

پیش‌بینی سبک‌های حل مسئله بر اساس ابعاد تمایزی‌افتگی خود در افراد وابسته به مواد مخدر

محمد‌حسین شریفی نیا^۱، زهرا رحیمی یگانه^۲

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۱۱/۱۹ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۲/۰۴

چکیده

هدف: پژوهش حاضر به منظور پیش‌بینی سبک‌های حل مسئله بر اساس ابعاد تمایزی‌افتگی خود در افراد وابسته به مواد مخدر انجام گرفت. **روش:** این پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی بود و جامعه آماری آن شامل مردان و زنان وابسته به مواد بود که در سال ۱۳۹۹ به مراکز ترک اعتیاد شهر اراک مراجعه کردند. نمونه مطالعه ۲۷۰ نفر بود که با شیوه نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شد. ابزار پژوهش پرسشنامه تمایزی‌افتگی و مقیاس شیوه‌های حل مسئله بود. داده‌ها با ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون گام به گام مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. **یافته‌ها:** نتایج نشان داد که ابعاد تمایزی‌افتگی خود با سبک‌های حل مسئله در افراد وابسته به مواد رابطه معناداری داشتند. تحلیل رگرسیون نیز بیانگر آن بود که همجوشی با دیگران توانست سبک‌های خلاقیت و اعتماد به نفس را پیش‌بینی کند. همچنین، گسلش عاطفی توانست سبک‌های روی‌آورد و درماندگی را پیش‌بینی کند. به علاوه، واکنش هیجانی در گام دوم توانست سبک‌های خلاقیت و روی‌آورد را پیش‌بینی نماید. واکنش هیجانی نیز پیش‌بینی کننده سبک مهارگری بود، اما موقعیت من توانست هیچ یک از سبک‌های حل مسئله را پیش‌بینی نماید. **نتیجه‌گیری:** طبق این یافته‌ها سطح تمایزی‌افتگی خود نقش قابل توجهی در پیش‌بینی شیوه‌های رویارویی در افراد وابسته به مواد با مسائل و رویدادهای زندگی روزمره دارد. به همین دلیل، لازم است در برنامه‌های پیشگیری از اعتیاد برای کودکان و نوجوانان و همچنین در درمان افراد وابسته به مواد تمهداتی برای ارتقاء سطح تمایزی‌افتگی آنان منظور گردد.

کلیدواژه‌ها: وابستگی به مواد، تمایزی‌افتگی خود، سبک‌های حل مسئله

۱. نویسنده مسئول: دکتری تخصصی روان‌شناسی، عضو هیئت علمی پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، قم، ایران. پست الکترونیک:

sharifinia1@gmail.com

۲. کارشناسی ارشد ذهن، مغز و تربیت، مؤسسه آموزش عالی علوم شناختی، تهران، ایران.

مقدمه

وابستگی به مواد یک بیماری روان‌پژوهشکی مزمن است که سلامت جسمی و روانی افراد را در معرض خطر قرار می‌دهد (روچکین، کوپوسو، اورلند، کلینتبرگ و گریگورنکو، ۲۰۲۱). مصرف مواد مخدر نه تنها عوارض فردی و اجتماعی زیادی بر معتاد و اطرافیان وی تحمیل می‌کند، بلکه مانع رشد و تکامل صفات مهمی مانند کارایی، استقلال، اعتماد به نفس و تصمیم‌گیری می‌گردد که وجود آنها برای یک زندگی سالم و سعادتمندانه ضروری است. در نتیجه، افراد معتاد به جای تلاش برای حل مسائل و مشکلات زندگی، به علت تفکرات ناسازگارانه و عدم اعتماد به نفس، در یک چرخه معیوب با تلاق‌گونه فرو می‌روند و به تدریج تمام ارزش‌های مادی و معنوی زندگی خود را از دست می‌دهند (شریفی‌نیا، ۱۴۰۱). توجه به واقعیت‌های فوق سبب شده است که روان‌شناسان و متخصصین علوم رفتاری طی دهه‌های اخیر پژوهش‌های فراوانی در جهت مطالعه عوامل و متغیرهای موثر در بروز اختلالات مصرف مواد به عمل آورند. آن‌ها پیوسته در تلاش‌اند تا متغیرهای بنیادینی را که در شکل‌گیری و استمرار اختلالات مصرف مواد نقش دارند، شناسایی نمایند تا بتوانند از آن در پیشگیری و درمان اعتیاد استفاده کنند. یکی از این متغیرها شیوه‌های حل مسئله در افراد معتاد به مواد مخدر و تفاوت آن‌ها با افراد غیر معتاد است.

شواهد پژوهشی حاکی از آن است که افراد معتاد در مواجهه با مسائل طبیعی زندگی از راهبردهای حل مسئله مناسب برخوردار نیستند (صابر، موسوی و صالحی، ۱۳۹۰). این افراد استعمال مواد را به مثابه شیوه‌ای برای فرونشاندن فوری تنش‌های روزانه و کنارآمدن با معضلات جاری خود در نظر می‌گیرند. از این رو، آنان در برابر استرس و دشواری‌های زندگی اغلب از سبک‌های ناکارآمد حل مسئله مانند سبک درمان‌گری، اجتناب و مهارگری استفاده می‌کنند (شریفی‌نیا، رحیمی یگانه و رحیمی دستجردی، ۱۴۰۰).

متین‌نژاد، موسوی و شمس اسفندآباد (۱۳۸۸) با مقایسه شیوه‌های حل مسئله و سبک‌های تفکر در معتادان و غیر معتادان دریافتند که شیوه‌های حل مسئله و سبک‌های تفکر مصرف‌کنندگان مواد با افراد عادی متفاوت است. طبق یافته‌های این پژوهش، افراد معتاد

۲۲۴
224

۱۴۰۱، نویسنده: روح‌الله یاری، مقاله: روزنامه زندگانی، سال: ۱۴۰۰، شماره: ۶۶، دوره: ۱۹، پیاپی: ۲۰۲۳

در مقایسه با افراد غیر معتاد بیشتر به سبک اجتنابی یا خود درماندگی با چالش‌های زندگی مواجه شده و کمتر از شیوه‌های حل مسئله خلاقانه و روی‌آورد بهره می‌جویند. این وضعیت سبب می‌شود مصرف کنندگان مواد به تدریج گرفتار چرخه معیوب مصرف مواد-کاهش تنش شوند. ادامه این دور باطل به عمیق‌تر شدن وابستگی آنان به مواد می‌انجامد. حل مسئله^۱ فرایندی شناختی-رفتاری و مبتکرانه است که فرد به کمک آن راهبردهای مؤثر و سازگارانه‌ای را برای تصمیم‌گیری در مورد حوادث روزمره شناسایی یا ابداع می‌کند (شاکتر، گیلبرت و وگنر^۲، ۲۰۱۱). طبق یافته‌های پژوهشی کسانی که از توانایی حل مسئله، کارآمدتری برخوردارند، بهتر می‌توانند با استرس‌ها و چالش‌های روزمره مقابله کنند و مشکلات روانی و اجتماعی کمتری دارند؛ زیرا استفاده از شیوه‌های کارآمد حل مسئله، یک راهبرد مقابله‌ای مهم است که فرد را قادر می‌سازد در موقعیت‌های دشوار، تاثیرات هیجانی را مهار کرده و بدین‌سان، از تندیگی پیشگیری کرده و یا دست کم آن را کاهش دهد (شریفی نیا، ۱۴۰۱). به بیان دیگر، وقتی افراد در روند زندگی خویش با ابهام یا مشکلی مواجه می‌شوند، به‌طور طبیعی نوعی تنش یا فشار روانی را تجربه می‌کنند. با این حال، همه افراد با یک شیوه به استرس پاسخ نمی‌دهند. بعضی آن را به مثابه یک مسئله قابل حل در نظر گرفته و برای حل منطقی و عاقلانه آن تلاش می‌کنند و برخی در مقابل آن احساس عجز و ناتوانی کرده، بهم می‌ریزنند. در گروه دوم، گاهی احساسات منفی به قدری شدید است که مانع واکنش هوشمندانه و مؤثر به معضل پیش رو می‌گردد. در چنین مواقعي ممکن است افراد برای کاهش فشار تنش‌های درونی به مقابله‌های ناسازگاری مثل کشیدن سیگار، نوشیدن الکل یا استعمال مواد روآورند (احمدی و فرهادی، ۱۳۹۶). بدیهی است چنین عکس‌العمل‌های هیجانی و غیر مؤثر، نه تنها به حل مسئله نمی‌انجامد؛ بلکه بر پریشانی و اضطراب آن‌ها می‌افزاید. این نوع مقابله‌ها، مقابله هیجان‌مدار نامیده می‌شود؛ چون واکنش‌ها مبنی بر احساسات و هیجان‌های فرد می‌باشند؛ نه بر منطق و تدبیر عقلانی. در حقیقت، هدف مقابله هیجان‌مدار، تغییر موقعیت استرس‌زا و کاهش فشار است، نه رویابی با مشکل و حل آن.

