

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ



دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی

پایان نامه جهت اخذ مدرک کارشناسی ارشد

عنوان:

بررسی رابطه بین سبک‌های مقابله‌ای و خودآگاهی در نوجوانان

ناشنوای شهر تهران

استاد راهنما:

دکتر پرویز شریفی درآمدی

استاد مشاور:

دکتر حسن اسدزاده

پژوهشگر:

ایوب سبزی

پاییز ۱۳۹۲

تقدیم به پدر و مادر عزیز و مهربانم که هر چه دارم از خوبی آنهاست

شکر و قدردانی

بدینوسیله از زحمات، راهنمایی ها و مشاوره های دلسوزانه و مشفقانه استادان بزرگوار جناب آقای دکتر پرویز شیرینی در آمدی و

جناب آقای دکتر حسن اسدزاده نهایت شکر و قدردانی را می نمایم و همچنین از داوری های عالمانه سرکار خانم دکتر

فرنگیس کاظمی مراتب سپاس گزاری خود را اعلام می دارم.

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه سبک های مقابله^۱ با خودآگاهی^۲ در نوجوانان ناشنوا ۱۴ تا ۱۷ سال شهر تهران انجام شد. طرح پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی است. نمونه عبارت است از ۴۳ نفر از دانش آموزان ناشنوا مقطع متوسطه که در سال تحصیلی ۹۲ - ۱۳۹۱ مشغول به تحصیل بوده اند. این دانش آموزان با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای انتخاب گردیده اند. ابزار پژوهش عبارت است از پرسشنامه مقیاس مقابله نوجوانان^۳ (ACS) و آزمون خودشناسی^۴ (SCS). داده های جمع آوری شده با روش های آماری تحلیل واریانس چند راهه و آزمون بن فرنی مورد تحلیل قرار گرفتند. یافته های تحقیق نشان داد که بین سبک های مقابله و خودآگاهی در نوجوانان ناشنوا به طور کلی ارتباط معنی داری وجود دارد و سبک مقابله متغیری بسیار مهم برای پیش بینی خودآگاهی در افراد ناشنوا است. آگاهی و هوشیاری از محدودیت ها و فرصت ها به فرد ناشنوا اجازه می دهد که بتواند از سبک های مقابله ای موثر برای کنار آمدن با استرس های زندگی روزمره بهره جوید. خودآگاهی فرد بر بدن، ذهن و روابط به فرد اجازه می دهد تا با محیط خود تعامل سازنده ای داشته باشد.

1. Coping Styles

2. Self Consciousness

3. Adolescence Copng styles Scale

4. Self consciosness scale

فهرست مطالب

| صفحه | عنوان |
|------|----------------------------------|
| | فصل اول: چارچوب پژوهش |
| ۲ | مقدمه |
| ۲ | بیان مسئله |
| ۶ | اهمیت و ضرورت پژوهش |
| ۸ | فرضیه های تحقیق |
| ۸ | اهداف تحقیق |
| ۹ | تعاریف نظری |
| ۹ | تعاریف عملیاتی |
| ۱۰ | روش تحقیق |
| ۱۰ | ابزارهای تحقیق |
| ۱۱ | جامعه |
| ۱۱ | نمونه و روش نمونه گیری |
| ۱۱ | روش تجزیه و تحلیل داده ها |
| | فصل دوم: ادبیات و پیشینه ی پژوهش |
| ۱۳ | مقدمه |
| ۱۳ | نوجوانی |
| ۱۳ | تعریف دوره نوجوانی |

| | |
|----|--|
| ۱۵ | سن بلوغ و نوجوانی |
| ۱۵ | نوجوانی از دیدگاه صاحب نظران |
| ۱۶ | ناشوایی |
| ۱۶ | طبقه‌بندی کودکان و نوجوانان استثنایی |
| ۱۷ | اختلالات شنوایی |
| ۱۷ | تعاریف ناشنوا |
| ۱۹ | علل نقایص شنوایی |
| ۱۹ | ویژگی‌های افراد ناشنوا |
| ۱۹ | رشد شناختی |
| ۲۰ | ویژگی‌های روانی و اجتماعی |
| ۲۰ | سبک‌های مقابله‌ای |
| ۲۲ | دیدگاه‌های نظری سبک‌های مقابله‌ای |
| ۲۲ | نظریه‌ی فرایدنبرگ و لوئیس |
| ۲۴ | نظریه‌ی آنتولوفسکی |
| ۲۴ | نظریه‌ی بیلینگز و موس |
| ۲۵ | نظریه‌ی موس و اسکافر |
| ۲۵ | نظریه‌ی پاول و انرایت |
| ۲۵ | نظریه‌ی آلتمایر |
| ۲۶ | نظریه‌ی کرونه |
| ۲۶ | نظریه‌ی لازاروس و فولکمن |
| ۲۷ | کارکردهای مقابله |

