

رابطه الگوهای ارتباطی خانواده با سازگاری و شادکامی

ملیحه جعفری صحرارودی^۱

^۱ کارشناسی ارشد مشاوره، مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد اسلامی مرودشت

چکیده

هدف از انجام پژوهش حاضر رابطه الگوهای ارتباطی خانواده با سازگاری و شادکامی در دانش آموزان دوره متوسطه شهرستان فسا بود. به لحاظ ماهیت و اهداف، این پژوهش از نوع کاربردی و برای اجرای آن از روش همبستگی استفاده شد. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانش آموزان متوسطه دختر شهرستان فسا می باشند بود که در سال ۹۶-۱۳۹۵ در آنجا مشغول به تحصیل بودند که تعداد ۲۰۰ نفر به عنوان حجم نمونه انتخاب شدند. در این پژوهش از روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای استفاده شد. برای گردآوری داده ها از مقیاس تجدید نظر شده الگوهای ارتباط خانواده کوئرنرو فیتزپاتریک، مقیاس سازگاری، مقیاس شادکامی اکسفورد ارگیل، علی پور و نوربالا استفاده شد، که روایی و پایایی آنها مورد تأیید قرار گرفته است. تجزیه و تحلیل اطلاعات حاصل از پرسشنامه ها در دو سطح آمار توصیفی و استنباطی انجام شد. در سطح آمار توصیفی از آمارهایی نظیر میانگین و انحراف معیار استفاده شد. در سطح آمار استنباطی از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون استفاده شد. نتیجه حاصله نشان داد که بین الگوهای ارتباطی خانواده با سازگاری دانش آموزان رابطه معنادار وجود دارد، بین الگوهای ارتباطی خانواده با شادکامی دانش آموزان رابطه معنادار وجود دارد، الگوهای ارتباطی خانواده قادر به پیش بینی معنادار سازگاری دانش آموزان می باشند و الگوهای ارتباطی خانواده قادر به پیش بینی معنادار شادکامی دانش آموزان می باشند.

واژه های کلیدی: الگوهای ارتباطی خانواده، سازگاری، شادکامی

نظر به این که خانواده در حکم یک سیستم تلقی می شود و روابط خانوادگی یکی از سیستم های فرعی آن به شمار می رود، (برون فن برنر و موریس، ۱۹۸۸؛ بوجنتال و گودنو، ۱۹۹۸).

هسته نخستین و اصلی خانواده سیستم کوچک تری است که سیستم زناشویی نام دارد. در این خرده سیستم دو تن به نام زن و شوهر به یکدیگر پیوند می خورند و شالوده کانون خانواده را پی ریزی می کنند. طبعا چنین کانونی که بر اساس عشق تعهد و روابط صمیمانه پایدار شکل می گیرد، بر یکایک اعضای خانواده تاثیر عمیق و شگرفی دارد.

ماهیت سیستمی، خانواده ایجاب می کند که پدر و مادر خود را درگیر دو نوع رفتار یا رابطه کنند، آنان نه تنها با یکدیگر بر اساس میثاق زناشویی پیوند متقابل دارند، بلکه با فرزندان نیز ارتباط دو سویه برقرار می کنند، منطقا پیوند نوع دوم تابع پیوند نوع اول است به بیان دیگر، کیفیت روابط پدر و مادر بر کیفیت روابط آنان با فرزندان عمیقا اثر می گذارد.

پژوهش نشان داده است که وقتی پدر و مادر از روابط بهنجار و سالم و حمایت عاطفی یکدیگر برخوردار باشند بیشتر خود را درگیر تربیت فرزندان می کنند و در امر فرزند پروری بیشتر از خود مهر و عطوفت، حساسیت و شایستگی نشان می دهند (کووان و کووان، ۱۹۹۲؛ کتز و گاتمن ۱۹۹۷).

از عهد باستان به احساسات مثبت انسان از جمله شاد کامی توجه شده است. افلاطون در کتاب جمهوری به سه عنصر در وجود انسان یعنی قوه عقل یا استدلال، احساسات و امیال اشاره می کند. وی شادکامی را حالتی از انسان می داند که بین این سه عنصر تعادل و هماهنگی وجود داشته باشد (مصباح، ۱۳۷۸).

تعریف های مختلفی از مفهوم شادکامی از سوی روانشناسان ارائه شده است. پژوهشگرانی چون لوبومیرسکی، شلدون و اسکاد (۲۰۰۵) مارتین (۲۰۰۵) به نقل از اوت (۲۰۰۶)، کار (۱۳۸۵) و آرجیل (۲۰۰۱) شادکامی را حالت روانی مثبتی، سطح بالای رضایت مندی کلی از زندگی، عاطفه مثبت و سطح پایین عاطفه منفی تعریف می کنند.

اصطلاح شادکامی، گاهی اوقات به معنای عاطفه مثبت منهای عاطفه منفی به کار برده می شود (مالکی، ۱۳۸۶). احساس شادی تنها با عدم حضور هیجانات و حالات منفی به دست نمی آید، بلکه لازمه وجود احساس شادکامی، شرایط و حالات مثبت و رضایتمندی از زندگی با خود و دیگران است (آرجیل، ۱۹۹۹).

