

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



صورتجلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد (M.A)

نام و نام خانوادگی دانشجو: سهیلا رجایی چالستری در تاریخ ۸۹/۶/۱۵ رشته: مشاوره
از پایان نامه خود با عنوان:

بررسی قدرت پیش بینی کنندگی انسجام و انعطاف پذیری خانواده بر عزت نفس و شادکامی
فرزندان در دانش آموزان دختر دوره متوسطه شهر شیراز
با درجه
ونمره
دفاع نموده است.

نام و نام خانوادگی اعضای هیات داورى سمت امضاء اعضای هیات داورى

۱ - دکتر سهیلا جاهدى استاد راهنما

۲ - دکتر ژاله رفاهى استاد مشاور

۳ - دکتر سیامک سامانى استاد داور

مراتب فوق مورد تایید است . مدیر/معاونت پژوهشى

مهر و امضاء



دانشگاه آزاد اسلامی

واحد مرودشت

دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

گروه راهنمایی و مشاوره

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد M.A.

گرایش (مشاوره)

عنوان:

**بررسی قدرت پیش بینی کنندگی انسجام و انعطاف پذیری خانواده
بر عزت نفس و شادکامی فرزندان در دانش آموزان دختر دوره متوسطه
شهر شیراز**

استاد راهنما:

دکتر سهیلا جاهدی

استاد مشاور:

دکتر ژاله رفاهی

نگارش:

سهیلا رجائی چالستری

تابستان ۱۳۸۹

تقدیم به :

سمرزینم ایران

تقدیم به :

پدر و مادرم

بزرگوارانی که در پهنه بیکران محبت آن عزیزان زندگی ام معنی و مفهوم یافت .

به پاس تمام مهرورزیها ، رنجها و شکیبایی اشان

تقدیر و تشکر :

سپاس و ستایش خدای را که عشق به آموختن را در انسان ودیعه نهاد .

به نام ایزد دانا و هستی بخش ، آن که حضورش محسوس است و یاری گر جسم و جان. شکرگذار هستم که در این راه یاری ام نمود .

اکنون که این پژوهش به زیور چاپ آراسته می گردد ، بر خود لازم می دانم تا والاترین مراتب سپاس خویش را به محضر استادان فرزانه ای که در طول تحصیل افتخار شاگردی آنان را داشته ، اعلام دارم و از زحمات سروران و عزیزانی که در این مطالعه رهنمایم بودند ، سپاسگذاری نمایم .

در ابتدا از استاد راهنمای ارجمندم سرکار خانم دکتر جاهدی تشکر می کنم که رهنمودهای ارزشمندشان چراغ راهم بود .

سپاس و درود خود را به سرکار خانم دکتر رفاهی تقدیم می کنم که بسیار از او آموختم . یاری و حسن نیت ایشان را در دوران تحصیل حس کردم و از نظرات سازنده ایشان در طرح اولیه پایان نامه ام بهره مند شدم .

برادر ارجمندم که کمک های فکری ایشان راهگشای من بود و از خواهرم که همراهی شان به من امید و انرژی می داد ، سپاسگزاری می کنم .

در انتها با درود و سپاس برای تمامی عزیزانی که در انجام مراحل مختلف این پژوهش یاری ام نمودند، امید دارم که شادی و موفقیت با زندگی اشان توأم باشد .

چکیده

این پژوهش به دنبال پاسخگویی به این سؤال بوده است که آیا انسجام و انعطاف پذیری خانواده قدرت پیش بینی عزت نفس و شادکامی فرزندان را دارد. بدین منظور، در قالب طرح پژوهشی از نوع همبستگی، ۳۰۳ نفر از دانش آموزان دختر دوره ی متوسطه شهر شیراز، با روش نمونه گیری خوشه ای تصادفی چند مرحله ای انتخاب شدند و به پرسشنامه های انسجام خانوادگی، انعطاف پذیری مثبت، عزت نفس کوپر اسمیت و مقیاس شادکامی آکسفورد پاسخ دادند.