| | |
|----|---|
| ۲۹ | انواع مقابله |
| ۳۶ | ارزیابی راهبردهای مقابله ای |
| ۳۷ | شناخت و مقابله |
| ۳۷ | خودآگاهی |
| ۳۹ | اجزای خودآگاهی |
| ۴۰ | شناخت ویژگی ها |
| ۴۲ | شناخت توانایی ها و مهارت های خود |
| ۴۳ | شناخت نقاط ضعف خود |
| ۴۳ | شناخت افکار خود |
| ۴۴ | شناخت باورها و ارزش های خود |
| ۴۵ | روش هایی برای دست یافتن به خودآگاهی |
| ۴۵ | پنجره ی جوهری |
| ۴۸ | مرور پیشینه ی پژوهشی |
| ۴۸ | پژوهش های داخلی |
| ۴۹ | پژوهش های خارجی |
| | فصل سوم: روش تحقیق |
| ۵۴ | جامعه و نمونه |
| ۵۴ | روش تحقیق |
| ۵۴ | ابزارهای تحقیق |
| | فصل چهارم: تجزیه و تحلیل آماری داده ها |
| ۵۷ | آمار توصیفی |

۵۹ فرضیه های تحقیق

۵۹ آمار استنباطی

فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

۶۷ بحث

۷۱ نتیجه گیری

۷۲ محدودیت ها

۷۲ پیشنهادات

۷۴ منابع

فصل اول

چارچوب تحقیق

امروزه بیش از هر زمانی مسئله‌ی معلولیت و کودکان معلول مورد توجه قرار گرفته است. در این میان هر روزه تحقیقات زیادی در زمینه‌ی معلولیت‌ها و کودکانی که دچار این معلولیت‌ها هستند انجام می‌گیرد. هدف این تحقیقات شناخت بهتر این پدیده و کمک به افراد دچار آن و خانواده آنان است. در این تحقیق تمرکز روی گروه نوجوانان ناشنوا است و سعی می‌شود تا رابطه دو مؤلفه‌ی خودآگاهی و سبک‌های مقابله‌ای در این گروه از نوجوانان مشخص شود، تعاریف هر کدام از مؤلفه‌ها در ادامه خواهد آمد.

بیان مسئله

ناشنوایی عبارت است از فقدان کامل یا بخشی از شنوایی به گونه‌ای که فرد مبتلا بدون سمعک نمی‌تواند گفتار انسان را بشنود. ناشنوایی نقصی است که به موجب آن فرد بیش از هفتاد دسی بل کمبود شنوایی دارد (ویلیامز^۱، ترجمه به پژوه و همکاران، ۱۳۸۶). اختلال شنوایی یک واژه عام است و نشانگر یک ناتوانی در شنیدن است و می‌تواند از لحاظ شدت از درجه خفیف تا عمیق گسترده شود (میلانی فر، ۱۳۸۰).

نوجوان ناشنوا به دلیل نقصی که دارد، طبیعتاً مانند یک فرد عادی نخواهد بود و ویژگی‌های خاص خود را خواهد داشت، چنین فردی بیشتر در معرض آسیب‌های روانی قرار داشته و حتی ثابت شده که خودکشی در ناشنویان بیشتر از نابینایان است (میلانی فر، ۱۳۷۴). از نظر زبان و تحول گفتار این افراد در حوزه‌های درک و فهم و تحول تولید گفتار بیش‌ترین آسیب را می‌بینند (شریفی درآمدی، ۱۳۹۱). از نظر سازش یافتگی اجتماعی، افراد ناشنوا «مشکلات زندگی» بیشتری دارند؛ مثلاً دستگیرشدگان، افرادی با مشکلات در ازدواج، شغلی و اجتماعی در میان آن‌ها نرخ بالاتری دارد (شریفی درآمدی، ۱۳۹۱). از نظر رشد شناختی یافته‌ها نشان داده اند که کودکان ناشنوا توانایی شناختی طبیعی دارند و افت تحصیلی آن‌ها، در واقع به دلیل اشکالاتی است که در خواندن و نوشتن دارند نه از هوش آن‌ها. از نظر رشد زبان، مشکلات این افراد بارزتر و عمیق‌تر می‌باشد، مشکلات موجود در زبان ابرازی آشکارتر از زبان دریافتی است (جوادیان، ۱۳۷۹).

