانگین نمرات را در روابط موضوعی و کمترین و بیشترین میانگین نمرات را در شفقت به خود و خودشناسی انسجامی به خود اختصاص دادند.

واژه های کلیدی: روابط موضوعی، شفقت به خود، خودشناسی انسجامی، ضربه عشق

مقدمه

توانایی عشق ورزیدن و ایجاد و حفظ روابط بلند مدت عاطفی از مهمترین خصوصیات یک بزرگسال خرسند و ساختاریافته به شمار می‌رود (موتیا و وایزر ۱، ۲۰۱۸). عشق تنها راه حل برای داشتن دنیایی بهتر و همچنین راهی برای شادی درونی و صلح و آرامش است و از دست دادن آن یکی از مهم‌ترین منابع درد و رنج قلمداد می‌گردد (پرلیپسین ۲، ۲۰۱۴). شکست در روابط عاطفی با کاهش سطح بهزیستی (سیمون و بارت ۳، ۲۰۱۰)، سطح پایین رضایت از زندگی (روهادس، مارکمن، کامپ دوشاتکینز، استنلی، روآدز ۴، ۲۰۱۱) و خشم و اندوه (اسبارا و همکاران، ۲۰۰۵) ارتباط مستقیم دارد. بعد از شکست عاطفی، افراد نشانگان ضربه عشق را تجربه می‌کنند. نشانگان ضربه عشق شامل مجموعه نشانه‌ها و علائم گروه نشانگان جدی ضربه عشقی است که پس از مدتی بعد از انحلال رابطه عاشقانه ظاهر شده و باعث اختلال عملکرد فرد در بسیاری از حوزه‌ها از جمله علمی، اجتماعی یا شغلی می‌گردد (اکبری، ۱۳۹۱).

از آنجا که شکست عاطفی منجر به مختل شدن بسیاری از حوزه‌های زندگی افراد می‌شود بنابراین شناسایی و مداخله در عواملی که به کاهش نشانگان ضربه عشق می‌انجامد و سازگاری افراد را با این پدیده‌ی دردناک افزایش می‌دهد، ضروری می‌نماید. ظرفیت فهم فرایندها و تجربه‌های درونی به شکلی زمانمند و سازمان یافته به منظور نظم بخشیدن به خود، خودشناسی انسجامی نامیده می‌شود. قربانی و همکاران (۲۰۰۳) در پژوهش‌های اولیه خود دو جنبه از خودشناسی که شامل خودشناسی تاملی ۵ و خودشناسی تجربی ۶ بود را مطرح میکنند. خودشناسی تاملی به تلاش خود برای معنا بخشیدن به تجارب گذشته اشاره دارد و به این معناست که فرد از تجارب گذشته بهره می‌برد تا در موقعیت‌های گروه نشانگان جدی ضربه عشقید واکنش بهتری نشان دهد.

در مقابل خودشناسی تجربی به تلاشهای خود برای درک تجربه جاری در زمان حال و توجه دقیق به خود در زمان حال اشاره دارد و به این صورت بیان می‌شود که من تقریباً در تمامی موقعیت‌ها بارها به این مورد که چگونه واکنش‌های خود به خودی ذهن من چگونگی رفتار کردنم را تعیین می‌کند، توجه دارم. قربانی و همکاران (۲۰۰۸) در ادامه کار خود شکل ایده آل تری از خودشناسی، یعنی خودشناسی انسجامی را مطرح می‌کنند.

خودشناسی انسجامی کوششی انطباقی برای فهم تجارب خود در زمان، به منظور دستیابی به نتایج مطلوب است و نوعی آگاهی لحظه به لحظه از حالات روانشناختی و توان تمایز و تحلیل محتوای تجارب کنونی محسوب می‌شود. خودشناسی انسجامی به فرد این امکان را می‌دهد که به واسطه درک توانمندی‌های خود، افکار و احساساتش را سازمان دهد و مناسب‌ترین فعالیت‌ها را برای رسیدن به نتایج مطلوب، شناسایی و انتخاب کند (قربانی و همکاران، ۲۰۰۸). ظرفیت فهم فرایندها و تجربه‌های درونی به شکلی زمانمند و سازمان یافته به منظور نظم بخشیدن به خود، خودشناسی انسجامی نامیده می‌شود.

قربانی و همکاران (۲۰۰۳) در پژوهش‌های اولیه خود دو جنبه از خودشناسی که شامل خودشناسی تاملی ۷ و خودشناسی تجربی ۸ بود را مطرح میکنند. خودشناسی تاملی به تلاش خود برای معنا بخشیدن به تجارب گذشته اشاره دارد و به این

1. Moita, Wieser

2. Prelipcean

3. Simon & Barrett

4. Rhoades, Markman, Kamp Dush, Atkins, Stanley, Rhoades

5. Reflective self-awareness

6. Experiential self-awareness

7. Reflective self-awareness

8. Experiential self-awareness

معناست که فرد از تجارب گذشته بهره می‌برد تا در موقعیت‌های گروه نشانگان جدی ضربه عشقید واکنش بهتری نشان دهد. در مقابل خودشناسی تجربی به تلاش‌های خود برای درک تجربه جاری در زمان حال و توجه دقیق به خود در زمان حال اشاره دارد و به این صورت بیان می‌شود که من تقریباً در تمامی موقعیت‌ها بارها به این مورد که چگونه واکنش‌های خود به خودی ذهن من چگونگی رفتار کردنم را تعیین می‌کند، توجه دارم.

قربانی و همکاران (۲۰۰۸) در ادامه کار خود شکل ایده آل تری از خودشناسی، یعنی خودشناسی انسجامی را مطرح می‌کنند. خودشناسی انسجامی کوششی انطباقی برای فهم تجارب خود در زمان، به منظور دستیابی به نتایج مطلوب است و نوعی آگاهی لحظه به لحظه از حالات روانشناختی و توان تمایز و تحلیل محتوای تجارب کنونی محسوب می‌شود. خودشناسی انسجامی به فرد این امکان را می‌دهد که به واسطه درک توانمندی‌های خود، افکار و احساساتش را سازمان دهد و مناسب‌ترین فعالیت‌ها را برای رسیدن به نتایج مطلوب، شناسایی و انتخاب کند (قربانی و همکاران، ۲۰۰۸).