یافته ها با استفاده از روش های آماری ضریب همبستگی و تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان بررسی شد. نتایج پژوهش نشان داد که انسجام خانوادگی از قدرت پیش بینی کنندگی مثبت و معناداری برای هر دو متغیر ملاک، عزت نفس ($p < 0/05$) و شادکامی ($p < 0/05$) برخوردار بود. همچنین، بین عزت نفس و شادکامی رابطه مثبت و معنا داری ($p < 0/01$) وجود داشت.

نتایج این پژوهش لزوم تدوین برنامه های آموزشی را برای خانواده ها روشن تر ساخت. کلید واژه ها:

انسجام خانوادگی، انعطاف پذیری خانواده، عزت نفس، شادکامی، فرزند

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

فصل اول : کلیات پژوهش

۲	مقدمه
۷	۱-۱ بیان مسأله
۱۰	۱-۲ اهمیت تحقیق
۱۳	۱-۳ اهداف پژوهش
۱۳	۱-۴ سوال های پژوهش
۱۴	۱-۵ تعریف متغیرها

فصل دوم : ادبیات و پیشینه تحقیق

۱۷	مقدمه
۱۸	۱-۲ تأثیر خانواده بر رشد مفهوم خود
۱۹	۱-۱-۲ نظریه سیستمهای خانوادگی
۱۹	۱-۲-۲ دیدگاه بافت نگر
۲۰	۱-۲-۳ نظریه سیستمهای بوم شناختی
۲۱	۱-۲-۴ مدل مدور ترکیبی السون
۳۰	۲-۲ عزت نفس
۳۰	۱-۲-۲ مفهوم عزت نفس
۳۳	۲-۲-۲ رویکردهای نظری عزت نفس
۴۰	۲-۲-۳ ابعاد عزت نفس
۴۱	۲-۲-۴ عوامل مؤثر بر عزت نفس
۴۲	۳-۲ شادکامی
۴۲	۱-۳-۲ دور نمای شادمانی در روانشناسی
۴۴	۲-۳-۲ تعریف نظری شادمانی
۴۶	۳-۳-۲ نظریه های شادکامی
۴۹	۴-۳-۲ ساختار و مؤلفه های شادکامی
۵۰	۵-۳-۲ عوامل مؤثر بر شادکامی
۵۴	۴-۲ پیشینه تحقیق
۵۴	۱-۴-۲ مطالعات انجام شده در ایران

۶۰.....	۲-۴-۲ مطالعات انجام شده در خارج از کشور
۷۱.....	۳-۴-۲ جمع بندی و نتیجه گیری
	فصل سوم : روش پژوهش
۷۵.....	مقدمه.....
۷۵.....	۱-۳ طرح پژوهش
۷۵.....	۲-۳ جامعه آماری
۷۶.....	۳-۳ نمونه و روش نمونه گیری
۷۶.....	۴-۳ ابزار پژوهش
۷۶.....	۱-۴-۳ پرسشنامه انسجام خانوادگی
۷۷.....	۲-۴-۳ پرسشنامه انعطاف پذیری
۷۸.....	۳-۴-۳ پرسشنامه عزت نفس
۸۰.....	۴-۴-۳ پرسشنامه شادکامی
۸۴.....	۵-۴-۳ پرسشنامه عوامل دموگرافیک
۸۷.....	۵-۳ نحوه اجرای آزمون
۸۸.....	۶-۳ روش تجزیه و تحلیل اطلاعات
	فصل چهارم : تجزیه و تحلیل داده ها
۹۰.....	مقدمه
۹۰.....	۱-۴ آمار توصیفی
۹۴.....	۲-۴ آمار استنباطی
	فصل پنجم : بحث و نتیجه گیری
۹۸.....	مقدمه
۹۹.....	۱-۵ بحث و نتیجه گیری
۱۰۴.....	۲-۵ محدودیت های پژوهش
۱۰۴.....	۳-۵ پیشنهادها
۱۰۴.....	۱-۳-۵ پیشنهادهای کاربردی
۱۰۵.....	۲-۳-۵ پیشنهادهای پژوهشی
۱۰۶.....	منابع فارسی
۱۱۵.....	منابع انگلیسی
	پیوست ها
	چکیده انگلیسی