از سوی دیگر، پژوهش‌ها تایید کردند که هم سطوح تمایزیافتگی خود و هم شیوه‌های حل مسئله با سلامت روان و اختلالات رفتاری به ویژه وابستگی به مواد ارتباط دارند (زارعی و کاظمی پور، ۱۴۰۰). افرادی که تمایزیافتگی پایینی دارند، به طور قابل توجهی اضطراب مزمن بالایی را تجربه می‌کنند که مستعد بروز انواع بیماری‌های بدنی و روانی، مانند جسمانی کردن، الکل‌سیم و استعمال مواد مخدر هستند (لوینگ، ۲۰۱۹). بوئن^۱ (۲۰۱۳) نیز بر نقش تمایزیافتگی خود^۲ در فرایند حل مسئله و سلامت روان تاکید کرده است. تمایزیافتگی خود به میزان توانایی فرد در تفکیک خود از دیگران و همچنین جدا سازی فرایندهای عقلی از فرایندهای احساسی در تعاملات بین فردی اشاره دارد. طبق نظریه بوئن، تمایزیافتگی خود از چهار عامل واکنش هیجانی^۳، گسلش عاطفی^۴، هم‌جوشی با دیگران^۵ و موقعیت من^۶ تاثیر می‌پذیرد (جانکواسکی و هوپر، ۲۰۱۲). در حالت واکنش‌پذیری هیجانی، احساسات فرد بر عقل و منطقش غلبه دارد و تصمیم‌گیری‌های او عملدتاً متأثر از هیجان‌ها و حالات عاطفی او می‌باشد. افراد کمتر تمایزیافت، اغلب واکنشی عمل کرده و بیشتر انرژی روانی‌شان را به سمت تجربه هیجانی و شدت احساسات سوق می‌دهند. برای چنین کسانی مشکل است که در پاسخ به احساسات دیگران آرام باقی بمانند؛ گویا در یک دنیای هیجانی و احساسی به دام افتاده‌اند. در مقابل، افراد تمایزیافت ممکن است هیجان‌های شدیدی را تجربه کنند؛ ولی تحلیل نمی‌روند و واکنش آنها احساسی و غیر قابل کنترل نیست (تایتل من، ۲۰۱۴). گسلش عاطفی نیز به فرار از بند پیوندهای عاطفی حل نشده اشاره دارد. اشخاص تمایزنایافت در موقعیت‌های هیجانی منفی، فشار روانی شدیدی را متحمل می‌شوند؛ از این رو، آنها اغلب با گسترش روابط عاطفی خود، عکس العمل نشان می‌دهند؛ اما افراد دارای سطوح بالای تمایزیافتگی که هویت تثبیت شده‌ای دارند، در چنین موقعیت‌هایی به جای جدایی عاطفی، به بازسازی رابطه بر اساس شرایط حدید مم‌اند بشنند (اسکوورون، کوزلوسکه، و بینکاس، ۲۰۱۰).

6. fusion with others
 7. I position
 8. Jankowski, & Hooper
 9. Titelman
 10. Skowron, Kozlowski, & Pincus.

منظور از هم‌جوشی با دیگران این است که افراد تمایزنایافته در روابط صمیمانه نمی‌توانند مرز بین خود و دیگری را حفظ کرده و به سرعت با دیگران صمیمی می‌شوند. آنان به شدت نیازمند تایید و حمایت اطرافیان خود هستند و رفتارهای شان تحت تاثیر سیستم عاطفی محیط و واکنش اطرافیان شکل می‌گیرد و در نهایت، موقعیت من به معنای حفظ یک حس تعریف شده و شفاف از خود، در زمانی است که فرد از طرف دیگران تحت فشار قرار دارد. این حالت در توانایی فرد برای به کارگیری مواضع شخصی اش انعکاس می‌یابد. در این شرایط، افراد با تمایز پایین از لحاظ هیجانی و عاطفی به دیگران وابسته شده و خواست و رضایت دیگران را بر خواسته‌ها و رضایت خویش ترجیح می‌دهند. آنها دائمًا نگران دیدگاه سایرین درباره خودشان هستند و کمتر به خواسته‌ها و نیازهای خویشتن اهمیت می‌دهند. به همین دلیل، قادر نیستند فردیت و استقلال خود را حفظ نمایند و ممکن است به دیگران وابسته شوند؛ اما افراد با سطح تمایزیافتگی بالا قادرند در روابط با دیگران، حالات و مواضع من را حفظ کرده و برای خودشان مرز و معیار مشخص و روشنی داشته باشند (جانکواسکی و هوپر، ۲۰۱۲).

۲۲۷

۲۲۷

سلٽ شناخت‌دهن‌شماره ۶۴، زمستان ۱۴۰۱
Vol. 16, No. 66, Winter 2023

پژوهش کر^۱ (۲۰۲۱) آشکار ساخت که رشد تمایزیافتگی خود برای حفظ سلامتی و پیشگیری از اختلالات روانی اهمیت دارد. زیرا شکست در انطباق با سیستم خود تمایزسازی و مبالغه در فرآیند عاطفی، می‌تواند زمینه‌ساز بسیاری از بیماری‌های جسمی و روانی، از جمله اعتیاد به الکل و مواد مخدر باشد. جمالی، رحمتی و فضیلت پور (۱۳۹۷) در مطالعه خود به این نتیجه رسیدند سطح تمایزیافتگی خود رابطه معکوسی با شدت اعتیاد دارد. از این رو، می‌توان آن را به عنوان یک متغیر پیش‌بین برای سلامت خانواده و حمایت اجتماعی و گرایش به مواد در نظر گرفت. به گفته آنها هر چه سطح تمایزیافتگی خود بالاتر باشد، احتمال گرایش به مواد کمتر خواهد بود.

با جمع‌بندی تحقیقات فوق می‌توان استنباط کرد که احتمالاً هم تمایزیافتگی خود و هم شیوه‌های غیرانطباقی حل مسئله با وابستگی به مواد مخدر ارتباط دارند. اما در مورد وجود رابطه سطوح تمایزیافتگی خود و سبک‌های حل مسئله در معتقدان و همچنین امکان

پیش‌بینی شیوه‌های حل مسئله از روی سطح تمایزیافتگی خود، پژوهشی یافت نشد. از این رو، در تحقیق حاضر هدف پاسخگویی به این سوال است که آیا سطح تمایزیافتگی خود می‌تواند انواع سبک‌های حل مسئله را در افراد وابسته به مواد مخدر پیش‌بینی نماید؟ اهمیت پژوهش حاضر در آن است که اگر رابطه بین سطح تمایزیافتگی خود و شیوه‌های حل مسئله معنادار باشد و پیش‌بینی پذیری متغیر وابسته براساس متغیر مستقل در افراد معتاد تایید شود، می‌توان با ارتقاء سطح تمایزیافتگی خود، به افراد وابسته به مواد کمک کرد تا در مواجهه با مسائل و رویدادهای زندگی روزمره خویش، بیشتر از شیوه‌های کارآمد و مؤثر حل مسئله استفاده نمایند.

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

روش پژوهش حاضر از نوع توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه مردان و زنان مراجعه کننده به مراکز ترک اعتیاد شهر اراک در سال ۱۳۹۹ بودند. طبق دیدگاه جیمز استیونس در تحلیل رگرسیون چندگانه، به منظور افزایش قابلیت تعیین‌پذیری یافته‌ها، بهتر است به ازای هر متغیر پیش‌بین حداقل ۱۵ آزمودنی در نظر گرفته شود (هومن، ۱۳۹۳) بنابراین، از این جامعه، ۳۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری دردسترس و با در نظر گرفتن ملاک‌های ورود به مطالعه انتخاب شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل مصرف مواد در طی یک سال گذشته، داشتن حداقل سواد خواندن و نوشتمن، تمایل به همکاری در پژوهش بود. همچنین ملاک‌های خروج نیز شامل ابتلاء به اختلالات حاد روانی، مصرف داروهای روان‌پزشکی و سن کمتر از ۲۰ و بیشتر از ۶۰ سال داشتن بود. درنهایت با حذف پرسشنامه‌های مخدوش یا ناقص، ۲۷۰ پرسشنامه تحلیل شد. در این مطالعه، اصول اخلاقی پژوهش شامل رازداری و حفظ حریم خصوصی اشخاص مورد توجه قرار گرفت. داده‌ها با استفاده از تحلیل رگرسیون گام به گام^۱ در نرم‌افزار اس‌پی‌اس‌اس تحلیل شدند.