بر اساس پژوهش‌های توبشیف و همکاران (۲۰۱۵) بین کیفیت روابط اولیه کودک با والدین و مشکلات عاطفی در بزرگسالی ارتباط معنادار وجود دارد (توب شیف و همکاران، ۲۰۱۵). طبق نظریه روابط موضوعی کیفیت روابط اولیه، بازنمایی‌های ۱ فرد از خود و دیگران را شکل می‌دهد (وستن ۲، ۱۹۹۱) و این بازنمایی‌ها بر نوع احساس، افکار، رفتار و نگرش‌ها در ازدواج و روابط عاشقانه آنها تاثیر می‌گذارد (ولش ۳، ۲۰۰۳). در نتیجه، تعاملات ابتدایی کودک و والدین می‌تواند هم ارضاء کننده باشد و هم عمیقاً به اشخاص دیگر آسیب بزند. کیفیت این رابطه حتی پیشبینی کننده نوع انتخاب فردی است که به عنوان شریک عاطفی برگزیده می‌شود (فینی ۴، ۲۰۰۵).

در روابط عاشقانه، رابطه والد-فرزندی و تعارضات حل نشده مربوط به آن، باز تولید شده و چالش‌های ارتباطی گروه نشانگان جدی ضربه عشقیدی مانند وابستگی بیش از حد، کنترل‌گری، اعتماد افراطی و ایثارگری ایجاد می‌کند (سیگل، ۱۹۹۲) و افراد برای مقابله با این چالش‌ها نقش‌های غیر منطقی اتخاذ می‌کنند که از گذشته‌ی درونی شده‌ی هر یک از آنها برآمده است. این بقایای ناخودآگاه، منکس کننده تعارضات خانواده‌های اصلی هر یک از دو طرف و مسئول بسیاری از تعارض‌ها و حتی شکست‌هایی است که افراد در روابط عاشقانه خود تجربه می‌کنند (فرامو، ۱۹۷۰).

طبق نظریه روابط ابژه، تعارضات درون خانواده توسط فرزندان درون سازی شده و زمانی که فرزندان بزرگ شده و روابط صمیمانه گروه نشانگان جدی ضربه عشقی برقرار می‌کنند دوباره این ابژه‌های درونی شده، تجربه و برون فکنی میشوند (اسچارف ۵، ۱۹۸۷). به نظر کلاین ۶ روابط اولیه، روابط بعدی را شکل داده و قدرت و نوع هیجانات مرتبط با ابژه‌های اولیه تعبیر و تفسیر فرد را از تعاملات فعلی شکل می‌دهد. زوجیهایی که مشکلات ارتباطی دارند به طور ناخودآگاه یکدیگر را در مقابل مدلهای نقشی ابژه‌های عشقی اولیه ای که با آنها روابط تردیدآمیزی دارند مورد آزمایش قرار می‌دهند (دیکس ۷، ۱۹۶۳).

سیمپسون ۸ (۱۹۹۰) در یک مطالعه طولی به این نتیجه رسید که سبک دلبستگی ایمن با وابستگی بیشتر، تعهد، اعتماد و رضایت از رابطه، همبستگی دارد. اما سبک‌های دلبستگی اضطرابی و اجتنابی با احساسات متعارض (منفی و مثبت) در رابطه

1. Representation

2. Westen

3. Welsh

4. Feeny

5. Scharrf

6. Klien

7. Dicks

8. Simpson

عاشقانه همبستگی داشت (سیمپسون، ۱۹۹۰). نتایج پژوهشهای یوسفی و همکاران (۱۳۹۵) نیز حاکی از این مطلب است که عوامل پیشبینی‌کننده ضربه عشق در بزرگسالی، تجربیات دوران کودکی و کیفیت تعاملات کودک با والدین میباشد (یوسفی و همکاران، ۱۳۹۵).

به نظر میرسد روابط ابژه علاوه بر تاثیر مستقیم، از طریق نقص در شفقت به خود نیز فرد را مستعد تداوم نشانه‌های شکست عاطفی میکند. ابژه‌های بد با انتقاد مداومی که از کودک میکنند اجازه شفقتبه‌خود را به کودک نمیدهند (پپینگ، ۲۰۱۵). بویکین و همکاران (۲۰۱۹) در پژوهشی نشان دادند که تجربیات دردناک دوران کودکی با ناتوانی افراد در دریافت شفقت از سوی خود و دیگران ارتباط دارد (بویکین، ۲۰۱۹) عدم شفقت به خود موجب ناتوانی فرد در مواجهه فرد با شکست‌های عاطفی خواهد شد (اسبارا و همکاران، ۲۰۱۲).

از سوی دیگر شفقت به خود دارای همبستگی مثبت و معنادار با خودشناسی انسجامی میباشد (کاشانکی، قربانی و حاتمی، ۱۳۹۵). چنان‌که مشاهده میشود ارتباط تنگاتنگی بین متغیرهای پژوهش برقرار است و مولفه‌های روابط موضوعی، شفقت به خود و خودشناسی انسجامی، تبیین‌هایی را از علل شکست عاطفی یا توانایی مقابله با آن ارائه میدهند. لذا هدف عمده این پژوهش، تعیین تفاوت روابط موضوعی، شفقتبه‌خود و خودشناسی انسجامی در دانشجویان دارای سطوح مختلف نشانگان ضربه عشق میباشد.

روش پژوهش

روش پژوهش علی‌مقایسه‌ای یا پس‌رویدادی است. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دختر و پسر دانشگاه سلمان فارسی کازرون به تعداد ۱۵۰۰ نفر بود. که از بین جامعه آماری به روش نمونه‌گیری در دسترس ۲۱۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند و در هر سطح متغیر وابسته (سه سطح ضربه عشقی) تعداد ۷۰ نفر برای مقایسه بین گروه‌ها جایگزین شدند. معیارهای ورود و خروج به پژوهش عبارت بودند: دانشجوی دانشگاه سلمان فارسی بودن، نداشتن اختلال بارز روانشناختی و تمایل به مشارکت در طرح پژوهش بود.

ابزارهای پژوهش

پرسشنامه ضربه عشق^۱

مقیاسی است که راس (۱۹۹۱) برای سنجش شدت ضربه عشق تهیه کرده است. این پرسشنامه از ده ماده تشکیل شده است که هر ماده چهار گزینه‌ای است و فرد لازم است تا بر اساس تجربه‌ی ضربه‌ی عشقی خود متناسب‌ترین گزینه را انتخاب کند. این پرسشنامه یک ارزیابی کلی از میزان آشفتگی جسمی، هیجانی، شناختی و رفتاری فراهم میکند. نمره ۲۰ به عنوان نقطه برش در این پرسشنامه در نظر گرفته میشود (راس، ۱۹۹۹؛ به نقل از دهقانی، ۱۳۸۹).