در دوره نوجوانی موجود زنده انسانی در قلمرو بینابینی مرحله کودکی و بزرگسالی قرار گرفته است، درحالی که با فشارها و انتظارات هر دوره دست به گریبان است (احمدی و محسنی، ۱۳۸۴). این دوره، دوره‌ای پر از تغییر و چالش است که می‌تواند برای نوجوان استرس‌زا و دشوار باشد و تمام منابع بالقوه او را فراخواند. برای نوجوانانی که با تغییرات زیاد در جنبه‌های مختلف زندگی رو به رو هستند، مقابله موثر بسیار مهم است.

¹. Williams

سبک مقابله‌ای^۱ سازه‌ای است که با سلامت روانی ارتباط زیادی دارد. مقابله فرآیندی است که در آن افراد استرس‌های ناشی از عوامل استرس‌زا را کنترل می‌کنند و هیجانات منفی ایجادشده به وسیله این عوامل را تحت کنترل در می‌آورند، به عبارت دیگر مقابله تلاش شناختی هیجانی و رفتاری شخص برای کنترل رفتارهای بیرونی و درونی ویژه‌ای است که فرد را تهدید می‌کند یا به مبارزه می‌طلبد.

لازاروس و فولکمن (۱۹۸۴) معتقدند که مقابله عبارت است از مجموعه کوشش‌های شناختی و رفتاری برای غلبه بر مطالبات بیرونی و درونی که به نظر فرد انرژی بر و فراتر از منابع موجود اوست. به نظر لازاروس، مقابله، یک متغیر میانجی بین وقایع منفی زندگی و سلامت روانی است. بین متخصصین توافق نظر کلی وجود دارد که مقابله کافی در این دوره تحولی، نتایج مثبتی را در آینده به همراه دارد، از جمله مشکلات رفتاری کمتر، عزت نفس بالاتر، علائم افسردگی کمتر و سازگاری مثبت با نوجوانی. مقابله در نوجوانان به شیوه‌های مختلفی مفهوم‌پردازی و اندازه‌گیری شده است. اگرچه نظام‌های طبقه‌بندی متفاوتی برای مقوله‌بندی انواع مقابله در نوجوانان مورد استفاده قرار گرفته، در تحقیقات مختلف دو بعد کلی مقابله در نوجوانان شناسایی شده است: راهبردهای گرایشی و اجتنابی، راهبردهای گرایشی که «کوشش‌های مستقیم نیز نامیده شده‌اند و شامل حفظ کنترل، مقابله مسئله‌مدار. راهبردهای اجتنابی شامل تلاش‌هایی است برای فرار از مسئله‌ی ایجاد شده و یا به طور کلی نادیده گرفتن آن به منظور حفظ آرامش روانی که با به وجود آمدن مسئله به خطر افتاده است.

اندلر^۲ و پارکر^۳ (۱۹۹۰) سه نوع سبک مقابله‌ای را مطرح کرده‌اند که عبارت‌اند از: ۱. سبک مقابله مسئله‌مدار ۲. سبک مقابله هیجان‌مدار ۳. سبک مقابله اجتنابی.

در سبک مقابله مسئله‌مدار، تمرکز فرد بر مسئله است و سعی در حل آن دارد. در این سبک فرد به جمع‌آوری اطلاعات مربوط به حادثه فشارزا می‌پردازد، درباره آن فکر می‌کند، منابعی را که از آن برخوردار است ارزیابی می‌کند و برای استفاده از منابع در دسترس خود طرح و برنامه‌ای آماده می‌کند. مقابله هیجان‌مدار بر کنترل هیجانات و واکنش‌های عاطفی تاکید می‌کند. افراد در این سبک مقابله، هیجانی برخورد می‌کنند و با گریه کردن، عصبانی شدن و فریاد زدن با فشار روانی مقابله می‌کنند.

در سبک مقابله‌ای اجتنابی، فرد سعی در تغییرات شناختی و دور شدن از واقعیت فشارآور دارد و با فاصله گرفتن از مشکل، اقدام به فرار و اجتناب کرده و برای دریافت حمایت عاطفی تلاش می‌کند. در این حالت فرد به دنبال برگرداندن آرامش به‌هم‌خورده‌ای است که به خاطر موقعیت فشار

1. Coping Styles

2. Endler

3. Parker

زا، به وجود آمده است و کوشش می کند تا خود را از آشفتگی های موجود و پریشانی برهاند. (کلینکه، ۱۹۹۹؛ ایرلند و همکاران؛ زیدنر^۱ و اندلر، ۱۹۹۶).