۲۲۸

228

۱۴۰، ۱۶۰، ۱۷۰، ۱۸۰، ۱۹۰، ۲۰۳
۶۶، ۶۷، ۶۸، ۶۹، ۷۰، ۷۱، ۷۲، ۷۳، ۷۴، ۷۵، ۷۶، ۷۷، ۷۸، ۷۹، ۸۰، ۸۱، ۸۲، ۸۳، ۸۴، ۸۵، ۸۶، ۸۷، ۸۸، ۸۹، ۹۰، ۹۱، ۹۲، ۹۳، ۹۴، ۹۵، ۹۶، ۹۷، ۹۸، ۹۹، ۱۰۰، ۱۰۱، ۱۰۲، ۱۰۳، ۱۰۴، ۱۰۵، ۱۰۶، ۱۰۷، ۱۰۸، ۱۰۹، ۱۱۰، ۱۱۱، ۱۱۲، ۱۱۳، ۱۱۴، ۱۱۵، ۱۱۶، ۱۱۷، ۱۱۸، ۱۱۹، ۱۲۰، ۱۲۱، ۱۲۲، ۱۲۳، ۱۲۴، ۱۲۵، ۱۲۶، ۱۲۷، ۱۲۸، ۱۲۹، ۱۳۰، ۱۳۱، ۱۳۲، ۱۳۳، ۱۳۴، ۱۳۵، ۱۳۶، ۱۳۷، ۱۳۸، ۱۳۹، ۱۴۰، ۱۴۱، ۱۴۲، ۱۴۳، ۱۴۴، ۱۴۵، ۱۴۶، ۱۴۷، ۱۴۸، ۱۴۹، ۱۵۰، ۱۵۱، ۱۵۲، ۱۵۳، ۱۵۴، ۱۵۵، ۱۵۶، ۱۵۷، ۱۵۸، ۱۵۹، ۱۶۰، ۱۶۱، ۱۶۲، ۱۶۳، ۱۶۴، ۱۶۵، ۱۶۶، ۱۶۷، ۱۶۸، ۱۶۹، ۱۷۰، ۱۷۱، ۱۷۲، ۱۷۳، ۱۷۴، ۱۷۵، ۱۷۶، ۱۷۷، ۱۷۸، ۱۷۹، ۱۸۰، ۱۸۱، ۱۸۲، ۱۸۳، ۱۸۴، ۱۸۵، ۱۸۶، ۱۸۷، ۱۸۸، ۱۸۹، ۱۹۰، ۱۹۱، ۱۹۲، ۱۹۳، ۱۹۴، ۱۹۵، ۱۹۶، ۱۹۷، ۱۹۸، ۱۹۹، ۲۰۰، ۲۰۱، ۲۰۲، ۲۰۳، ۲۰۴، ۲۰۵، ۲۰۶، ۲۰۷، ۲۰۸، ۲۰۹، ۲۱۰، ۲۱۱، ۲۱۲، ۲۱۳، ۲۱۴، ۲۱۵، ۲۱۶، ۲۱۷، ۲۱۸، ۲۱۹، ۲۲۰، ۲۲۱، ۲۲۲، ۲۲۳، ۲۲۴، ۲۲۵، ۲۲۶، ۲۲۷، ۲۲۸، ۲۲۹، ۲۳۰، ۲۳۱، ۲۳۲، ۲۳۳، ۲۳۴، ۲۳۵، ۲۳۶، ۲۳۷، ۲۳۸، ۲۳۹، ۲۴۰، ۲۴۱، ۲۴۲، ۲۴۳، ۲۴۴، ۲۴۵، ۲۴۶، ۲۴۷، ۲۴۸، ۲۴۹، ۲۴۱۰، ۲۴۱۱، ۲۴۱۲، ۲۴۱۳، ۲۴۱۴، ۲۴۱۵، ۲۴۱۶، ۲۴۱۷، ۲۴۱۸، ۲۴۱۹، ۲۴۲۰، ۲۴۲۱، ۲۴۲۲، ۲۴۲۳، ۲۴۲۴، ۲۴۲۵، ۲۴۲۶، ۲۴۲۷، ۲۴۲۸، ۲۴۲۹، ۲۴۲۱۰، ۲۴۲۱۱، ۲۴۲۱۲، ۲۴۲۱۳، ۲۴۲۱۴، ۲۴۲۱۵، ۲۴۲۱۶، ۲۴۲۱۷، ۲۴۲۱۸، ۲۴۲۱۹، ۲۴۲۲۰، ۲۴۲۲۱، ۲۴۲۲۲، ۲۴۲۲۳، ۲۴۲۲۴، ۲۴۲۲۵، ۲۴۲۲۶، ۲۴۲۲۷، ۲۴۲۲۸، ۲۴۲۲۹، ۲۴۲۳۰، ۲۴۲۳۱، ۲۴۲۳۲، ۲۴۲۳۳، ۲۴۲۳۴، ۲۴۲۳۵، ۲۴۲۳۶، ۲۴۲۳۷، ۲۴۲۳۸، ۲۴۲۳۹، ۲۴۲۳۱۰، ۲۴۲۳۱۱، ۲۴۲۳۱۲، ۲۴۲۳۱۳، ۲۴۲۳۱۴، ۲۴۲۳۱۵، ۲۴۲۳۱۶، ۲۴۲۳۱۷، ۲۴۲۳۱۸، ۲۴۲۳۱۹، ۲۴۲۳۲۰، ۲۴۲۳۲۱، ۲۴۲۳۲۲، ۲۴۲۳۲۳، ۲۴۲۳۲۴، ۲۴۲۳۲۵، ۲۴۲۳۲۶، ۲۴۲۳۲۷، ۲۴۲۳۲۸، ۲۴۲۳۲۹، ۲۴۲۳۳۰، ۲۴۲۳۳۱، ۲۴۲۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳، ۲۴۲۳۳۴، ۲۴۲۳۳۵، ۲۴۲۳۳۶، ۲۴۲۳۳۷، ۲۴۲۳۳۸، ۲۴۲۳۳۹، ۲۴۲۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲

ابزار

۱. پرسشنامه تمایزیافنگی: اسکورون و اشمیت^۱ (۲۰۰۳) این مقیاس ۴۶ ماده‌ای را بر مبنای نظریه بوئن ساختند. پرسشنامه به صورت خودگزارشی است و به منظور سنجش تمایزیافنگی افراد به کار می‌رود و تمرکز اصلی آن بر ارتباطات مهم زندگی و روابط فرد با خانواده‌اش می‌باشد. پرسشنامه مذکور از ۴ خرده مقیاس واکنش هیجانی (۱۱ گویه)، گسلش عاطفی (۱۱ گویه) جایگاه من یا موقعیت من (۱۲ گویه) و هم‌جوشی با دیگران (۱۲ گویه) تشکیل شده است. نمره گذاری پرسشنامه بر اساس طیف شش گزینه‌ای لیکرت (۱ تا ۶) نمره گذاری می‌شود. نمره بالا به معنای تمایزیافنگی و نمره پایین به معنای تمایزنایافنگی است. در پژوهش اسکورون و اشمیت (۲۰۰۳) پایایی کل آزمون با آلفای کرونباخ ۰/۹۲ و پایایی خرده مقیاس‌های واکنش هیجانی، موقعیت من، گسلش عاطفی و هم‌جوشی با دیگران به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۸۱، ۰/۸۶، ۰/۸۴، ۰/۸۱، ۰/۸۶ گردید. در ایران، اسکیان (۱۳۸۴) ضریب آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه را در نمونه عادی ۰/۸۱ و برای خرده مقیاس‌های فوق به ترتیب ۰/۷۷، ۰/۶۰، ۰/۶۵ و ۰/۷۰ به دست آورد. طالبی و غباری بناب (۱۳۹۱) نیز با استفاده از آلفای کرونباخ، به ضریب پایایی ۰/۷۸، برای کل مقیاس دست یافتند. در پژوهش فخاری، لطیفیان و اعتماد (۱۳۹۳) نیز ضریب آلفای کرونباخ مقیاس تمایزیافنگی ۰/۷۸ به دست آمد.