نکته قابل توجه این است که شادمانی مهمترین جزء کیفیت زندگی و بالاتر از سلامتی، ثروت یا فعالیت جنسی درجه بندی می شود. شادی و شادکامی از متغیرهای مهم تاثیرگذار در طول زندگی آدمی است. شادی به نوعی معنای زندگی یا از معنا دهنندگان آن است (کینگ و ناپا، ۱۹۹۸).

شادکامی دارای سه جزء اصلی شامل عاطفه مثبت، فقدان عاطفه منفی (از قبیل افسردگی و اضطراب) و رضایت از زندگی می باشد (لیاقتدار، جعفری، عابدی و سمیعی، ۱۳۸۷). به همین دلیل در تحلیل مفهوم شادکامی نظریه پردازان به دو مولفه شناختی و عاطفی اشاره می کنند، مولفه شناختی و رضایت از زندگی و مولفه عاطفی بر تعادل بین عاطفه مثبت و منفی دلالت دارد (شلدون و لیمبو میرسکی، ۲۰۰۴؛ به نقل از جوکار، ۱۳۸۶). طبق نظر آرگیل (۲۰۰۳) شادکامی، متضاد با افسردگی نیست اما شرط عدم افسردگی برای شادکامی لازم است.

شادی از عوامل چندی از قبیل رضایت کمی از زندگی، رضایت از معقوله های خاص زندگی، وجود عواطف مثبت فراوان (خلق و عواطف خوشایند) و فقدان نسبی عواطف منفی (خلق و عواطف ناخوشایند) تشکیل می شود (ادینگتون و شومن، ۲۰۰۴). از مولفه های تشکیل دهنده شادکامی رضایت از زندگی است، که اندروز و ویتی (۱۹۷۶) آن را شناختند. این مولفه، ارزیابی قضاوتی - شناختی از زندگی شخصی است. در رابطه با ویژگی های شخصیتی نیز، پژوهش های بسیاری نشان داده اند که برون گرایی به طور مثبت و روان نژندی به طور منفی با رضایت از زندگی و شادکامی رابطه دارد (آمونس و داینر، ۱۹۸۵؛ به نقل از هیلز و آرگیل، ۲۰۰۱).

امروزه توجه به مسئله خانواده و عملکرد آن به صورت فزاینده ای مورد توجه قرار گرفته است (دیباج نیا، ۱۳۸۱). خانواده با نقش مهم و هستی بخشی که در رشد و پرورش اعضای خود دارد، رابطه برجسته ای با سلامت روانی افراد دارد و در نتیجه، با احساس شادکامی و رضایت مندی کلی از زندگی نیز مرتبط است (بیرامی، هاشمی و عبدالهی، ۱۳۹۰).

از سوی دیگر نظریه پردازان و پژوهشگران حیطه های علوم زیستی و علوم انسانی سعی کرده اند منابع و عوامل موثر بر شادمانی را معرفی نمایند. این منابع و عوامل می توانند تحت مجموعه عوامل روانی، جسمانی، اقتصادی، مذهبی و فرهنگی مورد بحث قرار گیرند. از عوامل روانی می توان به شخصیت و ابعاد آن، سبک های شناختی، خوش بینی، خشنودی و رضایت مندی و سلامت روانی اشاره داشت (دینر و لارسون، ۱۹۹۳). از منابع و عوامل جسمانی می توان به سلامتی، خوردن و آشامیدن، خواب، استراحت، فعالیت های جنسی و تمرین های ورزشی اشاره کرد (مارلاکیس و زرواس، ۱۹۹۳). موفقیت، ارتباطات و تایید اجتماعی، خانواده، عشق و صمیمیت از جمله منابع و عوامل اجتماعی شادی می باشند (مایرز، ۱۹۹۹). از منابع و عوامل اقتصادی می توان به کار، درآمد، ثروت، رفاه اجتماعی، توسعه اقتصادی و رشد درآمد ملی اشاره داشت (مورفی و آتانوسو، ۱۹۹۹). ایمان قلبی، باورهای مذهبی استوار، انجام مناسک مذهبی، حضور در اماکن مذهبی، احساس نزدیک بودن به خداوند و داشتن تصویری دوستانه از خداوند از عوامل معنوی - مذهبی شادی می باشند (پولنر، ۱۹۸۹؛ الیسون، ۱۹۹۱). شادکامی هدف مشترک همه انسان هاست آن چنان که همه تلاش های انسان در زندگی برای رسیدن به این هدف صورت می

گیرد (باس، ۲۰۰۰). بنابراین هدف پژوهش حاضر بررسی " رابطه الگوهای ارتباطی خانواده با سازگاری و شادکامی" در دانش آموزان دوره متوسطه شهرستان فسا می باشد.