ضریب همسانی درونی (ضریب آلفا) این پرسشنامه در یک گروه ۴۸ نفری از جمعیت دانشجویی ۰/۸۱ است و ضریب اعتبار آن در همین گروه با روش بازآزمایی به فاصله یک هفته ۰/۸۳ بدست آمده است (دهقانی و همکاران، ۱۳۸۸؛ به نقل از دهقانی، ۱۳۸۹). در نمره‌گذاری گزینه‌های هر سوال به ترتیب نمره ۰ تا ۳ می‌گیرد در پرسشنامه سوالات ۱ و ۲ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند.

¹ - love trauma questionnaire

اگر نمره بین ۲۰ تا ۳۰ باشد به معنای تجربه گروه نشانگان جدی ضربه عشقی نشانگان ضربه عشقی است. نمره بین ۰ تا ۱۰ نشان می‌دهد که نشانگان ضربه عشقی کاملاً در سطح قابل تحمل و کنترل شدنی است و به طور گروه نشانگان جدی ضربه عشقی زندگی را تخریب نمی‌کند ضریب همسانی درونی (ضریب آلفا) این پرسشنامه در یک گروه ۴۸ نفری از جمعیت دانشجویی ۸۱/۰ و ضریب اعتبار آن در همین گروه با روش بازآزمایی به فاصله یک هفته در ایران ۸۳/۰ به دست آمده است (دهقانی، ۱۳۸۹). در پژوهش حاضر ضریب پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ برای کل گویه‌ها ۸۴/۰ به دست آمد.

مقیاس شفقت به خود^۱

شفقت به خود به سازه‌ای است سه مولفه‌ای شامل مهربانی با خود در مقابل قضاوت خود، اشتراکات انسانی در مقابل انزوا و بهوشیاری در مقابل همانندسازی افراطی کرده است (نف و همکاران، ۲۰۲۰). ترکیب این سه مولفه مرتبط، مشخصه فردی است که نسبت به خود شفقت می‌ورزد (نف، ۲۰۱۲). مقیاس ۱۲ ماده‌ای فرم کوتاه توسط ریس، پالمیر، نف و ون گاجت (۲۰۱۱) ساخته شده است که شامل ۶ عامل دوجهی مهربانی با خود در مقابل قضاوت در مورد خود، احساس مشترک انسانی در مقابل انزوا، بهوشیاری در مقابل فزون همانندسازی است.

ریس و همکاران (۲۰۱۱) در مطالعه همسانی درونی مقیاس را ۶۸/۰ گزارش کردند. تحلیل عامل مواد مقیاس نیز هم چون بلند مدت مقیاس، ۶ عامل بیان شده و یک عامل مرتبه دوم خوددلسوزی را نشان داد. ریس و همکاران (۲۰۱۱) در مطالعه خود، همسانی درونی مقیاس را ۸۶/۰ گزارش کردند. در مطالعه سبزه آرای لنگرودی (۱۳۹۲) علاوه بر بررسی ساختار عاملی مقیاس در نمونه ایرانی، آلفای کرونباخ مقیاس ۶۸/۰ گزارش شد. در مطالعه قربانی، واتسون، ژو و نوربالا (۲۰۱۲) همسانی درونی مقیاس ۸۴/۰ گزارش شد. در پژوهش حاضر ضریب پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ برای کل گویه‌ها ۸۱/۰ به دست آمد.

مقیاس خودشناسی انسجامی^۲

خودشناسی انسجامی، توجه، آگاهی، تحمل پردازش تجربه کنونی و گره زدن به تجارب گذشته و معنا کردن آنها در سایه یک نظر گاه گروه نشانگان جدی ضربه عشقید می‌باشد (کاشانکی، قربانی، حاتمی، ۱۳۹۵). این مقیاس توسط قربانی و همکاران (۲۰۰۸)، با ادغام دو جنبه تجربه‌ای و تاملی خودآگاهی به منظور سنجش خودشناسی مبتنی بر ادغام تجارب گذشته با آگاهی تجارب کنونی است. این ابزار دارای ۱۲ ماده است و دامنه درجه پاسخ‌های آن از ۱ (عمدتاً درست) تا ۵ (عمدتاً نادرست) می‌باشد. همسانی درونی، روایی ملاک و همگرایی این مقیاس در ایران و آمریکا مطلوب گزارش شده است.

قربانی و همکاران (۲۰۰۸) در مطالعه خود بر روی سه نمونه ایرانی و سه نمونه آمریکایی، آلفای کرونباخ مقیاس را به ترتیب در نمونه اول ایرانی ۸۲/۰، نمونه دوم ایرانی ۸۱/۰ و نمونه سوم ایرانی ۸۱/۰ و به ترتیب در نمونه اول آمریکایی ۷۸/۰، نمونه دوم آمریکایی ۷۸/۰ و نمونه سوم آمریکایی ۷۴/۰ گزارش دادند. اعتبار همگرا، ملاک، افتراقی و افزایشی نیز در این مطالعه مورد تایید قرار گرفت. در پژوهش حاضر ضریب پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ برای کل گویه‌ها ۷۳/۰ به دست آمد.

^۱ - self-compassion scale

^۲ - Cohesive Self-Knowledge scale

پرسشنامه روابط موضوعی بل^۱

این مقیاس توسط بل (۱۹۹۵) توسعه داده شده است. این مقیاس دارای ۴۵ سوال با پاسخ دهی به صورت درست نادرست است که روابط موضوعی را در قالب ۴ خرده مقیاس دلبستگی تا ایمن، بیگانگی، بی کفایتی اجتماعی و خودمحوری می سنجد. شیوه نمره گذاری این پرسشنامه بدین صورت است که در تمام سوالات به جز سوالات (سوالات ۱، ۱۵، ۲۱، ۳۰، ۳۷، ۴۲) برای پاسخ های درست نمره ۱ و برای پاسخ نادرست نمره صفر منظور می شود. در سوالات ۱، ۱۵، ۲۱، ۳۰، ۳۷، ۴۲ نمره گذاری معکوس اعمال می شود. بل ضرایب اعتبار بازآزمایی چهار هفته ای خرده مقیاس های آن را ۰/۵۸-۰/۹۰ و ثبات درونی آنها را ۰/۷۸-۰/۹۰ گزارش کردند.