فهرست جدول ها و نمودارها

- شکل (۱-۲) مدل نظری مرحله ی بلسکای و همکاران ۱۹
- شکل (۲-۲) مدل مدور ترکیبی اقتباس از السون (۱۹۹۹) ۲۸
- جدول (۱-۳) پایایی پرسشنامه انسجام خانوادگی ۷۷
- جدول (۲-۳) پایایی پرسشنامه انعطاف پذیری ۷۸
- جدول (۳-۳) پایایی پرسشنامه عزت نفس ۸۰
- جدول (۴-۳) پایایی پرسشنامه شادکامی ۸۴
- نمودار (۱-۳) توزیع درصد پاسخگویان بر اساس سن ۸۵
- جدول (۵-۳) توزیع فراوانی درصد پاسخگویان بر اساس تحصیلات والدین ۸۵
- نمودار (۲-۳) توزیع درصد پاسخگویان بر اساس شغل پدر ۸۶
- نمودار (۳-۳) توزیع درصد پاسخگویان بر اساس شغل مادر ۸۷
- نمودار (۱-۴) توزیع فراوانی درصد سطوح انسجام خانواده ۹۱
- نمودار (۲-۴) توزیع فراوانی درصد سطوح انعطاف خانواده ۹۱
- جدول (۱-۴) شاخص های آمار توصیفی ۹۲
- جدول (۲-۴) ماتریس همبستگی پیرسون ۹۳
- جدول (۳-۴) رگرسیون برای بررسی رابطه انسجام و انعطاف پذیری خانواده با عزت نفس ۹۴
- جدول (۴-۴) رگرسیون رابطه انسجام و انعطاف پذیری خانواده با شادکامی ۹۵
- جدول (۵-۴) ضریب همبستگی پیرسون بین عزت نفس و شادکامی ۹۶

فصل اول

کلیات پژوهش

مقدمه

نقش و موقعیت نهاد خانواده به عنوان هسته اولیه و اساسی تشکیل جامعه از دیر باز مورد توجه جامعه شناسان ، روان شناسان و متخصصان علوم رفتاری و اجتماعی قرار گرفته است. این نقش با گذشت هزاران سال از عمر آن نه تنها اهمیت خویش را از دست نداده است، بلکه روز به روز بر معرفت بشری در کشف و میزان و ابعاد اهمیت نهاد خانواده افزون گردیده است .

خانواده یک نظام اجتماعی و طبیعی است که شرایط و مشخصات خاص خود را دارد. اصول و قواعدی که نظام خانواده ابداع می کند، نقش های متنوع اعضای آن را تعیین می نماید. از این رو ، خانواده چیزی بیش از مجموعه افرادی است که در یک محیط مادی و روانی به سر می برند (گلدنبرگ و گلدنبرگ، ترجمه: حسین شاهی براواتی و همکاران، ۱۳۸۵).

طبق نظر مینوچین^۱ (۱۹۷۴) " خانواده رحمی است که فرد در آن شکل می گیرد و زمینه ای است که در آن زندگی فرد نمایش داده می شود و فرد در آن اولین تجارب خود را در ارتباط با روابط بین فردی تجربه می کند " (نقل از عراقی، ۱۳۸۷).

خانواده سالم ، سیستمی باز است که اعضای آن در عین حال که از روابط عاطفی گرمی باهم برخوردارند، هویت فردی خود را حفظ می کنند. در این گونه خانواده ها، عشق به صورت نامشروط می باشد

^۱ . Minuchin

و اعضا پذیرای یکدیگر هستند، آستانه تحمل خانواده در برابر کشمکش و استرس بالاست و به هنگام نیاز در صدد یاری و خواهان آن می باشند (والش^۱، ۱۹۸۲. به نقل از شفیعی سروستانی، ۱۳۸۴).