بیان مسئله

انسان از دیرباز جستجوگر شیوه های رسیدن به خوشبختی بوده است و انسان همواره با این سوال رو به رو بوده است که چه چیز موجب خشنودی و شادکامی او در زندگی می شود. روان شناسی مثبت نگر رشته تازه ای در روان در روان شناسی است (سلیگمن و چیک سنت، میهالی، ۲۰۰۰) این رشته به دنبال انس است که تصویری از زندگی خوب را به روشنی بیان کند (ریو، ۲۰۰۹، ترجمه سید محمدی).

این جنبش در پی آن است که از نقاط قوت انسان ها به عنوان سپری در برابر بیماری روانی بهره گیرد. در این نوع روان شناسی به جای تاکید بر شناسایی و مطالعه کمبودهای روانی و کاستی های رفتاری و ترمیم و یا درمان آن ها به شناخت و ارتقای وجوه مثبت و نقاط قوت انسان توجه و تاکید می شود. شواهد موجود گویای آنند که احساس شادکامی، مولد انرژی، شور و نشاط و حرکت و پوشایی است و همچون سپری می تواند آدمی را در برابر استرس ها و مشکلات محافظت و سلامت روانی را تضمین کند.

آرگیل، بر این باور است که خانواده یکی از قوی ترین پیوندهای ارتباط اجتماعی است و ابعاد گوناگون آن مانند شمار اعضای خانواده، تحصیلات، درآمد، ساختار قدرت و هم بستگی اعضای خانواده از تعیین کننده های شادی هستند و با اشاره به بررسی کلاسیک (کمپل ۱۹۷۶، به نقل از آرگیل، ۲۰۰۱) و سایر پژوهش های انجام شده در این زمینه شواهد آزمایشی این ایده را ارائه می نماید.

ارتباط، سراسر زندگی انسان را در بر گرفته است. زندگی با ارتباط آغاز می شود و با قطع آن به پایان می رسد. هدف از ارتباط، دستیابی به اقدام هماهنگ، بین پیام دهنده و گیرنده پیام می باشد. یکی از طولانی ترین و عمیق ترین نوع ارتباطات درون خانواده است. یکی از راه های نگرستن به ساختار خانواده این است که، به کانال های ارتباطی که از طریق آن اعضای خانواده با هم دیگر به تعامل می پردازند، پرداخته شود. به آن دسته از کانال های ارتباطی که به وفور در یک خانواده اتفاق می افتد، الگوهای ارتباطی گفته می شود (ترنهلیم و یانسن، ۱۹۹۶).

اهمیت و ضرورت پژوهش

عدم شادی می تواند فرد را در برابر بیماری جسمانی آسیب پذیرتر ساخته و در دراز مدت به سوی مرگ بکشانند. عدم شادی می تواند به مثابه یک قاتل باشد زیرا حالت هیجانی غیرشادی که برای مدتی طولانی دوام می یابد می تواند به شیوه های مخربی بر نظام فیزیولوژیک بدن تاثیر بگذارد و موجب اختلال در سیستم ایمنی بدن شود. بنا به یافته های روان شناسی وقتی انسان خوشحال است دنیا را دلپذیر تر می یابد، آسان تر و بهتر تصمیم می گیرد، روابط با مردم محبت آمیزتر و استوارتر می شود و برای یاری دادن به دیگران آمادگی بیشتری پیدا می کند. اعتماد به خویشتن و امید به آینده و افزون تر می شود (پارسا، ۱۳۷۶).

اهداف پژوهش

- تبیین رابطه بین الگوهای ارتباطی خانواده با سازگاری دانش آموزان
- تبیین رابطه بین الگوهای ارتباطی خانواده با شادکامی دانش آموزان
- پیش بینی سازگاری دانش آموزان بر اساس الگوهای ارتباطی خانواده
- پیش بینی شادکامی دانش آموزان براساس الگوهای ارتباطی خانواده

فرضیه های پژوهش

- بین الگوهای ارتباطی خانواده با سازگاری دانش آموزان رابطه معنادار وجود دارد.
- بین الگوهای ارتباطی خانواده با شادکامی دانش آموزان رابطه معنادار وجود دارد.
- الگوهای ارتباطی خانواده قادر به پیش بینی معنادار سازگاری دانش آموزان می باشند.
- الگوهای ارتباطی خانواده قادر به پیش بینی معنادار شادکامی دانش آموزان می باشند.

تعریف مفهومی

الگوهای ارتباطی خانواده

منظور از الگوهای ارتباطی خانواده چگونگی تعامل بین اعضای خانواده برای رسیدن به عقاید مشترک و نحوه اتخاذ تصمیمات توسط خانواده می باشد (کوئرنر و فیتزپاتریک، ۲۰۰۴؛ به نقل از کوروش نیا، ۱۳۸۵). جهت گیری گفت و شنود: جهت گیری گفت و شنود عبارتست از «میزانی که خانواده ها شرایطی را فراهم می آورند که در آن همه اعضای خانواده تشویق به شرکت آزادانه و راحت در تعامل، بحث و تبادل نظر درباره طیف وسیعی از موضوعات شوند» (کوئرنر و فیتزپاتریک، ۱۹۹۷، به نقل از کوروش نیا، ۱۳۸۵).