روایی این مقیاس نیز از طریق سنجش همبستگی آن با مقیاس های مختلف مانند مقیاس درجه بندی روان پزشکی مختصر، نشانگان مثبت و منفی، پرسشنامه چند محوری بالینی میلون-۲، پرسشنامه چند وجهی شخصیت مینه سوتا و فهرست تگروه نشانگان جدی ضربه عشقید نظر شده SCL-90 تایید شده است. به عنوان نمونه، میزان همبستگی های معنادار مقیاس روابط موضوعی بل با مقیاس درجه بندی روان پزشکی مختصر بدین ترتیب گزارش شده است: بیگانگی با به هم ریختگی مفهومی و هیجان (۰/۳۰ و ۰/۲۶)، دلبستگی ناایمن با احساس گناه (۰/۲۸)، بی کفایتی اجتماعی با نگرانی جسمی، خصومت، بد گمانی، هیجان و عاطفه کند شده (۰/۴۶، ۰/۴۳، ۰/۳۱، ۰/۳۰، ۰/۳۱)؛ همچنین همه چهار خرده مقیاس در مقیاس روابط موضوعی بل با خلق افسرده همبستگی معنادار داشتند (۰/۲۷-۰/۳۷).

میزان همبستگی ها میان خرده مقیاس های آن با اغلب خرده مقیاس های فهرست تگروه نشانگان جدی ضربه عشقی نظر شده ۹۰ گویه ای نشانه های بیماری نیز معنادار (۰/۲۶-۰/۵۸) بوده است. مسگریان، آزاد فلاح، فراهانی، و قربانی (۱۳۹۶) با استفاده از آلفای کرونباخ ضرایب پایایی این پرسشنامه را بین ۰/۶۶ تا ۰/۷۷ و ضریب اعتبار دو نیمه کردن آن را ۰/۶۰ تا ۰/۷۷ بدست آوردند.

همچنین همبستگی های معنی دار بین ابعاد روابط موضوعی و سطوح مکانیزم های دفاعی نیز روایی همگرا و واگرای مقیاس روابط موضوعی را تایید کرد. در پژوهش حاضر ضریب پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ برای کل گویه ها ۰/۹۱ به دست آمد.

تجزیه و تحلیل داده آماری در دو سطح توصیفی و استنباطی (تحلیل واریانس چند متغیره) به کمک نرم افزار spss-24 انجام شد.

¹ - Bell Object Relations Inventory

یافته ها

برای بررسی فرضیه های پژوهش از تحلیل واریانس تک متغیره و چندمتغیره استفاده شد. که قبل از آن پیش فرض های آن مورد بررسی قرار گرفته است. به منظور بررسی همگنی واریانس ها از آزمون لوین استفاده شد. نتایج در جدول زیر آمده است.

جدول ۱- نتایج آزمون لون مبنی بر پیش فرض تساوی واریانس گروه ها

متغیر	F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	معناداری
خودشناسی انسجامی	۰/۴۱	۲	۲۰۶	۰/۶۵
خودآگاهی تاملی	۱/۹۶	۲	۲۰۶	۰/۱۴
خودآگاهی تجربی	۰/۳۹	۲	۲۰۶	۰/۶۷
یکپارچه کردن تجارب گذشته و حال	۰/۸۸	۲	۲۰۶	۰/۴۱
شفقت به خود	۱/۰۶	۲	۲۰۷	۰/۳۴
مهربانی با خود	۱/۹۵	۲	۲۰۷	۰/۱۴
قضاوت کردن خود	۱/۳۱	۲	۲۰۷	۰/۲۷
تجارب مشترک انسانی	۰/۴۶	۲	۲۰۷	۰/۶۲
انزوا	۱/۹۲	۲	۲۰۷	۰/۱۴
ذهن آگاهی	۱/۶۱	۲	۲۰۷	۰/۲۰
همانند سازی افراطی	۰/۰۷	۲	۲۰۷	۰/۹۲
روابط موضوعی	۱/۳۷	۲	۲۰۷	۰/۱۶
بیگانگی	۰/۳۲	۲	۲۰۷	۰/۷۲
دلبستگی ناایمن	۱/۱۴	۲	۲۰۷	۰/۳۲
بی کفایتی اجتماعی	۱/۵۷	۲	۲۰۷	۰/۲۱
خودمحوری	۱/۳۲	۲	۲۰۷	۰/۱۲

نتایج جدول ۱ نشان داد که آزمون لوین معنی دار نبوده و فرض یکسانی واریانس ها برقرار است. بنابراین می توان از تحلیل واریانس استفاده کرد.

جدول ۲ نتایج آزمون‌های چندمتغیری تحلیل واریانس برای بررسی تفاوت گروه‌ها در متغیر روابط موضوعی را نشان می‌دهد.

جدول ۲ آزمون‌های چندمتغیری برای بررسی تفاوت روابط موضوعی در گروه‌ها

منبع واریانس	آزمون‌های چندمتغیره	مقدر	F	df فرضیه	df خطا	P	η^2
متغیر گروه‌بندی	ردیابی پیلای	۰/۱۵	۴/۳۴	۸	۴۱۰	۰/۰۰۱	۰/۰۸
	لامبدای ویلکس	۰/۸۴	۴/۴۳	۸	۴۰۸	۰/۰۰۱	۰/۰۸
	ردیابی هاتلینگ	۰/۱۷	۴/۵۲	۸	۴۰۶	۰/۰۰۱	۰/۰۸
	بزرگترین ریشه روی	۰/۱۶	۸/۱۴	۸	۲۰۵	۰/۰۰۱	۰/۱۴

متغیر گروه بندی

جدول ۲ نشان می‌دهد سطوح معناداری همه آزمون‌ها بیانگر آن است که بین میانگین نمرات متغیرهای مورد پژوهش در گروه‌های مورد بررسی در حداقل یکی از متغیرها تفاوت معناداری وجود دارد. نهایتاً آزمون اثرات بین گروهی نشان می‌دهد که معنی‌داری موجود بیشتر از جهت کدام متغیر بوده است. نتایج در جدول ۳ زیر مشاهده می‌شود.