رابین تپر^۲ (۱۹۹۵) عقیده دارد که تربیت موثر مستلزم سه چیز است:

(۱)ارتباط : برقراری رابطه عاطفی و اصولی با فرزند

(۲)مقررات : تعیین حدود منصفانه و ثابت برای رفتار فرزند

(۳)حمایت از استقلال روحی : مجوز دادن به فرزند جهت تجربه ی افکار و عواطف خود،

ارزش گذاری و ابراز آن ها (اسنایدرمن^۳ و استریپ^۴، ۲۰۰۲، ترجمه کرمی ، ۱۳۸۶).

بدون شک خانواده هم کانون محبت و هم مرکز انضباط و اقتدار است. کارکرد خانواده نیز

پدیده ای بسیار پیچیده است که به شیوه های مختلف سنجش و ارزیابی می شود.

بدین ترتیب ، دیدگاه سیستم های خانواده بر این باور است که افراد را از طریق ارزیابی تعاملهایی

که بین اعضای خانواده صورت می گیرد بهتر می توان شناخت ، رشد و رفتار یک عضو خانواده به طور

جدایی ناپذیری با افراد دیگر خانواده ارتباط متقابل دارند (کری^۵، ۱۹۳۷، ترجمه محمدی، ۱۳۸۱).

السون^۶ (۱۹۹۳) مدل خود را بر اساس رویکرد سیستمی مطرح نمود. وی از ترکیب بعد انسجام و

انعطاف پذیری، ۱۶ گونه خانواده را از هم جدا می سازد. خانواده های متعادل در اطراف نقاط میانی دو

بعد انسجام و انعطاف پذیری خانواده قرار دارند.

انسجام (پیوستگی)، انعطاف پذیری و ارتباط از ابعاد اساسی الگو می باشند. منظور از انسجام^۷ ، پیوند

و تعهد عاطفی است که اعضای خانواده نسبت به یکدیگر دارند و شامل مولفه هایی از قبیل رابطه عاطفی ،

تعامل خانوادگی، روابط پدر و مادر، رابطه فرزند و والدین، میزان تعامل به لحاظ زمان و مکان، نوع دوست و

علاق و نهایتاً به نحوه گذران اوقات فراغت می باشد (السون، ۱۹۹۳).

1 . Walsh

2 . Robin Tepper

3 . Snyderman

4 . Stteep

5 . Corey

6 . Olson

7 . cohesion

پیوستگی، چهار سطح متفاوت را در بر می‌گیرد که عبارت انداز: رها شده (خیلی پایین)، جدا شده (پایین تا متوسط)، پیوسته (متوسط تا بالا) و در هم تنیده (خیلی بالا). فرض بر این است که کنش مطلوب و بهینه یک سیستم با سطوح متعادل و مرکزی پیوستگی (جدا شده و پیوسته) همراه می‌شود. سطوح نا متعادل یا افراطی و گسسته و در هم تنیده، عموماً در روابط مشکل ساز خانواده‌ها طی مدت زمان طولانی مشاهده می‌گردد (السون، ۱۹۸۹).

انعطاف پذیری^۱ به میزان تغییر پذیری در نقشها، قوانین، کنترل و انضباط خانواده اشاره دارد. در این بعد، تاکید روی ثبات در مقابل تغییرات است. در صورت انعطاف پذیری در خانواده، مدیریت خانواده به صورت دموکراتیک می‌باشد و حالت استبدادی کمتر به خود می‌گیرد، همه اعضای خانواده در تصمیم‌گیریها شرکت می‌کنند (السون، ۱۹۹۹).

چهار سطح انعطاف پذیری عبارتند از: انعطاف ناپذیر (خیلی پایین)، ساخت یافته (پایین تا متوسط)، منعطف (متوسط تا بالا) و آشفته (بسیار بالا). دو سطح آشفته و انعطاف ناپذیر مشکل ساز هستند و دو بعد دیگر متعادل تلقی می‌شوند. (السون، ۲۰۰۰).