دیدگاه دیگری که در مورد سبک های مقابله وجود دارد نظریه ی لوئیس^۲ و فرایدنبرگ^۳ است، این دو محقق با الهام گرفتن از کارهای لازاروس و فولکمن و با تاکید بر گروه سنی نوجوانان نظریه ی خود را توسعه داده اند. در این پژوهش با توجه به گروه مورد بررسی که نوجوانان است از این نظریه و ابزارهای سنجش مربوط به آن استفاده شده است. از نظر لوئیس و فرایدنبرگ (۱۹۹۳)، سبک های مقابله ای با تکیه بر تعریف لازاروس و با تاکید بر دوران نوجوانی، سه نوع هستند: ۱. سبک مقابله کارآمد: فرد درحالی که خوشبین، سالم، آرام و در اجتماع است، بر روی حل مشکل کار می کند. ۲. سبک مقابله مراجعه به دیگران: شامل روی آوردن به دیگران (متخصصان، همسالان و یا نیروهای الهی) است. ۳. سبک مقابله ناکارآمد: این راهبرد ترکیبی از راهبردهای اجتنابی و ناکارآمد است و به طور تجربی با ناکارآمدی در کنار آمدن مشخص می شود. درباره ی این نظریه در فصل دوم توضیحات کامل ارائه خواهد شد.

مورین^۴ (۲۰۰۴) خودآگاهی^۵ را ظرفیت فرد برای توجه به خود تعریف کرده است. وی بر آن است که خودآگاهی زمانی حاصل می شود که فرد نه تنها بر محیط خارجی، بلکه بر درون خود معطوف شود. لری^۶ و باترمور^۷ (۲۰۰۴)، خودآگاهی را توانایی تفکر هشیارانه در مورد «خود» توصیف کرده اند. این مفهوم به عنوان یک هدف مطلوب در حوزه دین، فلسفه و روان درمانی مورد توجه قرار گرفته است. از نظر سبنگ^۸ (۲۰۰۶) خودآگاهی ادراک درست و واقع بینانه از علایق، ارزش های، مهارت ها، محدودیت ها و رجحان های زندگی شخص است. روشات^۹ (۲۰۰۳) بیان می کند که انسان طی فرایند رشد و تحول شخصیت، درباره ویژگی ها و حالت های خود به آگاهی دست می یابد. افزون بر این، به تدریج در می یابد که دیگران نیز به او آگاه هستند. همراه با این آگاهی دوسویه، احساس ها و عواطفی شکل می گیرند که ممکن است خوشایند یا ناخوشایند باشند.

طی دهه های اخیر، نظریه پردازان شناختی بر این عقیده بوده اند که خودآگاهی سازه ای چند بعدی است (سیلویا^{۱۰} و دوال^{۱۱}، ۲۰۰۱). یافته های پژوهشی نیز حاکی از آن بوده اند که خودآگاهی متشکل از سه بعد خودآگاهی خصوصی، خودآگاهی عمومی و اضطراب اجتماعی است (ریلو^{۱۲}

1. Zeidner
2. Lewis
3. Frydenberg
4. Morin
5. Self Concioussness
6. Larry
7. Buttermore
8. Singh
9. Rochat
10. Silvia
11. Duval
12. Realo

و الیک^۱، ۱۹۹۸). خودآگاهی یعنی آگاهی یافتن از اجزای وجود خود و شناخت آن‌ها، شناخت اجزایی همچون خصوصیات جسمانی، احساسات، افکار و باورها، ارزش‌ها، اهداف، گفت و گوهای درونی و نقاط قوت و ضعف خود؛ به عبارت دیگر، این که شما از نظر جسمانی چه ویژگی‌هایی دارید؟ از نظر عاطفی در چه شرایطی هستید؟ آیا عموماً گوشه‌گیر و منزوی هستید یا شلوغ و پر سر و صدا؟ چگونه به دنیا نگاه می‌کنید؟ چه افکار و باورهایی بر ذهن شما حاکم است؟ چه اهدافی را در زندگی دنبال می‌کنید؟ چه نقاط قوت و ضعف و یا چه ویژگی‌هایی دارید؟ و بسیاری دیگر از این موارد همگی جزو «خود» شماست. آگاهی یافتن از خود و ویژگی‌های آن یک مهارت است و واداشتن خویشتن و نگرستن به خود، اولین قدم جهت آشنایی نزدیک با جنبه‌های مثبت و منفی «خود» محسوب می‌شود. واضح است که هرچه تداوم و تعمق این توجه بیشتر باشد، امکان خود ارزیابی صحیح و انتخاب مسیرهای واقع‌بینانه در زندگی نیز بیشتر بوده و تحقق این دو هدف در زندگی منجر به احساس رضایت می‌شود و اساس زندگی هر فرد بر آن بنیاد شده است. به همین دلیل این نکته در کتاب‌های مختلف به اشکال متفاوت بیان شده که نوع خودآگاهی فرد پیش‌بینی کننده احساس رضایت او از خود و زندگی است و راضی نبودن از خود نشانه‌ای است که به فرد هشدار می‌دهد که نیازمند تغییر است و پایه‌های این تغییر باید بر روی چگونگی شناخت از خود پی ریزی شود (امامی نائینی، ۱۳۸۷). یافته‌های پژوهشی نیز تاکید نموده‌اند که سازه‌ی خودآگاهی مشتمل بر سه جزء است:

الف) خودآگاهی خصوصی: عبارت است از تمایل به تفکر و توجه به اندیشه‌ها، احساس‌ها و انگیزه‌های درونی و فردی؛

ب) خودآگاهی عمومی: که معطوف است بر آگاهی کلی در مورد خود، به عنوان فردی اجتماعی و آن گونه که دیگران او را در می‌یابند؛

ج) اضطراب اجتماعی: که توصیف کننده نگرانی و پریشانی فرد از قرار داشتن در حضور دیگران و میل به تنهایی است (فستینگستین^۲، شیر^۳ و باس^۴، ۱۹۷۵).

با توجه به تحقیقات اندک موجود و پیامدهای آن و هدف تحقیق که بررسی رابطه خودآگاهی با سبک‌های مقابله‌ای در نوجوانان ناشنوا است، مسئله اصلی در تحقیق حاضر عبارت است از این که آیا بین خودآگاهی و سبک‌های مقابله در افراد ناشنوا رابطه‌ای وجود دارد یا خیر؟

1. Allik
2. Festingstein
3. Scheier
4. Buss

اهمیت و ضرورت پژوهش

دوره نوجوانی دوره مهمی از زندگی هر فرد بوده و بسیاری از رفتارها و تجارب برای اولین بار در این مرحله بروز پیدا می‌کنند، لذا این مرحله می‌تواند تأثیر زیادی بر رفتارها و زندگی آینده فرد بگذارد، این اهمیت به خصوص در نوجوانان ناشنوا که دارای معلولیت هستند نمود بیشتری پیدا خواهد کرد، لذا بررسی خصوصیات و مشکلات این گروه به خودی خود دارای اهمیت بسیار بوده و از آنجا که قدم اول برای حل مسائل و مشکلات شناخت آنها است می‌تواند به حل مسائل و مشکلات این گروه از نوجوانان کمک شایانی نماید.

همان طور که قبلاً بیان شد سبک مقابله‌ای رابطه تنگاتنگی با سلامت روانی داشته و تأثیرات آن روی زندگی فرد غیرقابل انکار است. گرچه هر تغییری چه بزرگ و چه کوچک، فشار را به شمار می‌رود و فرد را وادار به مقابله می‌کند، اما این فشارها همیشه بد و ناخوشایند نیستند. چگونگی رویارویی با این شرایط و راهبردهایی که فرد برای رویارویی با آنها بر می‌گزیند، بخشی از نیم‌رخ آسیب‌پذیری وی شمرده می‌شوند. درحالی‌که بهره‌گیری از راهبرد نامناسب در رویارویی با عوامل فشار را می‌تواند موجب افزایش مشکلات گردد، به کارگیری راهبردهای درست مقابله می‌تواند دستاوردهای مثبتی در پی داشته باشد. (داعی پور، ۱۳۷۸)

در نهایت با توجه به نیازی که محقق در زمینه‌ی کودکان ناشنوا احساس می‌کرد و اینکه کارهای پژوهشی زیادی در این زمینه یعنی خصوصیات روحی و روانی نوجوانان ناشنوا و مشکلاتی که ممکن است این افراد با توجه به معلولیتی که دارند با آن مواجه شوند انجام نشده است محقق تصمیم گرفت که کاری هرچند کوچک در این زمینه انجام دهد. با تجربیاتی که حاصل ۷ سال آموزگاری در مدارس استثنایی و به ویژه ناشنوا موجود بود خصوصیات روانی این دانش‌آموزان بررسی شد و محقق دریافت که در زمینه‌ی حاضر یعنی سبک‌های مقابله و خودآگاهی هیچ پژوهشی در داخل ثبت نشده که این نشان از بی‌توجهی محققین به مقوله‌ی خصوصیات روحی و روانی افراد ناشنوا است. لذا این پژوهش سعی دارد تا آغازگر راهی باشد که در آن به گروه افراد ناشنوا و خصوصیات و مشکلاتی که این افراد در جامعه با آن مواجه هستند توجه بیشتری شده و کارهای پژوهشی بیشتری انجام شود. نیازی به تذکر نیست که برای کمک به هر قشری از افراد باید ابتدا خصوصیات روحی و روانی و مشکلاتی که پیش روی آنان است شناخته شود که لازمه‌ی این شناخت تحقیق و پژوهش است.