۲. مقیاس شیوه‌های حل مسئله: این مقیاس که در سال ۱۹۹۶ توسط کسیدی و لانگ^۲ معرفی گردید، ۲۴ گویه دارد و ۶ شیوه متایز در برخورد با موقعیت‌های مسئله‌دار را اندازه‌گیری می‌کند. این شیوه‌ها عبارتند از: درماندگی یا بی‌یاوری (سؤالهای ۱ تا ۴)، مهارگری یا کنترل (سؤالهای ۵ تا ۸)، خلاقیت (سؤالهای ۹ تا ۱۲)، اعتماد به نفس در حل مسئله (سؤالهای ۱۳ تا ۱۶)، اجتناب (سؤالهای ۱۷ تا ۲۰) و رویآورد یا تقرب (سؤالهای ۲۱ تا ۲۴) می‌باشد. هر گویه دارای سه گزینه بله (نمره ۱)، خیر (نمره ۰) و نمی‌دانم (نمره ۰/۵) است. آزمودنی باید موافقت یا مخالفت خود را در برابر هر گزاره که شیوه واکنش وی را در برابر مسائل و موقعیت‌های خاص نشان می‌دهد، اعلام کند و اگر

بین آن دو مردد بود، می‌تواند گزینه نمی‌دانم را برگزینند. دزوریلا، نزو و میدئو-الیوارس^۱ (۲۰۰۴) ضرایب آلفای کرونباخ را برای خردۀ مقیاس‌های سبک درماندگی^{۰/۸۶}، سبک مهارگری^{۰/۶۰}، سبک اجتناب^{۰/۵۱}، سبک خلاقیت^{۰/۶۶}، سبک اعتماد به نفس^{۰/۶۶} و سبک رویآورد^{۰/۵۳} گزارش کرده‌اند. عبدی (۱۳۸۰) نیز در نمونه ایرانی، به ترتیب به ضرایب آلفا^{۰/۶۵}،^{۰/۶۱}،^{۰/۷۱}،^{۰/۶۱} و^{۰/۵۵} برای هر خردۀ مقیاس دست یافت. همچنین ضرایب آلفا در بررسی باباپور خیرالدین، رسول زاده طباطبایی، اژه‌ای و فتحی آشتیانی (۱۳۸۲) برابر با^{۰/۷۷} و ضرایب روایی آن با در نظر گرفتن شاخص پایایی به عنوان ضرایب اعتبار (برابر با ریشه دوم ضرایب پایایی)،^{۰/۸۷} گزارش گردید.

یافته‌ها

اعضای نمونه در دامنه سنی ۲۴ تا ۵۷ سال با میانگین 31.5 ± 8.1 قرار داشتند. از مجموع آن‌ها ۷۹ درصد مرد و ۲۱ درصد زن بودند. به لحاظ سطح تحصیلات، ۲۱۲ نفر (معادل ۷۹ درصد) زیر دیپلم، ۴۲ نفر (۱۵ درصد) دیپلم و ۱۶ نفر (۶ درصد) بالاتر از دیپلم بودند. از نظر وضعیت تأهل نیز، ۴۹ درصد متاهل، ۳۹ درصد مجرد و ۱۲ درصد طلاق گرفته بودند. شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: یافته‌های توصیفی، متغیرهای پژوهش

متغیر اصلی	زیر مقیاس ها	میانگین	انحراف استاندارد
واکنش هیجانی	۲۴/۷۱	۹/۷۷	
موقعیت من	۴۳/۴۹	۰/۳۹	
گسلش عاطفی	۲۵/۷۵	۸/۸۵	تمایز یافگی خود
همجوشی	۲۸/۴۲	۱/۰۶۶	
درماندگی	۳/۰۵	۰/۷۴	
مهارگری	۳/۲۸	۱/۳۳	
خلاقیت	۲/۳۱	۱/۳۵	
اعتماد به نفس	۲/۶۲	۱/۴۳	حل مسئله
احتباب	۳/۵۵	۰/۹۲	
روی آورد	۲/۳۹	۱/۸۷	

پیش از تحلیل داده‌ها، مفروضه‌های تحلیل رگرسیون مورد بررسی قرار گرفت. در همین راستا جهت بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها از آزمون کولموگروف- اسمیرنوف^۱ استفاده شد که نتایج حاکی از آن بود که نمرات متغیرهای پژوهش دارای توزیع نرمال بودند ($p < 0.05$). جهت بررسی مفروضه عدم وجود خودهمبستگی در خطاهای پژوهش، از آماره دوربین-واتسون^۲ استفاده شد که مقدار آن $1/98$ به دست آمد؛ از آنجا که مقدار مورد نظر در دامنه $1/5$ تا $2/5$ قرار دارد، می‌توان گفت مفروضه عدم وجود خودهمبستگی نیز برقرار است. همچنین مفروضه همخطی برای متغیرهای پیش‌بین با استفاده از ضریب تحمل و عامل تورم واریانس بررسی شد. نتایج نشان داد مفروضه همخطی محقق شده است؛ زیرا مقدار ضریب تحمل در تمامی متغیرها به عدد یک نزدیک بود و مقادیر عامل تورم واریانس در همه آن‌ها از حد بحرانی 2 کمتر بود. بر این اساس، آزمون همبستگی پیرسون بین سبک‌های حل مسئله و ابعاد تمایزیافتنگی خود اجرا گردید که نتایج آن در جدول **۲** گزارش شده است.

جدول **۲**: ماتریس ضرایب همبستگی بین سبک‌های حل مسئله و ابعاد تمایزیافتنگی

	متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۲۳۱	۲۳۱
۱. واکنش هیجانی	-												
۲. موقعیت من	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
۳. گلسلش عاطفی	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
۴. هم‌جوشی با دیگران	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
۵. درماندگی	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
۶. مهارگری	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
۷. خلاقیت	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
۸. اعتماد به نفس	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
۹. اجتناب	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
۱۰. روی‌آورد	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

**p<0.01 *p<0.05

همان طور که از داده های جدول فوق برمی آید، سبک درماندگی با تمام ابعاد تمایز یافته و خود رابطه معناداری دارد. هر چند این رابطه با سه بعد واکنش هیجانی، گسلش عاطفی و هم جوشی با دیگران، مثبت و با بعد «موقعیت من» منفی است. سبک مهارگری نیز با تمام ابعاد تمایز یافته رابطه معنادار داشت؛ با این تفاوت که رابطه آن با واکنش هیجانی و گسلش عاطفی، معکوس و با موقعیت من و هم جوشی با دیگران، مثبت بود. طبق جدول ۲، رابطه سبک خلاقیت با واکنش هیجانی ضعیف و با هم جوشی با دیگران نسبتاً نیرومند می باشد. در حالی که بین سبک اعتماد به نفس و تمام ابعاد تمایز یافته خود رابطه مثبتی برقرار است، سبک اجتناب رابطه ضعیفی با دو بعد موقعیت من و گسلش عاطفی دارد. در مقابل، سبک روی آورده با همه ابعاد خود تمایز یافته رابطه مثبت داشت. در جدول ۳ نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام برای پیش بینی سبک های حل مسئله بر اساس زیر مقیاس های تمایز یافته کی خود گزارش شده است.

جدول ۳: نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیری برای پیش‌بینی سبک‌های حل مسئله از طریق مؤلفه‌های تمایز یافته‌گی خود

متغیر ملاک	مدل	متغیر پیشین	R ²	B	S.E.	β	ضریب T	F آماره	معناداری	سطح
1		هم جوشی با دیگران	0/149	0/084	0/012	0/386	6/844	46/845	0/001	
2	خلافیت	هم جوشی با دیگران + واکنش هیجانی	0/254	-0/025	-0/0152	-0/041	-6/150	45/553	0/001	
1	اعتماد به نفس	هم جوشی با دیگران	0/070	0/060	0/013	0/265	4/501	20/225	0/001	
1	گسلش عاطفی	گسلش عاطفی + واکنش هیجانی	0/144	0/079	0/012	0/380	6/7726	45/235	0/001	
2	روی آورد	گسلش عاطفی + واکنش هیجانی	0/181	-0/058	-0/017	-0/308	-3/476	29/594	0/001	
1	درماندگی	گسلش عاطفی	0/076	-0/054	-0/012	-0/276	-4/702	22/110	0/001	
1	مهارگری	واکنش هیجانی	0/052	-0/031	-0/008	-0/229	-3/845	14/784	0/001	
1	اجتناب	موقعیت من	0/035	0/058	0/005	-0/187	-2/854	11/384	0/078	

نتایج جدول ۳ بیانگر آن است که بیشتر سبک‌های حل مسئله از روی ابعاد تمایزیافتگی خود قابل پیش‌بینی هستند. طبق این داده‌ها، در گام اول بعد هم جوشی با دیگران با ۰/۱۴ واریانس، توان پیش‌بینی مواجهه با مشکلات به شیوه خلاقانه را دارد و در گام دوم همراه با بعد واکنش هیجانی با ۰/۲۵ واریانس توансنتند شیوه خلاقیت را تبیین نمایند. افزون بر این، متغیر هم جوشی با دیگران در یک گام می‌تواند با ۰/۰۷ واریانس سبک اعتماد به نفس را پیش‌بینی کند. مؤلفه گسلش عاطفی نیز در گام نخست با ۰/۱۴ واریانس و با اضافه شدن واکنش هیجانی در گام دوم با ۰/۱۸ واریانس در پیش‌بینی حل مسئله به شیوه روی آورد سهم داشتند. زیر مقیاس‌های گسلش عاطفی با ۰/۰۷ واریانس و واکنش هیجانی با ۰/۰۵ واریانس نیز در یک گام توансنتند سبک‌های درماندگی و مهارگری را پیش‌بینی کنند ($P<0/01$). ولی مؤلفه موقعیت من با ۰/۰۳ واریانس، توان پیش‌بینی سبک مسئله به شیوه اجتنابی را نداشت ($P>0/078$).