بعد سوم در این الگو، ارتباط^۲ است. این بعد کلید اصلی یک خانواده خوب یا از هم پاشیده است، دو ویژگی ارتباطات در خانواده عبارت است از: ارتباط مثبت و قدردانی و محبت.

به این ترتیب نیاز به عزت نفس، از جمله نیازهای طبیعی بشر است. نیازی که اساساً زاده زندگی اجتماعی و ارزشهای آن است. خانه مکانی است که نخستین روابط اجتماعی با والدین در آن تجربه می‌شود.

خانواده و جامعه کلاً استانداردهایی را برقرار می‌سازند که افراد بر اساس آن‌ها خود را ارزیابی می‌کنند. ارزیابی خود، فرآیندی روانی و مستمر است. «ارزش خود» و یا اعتماد به نفس، طبق سلسله مراتب نیازهای مزلو، از جمله نیازهای اساسی انسان است. انسان نیاز دارد که احساس کند، شایسته،

^۱ . adaptability

^۲ . communication

لایق ، مفید و با ارزش است. در نتیجه، اعتماد به نفس به توسعه و حفظ مفهوم خود بستگی دارد. ارزشی که هر فردی احساس می کند، عامل مهمی در تکامل روانی- اجتماعی و شکل گیری انگیزه های او دارد (گیسون^۱ ، ۱۹۸۰ ، نقل از ارسطوی ایرانی، ۱۳۸۶).

ماریون^۲ (۱۹۵۵) معتقد است که عزت نفس دارای سه نشانه مهم و اساسی است که عبارتند از حس ارزشمندی ، کنترل و شایستگی. منظور از « حس ارزشمندی» این است که کودک خود را دوست بدارد و احساس کند که برای دیگران مهم و با ارزش است (سلحشور، ۱۳۷۸).

احساس عزت نفس در اثر نیاز به نظر مثبت به وجود می آید. نیاز به نظر مثبت دیگران شامل بازخوردها، طرز برخورد گرم و محبت آمیز، احترام، صمیمیت، پذیرش و مهربانی از طرف اطرافیان می شود (فتحی، ۱۳۸۳).

نظریه پردازان شخصیت نظیر آدلر^۳ (۱۹۵۸) ، برادشا^۴ (۱۹۸۸) ، اریکسون^۵ (۱۹۶۸) ، مزلو^۶ (۱۹۶۸) ، راجرز^۷ (۱۹۵۱) و ستیر^۸ (۱۹۸۸) همگی بر این عقیده اند که داشتن احساس خود ارزشمندی نقش اساسی در رشد سالم شخص دارد. این نظریه پردازان در این زمینه اتفاق نظر دارند که زندگی سالم روانی تنها در سایه ی احساس ارزش خود مثبت شکل می گیرد و این که احساس خود ارزشمندی قوی و رشد یافته خواسته و مطلوب انسان است . نهایت این که پژوهش ها نشان داده اند که احساس خود ارزشمندی بالا از بهترین پیش نشانه های شادمانی و رضایت شخصی است (میرز^۹ ، ۱۹۹۲) و کاملاً منطقی به نظر می رسد که احساس خود ارزشمندی پایین با احساس غمگینی، دل مردگی و عدم توجه به سلامت جسمانی رابطه ی مستقیم دارد (غنی آبادی ، ۱۳۸۰).

1 . Gibson
2 .Marion
3 .Adler
4 .Bradshaw
5 .Erikson
6 .Maslow
7 .Rogers
8 . Satir
9 .Meyers

آیزنک^۱ (۱۹۹۰)، ترجمه فیروزبخت و بیگی، (۱۳۷۵) شادکامی را مجموع لذت ها، منهای درد ها و ترکیبی از حداکثر عاطفه مثبت به اضافه حداقل عاطفه منفی معرفی می کند. به نظر او، افرادی که در معیارهای شادمانی نمره بالا می آورند، عموماً افرادی شاد، خوشبین و سالم و از این که وجود دارند راضی هستند، زندگی را با ارزش می دانند و با جهان در صلح و تفاهم هستند و برعکس، کسانی که نمره آنها کم می شود از نظر شخصیتی بد بین، غمگین و مأیوس بوده و با جهان در تضاد هستند (نقل از کشاورز، ۱۳۸۷).