جدول ۳ نتایج آزمون اثرات بین گروهی در سه گروه از نظر روابط موضوعی و مولفه‌های آن

گروه (متغیر مستقل)

منبع واریانس	متغیر	SS	DF	MS	F	P	η^2
	روابط موضوعی	۲۱۶۴/۶۲	۲	۱۰۸۲/۳۱	۱۴/۰۳	۰/۰۰۱	۰/۱۲
	بیگانگی	۱۳۵/۸۳	۲	۶۷/۹۱	۹/۰۸	۰/۰۰۱	۰/۰۸
	دلبستگی ناایمن	۱۲۰/۵۰	۲	۶۰/۲۵	۱۰/۲۸	۰/۰۰۱	۰/۰۹
	بی کفایتی اجتماعی	۴۹/۸۱	۲	۲۴/۹	۴/۹۹	۰/۰۰۸	۰/۰۴
	خودمحوری	۲۹۸/۴۰	۲	۱۴۹/۲۰	۱۴/۰۳	۰/۰۰۱	۰/۱۲

گروه (متغیر مستقل)

مطابق با نتایج موجود در جدول ۳ بین سه گروه از نظر سطح روابط موضوعی [$F(2, 207) = 14/03, P = 0/001$] و مولفه‌های بیگانگی [$F(2, 207) = 9/08, P = 0/005$]، دلبستگی ناایمن [$F(2, 207) = 10/28, P = 0/001$]، بی کفایتی اجتماعی [$F(2, 207) = 4/99, P = 0/008$] و خودمحوری [$F(2, 207) = 14/03, P = 0/001$] تفاوت معنی‌داری وجود دارد. همچنین بررسی مجذور اتای تفکیکی (اندازه‌ی اثر) حاکی از آن است که متغیر گروه بندی به ترتیب ۱۲، ۸، ۹، ۴ و ۱۲ درصد از واریانس روابط موضوعی و مولفه‌های بیگانگی، دلبستگی ناایمن، بی کفایتی اجتماعی و خودمحوری را در دانشجویان تبیین می‌کند. در ادامه نتایج آزمون تعقیبی شفه مشخص میکند که بین کدام گروه‌ها تفاوت وجود دارد.

جدول ۴ نتایج آزمون تعقیبی شفه برای مقایسه تفاوت بین گروه‌ها در روابط موضوعی و مولفه‌های آن

متغیر	مقایسه گروهها	تفاوت میانگینها	خطای انحراف استاندارد	سطح معناداری
روابط موضوعی	گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی	۵/۶۸	۱/۲۷	۰/۰۰۱
	گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۸/۸۷	۲/۱۶	۰/۰۰۱
	گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۳/۱۹	۲/۱۵	۰/۰۰۱
بیگانگی	گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی	۱/۳۰	۰/۳۹	۰/۰۰۵
	گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۲/۴۲	۰/۶۷	۰/۰۰۲
	گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۱/۱۲	۰/۶۷	۰/۲۵
دلبستگی ناایمن	گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی	۱/۱۸	۰/۳۵	۰/۰۰۴
	گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۲/۳۴	۰/۵۹	۰/۰۰۱
	گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه	۱/۱۶	۰/۵۹	۰/۱۵

عشقی			
گروه نشانگان قابل کنترل ضربه	گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی	۰/۹۱	۰/۳۲
۰/۰۲	۰/۳۲	۰/۰۲	۰/۰۲
گروه نشانگان قابل کنترل ضربه	گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۱/۲۳	۰/۵۵
۰/۰۸	۰/۵۵	۰/۰۸	۰/۰۸
گروه نشانگان قابل تحمل ضربه	گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۰/۳۲	۰/۵۴
۰/۸۴	۰/۵۴	۰/۸۴	۰/۸۴
گروه نشانگان قابل کنترل ضربه	گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی	۲/۲۸	۰/۴۷
۰/۰۰۱	۰/۴۷	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱
گروه نشانگان قابل کنترل ضربه	گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۲/۸۷	۰/۸۰
۰/۰۰۲	۰/۸۰	۰/۰۰۲	۰/۰۰۲
گروه نشانگان قابل تحمل ضربه	گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۰/۵۹	۰/۷۹
۰/۷۶	۰/۷۹	۰/۷۶	۰/۷۶

نتایج جدول ۴ نشان میدهد در متغیر روابط موضوعی بین سه گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی ($P = ۰/۰۱$)، گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی ($P = ۰/۰۱$) و گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی ($P = ۰/۰۱$) تفاوت معنادار است. بنابراین بیشترین تا کمترین میانگین در روابط موضوعی به ترتیب مربوط به گروه نشانگان جدی ضربه عشقی، گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی و گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی قرار است و این تفاوت از نظر آماری معنادار است. در مولفه های بیگانگی، دلبستگی نایمن، بی کفایتی اجتماعی و خودمحوری بین گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی و گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی تفاوت معنادار است. بنابراین از نظر مولفه های ذکر شده ابتدا گروه نشانگان جدی ضربه عشقی و گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی، بعد گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی قرار دارد و این تفاوت از نظر آماری معنادار است ($P = ۰/۰۱$).

نتایج تحلیل واریانس برای بررسی تفاوت بین شفقت به خود در دانشجویان دارای سطوح مختلف ضربه عشق در جدول ۵ آورده شده است.

برای بررسی این فرضیه پژوهشی از آزمون تحلیل واریانس چند متغیره استفاده شد. جدول ۴-۱۰ نتایج آزمون‌های چندمتغیری تحلیل واریانس برای بررسی تفاوت گروه‌ها در مرحله روابط موضوعی را نشان می‌دهد. نتایج آزمون‌های گروهی در جدول ۵ مشاهده می‌شود.

جدول ۵ نتایج آزمون اثرات بین گروهی در سه گروه از نظر شفقت به خود و مولفه‌های آن

منبع واریانس	متغیر	SS	DF	MS	F	P	η^2
شفقت به خود		۱۲۲/۹۴	۲	۶۱/۴۷	۲/۸	۰/۰۶	۰/۰۲
مهربانی با خود		۷۲/۶۴	۲	۳۶/۳۲	۱۱/۹۵	۰/۰۰۱	۰/۱۰
قضاوت کردن خود		۳/۹۷	۲	۱/۹۸	۱/۰۹	۰/۳۳	۰/۰۱
تجارب مشترک انسانی		۴/۴۷	۲	۲/۲۳	۱/۱۹	۰/۳۰	۰/۰۱
انزوا		۶۴/۵۳	۲	۳۲/۲۶	۹/۷۲	۰/۰۰۱	۰/۰۸
ذهن آگاهی		۷۳/۰۵	۲	۳۶/۵۲	۱۰/۵۵	۰/۰۰۱	۰/۰۹
همانند سازی افراطی		۴/۴۱	۲	۲/۲	۱/۱۳	۰/۳۲	۰/۰۱

گروه (متغیر مستقل)

مطابق با نتایج موجود در جدول ۵ بین دو سه گروه از نظر مولفه‌های مهربانی با خود [$F(۲, ۱۱/۹۵) = ۲۰۷$ و $P = ۰/۰۰۱$]. انزوا [$F(۲, ۹/۷۲) = ۲۰۷$ و $P = ۰/۰۰۵$] و ذهن آگاهی [$F(۲, ۱۰/۵۵) = ۲۰۷$ و $P = ۰/۰۰۱$] تفاوت معنی‌داری وجود دارد. همچنین بررسی مجذور اتای تفکیکی (اندازه‌ی اثر) حاکی از آن است که متغیر گروه بندی به ترتیب ۱۰، ۸، ۴ و ۹ درصد از واریانس مولفه‌های کر شده را در دانشجویان تبیین می‌کند. در ادامه نتایج آزمون تعقیبی شفه مشخص میکند که بین کدام گروه‌ها تفاوت وجود دارد.