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد سطح خودتمایزیافتگی افراد وابسته به مواد با رویکرد آنان به حل چالش‌ها و مسائل زندگی ارتباط معناداری دارد. افزون بر این معلوم شد برخی سبک‌های حل مسئله را می‌توان از روی ابعاد تمایزیافتگی پیش‌بینی نمود. این یافته‌ها با مطالعات پیشین که تایید می‌کنند افراد دارای تمایزیافتگی پایین در مواجهه با رویدادهای روزمره بیشتر به شیوه‌های هیجانی و غیرانطباقی واکنش نشان می‌دهند، و همچنین تحقیقاتی که بیانگر خودتمایزیافتگی ضعیف در معتقدان به مواد مخدر است، همسو می‌باشد. از جمله این پژوهش‌ها می‌توان به تحقیق اسکورن^۱ (۲۰۰۴) در مورد پیش‌بینی سازگاری روان‌شناختی و مهارت‌های حل مسئله از روی سطوح تمایز خود در رنگین پوستان بومی آمریکا، مطالعه توربرگ و لیورز^۲ (۲۰۰۶) بر روی سطح تمایزیافتگی خود در گروه معتقدان به الکل و مواد مخدر، یافه مغانلو و کولیوند (۱۳۹۷) در خصوص سطوح تمایزیافتگی خود و خودمهارگری شناختی معتقدان، تحقیق رحیمی پردنجانی و محمدزاده ابراهیمی (۱۳۹۵) در باب رابطه ابعاد تمایزیافتگی خود با گرایش نوجوانان به مصرف مواد

1. Skowron

2. Thorberg & Lyvers

و کاظمیان و دلاور (۱۳۹۰) در مورد ارتباط بین سطح تمایز یافته‌گی مردان متأهل با اعتیاد، اشاره کرد.

برای تبیین رابطه ابعاد تمایز یافته و سبک‌های حل مسئله نخست باید اهمیت خودتمایز یافته‌گی در سازمان روانی انسان و تاثیر آن بر فرایندهای شناختی، از جمله فرایند حل مسئله را بررسی گردد. تمایز یافته‌گی به عنوان سازه‌ای با ابعاد درونی و بین‌فردي، به توانایي حفظ خودآگاهی و خودمختاری در عین حفظ پیوندهای فرد با خانواده و اطرافيان اشاره دارد. تمایز در بعد درونی شامل توانایي تنظیم احساسات و تشخیص افکار از احساسات است. تمایز در بعد بین فردی نیز، مستلزم ظرفیت توسعه یك احساس مستقل از خود، در عین حفظ روابط نزدیک با سایر افراد مهم، به ویژه خانواده می‌باشد. علاوه بر این، سطح تمایز یافته‌گی خود، میزان تفکیک پذیری بین واکنش‌های منطقی و هیجانی و همچنین استقلال فرد از دیگران را نشان می‌دهد (بوئن، ۲۰۱۳). در نتیجه، هرچه فرد از تمایز یافته‌گی بالاتری برخوردار باشد، در مواجهه با رویدادها و مسائل زندگی، بیشتر از راهبردهای مسئله‌مدار استفاده می‌کند؛ بر عکس، افراد تمایز نداشته در چنین موقعیت‌هایی عمدتاً به راهبردهای هیجان مدار متواصل می‌شوند (اسکورن، ۲۰۰۴).

وانگهی، حل مسئله یکی از مهم‌ترین سامانه‌های ساختاریافته شناختی است که طیفی از پاسخ‌های کارآمد تا ناکارآمد را در مواجهه با موقعیت‌های دشوار زندگی فراهم می‌سازد. وقتی افراد با مسائل و چالش‌های میان‌فردی مواجه می‌شوند، در صورتی که قادر به حل منطقی و سازنده این چالش‌ها نباشند، دچار مشکلات رفتاری و افت شدید کیفیت زندگی خواهند شد (بورخولدر، هوانگ و ویمن، ۲۰۲۱). حال با عنایت به اینکه افراد تمايزنا یافته همواره از نوعی اضطراب مزمن رنج می‌برند، در رویارویی با رویدادها و حوادث زندگی غالب به گونه‌ای غیرانطباقی تصمیم‌گیری و عمل می‌کنند که نتایج آن اغلب زمینه تشدید اضطراب را فراهم می‌سازد. این اضطراب که واجد نشانه‌های جسمی و روانی است، می‌تواند به رفتارهای آسیب‌زاوی همچون استعمال مواد مخدر و بزهکاری یینجامد (هیفسن، ۲۰۱۴). هیفسن (۲۰۱۴) ضمن تأکید بر این موضوع که افراد با سطوح خود تمايز یافته‌گی

متفاوت، سبک‌های مختلفی از شیوه‌های حل مسئله را به کار می‌برند؛ خاطر نشان می‌کند در موقعیت‌های مسئله‌دار افراد دارای سطوح بالای تمایز یافته‌گی، اغلب از تکیک‌های مقابله عقلانی و اشخاص دارای سطوح تمایز یافته‌گی پایین، بیشتر از سبک‌های هیجانی بهره می‌برند؛ زیرا این افراد بیشتر با فرایندهای عاطفی در گیر می‌شوند؛ در نتیجه، ناچار به سرکوب‌گری خویش یا واکنش تهاجمی روی می‌آورند.

ازفون براین، نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام بعد چهارگانه تمایز یافته‌گی با شش خرده مقیاس حل مسئله حاکی از آن بود که در افراد وابسته به مواد، هم‌جوشی با دیگران و واکنش هیجانی، پیش‌بینی کننده سبک خلاقیت، هم‌جوشی با دیگران، پیش‌بینی کننده سبک اعتماد به نفس، گسلش عاطفی و واکنش هیجانی پیش‌بینی کننده سبک روی‌آورد به حل مسئله می‌باشدند. بدین ترتیب، این سه متغیر بیشترین نقش را در پیش‌بینی سبک‌های انطباقی حل مسئله در گروه معتادان دارند. در مورد سبک‌های غیر انطباقی حل مسئله هم تحلیل داده‌ها آشکار ساخت که سبک‌های درماندگی و مهار‌گری را می‌توان به ترتیب از زیر مقیاس‌های گسلش عاطفی و واکنش هیجانی پیش‌بینی کرد؛ اما حل مسئله به شیوه اجتنابی از روی هیچ یک از ابعاد تمایز یافته‌گی پیش‌بینی نشد.

۲۳۵
۲۳۵

شل شناسی‌شناسی، شماره ۶۴، زمستان ۱۴۰۱
Vol. 16, No. 66, Winter 2023

در توجیه پیش‌بینی پذیری سبک خلاقیت براساس هم‌جوشی با دیگران و واکنش هیجانی می‌توان از استدلال پلگ و ذوبی^۱ (۲۰۱۴) استمداد جست؛ چرا که هرچه هم‌جوشی با دیگران و واکنش‌های هیجانی فرد شدیدتر باشد، زمینه تمسک وی به راهبردهای خلاقانه کمتر خواهد شد. به عبارت دیگر، افراد هیجانی و ذوب شده در دیگران، به هنگام روپرتو شدن با رخدادها و معضلاتی که نیازمند تصمیم است، به جای رویکرد مسئله‌مدار، مواجهه ای هیجان‌مدار خواهند داشت و این امر بر پاسخ‌دهی به شیوه خلاقانه تاثیر منفی می‌گذارد. در واقع، از آنجا که افراد تمایز یافته‌تر از من قوی‌تر، واکنش‌های منطقی‌تر، رابطه اصیل‌تر و سازنده‌تری با دیگران برخوردارند، در هنگام روپرتویی با مسائل و حوادث روزمره زندگی به شیوه‌های کارآمدتر و مؤثرتری تصمیم می‌گیرند (نریمانی، هاشمی، قاسم زاده، ماشینچی عباسی و فتوحی بناب، ۱۳۸۹). بدین سان، همان‌طور که ارسنجیز، یلدیز، ساووسی

و گریفیت^۱ (۲۰۲۰) بیان کرده‌اند، افرادی که در هم‌جوشی با دیگران و واکنش‌های هیجانی نمره بالاتری می‌گیرند، در موقعیت‌های مسئله‌مدار کمتر از خود خلاقیت نشان می‌دهند.