شادی مفهوم گسترده ای است و دارای دو مؤلفه شناختی و عاطفی می باشد. مؤلفه عاطفی به معنی توازن لذت (توازن بین عاطفه خوشایند و ناخوشایند) و مؤلفه شناختی به معنی رضایت از زندگی (ارزیابی فرد از زندگی بر طبق استانداردهای ذهنی اش) است (داینر^۲، ۲۰۰۰).

از دیدگاه علوم رفتاری و روان شناسی، وضعیت روانی، جسمانی و نحوه تجربه به درد یا شادی از آرایش ذهنی، روانی و سبک اندیشه ما نشأت می گیرد. شیوه تفکر ما است که کیفیت زندگی ما را تعیین می کند (برخوری، ۱۳۸۷).

براندن^۳ در کتاب خود «روانشناسی عزت نفس» می گوید: ارزش عزت نفس صرفاً در این نیست که به ما امکان می دهد احساس بهتری داشته باشیم، بلکه به ما فرصتی می دهد تا بهتر زندگی کنیم به ما امکان می دهد با چالشهای زندگی بهتر رو به رو شویم و از فرصتهای مطلوب بهره برداری بیشتری کنیم. وقتی از عزت نفس خوب برخوردار باشیم، شادی نیروی محرکه ماست. ترس نیست که ما را به حرکت در می آورد. این شادی است که می خواهیم آن را تجربه کنیم، نه رنج و محنت که از آن گریزانیم.

1. Eysenk
2. Diner
3. Branden

۱-۱- بیان مسأله

خانواده، یک سازمان اجتماعی است که روابط میان اعضای آن مهم ترین عنصر شکل دهنده به این سازمان است. نوع روابطی که میان اعضای هر خانواده حاکم است، فضایی ایجاد می کند که در آن عواطف، احساسات، افکار و رفتارها، زاده می شوند و متقابلاً بر روابط موجود در خانواده اثر می گذارند (احمدی، ۱۳۸۳).

عزت نفس یکی از زیر بناهای اساسی، ساختار شخصیت است و رضایت افراد از زندگی شدیداً به احساسات آن ها در مورد میزان ارزش خویش بستگی دارد.

احساس ارزش داشتن فقط در محیطی می تواند شکوفا شود که در آن به تفاوت های فردی ارزش داده شود و اشتباهات اغماض شود. تبادل، آشکار بوده و قوانین قابل انعطاف وجود داشته باشد، با توجه به این که در خانواده های آشفته شرایط لازم برای رشد سالم وجود ندارد بنابراین افراد آن، هم احساس بی ارزشی می کنند و فاقد عزت نفس هستند (موسوی، ۱۳۸۰).

مشکلات بسیاری از اشخاص ارتباطی مستقیم با احساس خود ارزشمندی رشد نیافته ی آنان دارد. برای مثال می توان به کمروبی، خجالت، ترس از ابراز وجود، ترس از برقراری ارتباط و یا ایجاد صمیمیت با دیگران و عدم تمایل به مشارکت و حضور در زندگی، که همگی نمادی از احساس خود ارزشمندی پایین در شخص مبتلا هستند، اشاره کرد (غنی آبادی، ۱۳۸۰).

بنابراین ایجاد احساس ارزشمندی یا عزت نفس در فرزندان از مهمترین کارکردهای خانواده برای پرورش افراد سالم است. از میان عوامل مهم تاثیر گذار بر عزت نفس، دو بعد حمایت و کنترل بر شکل گیری و رشد عزت نفس حائز اهمیت ویژه ای است. چون ارزیابی های نوجوان از خودش بر مبنای ارزیابی های « دیگران مهم » و یا ادراک نوجوان از ارزیابی های آنها شکل می گیرد (کولی^۱، ۱۹۰۲، به نقل از حسینی، ۱۳۸۰).