مفهوم مقابله از دهه‌های گذشته به طور رسمی در حوزه روانشناسی مطرح شده است و طی سال‌های اخیر مطالعات زیادی در خصوص فرایند مقابله و انواع سبک‌های مقابله‌ای انجام شده است. پژوهش‌های اخیر نشان داده‌اند که نوع راهبرد مقابله‌ای مورد استفاده فرد نه تنها سلامت روانی، بلکه

بهبودی جسمانی وی را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد. (ایرلند^۱ و همکاران، ۲۰۰۵؛ زیدنر و اندلر، ۱۹۹۶). مطالعات متعددی رابطه سبک‌های مقابله‌ای را با مشکلات دوران نوجوانی تأیید کرده‌اند، از جمله:

بررسی رابطه سبک‌های مقابله‌ای و سلامت روانی در دانش‌آموزان دبیرستانی (گودرزی، معینی رودبالی، ۱۳۸۵). در این پژوهش مشخص شده که پیش گرفتن سبک‌های مقابله‌ای ناکارآمد می‌تواند سلامت روانی نوجوانان را به خطر اندازد.

در پژوهش دیگری با عنوان مقایسه راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های شخصیتی در دانشجویان افسرده و غیر افسرده (فرزین راد، اصغر نژاد، یکه یزدان دوست، حبیبی عسگر آباد، ۱۳۸۸) مشخص شد که بین راهبردهای مقابله و ویژگی‌های شخصیتی روان نژندی، برونگرایی و باز بودن به تجربه‌ها و افسردگی رابطه وجود دارد.

در مورد خودآگاهی نیز می‌توان گفت که نقش آن در سلامت روان و سازگاری او با محیط خود و همچنین اعتماد به نفسش روشن است.

طی دو دهه اخیر بیش از پیش به نقش خودآگاهی در بهداشت روانی توجه شده است. برخی از محققان بر آنند که خودآگاهی پیامدهای منفی برای بهداشت روانی فرد دارد. نتایج مطالعات آنان نشان داده است که اشتغال فکری با شکست‌ها و محرومیت‌ها به ویژه هنگامی که توأم با احساس نگرانی از حضور در کنار دیگران باشد منجر به استمرار و تشدید افسردگی می‌گردد. (نالن-هاکسما^۲، ۱۹۹۰؛ هاکسما و گرگاس^۳، ۱۹۹۴؛ پیزنسکی^۴ و گرینبرگ^۵، ۱۹۸۷)

نتایج پژوهش‌های اخیر حاکی از آن بوده است که شدت و وضوح خودآگاهی در تعامل با ماهیت افکار، عواطف و باورها به ویژه میزان احساس نوسیدی و نیز ارزشی که فرد برای خود، به عنوان یکی از اعضای اجتماع قائل است، می‌تواند به طرق مختلف بر بهداشت روانی فرد تأثیر بگذارد (سیمون^۶ و هارتر^۷، ۱۹۹۸).

مهورزیدک و حاتمی (۱۳۸۹)، در پژوهشی تأیید نموده‌اند که آموزش مهارت خودآگاهی به عنوان یک روش پیشگیرانه اولیه، در افزایش اعتمادبه‌نفس و کنترل هیجان موثر است.

در پژوهشی دیگر با عنوان بررسی تأثیر خودآگاهی بر اختلالات روابط بین فردی در دانشجویان، گزارش شد که آموزش خودآگاهی باعث کاهش اختلالات روابط بین فردی در دانشجویان می‌گردد (لطیفیان و سیف، ۱۳۸۶).

1 . Ireland
2 . Nolen - Hoeksema
3 . Girgus
4 . Pyszinsky
5 . Greenberg
6 . Simon
7 . Harter

آنچه گفته شد تا حدودی ضرورت کاربردی بررسی مسئله را مشخص می‌نماید اما نکته ای دیگر که باید مورد توجه قرار گیرد، کمبود تحقیقات و پژوهش‌ها در این مورد است، خصوصاً در گروهی که در این تحقیق مورد توجه قرار خواهد گرفت، گروه ناشنوا.