جهت گیری همنوایی: جهت گیری همنوایی عبارتست از « میزانی که خانواده ها شرایط همسان بودن نگرش ها، ارزش ها و عقاید را مورد تأکید قرار می دهند» (کوئرنر و فیتزپاتریک، ۱۹۹۷؛ به نقل از کوروش نیا، ۱۳۸۵).

سازگاری

احساس کنترل و توانایی فرد در استفاده از پتانسیل ها و مهارت ها در مواجهه با شرایط گوناگون است (سهرابی و سامانی، ۱۳۹۱).

آرجیل و کراسلند (۱۹۸۷) به منظور ارایه یک تعریف عملیاتی از شادکامی آن را دارای سه بخش مهم دانسته اند: فراوانی و درجه عاطفه مثبت یا احساس خوشی، میانگین سطح رضایت در طول یک دوره، و نداشتن احساس منفی، یکی از مقیاس هایی که برای اندازه گیری شادکامی ساخته شده، پرسشنامه شادکامی آکسفورد است (آرجیل، مارتین و کروسلند، ۱۹۸۹).

تعاریف عملیاتی

الگوهای ارتباط خانواده: منظور نمره ای است که آزمودنی از پرسشنامه ۲۶ سوالی تجدید نظر شده الگوهای ارتباط خانواده کوئرنر و فیتز پاتریک (۱۹۹۰) بدست می آورد.

سازگاری: عبارت است از نمره ای که فرد از مقیاس سازگاری (سهرابی و سامانی، ۱۳۹۱) کسب می کند که شامل پنج بعد سازگاری فردی، تحصیلی، شغلی، اجتماعی و خانواده می باشد.

شادکامی: نمره ای که هر فرد از پرسش نامه شادکامی اکسفورد ارجیل ولو (۱۹۹۰) به دست می آورد.

ادبیات و پیشینه تحقیق

مبانی نظری الگوهای ارتباطی خانواده

خانواده چیزی بیش از مجموعه افرادی است که در یک فضای مادی و روانی خاص به سر می برند. خانواده یک نظام اجتماعی و طبیعی است که ویژگی های خاص خود را دارد. این نظام اجتماعی مجموعه ای از قواعد و اصول را ابداع و برای اعضای خود نقش های متنوعی تعیین می کند. در این نظام، افراد به وسیله علایق و دلبستگی های عاطفی نیرومند، دیرپا، و متقابل به یکدیگر متصل شده اند. ممکن است از شدت وحدت این علایق و دلبستگی ها در طی زمان کاسته شود، لیکن باز هم علایق مزبور در سراسر زندگی خانوادگی به بقای خود ادامه خواهند داد (گلدن برگ و گلدن برگ، ۱۹۳۴؛ ترجمه حسین شاهی بروات و نقش بندی، ۱۳۹۲).

بر هیچ کس پوشیده نیست که خانواده امن آرامش و جایگاه به شکوفا رساندن استعدادهاست. افراد در درون خانواده از هم تاثیر می پذیرند و بر هم تاثیر می گذارند. مسلماً شکوفایی افراد خانواده، متأثر از عملکرد درونی خانواده است (جهانگیر، ۱۳۹۱).

به نظر دیکستین (۲۰۰۷)، برای دستیابی به عملکرد مطلوب در سیستم خانواده، باید نقش ها، وظایف و تکالیف در بین همه اعضای خانواده به طور نظامند و هماهنگ، سازمان داده شود. هم چنین او معتقد است هماهنگی و توازن، رهبری و رابطه موثر، برای عملکرد بهینه، مهم هستند.

خانواده های برخوردار از کارکرد سالم، سوای بقای خود در قالب یک نظام، موجب شکوفایی توان بالقوه یکایک اعضای خود می گردند؛ یعنی به آنها اجازه می دهند با اعتماد و اطمینان خاطر در پی کاوش گری و خود یابی بر آیند (گلدن برگ و گلدن برگ، ۱۹۳۴؛ ترجمه حسین شاهی برواتی و نقش بندی، ۱۳۹۲).

ابعاد الگوهای ارتباطی خانواده

خانواده همواره به عنوان مهم ترین سیستم انسانی مورد توجه بوده است. والاتزویک، بیوین و جکسون (۱۹۶۷)، به نقل از کلارک و شیلدز، (۱۹۹۷) خانواده را سیستمی قانون گذار تعریف می کنند که اعضای آن به طور مداوم در حال تعریف مجدد ماهیت روابط خود بر مبنای الگوی ارتباطاتشان هستند.

جهت گیری گفت و شنود

جهت گیری گفت و شنود اشاره به شرایطی دارد که در آن خانواده، اعضا را به شرکت آزادانه و آسان در تعامل و گفتگو در زمینه های گوناگون تشویق می کند. اعضای خانواده های با گفت و شنود بالا، آزادانه و پیوسته و خود انگیخته با یکدیگر تعامل دارند و امکان طرح طیف گسترده ای از موضوعات بدون محدودیت زمانی را دارند؛ این خانواده ها زمان زیادی را در جهت ارتباط متقابل و بحث درباره موضوعات مختلف، صرف می کنند.