جدول ۶ نتایج آزمون تعقیبی شفه برای مقایسه تفاوت بین گروه‌ها در مولفه‌های شفقت به خود

متغیر	مقایسه گروه‌ها	تفاوت میانگینها	خطای انحراف استاندارد	سطح معناداری
مهربانی با خود	گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی	۱/۱۶	۰/۲۵	۰/۰۰۱
	گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان	۱/۲۸	۰/۴۳	۰/۰۱

جدی ضربه عشقی			
گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۰/۱۲	۰/۴۲	۰/۹۶
گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی	۱/۰۶	۰/۲۶	۰/۰۰۱
گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۱/۳۲	۰/۴۴	۰/۰۱
گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۰/۲۵	۰/۴۴	۰/۸۵
گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی	۰/۹۵	۰/۲۷	۰/۰۰۲
گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۱/۷۷	۰/۴۵	۰/۰۰۱
گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۰/۸۲	۰/۴۵	۰/۱۹

نتایج جدول ۶ نشان می‌دهد در متغیر مولفه های مهربانی با خود، انزوا و ذهن آگاهی بین گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی و گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی تفاوت معنادار است ($P = ۰/۰۱$).

بنابراین از نظر مهربانی با خود و ذهن آگاهی ابتدا گروه ضربه عشقی خفیف و سپس گروه ضربه گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی و گروه نشانگان جدی ضربه عشقی قرار دارد و از نظر مولفه ابتدا گروه عشقی گروه نشانگان جدی ضربه عشقی و گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی و سپس گروه خفیف قرار دارد و این تفاوت از نظر آماری معنادار است ($P = ۰/۰۱$).

نتایج تحلیل واریانس بررسی تفاوت بین گروهها بین خودشناسی انسجامی در دانشجویان دارای سطوح مختلف ضربه عشق (گروه نشانگان جدی ضربه عشقی، گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی و گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی) در جدول ۷ و ۸ آمده است.

جدول ۹ نتایج آزمون اثرات بین گروهی در سه گروه از نظر خودشناسی انسجامی و مولفه های آن

منبع واریانس	متغیر	SS	DF	MS	F	P	η^2
--------------	-------	----	----	----	---	---	----------

خودشناسی انسجامی	۲۰۲۴/۰۱	۲	۱۰۱۲/۰۰۶	۱۲/۸۶	۰/۰۰۱	۰/۱۱
خودآگاهی تأملی	۶۰/۶۹	۲	۳۰/۳۴	۵/۳۷	۰/۰۰۵	۰/۰۵
خودآگاهی تجربی	۳۰۶/۱۹	۲	۱۵۳/۱۰	۹/۶۱	۰/۰۰۱	۰/۰۸
یکپارچه کردن تجارب گذشته و حال	۴۰۶/۳۸	۲	۲۰۳/۱۹	۱۰/۹۲	۰/۰۰۱	۰/۱۰

گروه (متغیر مستقل)

مطابق با نتایج موجود در جدول ۹ بین دو سه گروه از نظر سطح خودشناسی انسجامی [$F(۲ \text{ و } ۲۰۶) = ۱۲/۸۶, P = ۰/۰۰۱$] و مولفه های خودآگاهی تأملی [$F(۲ \text{ و } ۲۰۶) = ۵/۳۷, P = ۰/۰۰۵$]، خودآگاهی تجربی [$F(۲ \text{ و } ۲۰۶) = ۹/۶۱, P = ۰/۰۰۱$] و یکپارچه کردن تجارب گذشته و حال [$F(۲ \text{ و } ۲۰۶) = ۱۰/۹۲, P = ۰/۰۰۱$] تفاوت معنی داری وجود دارد. همچنین بررسی مجذور اتای تفکیکی (اندازه ی اثر) حاکی از آن است که متغیر گروه بندی، ۱۱ درصد از واریانس خودشناسی انسجامی، ۵ خودآگاهی تأملی، ۸ خودآگاهی تجربی و ۱۰ درصد از واریانس یکپارچه کردن تجارب گذشته و حال را در دانشجویان تبیین می کند. در ادامه نتایج آزمون تعقیبی شفه مشخص میکند که بین کدام گروهها تفاوت وجود دارد.

جدول ۱۰ نتایج آزمون تعقیبی شفه برای مقایسه تفاوت بین گروه ها در خودشناسی انسجامی و مولفه های آن

متغیر	مقایسه گروهها	تفاوت میانگینها	خطای انحراف استاندارد	سطح معناداری
خودشناسی انسجامی	گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی	۵/۸۰	۱/۲۹	۰/۰۰۱
	گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۷/۹۴	۲/۱۹	۰/۰۰۱
	گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۲/۱۳	۲/۱۷	۰/۳۲
	گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی	۰/۸۷	۰/۳۴	۰/۰۱
خودآگاهی تأملی	گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۱/۶۲	۰/۵۸	۰/۰۰۶
	گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۰/۷۵	۰/۵۸	۰/۱۹
	گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی	۲/۱۵	۰/۵۸	۰/۰۰۱
خودآگاهی تجربی	گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۳/۳۲	۰/۹۸	۰/۰۰۱
	گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی	۱/۱۶	۰/۹۷	۰/۲۳

۰/۰۰۱	۰/۶۲	۲/۷۷	گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی
۰/۰۰۵	۱/۰۶	۲/۹۹	گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی
۰/۰۰۱	۱۰/۵	۰/۲۲	گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی

نتایج جدول ۱۰ نشان می‌دهد در متغیر خودانسجامی یکپارچه و مولفه‌های خودآگاهی تأملی و خودآگاهی تجربی بین گروه گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی ($P = ۰/۰۱$) و گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی با گروه نشانگان جدی ضربه عشقی ($P = ۰/۰۱$) تفاوت معنادار است.