این گروه به دلیل مسائل و مشکلاتی که در ارتباط و تکلم دارند طبیعتاً مشکلات شخصیتی و روانشناختی نیز در آنها بیشتر مورد انتظار خواهد بود، با این حال تحقیقات کمی در مورد سبک‌های مقابله‌ای و خودآگاهی و رابطه آنها با هم در این گروه انجام شده است، در واقع چیزی که می‌توان گفت این است که تا کنون تحقیقی با این مشخصات دقیق کار نشده است.

فرضیه های تحقیق

فرضیه اصلی:

بین خودآگاهی و سبک‌های مقابله‌ای در نوجوانان ناشنوا رابطه وجود دارد

فرضیه های فرعی:

۱. بین سبک‌های مقابله‌ای و خودآگاهی خصوصی در نوجوانان ناشنوا رابطه وجود دارد.

۲. بین سبک‌های مقابله‌ای و خودآگاهی عمومی در نوجوانان ناشنوا رابطه وجود دارد.

۳. بین سبک‌های مقابله‌ای و اضطراب اجتماعی در نوجوانان ناشنوا رابطه وجود دارد.

اهداف تحقیق

- تعیین رابطه بین خودآگاهی و سبک‌های مقابله‌ای در نوجوانان ناشنوا؛
- تعیین رابطه بین سبک‌های مقابله‌ای و خودآگاهی خصوصی در نوجوانان ناشنوا؛
- تعیین رابطه بین سبک‌های مقابله‌ای و خودآگاهی عمومی در نوجوانان ناشنوا؛
- تعیین رابطه بین سبک‌های مقابله‌ای و اضطراب اجتماعی در نوجوانان ناشنوا.

تعاریف نظری

سبک های مقابله‌ای: لازاروس و فولکمن (۱۹۸۴) معتقد اند که مقابله عبارت است از مجموعه کوشش های روانشناختی و رفتاری برای غلبه بر مطالبات محیط بیرونی و ردونی که به نظر فرد انرژی بر و فراتر از منابع موجود اوست (آنشل^۱ و همکاران، ۲۰۰۸)؛ یعنی تلاش هایی که برای کنترل و اداره کردن موقعیت هایی که به نظر خطرناک و تنش زا هستند، به عمل می آید (لازاروس و همکاران، ۱۹۹۳. ترجمه لطفی، ۱۳۷۶).

مهارت های خودآگاهی: یکی از مهارت های زندگی است. این مهارت به افراد کمک می کند تا بتوانند شناختا بیشتری از خود، خصوصیات، نیازها، خواسته ها، اهداف، نقاط ضعف، نقاط قوت، احساسات، ارزش و هویت خود داشته باشند (نوری، ۱۳۸۹).

ناشناوا: بنا به تعریفی که قانون آموزش افراد معلول ارائه می دهد، افراد ناشنوا افرادی هستند که نقایص شنوایشان آنقدر شدید است که فرد در پردازش اطلاعات زبانی از طریق شنوایی، با و بدون سمعک ناتوان بوده و قادر به برقراری ارتباط و یادگیری نیستند (هاردمن^۲ و همکاران، ۱۹۹۵؛ به نقل از شریفی درآمدی، ۱۳۸۱).

دانش آموز ناشنوا: دانش آموزی که حتی با استفاده از سمعک، شنوایی کافی و مناسب ندارد و نمی تواند از برنامه معمولی مدرسه استفاده کند (سیف نراقی و نادری؛ ۱۳۸۶).

نوجوانی: دوره ی گذر از دوران کودکی به دوران بزرگسالی، دوران نوجوانی نامیده می شود که تقریباً از دوازده سالگی آغاز شده و در سال های آخر دهه ی دوم عمر یعنی بیست سالگی به پایان می رسد (هیلگارد^۳ و اتکینسون^۴، ۱۹۸۳، ترجمه براهنی، ۱۳۸۶).

تعاریف عملیاتی

نوجوان ناشنوا: فردی که سنش بین ۱۲ تا ۱۸ سال بوده و کمبود شنوایی او بیش از ۹۰ دسی بل باشد.

سبک مقابله کارآمد: مجموع نمراتی که فرد در مقیاس راهبردهای مقابله‌ای نوجوانان (ACS) از خرده مقیاس های تفریحات فیزیکی، جستجوی حمایت اجتماعی، تمرکز بر حل مشکل، تقویت رابطه با دوستان، کوشش جهت حفظ تعلق خاطر، سخت کوشی و موفقیت و تمرکز بر جنبه‌های مثبت به دست می آورد.