^۱ . Coley

تحقیقات کوپر اسمیت^۱ (۱۹۶۷ به نقل از بیابانگرد، ۱۳۷۶) در ارتباط با عوامل شکل دهنده عزت نفس مبین این است که شیوه فرزند پروری عامل کلیدی در رشد عزت نفس می باشد. به اعتقاد گیکس^۲ و اسچوالب^۳ (۱۹۸۶) حمایت والدین باعث افزایش احساس خود ارزشمندی و عزت نفس در نوجوانان به ویژه دختران می گردد (نیک کردار، ۱۳۸۴).

راتر^۴ (۱۹۸۸ به نقل از تیلور^۵، ۱۹۹۸) معتقد است که روابط خانوادگی مطلوب با عزت نفس بالا و ارتباطات مثبت و دوستان در نوجوانی مرتبط است (رحیمی، ۱۳۸۶).

همه والدین دوست دارند فرزندشان شاد باشند. شادی مقوله ای درونی است که با عشق و امنیت همراه است، بنابراین کودکی که عشق و محبت بدون قید و شرط والدین را دریافت می کند و به اندیشه و احساساتش بها داده می شود، به تدریج خود نیز می پذیرد که ویژگی ارزشمندی دارد. تصویر ذهنی مثبت که از خود داریم مهمترین عامل در تأمین شادکامی و موفقیت ما در زندگی است.

شاد زیستن، شادمانه از زندگی لذت بردن، حق هر انسانی است. چنان که باس^۶ (۲۰۰۲) نیز معتقد است که شادکامی اهمیت عمده ای در زندگی دارد و انگیزه اصلی افراد در همه زمانها چگونگی دستیابی، حفظ و ارتقا آن است.

بر اساس دیدگاه و پژوهش های مختلف، عزت نفس در سلامت روان به ویژه در دوره ی کودکی و نوجوانی نقشی اساسی دارد و یکی از مهمترین پیش بینی کننده های شادکامی است. در خصوص تأثیر عزت نفس بر سازگاری کلی و حالات هیجانی فرنهام^۷ و چنگ^۸ (۲۰۰۰) بیان می کنند که عزت نفس پایین به طور معناداری با شادمانی پایین در ارتباط است.

1 . Cooper smith
2 . Gecas
3 . Schwalbe
4 . Rater
5 . Taylor
6 . Bus
7 . Furnham
8 . Cheng

مطالعات گوناگون نیز نشان داده اند که شادمانی به عنوان سپری در مقابل استرس عمل می کند و افراد شاد فعال تر و کارآمدتر از دیگران عمل می کنند (آرگیل^۱، ۲۰۰۱).

راجرز (۱۹۵۴)، بامریند^۲ (۱۹۶۷) تأکید دارند که فرزندان والدین مقتدر بسیار خوب پرورش می یابند، شاد و سرحال اند، در تسلط یابی بر تکالیف جدید اعتماد به نفس داشته و خود گردان هستند (نقل از نیک کردار، ۱۳۸۴).

همچنین الیس^۳ (۱۹۸۶) اشاره می کند که اگر مهار والدینی از نظر نوجوان منطقی به نظر رسد و در یک فضای گرم و صمیمی انجام شود مشکلی ایجاد نمی شود ولی اگر مهار با بی عاطفگی همراه باشد ممکن است رفتارهای ضد اجتماعی نوجوان را افزایش دهد. اکثریت نوجوانان و جوانانی که مرتکب رفتارهای بزهکارانه می شوند، جهانی به شدت بی عاطفه، سرد، طرد کننده و غیر قابل تحمل را تجربه می کنند (نقل از سهرابی و حسنی، ۱۳۸۶).