بنابراین از نظر خودانسجامی یکپارچه و مولفه‌های ذکر شده ابتدا گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی، بعد گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی و گروه نشانگان جدی ضربه عشقی قرار دارد و این تفاوت از نظر آماری معنادار است. در مولفه یکپارچه کردن تجارب گذشته و حال بین سه گروه مورد مقایسه تفاوت معنادار است. بنابراین از نظر یکپارچه کردن تجارب گذشته و حال بین ابتدا گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی، بعد گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی و در نهایت در گروه نشانگان جدی ضربه عشقی قرار دارد و این تفاوت از نظر آماری معنادار است ($P = ۰/۰۱$).

بحث

نتایج حاصل از بررسی تفاوت روابط موضوعی در دانشجویان دارای سطوح مختلف ضربه عشق تفاوت نشان داد که در روابط موضوعی و مولفه‌های بیگانگی، دلبستگی ناایمن، بی‌کفایتی اجتماعی و خودمحوری تفاوت معنی‌داری وجود دارد. لذا گروه نشانگان جدی ضربه عشقی، گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی و گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی به ترتیب بیشترین و کمترین میانگین نمرات را در روابط موضوعی و مولفه‌هایی ذکر شده به خود اختصاص دادند.

این نتایج با مطالعات مصباح و همکاران (۱۳۹۸)، اخوی ثمرین و احمدی (۱۳۹۹)، شارما و همکاران (۲۰۲۰) و گریستی و همکاران (۲۰۲۰) همسو می‌باشد. نتایج این مطالعات بیانگر تاثیر روابط فرزند و والدی و کیفیت دلبستگی‌ها بر سطوح ضربه عشقی است. در مجموع با توجه به نتایج پژوهش و مطالعات انجام شده می‌توان گفت ضربه عشقی می‌تواند بر مبنای کیفیت روابط افراد با منابع دلبستگی و موضوعی تعیین شود (فیوشبر و همکاران، ۲۰۱۹).

به نظر می‌رسد به گفته موضوع‌های درونی، ترکیبی از خود و موضوع‌های بیرونی‌اند. موضوع‌های بیرونی نه به خودی خود بلکه تنها از این لحاظ اهمیت دارد که چگونه فراقکنی‌ها را تعدیل می‌کند. رشد سالم بدین معناست که کودک هرچه کم‌تر به در هم ریختن روابطش بر اثر خشم، عشق و حرص بپردازد (شارما و همکاران، ۲۰۲۰). به تدریج این توانایی در نوزاد شکل می‌گیرد که مادر خود را همچون یک کل و موجودی دوست‌داشتنی ببیند و با درک این که او بیش از یک ویژگی دارد از کلیت او لذت ببرد.

به عبارت دیگر روابط فرد با موضوع ایمن و قابل اعتماد باشد. همان‌طور که نوزاد کلیت این شخص یعنی مادر را لذت بخش می‌یابد اعتماد و توانایی‌اش برای درک و ارتباط جویی با دیگر اشخاص در مقام کل در جهان خارج، افزایش می‌یابد تمامی

روابط دیگر بر این رابطه موضوعی اصلی که با مادر آغاز شده، بنا می‌شود. به عبارت دیگر این فرض را بنا کرد که سطح ضربه عشقی می‌تواند منبعث از سطح رابطه ای باشد که کودک با مادر آغاز کرده و در نهایت با جهان آن در در هم می‌آمیزد. این احساسات و خیال پردازی‌های دوران نوزادی در ذهن فرد آثاری باقی می‌گذارند که در گذر زمان رنگ نمی‌بازند بلکه ذخیره می‌شود و فعال می‌ماند و بر حیات هیجانی و تعاملی فرد تأثیری دائم اعمال می‌کنند.

به عبارت دیگر این مساله بیانگر الگویی ارتباطی است که بیان می‌کند روابط فرد با موضوع در دوران کودکی (مادر) مبنایی بر روابط فرد در دنیای بزرگسالی ایجاد می‌کند که می‌تواند بر مبنای اضطراب یا اعتماد باشد. این امر در رابطه با تجربه ضربه عشقی نیز می‌تواند معنا پیدا کند.

به نظر می‌رسد این کیفیت روابط دلبستگی بتوانند نشانگان ضربه عشقی را پیش بینی می‌کنند (مصباحی و همکاران، ۱۳۹۸). در چنین شرایطی تجربه‌های عشقی می‌تواند در یک روابط موضوعی ایمن، قابل تحمل تر شود. این روابط می‌تواند باعث رشد انعطاف پذیری شناختی و کاهش ضربه عشقی شود. به نظر می‌رسد روابط موضوعی نوعی تفسیرکننده تعاملات فرد در دنیای آینده است. این روابط می‌تواند در یک جهان ایمن یا اضطرابی نتایج متفاوتی داشته باشد. لذا میزان ضربه‌های عشقی که حاصل تجارب دلبستگی ناموفق است، چنانچه در بستر اضطراب و اجتناب تفسیر شود، می‌تواند آسیب پذیری عشقی را بیشتر کند.

بین خودشناسی انسجامی در دانشجویان دارای سطوح مختلف ضربه عشق (گروه نشانگان جدی ضربه عشقی، گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی و گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی) تفاوت وجود دارد.

نتایج حاصل از بررسی تفاوت بین دو گروه از لحاظ خود شناسی انسجامی نشان داد در خودشناسی انسجامی و مولفه‌های خودآگاهی تأملی، خودآگاهی تجربی و یکپارچه کردن تجارب گذشته و حال تفاوت معنی‌داری وجود دارد. لذا گروه نشانگان جدی ضربه عشقی، گروه نشانگان قابل تحمل ضربه عشقی و گروه نشانگان قابل کنترل ضربه عشقی به ترتیب کمترین و بیشترین میانگین نمرات را در خودشناسی انسجامی و مولفه‌های ذکر شده به خود اختصاص دادند. این نتایج با مطالعات کیان راد و همکاران (۱۳۹۸)، امانی و همکاران (۱۳۹۷) و صالح میرحسینی و همکاران (۱۳۹۵) همسو می‌باشد.