سبک مقابله مراجعه به دیگران: مجموع نمراتی که فرد از خرده مقیاس های جستجوی حمایت اجتماعی، اقدام اجتماعی، جستجوی حمایت معنوی و جستجوی کمک حرفه ای در پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای نوجوانان (ACS) کسب می کند.

1 . Anshel
2 . Hardman
3 . Hilgard
4 . Atkinson

سبک مقابله ناکارآمد: مجموع نمراتی که فرد از خرده مقیاس های نگرانی، کوشش جهت حفظ تعلق خاطر، کاهش تنش، کنار نیامدن، نادیده گرفتن مشکل، سرزنش خود، خودداری و تفکر آرزومندانه در پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای نوجوانان (ACS) کسب می کند.

خودآگاهی خصوصی: نمره ای که فرد با پاسخ دادن به سوالات مربوطه در مقیاس خودشناسی (SCS) کسب می کند (سوالات ۱، ۳، ۵، ۷، ۹، ۱۳، ۱۵، ۱۷، ۲۰ و ۲۲)

خودآگاهی عمومی: نمره ای که فرد در مقیاس خودشناسی (SCS) با پاسخ دادن به سوالات ۲، ۶، ۱۱، ۱۴، ۱۶، ۱۹ و ۲۱ کسب می کند.

اضطراب اجتماعی: نمره ای که از جمع زدن نمرات آزمودنی در سوال های ۴، ۸، ۱۰، ۱۲*، ۱۸ و ۲۳ در مقیاس خودشناسی (SCS) بدست می آید.

روش تحقیق

با توجه به اینکه در این پژوهش قصد داریم رابطه ی بین چند متغیر را بررسی نماییم و همچنین تحقیق پس از واقعه بوده و آزمایشی نیست روش تحقیق توصیفی از نوع همبستگی است.

ابزارهای تحقیق

الف) پرسشنامه «مقیاس مقابله نوجوانان»^۱ (ACS)

این پرسشنامه توسط فرایدنبرگ و لوئیس با تکیه بر نظریه لازاروس برای ارزیابی رفتارهای مقابله‌ای نوجوانان تهیه شده که ۸۰ ماده داشته و هجده نوع راهبرد را اندازه گیری می کند. این راهبردها در سه نوع سبک مقابله‌ای دسته بندی می شوند که جنبه کارآمدی یا ناکارآمدی مقابله را نشان می دهند. در نهایت این پرسشنامه سبک های مقابله در نوجوانان را به سه دسته ی کارآمد، مراجعه به دیگران و ناکارآمد تقسیم می کند.

ب) آزمون خودشناسی^۲ (SCS)

این آزمون در سال ۱۹۷۵ توسط فنیگستین، شیر و باس ساخته شده است. این مقیاس شامل ۲۴ پرسش است و پاسخ به پرسش های آن، با استفاده از مقیاس ۵ بخشی از نوع لایکرت از بسیار موافقم تا بسیار مخالفم صورت می گیرد.

در نهایت و براساس نمره ای که آزمودنی از آن کسب می کند، سه متغیر را بر حسب میزان آن‌ها تعیین خواهد کرد: خودآگاهی خصوصی، خودآگاهی عمومی و اضطراب اجتماعی.

^۱ . Adolescence Copying Styles Scale

^۲ . Self Consciousness Scale

کلیه دانش آموزان ناشنوای رده سنی ۱۴ تا ۱۷ سال شهر تهران

نمونه و روش نمونه گیری

نمونه عبارت است از دانش آموزان ناشنوای هنرستان سید جمال الدین اسدآبادی که بالغ بر ۴۳ نفر می باشند. روش نمونه گیری در این تحقیق تصادفی خوشه ای است، بدین ترتیب که ابتدا ۷ منطقه ی تهران که دارای مراکز آموزشی متوسطه ی ناشنوا هستند را انتخاب کرده و سپس از میان آن ها یک هنرستان استثنایی ناشنوایان را به صورت تصادفی از میان لیست موجود انتخاب می کنیم. این مناطق عبارتند از مناطق ۲، ۶، ۹، ۱۵، ۱۶، ۴ و ۱۲. در نهایت منطقه ی ۶ انتخاب شده و هنرستان سید جمال الدین اسدآبادی که تنها هنرستان این منطقه بود به عنوان نمونه ی آماری انتخاب شد.

روش تجزیه و تحلیل داده ها

برای تجزیه و تحلیل داده ها از روش های آماری تحلیل واریانس چند راهه (MANOVA) و آزمون بن فرنی استفاده می شود.