جهت گیری همنوایی

وضعیت همنوایی به این معناست که ارتباطات خانواده تا چه حد شرایط همسان بودن نگرش ها، ارزش ها و عقاید را مورد تاکید قرار می دهد خانواده ها با همنوایی زیاد در تعاملات خود بر همسانی باورها و نگرش ها تاکید دارند؛ تعاملات آنها بر

همنوایی، اجتناب از تعارض و وابستگی متقابل خانواده به هم تکیه دارد؛ و اعضای چنین خانواده هایی تشویق می شوند خود را با در نظر گرفتن عضویت شان در خانواده تعریف کنند.

انواع الگوهای ارتباطی خانواده

ترکیب دو بعد جهت گیری گفت و شنود و جهت گیری همنوایی، چهار طرحواره ارتباطات خانوادگی را شکل می دهد (فیتزپاتریک و ریچی، ۱۹۹۴) که «الگوهای ارتباطات خانواده» می شوند. عبارتند از: خانواده توافق کننده، خانواده کثرت گرا، خانواده حمایت گر، و خانواده بی قید.

خانواده های توافق کننده

این خانواده ها گفت شنود و همنوایی بالایی دارند. در چنین خانواده هایی از یک سو علاقه به ارتباط های باز و کشف باورهای تازه و از سوی دیگر حفظ سلسله مراتب موجود، اهمیت دارد.

خانواده های کثرت گرا

این خانواده ها که گفت و شنود بالا و همنوایی کم دارند. ویژگی آنها تعامل باز و بدون محدودیت است. موضوعات به صورت باز و سر گشاده مطرح می شوند و همه اعضا خانواده در گفتگوها شرکت دارند.

خانواده های محافظت کننده

این خانواده ها که گفت و شنود کم و همنوایی بالایی دارند. در این خانواده ها بر پیروی از مرجع قدرت (پدر و مادر) تاکید می شود و به تفکر، خرد ورزی و ارتباطات باز اهمیت چندانی داده نمی شود پدر و مادر بر این باورند که آنها باید برای خانواده و فرزندان شان تصمیم بگیرند و دلیلی نمی بینند در زمینه تصمیمات خود به فرزندان شان توضیح دهند.

خانواده های بی قید

در این خانواده ها که گفت و شنود و همنوایی پایینی دارند. میزان تعاملات میان اعضا خانواده کم است و معمولاً درباره شمار محدودی از موضوع ها گفتگو می شود. پدر و مادر در این خانواده ها بر این باورند که همه اعضای خانواده باید توانایی تصمیم گیری را داشته باشند، اما بر خلاف خانواده های کثرت گرا به تصمیم های فرزندان خود و برقراری ارتباط با آنها علاقه ای نشان نمی دهند (کوئرنر و فیتزپاتریک، ۲۰۰۲a).

ارتباط خانوادگی

برای سازگاری با تغییرات ناشی از بلوغ و نوجوانی تغییر الگوهای شکل گرفته در روابط فرزند - والدین نه برای فرزندان و نه برای والدین کار چندان ساده ای نیست. ولی ایجاد ارتباط موثر و جوی پذیرا در خانواده مشکلات و تضادهای مرحله انتقال از کودکی به نوجوانی را کاهش می دهد (بارنز و اولسون، ۱۹۸۵؛ گروت وانت و کوپر، ۱۹۸۳؛ یونیس، ۱۹۸۳؛ به نقل از ماسن و همکاران؛ ترجمه یاسایی، ۱۳۸۷).

در حقیقت ارتباط موثر سبب می شود که اعضای خانواده بتوانند بین جدایی از یکدیگر و همبستگی با یکدیگر تعادلی برقرار کنند (بارنز و اولسون، ۱۹۸۵؛ گروت وانت و کوپر، ۱۹۸۳؛ یونیس، ۱۹۸۳؛ به نقل از ماسن و همکاران؛ ترجمه یاسایی، ۱۳۸۷).

سازگاری

امروزه در دنیایی زندگی می کنیم که بیش از هر زمان دیگری نیازمند انعطاف پذیری و سازگاری فردی و اجتماعی هستیم. این امر به علت تغییرات بسیار زیاد و چالش هایی است که در اثر پیشرفت تکنولوژی و گسترش زندگی مدرن ایجاد شده است. در چنین شرایطی بدون شک داشتن سازگاری و انعطاف پذیری می تواند نقش به سزایی در بهبود و سلامت زندگی افراد داشته باشد. سازگاری کمک زیادی به برآورده شدن نیازهای محیطی می کند.

افراد سازگار، علاوه بر کنار آمدن با شرایط محیطی و تغییرات، به نفع خود بهره برداری می کنند. البته در نظریه تکامل، این موضوع به این شکل شرح داده می شود که محیط به افراد سازگار اجازه تکامل و گسترش نسل می دهد. در جامعه بین ۵ تا ۲۰ درصد افراد دچار کم توانی های مربوط با سازگاری هستند، این امر از اختلالات شخصیتی و ذهنی و یا رفتارهای آموخته شده نامتناسب با محیط ناشی می شود (سمپرینی، آندرتافاوا و سونینو، ۲۰۱۰).