برای فهم علت تاثیرگذاری هم جوشی با دیگران بر سبک اعتماد به نفس، باید به این نکته توجه داشت که در آمیختگی و تکیه مفرط به دیگران باعث کاهش احساس خودکارآمدی و باور به توانایی خویش در حل معضلات زندگی می‌گردد. همان‌طور که اشاره شد خودمختاری و استقلال رای به فرد اعتماد به نفس می‌بخشد؛ در مقابل، وابستگی و اتکا به دیگران، انتظار تاثیرگذاری یا باور شخص به اینکه خودش می‌تواند بر مشکلات فائق آید را کاهش داده و او با اعتماد به نفس کمتری به استقبال مسائل خواهد رفت. بندورا^{۱۳} (۳۰) معتقد است خیلی از افراد می‌دانند باید چه کار کنند و مهارت لازم برای انجام آن را دارند؛ ولی چون به توانایی خود اعتماد ندارند، نمی‌توانند آن عمل را به خوبی انجام بدهند. به همین دلیل افرادی که مهارت‌های مشابهی دارند، در موقعیت‌های مختلف به شکل ضعیف، رضایت‌بخش، یا فوق العاده عمل می‌کنند. به گفته وی، میزان اعتماد به نفس افراد وابسته و متکی به دیگران در رویارویی با رویدادهای چالش‌انگیز، از قضاوت دیگران تأثیر می‌پذیرد.

به بیان ساده‌تر، وابستگی شدید به دیگران احساس استقلال و بینیازی از دیگران را در آن‌ها از بین می‌برد. به همین دلیل، در موقع بحرانی نمی‌توانند خودشان را از سایرین جدا فرض کنند؛ ولذا خواست و رضایت دیگران را بر خواست و مصلحت خویش ترجیح می‌دهند. این وضعیت سبب می‌شود احساس عدم کفایت و نامنی کرده و خودباوری را از دست بدهند. از این رو، در موقعیت‌های بین‌فردی از استحکام درونی کافی برای نه گفتن به خواسته‌های غیرمنطقی و نادرست دیگران برخوردار نیستند و بر خلاف میل خود، به درخواست‌های نامعقول دیگران تن می‌دهند. این وضعیت، به طور آشکار بستر مناسبی را برای گرایش این افراد به سمت مواد مخدر فراهم می‌سازد.

در تبیین دلایل پیش‌بینی پذیری سبک روی‌آورده از روی گسلش عاطفی و واکنش هیجانی، توجه به این نکته ضروری است که افراد دارای این سبک معمولاً نگرش مثبتی به مشکلات زندگی دارند و آن را فرصتی برای رشد و توسعه استعدادهای خود می‌دانند. این اشخاص به جای اینکه خودشان را در گیر هیجانات مربوط به معضلات روزانه نمایند، شجاعانه با مسائل روبرو شده و بر حل آنها متمرکز می‌شوند. آنها همچنین با فعالیت بیشتر، به جستجوی کمک و کسب راهنمایی از دیگران برمی‌آیند (خرمایی و زابلی، ۱۳۹۷). بدیهی است چنین واکنشی با دو خصوصیت گسلش عاطفی و واکنش هیجانی که اغلب استعمال کنندگان مواد به آن دچار می‌باشند، در تعارض است؛ زیرا این افراد به دلیل انزواطلبی و گسیختگی عاطفی با اطرافیان نمی‌توانند مشکلات خود را با آنان در میان گذاشته و از آنان درخواست راهنمایی نموده و استمداد بطلبند. افزون بر این، ویژگی هیجانی بودن موجب ترس و نگرانی آنها از رویارویی با مشکلات می‌شود.

در مورد علت شایع بودن سبک درماندگی در معتادان و پیش‌بینی آن از روی گسلش عاطفی، می‌توان به نظریه درماندگی آموخته شده سلیگمن^۱ (۱۹۷۲) استناد کرد. وی معتقد است درماندگی آموخته شده که به خاطر تکرار حوادث کترنال پذیر ایجاد می‌شود، علاوه بر یک ساخت شناختی منفی، به نواقص انگیزشی، شناختی و هیجانی نیز، منجر می‌شود. بدیهی است معتادان که از احساس طردشده‌گی، انزواطلبی و بی‌عملی رنج می‌برند و غالباً می‌پنداشند هیچ کترنالی بر رفتارهای اعتیادی خود ندارند، در شرایط چالش و تهدید نسبت به توانایی خود برای فائق آمدن بر مشکلات دچار تردید شده و در برابر مسائل زندگی، از خود حالت عجز و درماندگی نشان می‌دهند. با این توضیح، به نظر می‌رسد یکی از دلایل که افراد معتاد اغلب به صورت منفی و غیرانطباقی به حوادث زندگی واکنش نشان می‌دهند، آن است که آنها به دلیل احساس فشار روانی شدید و اضطراب مزمن ناشی از واکنش‌های هیجانی، گسلش عاطفی و ضعیف بودن من، در رویارویی با مشکلات و مسائل احساس نامنی و بی‌پناهی می‌کنند. بدین جهت، افراد معتاد نسبت به افراد سالم، در مواجهه با مسائل زندگی خود، بیشتر سبک مهارگری و درماندگی را بروز داده و کمتر از

افکار مثبت و رفتارهای سازنده سود می‌جویند. چنین افرادی نمی‌توانند در برابر مشکلات کارایی مناسبی از خود نشان دهند. بدیهی است که این وضعیت باعث پریشانی بیشتر آنان و تداوم این چرخه معیوب می‌گردد (بوجد و نیک‌منش، ۲۰۱۳).

بدین سان، از مجموع یافته‌های پژوهش می‌توان استنباط کرد که سطح تمایز یافتنگی خود، در سبک تفکر، تصمیم‌گیری و چگونگی رویارویی با چالش‌ها و معضلات روزمره نقش دارند؛ علاوه بر این، هرچه میزان تمایز یافتنگی افراد بیشتر باشد، افراد از سازگاری شخصی بالاتر و مهارت‌های حل مسئله کارگشایتری برخوردار خواهند بود. بنابراین، افراد معتقد که از تمایز یافتنگی پایین‌تری برخوردارند، در رویارویی با مسائل و مشکلات طبیعی زندگی از راهبردهای حل مسئله مناسب برخوردار نبوده و بیشتر به صورت غیرانطباقی عمل می‌کنند. این افراد در هنگام مواجهه با رویدادها و حوادث ناگوار و دشوار زندگی، اغلب احساس درماندگی کرده و می‌کوشند با توصل به راهبرد فرار یا به تعویق انداختن، از مواجهه با آنها اجتناب کنند. زیرا خود را بی‌پناه و درمانده می‌دانند و از اعتماد به نفس لازم برای رویارویی خلاقانه با آنها برخوردار نیستند. از این رو، برای پیشبرد امور زندگی خود فاقد توان برنامه‌ریزی و درک راه حل‌های سازنده و مؤثر هستند و کارآمدی لازم را برای حل مدبرانه مشکلات زندگی از خود نشان نمی‌دهند.