این مطالعات بیان کرده اند که خودشناسی انسجامی می‌تواند در کاهش مشکلات خلقی مفید واقع شود. با توجه به نتایج پژوهش و مطالعات انجام شده می‌توان گفت نشانگان ضربه ی عاطفی، مجموعه علائم و نشانه‌های شدیدی است که پس از فروپاشی یک رابطه رمانتیک بروز می‌کند، عملکرد فرد را در زمینه‌های متعدد (تحصیلی، اجتماعی و حرفه ای) مختل می‌کند (اسمیت و همکاران، ۲۰۱۶). به نظر می‌رسد روابط نزدیک با دیگران جزء ویژگی‌های اساسی زندگی اجتماعی انسان است. به طور کلی فقدان غالباً ناشی از مرگ یا شروع یک بیماری جدی، یا تجربه رویداد‌های خارج از کنترل فرد است (هاروی و میلر، ۲۰۰۰). در مقابل در بافت رابطه رومانیتیک، تجربه فقدان ناشی از فروپاشی رابطه غالباً با خاتمه تعمدی رابطه از سوی حداقل یکی از دو طرف شروع می‌شود (لیانگ و همکاران، ۲۰۲۰). بنابراین می‌توان پیش بینی کرد که ضربه‌های عشقی بتواند آسیب‌زا باشد و کارآمدی فرد را کاهش دهد. از سوی دیگر خودشناسی از آگاهی لحظه به لحظه نسبت به حالات روان‌شناختی و توان تمایز نهادن و تحلیل محتوای تجارب کنونی و نیز پردازش شناختی فعال در مورد خود و معطوف به رویدادهای گذشته است (کیان راد و همکاران، ۱۳۹۸). نتیجه آن ایجاد دید وسیع جهت هدایت رفتار و تشکیل طرح‌واره‌های فردی پیچیده‌تر و کامل‌تر است. لذا خودشناسی را دو دو بستر تجربه ای و تأملی می‌توان تفسیر کرد که سازگراانه است. خودشناسی تجربه‌ای پردازش خبری پذیرا و بهوشیار در خصوص خود و تغییرات لحظه به لحظه است و خودشناسی تأملی

تحلیل تجربه خود از طریق کارکردهای عالی‌تر و غنی‌تراست. این امر می‌تواند در ارتباط با ضربه عشقی خود را از طریق توانایی تحلیل و توانایی تحمل ناملایمات خود را نشان دهد (امانی و همکاران، ۱۳۹۷).

خودشناسی انسجامی در اینجا می‌تواند تجربه ناموفق عشقی در بخشی از تجارب انسانی (نه همه آن) تفسیر کند و آن را قابل تحمل‌تر نماید. در مجموع خودشناسی انسجامی به فرد کمک می‌کند که انسجام آگاهی و توجه به تجربه و تأمل در خود را حفظ کند و خودیکپارچه‌اش دچار آسیب ناشی از ضربه نگردد. مولفه‌هایی مانند توجه، آگاهی، تحمل پردازش تجربه کنونی و گره زدن به تجارب گذشته و معنا کردن آنها در سایه یک نظرگاه گروه نشانگان جدی ضربه عشقی کوششی انطباقی برای فهم تجارب خود در خلال زمان به منظور دستیابی به نتایج مطلوب است، این امر می‌تواند بر این اساس که نوعی آگاهی لحظه به لحظه از حالات روان‌شناختی و توان تمایز و تحلیل محتوای تجارب کنونی به فرد این امکان را می‌دهد که به واسطه افکار و احساساتش، توانمندی‌های خود را سازمان دهد و مناسب‌ترین فعالیت‌ها را برای رسیدن به نتایج مطلوب شناسایی و انتخاب کند (بشارت، و همکاران، ۱۳۹۳). لذا در یک چشم‌انداز نظری می‌توان انتظار داشت که با رشد خودشناسی انسجامی تجارب هیجانی می‌تواند بهتر مدیریت شود و آسیب‌های ناشی از آن کاهش یابد.

منابع

1. Moita G, Wieser MA. (2018). The dictatorship of love relationships. *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie*, 17 (1):21-32.
2. Rhoades GK, Kamp Dush CM, Atkins DC, Stanley SM, Markman HJ . (2011). Breaking up is hard to do: The impact of unmarried relationship dissolution on mental health and life satisfaction. *Journal of Family Psychology*. 2011; 25 (3):366-74.
۳. اکبری ابراهیم، محمودعلیلو، مجید؛ خانجانی، زینب؛ پورشریفی، حمید؛ فهیمی، صمد؛ امیری پیچاکلایی، احمد و عظیمی، زینب (۱۳۹۱). مقایسه دانشجویان دارای شکست عشقی با و بدون نشانگان بالینی در طرحواره‌های ناسازگار اولیه و الگوهای فرزندپروری. *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران*. ۱۸ (۳): ۳۶-۲۵.
4. Ghorbani N. , Watson PJ. , Farhadi, M. , & Chen, Z. (2۰14). Multi-process model of selfregulation: influences of mindfulness, integrative self- knowledge and self-control in Iran, *international Journal of Psychology*, 49 (2):115-122.
5. Ghorbani, N., Bing, M. N., Watson, P. J., Davison, H. K., & LeBreton, D. L. (2003). Individualist and collectivist values: Evidence of compatibility in Iran and the United States. *Personality and Individual Differences*, 35 (2), 431-447
6. Ghorbani, N., Watson, P. J., & Hargis, M. B. (2008). Integrative Self-Knowledge Scale: Correlations and incremental validity of a cross-cultural measure developed in Iran and the United States. *The Journal of Psychology*, 142 (4), 395-412.
7. Framo, J. (1970). Symptoms from a family transactional viewpoint . in family therapy in transition, (ED). N.Acermanm,J.lieb, and K.Pearce, 125-171.
8. Sbarra, D. A., Smith, H. L., & Mehl, M. R. (2012). When leaving your ex, loveyourself: observational ratings of self-compassion predict the course ofemotional recovery following marital separation, *Journal of PsychologicalScience*, 23 (3): 261-269.
9. Scharff, J. S. (1989). Foundations of object relations family therapy. Northvale: Jason Aronson.
10. Dicks, H. V. (1963). Object relations theory and marital studies. *British Journal of Medical Psychology*, 36 (2): 125-129
11. Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59 (5), 971- 980.
۱۲. یوسفی، شیما، مهدیزاده جرجافکی، مهدی. (۱۳۹۳). دیدگاه دانشجویان دانشگاه زابل نسبت به عوامل تأثیرگذار در روابط بین دختر و پسر. *نشریه دانشجویی آمار (ندا)*. ۱ (۱۱): ۵۱ - ۴۴.
13. Boykin,D. M. , Himmerich, J. S. , Pincitotti, C. M. , Miller, L,M. , Miron, L. R. , Orcutt, H. K. (2019). Barriers to self-compassion for female survivors of childhood maltreatment: The roles of fear of self-compassion and psychological inflexibility, *Child Abuse & Neglect* , 76,216-224.