مفهوم ناسازگاری

ناسازگاری تغییر یا برگشتی در رفتار یا هیجانات را گویند که در پاسخ به تغییر زیست - محیطی خاص در زندگی فرد به وجود می آید. یک نوجوان به مسأله تغییر با تلاش و کوشش واکنش نشان خواهد داد، زیرا با آن چه او به صورت نرمال در نظر می - گیرد متفاوت است.

یک کودک یا نوجوان ناسازگار می تواند یک یا همگی این ویژگی ها را از خود بروز دهد:

- آرام، تحریک پذیر، مضطرب و یا گوشه گیر به نظر می رسد.
- در برابر به خواب رفتن مقاومت می کند.

- اوقات تلخی های مکرر در رفتار او دیده می شود.
- سیر قهقراپی در توانایی رفتن به توالت به صورت مستقل دارد.
- افزایش اضطراب جدایی در او مشاهده می شود.
- اقدام به ارتکاب رفتارهای غیرمعمول در میان جمع می کند؛ مانند ضربه زدن یا گاز گرفتن کودکان و همسالان دیگر (هولمن، وولف - کریستنسن، مولینز و ویزنیوسکی، ۲۰۱۱).

دیدگاه های مختلف در مورد سازگاری

دیدگاه لازاروس

لازاروس (۱۹۸۴، به نقل از سیمونت، ۲۰۱۰)، سازگاری را به صورت راهبردهای شناختی - رفتاری برای کنار آمدن و هماهنگ شدن با موقعیت های زندگی، به منظور مدیریت استرس و شناخت عوامل ناتوان کننده در آن موقعیت ها می داند.

دیدگاه آلپورت

آلپورت شخصیت را سازمانی پویا از ویژگی های جسمی و روانی افراد در نظر می گیرد که تعیین کننده نحوه سازگاری اختصاصی آن ها با محیط می باشد (اسندروف و دنیسن، ۲۰۰۶).

دیدگاه نظریه پردازان شخصیت

اهمیت سازگاری در شخصیت تاحدی است که در بعضی از تعریف های شخصیت، برای پاسخ به ویژگی های متناقض شخصیت، نظیر ثبات و پایداری و در عین حال تغییرپذیری و غیر قابل پیش بینی بودن رفتار انسان، از مفهوم سازگاری استفاده می شود (پورشهریار، رسول زاده، طباطبایی، خداپناهی و کاظم نژاد، ۱۳۸۷).

دیدگاه پیازه

پیازه چنین فرض می کند که همه ارگانیسم ها تمایلی ذاتی برای ایجاد رابطه هماهنگ بین خود و محیط شان دارند. به سخن دیگر، همه جنبه های ارگانیسم در جهت سازگاری به صورت بهینه عمل می کنند.

دیدگاه نظریه پردازان هوش

نظریه پردازان هوش، هوش را به عنوان مهم ترین مشخصه سازگاری فرد در اجتماع در نظر می گیرند. به این ترتیب افرادی که هوش بالاتری دارند توانایی بیش تری برای برخورد با محیط دارند.

شادکامی

شادکامی هدف مشترک تمام افرادی است که به سمت نیل به آن در تکاپو هستند، اما برای بسیاری از مردم این هدف به طور ناکام کننده ای دور از دسترس باقی مانده است.

شادکامی و مفهوم آن

واژه شادی مفهومی روانشناختی است که دارای تعاریف و ابعاد مختلفی می باشد. در واژه نامه ها، شادی با واژه هایی هم چون خوشحالی، شادکامی، خوشی و نشاط هم معنا دانسته شده است (معین، ۱۳۷۱).

لازاروس، نظریه پرداز شناختی هیجان، شادکامی را به عنوان هیجانی تعریف کرده است که نتایج هایی است از به وجود آوردن پردازشی قابل استدلال در جهت فهم یک هدف (داناولد، ۱۹۹۷).

برخی محققان پیشنهاد کرده اند که شادکامی را در صورتی می توان به عنوان صفت در نظر گرفت که سه ملاک پایداری زمانی، همسانی بین موقعیتی، و علیت درونی را دارا باشد (فرانسیس و همکاران، ۱۹۹۸).

افراد شاد دارای عزت نفس بالا، روابط دوستانه محکم و اعتقادات مذهبی معنادار هستند (مایرز، ۱۹۹۶).

تعاریف شادکامی

شادکامی عبارت است از مقدار ارزش مثبتی که یک فرد برای خود قائل است.

در واقع شادکامی اشاره دارد به این که مردم زندگی خود را چگونه ارزیابی می کنند؟ و شامل متغیرهایی از قبیل رضایت از زندگی، رضایت از وضعیت زناشویی، رضایت از کار، فقدان افسردگی و اضطراب و وجود عواطف و خلقیات مثبت می شود (پاشا شریفی، ۱۳۸۴).