یکی از محدودیت‌های این پژوهش مربوط به ابزار اندازه‌گیری می‌شود؛ زیرا در پرسشنامه‌های خودسنجی همواره این نگرانی وجود دارد که پاسخ آزمودنی‌ها توأم با سوگیری باشد. افزون بر این، به دلیل اینکه جامعه آماری تحقیق به یک استان محدود بود، در تعیین یافته‌های آن به دیگر استان‌های کشور باید محاط بود. مقطعی بودن پژوهش به یک دوره سه ماهه و بیماران معتقد که تنها در مراکز ترک اعتیاد حضور داشتند، نیز محدودیت دیگر این پژوهش به شمار می‌رود. همسو با یافته‌های این تحقیق و مطالعات گوناگون که پایین بودن سطح تمایز یافتنگی خود را یکی از عوامل زمینه‌ساز شکست در حل مسائل روزمره و آمادگی برای اعتیاد می‌دانند، گنجاندن آموزش مهارت‌های زندگی، به ویژه آموزش مهارت‌های ابراز وجود، تقویت من و همچنین مهارت‌های حل مسئله در مواجهه با رویدادهای فشارزا و تفکیک احساس از عقل در تصمیم‌گیری و آموزش فنون

۲۲۸
238

۱۶، ۱۵، ۱۴، ۱۳، ۱۲، ۱۱، ۱۰، ۹، ۸، ۷، ۶، ۵، ۴، ۳، ۲، ۱، ۰، ۹۰، ۹۱، ۹۲، ۹۳، ۹۴، ۹۵، ۹۶، ۹۷، ۹۸، ۹۹، ۱۰۰، ۱۰۱، ۱۰۲، ۱۰۳، ۱۰۴، ۱۰۵، ۱۰۶، ۱۰۷، ۱۰۸، ۱۰۹، ۱۱۰، ۱۱۱، ۱۱۲، ۱۱۳، ۱۱۴، ۱۱۵، ۱۱۶، ۱۱۷، ۱۱۸، ۱۱۹، ۱۲۰، ۱۲۱، ۱۲۲، ۱۲۳، ۱۲۴، ۱۲۵، ۱۲۶، ۱۲۷، ۱۲۸، ۱۲۹، ۱۳۰، ۱۳۱، ۱۳۲، ۱۳۳، ۱۳۴، ۱۳۵، ۱۳۶، ۱۳۷، ۱۳۸، ۱۳۹، ۱۴۰، ۱۴۱، ۱۴۲، ۱۴۳، ۱۴۴، ۱۴۵، ۱۴۶، ۱۴۷، ۱۴۸، ۱۴۹، ۱۵۰، ۱۵۱، ۱۵۲، ۱۵۳، ۱۵۴، ۱۵۵، ۱۵۶، ۱۵۷، ۱۵۸، ۱۵۹، ۱۶۰، ۱۶۱، ۱۶۲، ۱۶۳، ۱۶۴، ۱۶۵، ۱۶۶، ۱۶۷، ۱۶۸، ۱۶۹، ۱۷۰، ۱۷۱، ۱۷۲، ۱۷۳، ۱۷۴، ۱۷۵، ۱۷۶، ۱۷۷، ۱۷۸، ۱۷۹، ۱۸۰، ۱۸۱، ۱۸۲، ۱۸۳، ۱۸۴، ۱۸۵، ۱۸۶، ۱۸۷، ۱۸۸، ۱۸۹، ۱۹۰، ۱۹۱، ۱۹۲، ۱۹۳، ۱۹۴، ۱۹۵، ۱۹۶، ۱۹۷، ۱۹۸، ۱۹۹، ۲۰۰، ۲۰۱، ۲۰۲، ۲۰۳، ۲۰۴، ۲۰۵، ۲۰۶، ۲۰۷، ۲۰۸، ۲۰۹، ۲۱۰، ۲۱۱، ۲۱۲، ۲۱۳، ۲۱۴، ۲۱۵، ۲۱۶، ۲۱۷، ۲۱۸، ۲۱۹، ۲۲۰، ۲۲۱، ۲۲۲، ۲۲۳، ۲۲۴، ۲۲۵، ۲۲۶، ۲۲۷، ۲۲۸، ۲۲۹، ۲۳۰، ۲۳۱، ۲۳۲، ۲۳۳، ۲۳۴، ۲۳۵، ۲۳۶، ۲۳۷، ۲۳۸، ۲۳۹، ۲۴۰، ۲۴۱، ۲۴۲، ۲۴۳، ۲۴۴، ۲۴۵، ۲۴۶، ۲۴۷، ۲۴۸، ۲۴۹، ۲۴۱۰، ۲۴۱۱، ۲۴۱۲، ۲۴۱۳، ۲۴۱۴، ۲۴۱۵، ۲۴۱۶، ۲۴۱۷، ۲۴۱۸، ۲۴۱۹، ۲۴۲۰، ۲۴۲۱، ۲۴۲۲، ۲۴۲۳، ۲۴۲۴، ۲۴۲۵، ۲۴۲۶، ۲۴۲۷، ۲۴۲۸، ۲۴۲۹، ۲۴۲۱۰، ۲۴۲۱۱، ۲۴۲۱۲، ۲۴۲۱۳، ۲۴۲۱۴، ۲۴۲۱۵، ۲۴۲۱۶، ۲۴۲۱۷، ۲۴۲۱۸، ۲۴۲۱۹، ۲۴۲۲۰، ۲۴۲۲۱، ۲۴۲۲۲، ۲۴۲۲۳، ۲۴۲۲۴، ۲۴۲۲۵، ۲۴۲۲۶، ۲۴۲۲۷، ۲۴۲۲۸، ۲۴۲۲۹، ۲۴۲۳۰، ۲۴۲۳۱، ۲۴۲۳۲، ۲۴۲۳۳، ۲۴۲۳۴، ۲۴۲۳۵، ۲۴۲۳۶، ۲۴۲۳۷، ۲۴۲۳۸، ۲۴۲۳۹، ۲۴۲۳۱۰، ۲۴۲۳۱۱، ۲۴۲۳۱۲، ۲۴۲۳۱۳، ۲۴۲۳۱۴، ۲۴۲۳۱۵، ۲۴۲۳۱۶، ۲۴۲۳۱۷، ۲۴۲۳۱۸، ۲۴۲۳۱۹، ۲۴۲۳۲۰، ۲۴۲۳۲۱، ۲۴۲۳۲۲، ۲۴۲۳۲۳، ۲۴۲۳۲۴، ۲۴۲۳۲۵، ۲۴۲۳۲۶، ۲۴۲۳۲۷، ۲۴۲۳۲۸، ۲۴۲۳۲۹، ۲۴۲۳۳۰، ۲۴۲۳۳۱، ۲۴۲۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳، ۲۴۲۳۳۴، ۲۴۲۳۳۵، ۲۴۲۳۳۶، ۲۴۲۳۳۷، ۲۴۲۳۳۸، ۲۴۲۳۳۹، ۲۴۲۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸، ۲۴۲۳۳۳۱۹، ۲۴۲۳۳۳۲۰، ۲۴۲۳۳۳۲۱، ۲۴۲۳۳۳۲۲، ۲۴۲۳۳۳۲۳، ۲۴۲۳۳۳۲۴، ۲۴۲۳۳۳۲۵، ۲۴۲۳۳۳۲۶، ۲۴۲۳۳۳۲۷، ۲۴۲۳۳۳۲۸، ۲۴۲۳۳۳۲۹، ۲۴۲۳۳۳۳۰، ۲۴۲۳۳۳۳۱، ۲۴۲۳۳۳۳۲، ۲۴۲۳۳۳۳۳، ۲۴۲۳۳۳۳۴، ۲۴۲۳۳۳۳۵، ۲۴۲۳۳۳۳۶، ۲۴۲۳۳۳۳۷، ۲۴۲۳۳۳۳۸، ۲۴۲۳۳۳۳۹، ۲۴۲۳۳۳۱۰، ۲۴۲۳۳۳۱۱، ۲۴۲۳۳۳۱۲، ۲۴۲۳۳۳۱۳، ۲۴۲۳۳۳۱۴، ۲۴۲۳۳۳۱۵، ۲۴۲۳۳۳۱۶، ۲۴۲۳۳۳۱۷، ۲۴۲۳۳۳۱۸،

کارآمد ارتباط بین فردی در برنامه‌های درمانی معتادان ضروری به نظر می‌رسد. همچنین لازم است در برنامه‌های پیشگیری از اعتیاد برای کودکان و نوجوانان نیز، آموزش‌هایی برای ارتقاء سطح تمایزیافتگی خود ارائه گردد.