شادکامی بر حسب تجربه درونی هر شخص تعریف شده است و موقعی که صحبت از ارزیابی شادکامی است چارچوب داوری خارجی تحمیل نمی شود به عبارتی، برای توصیف میزان شادکامی هر کس باید درون پوست وی رفت (میرز و دینر، ۱۹۹۵).

شادکامی، ساختار و مؤلفه ها:

شادکامی پدیده ای است که شامل مقوله های گسترده ای از قبیل پاسخ های هیجانی، حوزه های رضایت و قضاوت های کلی از زندگی می شود. شادکامی سه مؤلفه اولیه دارد: رضایت از زندگی، عاطفه خوشایند و عاطفه ناخوشایند.

پیشینه پژوهش

تحقیقات انجام شده در خارج از کشور

دینر (۲۰۰۰) پژوهشی تحت عنوان بررسی شادکامی و حمایت های اجتماعی انجام داده است. نمونه آماری شامل افراد سنین ۱۸ تا ۳۵ سال که از طریق جدول مورگان تعداد ۳۱۷ نفر به صورت نمونه گیری خوشه ای انتخاب شدند. نتایج نشان داد که تفاوت های سنی نیز در درجه بندی متغیر شادکامی وجود دارند و زنان و افراد جوان شادکامی و حمایت اجتماعی بیشتری را در مقایسه با آن انجام دادند. نوسان های ضعیفی در میزان شادکامی در طول زندگی بوجود می آید، ولی با وجود این نوسان ها با افزایش سن رضایت از زندگی بیشتر می شود.

هینونین، ریکا کونین و کلتیگان گاس - جارونین (۲۰۰۵) در پژوهش خود به بررسی اینکه آیا عزت نفس دوران نوجوانی می تواند خوش بینی و بدبینی دوران بزرگسالی را پیش بینی کند پرداختند. نتایج پژوهش آنها نشان داد که عزت نفس دوران نوجوانی به طور قابل توجهی ۵ تا ۰/۱۹ واریانس خوش بینی و بدبینی دوران بزرگسالی را پیش بینی می کند. و نوجوانانی که عزت نفس بالاتری داشتند بدبینی پایین تری را در بزرگسالی نشان دادند.

لیوبومیرسکی، شلدون و شید (۲۰۰۵)، اعتقاد دارند که هر فرد الگویی برای شادکامی دارد که باعث می شود اتفاقات را به گونه ای تفسیر کنند که به حفظ و افزایش شادی کمک کرده و به زندگی معنا می بخشد و احساس ارزشمند بودن می نماید.

تحقیقات انجام شده در داخل کشور

جوکار و رحیمی (۱۳۸۶) در پژوهشی تحت عنوان «بررسی رابطه بین الگوهای ارتباطی و شادکامی» نشان دادند که بین میزان الگوهای ارتباطی از نظر میزان شادی تفاوت معنادار وجود دارد. و الگوهای توافق کننده و کثرت گرا میانگین نمره شادی بالاتر و در الگوهای محافظت کننده و بی قید میزان آن پایین تر است.

رحیمی و خیر (۱۳۸۶) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که جهت گیری گفت و شنود به عنوان پیش بینی کننده مثبت کیفیت زندگی و جهت گیری همنوایی به عنوان پیش بینی کننده منفی کیفیت زندگی هستند.

شهرکی ثانوی، نویدیان، انصاری مقدم، فرجی شوی (۱۳۹۰) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که جهت گیری گفت و شنود به عنوان پیش بینی کننده مثبت کیفیت زندگی و جهت گیری همنوایی به عنوان پیش بینی کننده منفی کیفیت زندگی هستند.

روش پژوهش

روش تحقیق حاضر از لحاظ هدف کاربردی است. از سوی دیگر چون پژوهش حاضر بر روابط بین متغیرها تمرکز دارد و توصیفی به روش همبستگی است.

جامعه آماری

جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش آموزان متوسطه دختر شهرستان فسا می باشند که در سال تحصیلی ۹۵-۹۶ مشغول به تحصیل بودند.

ابزار های پژوهش

به منظور گردآوری اطلاعات در این پژوهش از سه مقیاس: الف: مقیاس تجدید نظر شده الگوهای ارتباط خانواده کوثرنرو فیتز پاتریک ب ۹ مقیاس سازگاری ج (مقیاس شادکامی اکسفورد ارگیل ولو، علی پور ونور بالا، استفاده می شود.

بحث و نتیجه گیری

نتایج نشان داد که بین گفت و شنود و شادکامی دانش آموزان رابطه مستقیم معنادار و بین نوایی با شادکامی دانش آموزان رابطه معکوس وجود دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد گفت و شنود به صورت مستقیم، شادکامی دانش آموزان را پیش بینی می نماید و همنوایی قادر به پیش بینی معنادار شادکامی نمی باشد. این نتایج با پژوهش های خرمائی و همکاران (۱۳۹۴)؛ روزبهی و همکاران (۱۳۹۱)؛ جوکار و همکاران (۱۳۸۶) و پژوهش لیوبومیرسکی و همکاران (۲۰۰۵) همسو و همخوان می باشد.

در تبیین این نتایج می توان بیان نمود کرد که خانواده با بهره گیری از نوجوانان در تصمیم گیری ها، افزون بر فراهم نمودن فرصت ابراز وجود و استقلال برای نوجوانان، به فضای عاطفی خانواده نیز غنا می بخشند و نوجوانان حمایت اجتماعی خانواده را احساس می کنند، که پیامد هر دو وضعیت، افزایش رضایت خاطر افراد خانواده است. از سوی دیگر جهت گیری گفت و شنود

موجب رشد اعتماد به نفس نوجوانان می گردد مطرح نمایند. وقتی افراد شادمان هستند، احساس علاقه و معاشرتی بودن می کنند. خانواده با همنوایی پایین بر این باورند که برنامه های فردی نباید هماهنگ با اعضای خانواده باشد و آنها از اعضای خانواده انتظار ندارند منافع شخصی خود را تابع خانواده کنند. والدین برای خانواده تصمیم نمی گیرند و از فرزندان انتظار ندارند تا به خواسته های والدین عمل کنند.

نتایج نشان داد که بین گفت و شنود و سازگاری دانش آموزان رابطه مستقیم معنادار و بین همنوایی با سازگاری دانش آموزان رابطه معکوس وجود دارد. همچنین نتایج تحلیل واریانس گفت و شنود به صورت مستقیم، شادکامی دانش آموزان را پیش بینی نمود و همنوایی قادر به پیش بینی معنادار شادکامی نبود. در تبیین این نتایج می توان بیان نمود که سازگاری توانایی در استفاده از پتانسیل ها و مهارت ها را در شرایط گوناگون، کارآیی شخصی و زمینه بافت یا شرایط موجود در رویارویی با مشکلات ناشی از روابط بین فردی، را عامل ارتباطات موثر و مطلوب و در نهایت سازگاری کارآمد می دانند به عقیده آنها زمانی که شخص در شرایط گوناگون و در مشکلات ناشی از روابط بین فردی قرار می گیرد، اگر توانایی لازم در استفاده از پتانسیل ها و مهارت هایش را داشته باشد (سهرابی و سامانی، ۱۳۹۱).

منابع فارسی

- احدی، ح و جمهری، ف. (۱۳۸۶). روانشناسی رشد (نوجوانی و بزرگسالی). انتشارات پردیس، چاپ چهارم، ص ۱۴۸.
- احدی، ح، محسنی، ن (۱۳۸۷). "روانشناسی رشد". چاپ دوم. تهران: نشر بنیاد.
- احمدی، پروین، خادمی، عزت و فتاحی بیات، صدیقه (۱۳۸۸). بررسی آثار فن آوری ارتباطی جدید (اینترنت، بازی - های رایانه ای و ماهواره) بر تربیت اجتماعی، با تأکید بر سازگاری دانش آموزان سال دوم دبیرستان های تهران. اندیشه - های نوین تربیت، دوره ی ۵، شماره ی ۳، صفحات: ۳۶-۹.
- ادیب، یوسف (۱۳۸۵). بررسی میزان دستیابی نوجوانان ایرانی به مهارت های زندگی. فصلنامه ی علمی - پژوهشی روان شناسی تبریز، سال اول، شماره ی ۴، ۲۵-۲.
- ادیبی، شهاب الدین (۱۳۸۲). روان شناسی ارتباط والدین با فرزندان: روش های کاربردی تربیت کودک، نوجوان و جوان. اصفهان: چهارباغ.
- آذربایجانی، مسعود، سالاری فر، محمدرضا، عباسی، اکبر، کاویانی، محمد و موسوی اصل، سیدمهدی (۱۳۸۲). روان - شناسی اجتماعی با نگرش به منابع اسلامی. قم: انتشارات حوزه و دانشگاه.

آرمند، ع. (۱۳۸۷). تأثیر رفتار والدین در پیشرفت تحصیلی کودکان، مجله تحقیقات تربیتی، دانشگاه تربیت معلم، شماره ۳، سال چهارم، صص ۳۴-۴۸.

منابع انگلیسی

- ۱- <https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=۲۴۲۸۷۶>
- ۲- <http://jfr.sbu.ac.ir/article/view/۱۳۸۱۵>
- ۳- http://ppls.ui.ac.ir/article_۲۱۷۳۲.html
- ۴- http://ictedu.iausari.ac.ir/article_۲۷۵۰۶.html
- ۵- http://jep.atu.ac.ir/article_۳۶۶۶_۶۱a۶ffd۸b۱fa۳e۳۳d۹d۲۶۴۴۱d۷۷cc۵d۷.pdf
- ۶- http://jip.azad.ac.ir/article_۵۱۰۸۴۶_۲۵b۳۹۱cbe۷۵۵bd۹۳c۸e۰c۸f۶c۱ead۲۶۴.pdf