منابع

- احمدی، سیروس و فرهادی، الهام (۱۳۹۶). بررسی رابطه مهارت حل مسئله و احساس امنیت در بین زنان. *فصلنامه پژوهش‌های راهبردی امنیت و نظام اجتماعی*, ۲(۴)، ۴۴-۳۳.
- اسکیان، پرستو (۱۳۸۴). بررسی تاثیر سایکودرام بر افزایش تمایزیافتگی فرد از خانواده اصلی در دانش آموزان دختر دبیرستانی منطقه ۵ تهران. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم تهران*. باباپور خیرالدین، جلیل؛ رسول زاده طباطبایی، سید کاظم؛ اژه‌ای، جواد و فتحی آشتیانی، علی (۱۳۸۲). بررسی رابطه بین شیوه‌های حل مسئله و سلامت روان‌شناختی دانشجویان. *مجله روان‌شناسی*, ۲۵(۳)، ۱۶-۳.
- جمالی، هما؛ رحمتی، عباس و فضیلت پور، مسعود (۱۳۹۷). مدل‌یابی ساختاری شدت اعتیاد بر اساس سلامت و حمایت خانواده اصلی با میانجی گری تمایزیافتگی خود. *اعتیاد پژوهی*, ۱۲(۴۹)، ۱۵۶-۱۳۷.
- خرمایی، فرهاد و زابلی، مصطفی (۱۳۹۷). بررسی رابطه بین سبک‌های حل مسئله و اهمال کاری تحصیلی دانش آموزان دبیرستانی: نقش میانجی گری تمایزیافتگی خود. *اعتیاد پژوهی*، ۱۰(۴۹)، ۱۵۶-۱۳۷.
- رحمی‌پرندگانی، طیبه و محمدزاده ابراهیمی، علی (۱۳۹۵). رابطه بین تمایزیافتگی خود با آمادگی به اعتیاد بر اساس نظام خانوادگی بوئن. *مجله طب انتظامی*, ۱۵(۱)، ۳۸-۱۷.
- زارعی، سلمان و کاظمی پور، احمد (۱۴۰۰). نقش تعدیل کننده سالم‌زیستی مذهبی و خودتمایزیافتگی در رابطه بین ملال روان‌شناختی با گرایش به اعتیاد در بین دانش آموزان پسر شهر نورآباد. دوماه نامه علمی-پژوهشی فیض, ۲۵(۱)، ۷۷۶-۷۶۷.
- شریفی‌نیا، محمدحسین (۱۴۰۱). روان‌شناسی اختلالات مصرف مواد با رویکرد پیشگیرانه. قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه و سمت.
- شریفی‌نیا، محمدحسین؛ رحیمی یگانه، زهرا و رحیمی دستجردی، محمد (۱۴۰۰). پیش‌بینی شیوه‌های ناکارآمد حل مسئله براساس طرحواره‌های ناسازگار اولیه در معتادان. *فصلنامه اعتیاد‌پژوهی*, ۱۵(۶۰)، ۲۵۲-۲۳۱.

صابر، فاطمه؛ موسوی، سیدولی الله و صالحی، ایرج (۱۳۹۰). مقایسه ویژگی های شخصیتی و سبک های حل مسئله در مردان معتمد و غیر معتمد. *فصلنامه اعتیاد روانی*، ۵(۱۹)، ۵۶-۳۹.

طالبی، مریم و غباری بناب، باقر (۱۳۹۱). تعیین رابطه تمایز یافته‌گی خود، هوش هیجانی و رضایت زناشویی در مراکز مشاوره شهر شاهرود. *زن و مطالعات خانواده*، ۱۸(۵)، ۳۱-۱۵.

عبدی، رضا (۱۳۸۰). مقایسه سبک‌های حل مسئله در افراد وابسته به مواد مخدر و افراد عادی. پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی.

فخاری، نرگس؛ لطیفیان، مرتضی و اعتماد، جلیل (۱۳۹۳). بررسی ویژگی‌های روان‌سنگی فرم کوتاه پیر شناسنامه تمایز یافته‌کنی خود در دانشجویان ایرانی. *اندازه‌گیری تربیتی*, ۱۵(۴)، ۵۴-۳۵.

کاظمیان، سمیه و دلاور، علی (۱۳۹۰). بررسی رابطه بین تمایز یافته‌گی با میزان تمایل به اعتیاد در مردان متأهل. پژوهشنامه نظام و امنیت انتظامی، ۴(۴)، ۱۱۵-۱۰۵.

متین نژاد، سیده اعظم؛ موسوی، سیدعلی محمد و شمس اسفندآباد، حسن (۱۳۸۸). مقایسه شیوه‌های حل مسئله و سبک‌های تفکر در افراد مصرف‌کننده مواد و افراد غیر معتمد. *فصلنامه انتیاد پژوهی*. ۱۱-۲۴، (۱۱)۳.

مغانلو، مهناز و کولیوند، زهراء (۱۳۹۷). مقایسه تمایز یافته‌گی خود و خودکنترلی شناختی معتمدان موفق به ترک و مستلزمان به واستگو ماد. *فصلنامه اعتمادیه و همی*، ۴۶(۱۲)، ۱۰۱-۱۲۰.

نریمانی، مهدی؛ هاشمی، تورج؛ قاسم زاده، ابوالفضل؛ ماشینچی عباسی، نعیمه و فتوحی بناب، سکینه (۱۳۸۹). آموزش خود متمایز سازی بوئن و عود نشانه های سوء مصرف مواد. *فصلنامه*

هومن، حدرعلی (۱۳۹۳). استباط آماری در پژوهش رفتاری. تهران: سمت.

References

- Bandura, A. (2013). The role of self-efficacy in goal-based motivation. *New developments in goal setting and task performance*, 23, 147-157.

Bojed, F. B., & Nikmanesh, Z. (2013). Role of early maladaptive schemas on addiction potential in youth. *International journal of high-risk behaviors & addiction*, 2(2), 72-90.

Bowen, M. (2013). *The origins of family psychotherapy: The NIMH family study project*. Lanham, Maryland: Jason Aronson, Incorporated.

Burkholder, E., Hwang, L., & Wieman, C. (2021). Evaluating the problem-solving skills of graduating chemical engineering students. *Education for chemical engineers*, 34, 68-77.

Cassidy, T., & Long, C. (1996). Problem-solving style, stress and psychological illness: Development of a multifactorial measure. *British journal of clinical psychology*, 35(2), 265-277.

- D'zurilla, T. J., Nezu, A. M., & Maydeu-Olivares, A. (2004). *Social problem solving: theory and assessment*. Washington, D.C: American Psychological Association.
- Ercengiz, M., Yildiz, B., Savci, M., & Griffiths, M. D. (2020). Differentiation of self, emotion management skills, and nomophobia among smartphone users: The mediating and moderating roles of intolerance of uncertainty. *The social science journal*, 1, 1-15.
- Haefner, J. (2014). An application of Bowen family systems theory. *Issues in mental health nursing*, 35(11), 835-841.
- Jankowski, P. J., & Hooper, L. M. (2012). Differentiation of self: A validation study of the Bowen theory construct. *Couple and family psychology: research and practice*, 1(3), 226-249.
- Kerr, K. B. (2021). Applying Bowen theory to psychiatric assessment and disposition in the ED. *Journal of the American psychiatric nurses association*, 00(0), 1-12.
- Lu-Ying, N. I. U. (2019). *The mediating role of self-differentiation in the relationship between college students' cell phone dependence and family function*. In 4th Annual International Conference on Social Science and Contemporary Humanity Development (SSCHD 2018) (pp. 5-9). Atlantis Press.
- Peleg, O., & Zoabi, M. (2014). Social anxiety and differentiation of self: A comparison of Jewish and Arab college students. *Personality and individual differences*, 68, 221-228.
- Ruchkin, V., Koposov, R., Oreland, L., Klinteberg, B., & Grigorenko, E. L. (2021). Dopamine-related receptors, substance dependence, behavioral problems and personality among juvenile delinquents. *Personality and individual differences*, 169, 109-130.
- Schacter, D. L., Gilbert, D. T., & Wegner, D. M. (2011). *Psychology*, second edition. New York: Worth Publishers.
- Seligman, M. E. (1972). Learned helplessness. *Annual review of medicine*, 23(1), 407-412.
- Skowron, E. A. (2004). Differentiation of self, personal adjustment, problem solving, and ethnic group belonging among persons of color. *Journal of counseling & development*, 82(4), 447-456.
- Skowron, E. A., & Schmitt, T. A. (2003). Assessing interpersonal fusion: Reliability and validity of a new DSI fusion with others subscale. *Journal of marital and family therapy*, 29(2), 209-222.
- Skowron, E. A., Kozlowski, J. M., & Pincus, A. L. (2010). Differentiation, self-other representations, and rupture-repair processes: Predicting child maltreatment risk. *Journal of counseling psychology*, 57(3), 304-324.
- Thorberg, F. A., & Lyvers, M. (2006). Attachment, fear of intimacy and differentiation of self among clients in substance disorder treatment facilities. *Addictive behaviors*, 31(4), 732-737.
- Titelman, P. (2014). *Differentiation of self: Bowen family systems theory perspectives*. UK: Routledge.

۲۴۱
۲۴۱

سال شانزدهم شماره ۵۶، زمستان ۱۴۰۱
Vol. 16, No. 66, Winter 2023