بنابراین رشد یافتن در یک محیط گرم و صمیمی به طور مثبتی با رشد روانی سالم در طول دوران نوجوانی مرتبط است (گروتوانت^۴ و کوپر^۵، ۱۹۸۶).

با نگاه به آن چه گفته شد، نقش خانواده در شکل گیری ویژگی های عاطفی و شناختی فرزندان به ویژه دختران که سلامت آینده جامعه به سلامت روانی آنها بستگی دارد، به خوبی نمایان است. حال سؤال اساسی این است که آیا انسجام و انعطاف پذیری خانواده می تواند عزت نفس و شادکامی فرزندان دختر را پیش بینی کند؟

^۱ . Argyle
^۲ . Baurmind
^۳ . Ellis
^۴ . Grotvant
^۵ . Cooper

۲-۱ اهمیت و ضرورت تحقیق:

در خلال نوجوانی و پس از آن تجربه های خانوادگی به گونه ای مهم بر رشد فرد اثر می گذارند. جو عاطفی خانواده، روشی که والدین با آن فرزندان خویش را تربیت می کنند، فرصتها و انتظاراتی که زندگی خانوادگی بهنجار را ارائه می دهد، از آغاز زندگی وجود دارند و نفوذ شان را در نوجوانی ادامه داده و راه آینده زندگی نوجوانان را شکل می دهند (شهرآرای، ۱۳۸۴).

به اعتقاد سیلگمن^۱ (۱۹۹۹) همچنانکه کودکان از خود درکی پیدا می کنند و هویت خود را می یابند تلویحاً برای خصوصیات خود، ارزش منفی یا مثبت قائل می شوند. معمولاً این ارزیابی کودک از خودش عزت نفس او را تشکیل می دهد. لذا یکی از عوامل تأثیر گذار مهم در هویت یابی نوجوانان عزت نفس می باشد و یکی از عوامل مهم در ایجاد عزت نفس کودک، خانواده می باشد.

در دوران نوجوانی نیز گرچه تجربیات هیجانی توأم با تغییرات هورمونی، فیزیولوژی عصبی و شناختی منجر به تغییر شکل دلبستگی می شود، اما نوجوان هنوز به والدین و اطرافیان حمایتگر نیاز دارند، زیرا نوجوانی با تغییرات گوناگونی همراه است که ممکن است به عنوان چالش در نظر گرفته شده و نیازمند سازگاری باشند، نوجوانی که دلبستگی ایمن به والدین یا همسالان دارند خیلی راحت تر از نا ایمن ها با مسائل کنار آمده و سازگاری روانی - اجتماعی بهتری دارند. نوجوانی که دارای دلبستگی ایمن است دارای احساس هویت قوی تر، عزت نفس بیشتر و شایستگی اجتماعی و سازگاری هیجانی بهتری نسبت به نا ایمن ها می باشد (اینثورث^۲، ۱۹۸۹ به نقل از صحرا گرد، ۸۷).

دوره نوجوانی از حیث رشد عزت نفس یکی از بحرانی ترین دوره های زندگی است (آلاسکار^۳ و

اولو^۴، ۱۹۹۸).

۱ . Seligman
۲ . Ainsworth
۳ . Alasader
۴ . Olwer

نتایج پژوهش های انجام شده نشان داد که بیش از ۶۰ درصد از نوجوانان با عزت نفس پایین، گرفتار اضطراب و سردرگمی می باشند. با تأمین سلامت و آرامش روانی نوجوانان و افزایش عزت نفس او می توان از بروز بسیاری از مشکلات و آشفتگی های عاطفی و روانی سنین نوجوانی پیشگیری کرد (بوری^۱ و همکاران، ۱۹۹۴).

به عقیده کوپر اسمیت در این دوره است که نوجوان به هویت ثابتی دست می یابد و خودش را می شناسد به عنوان فردی هدف دار در زندگی که احساس ارزشمندی می کند از این رو دوره نوجوانی مناسب ترین زمان برای خودشناسی و کسب هویت است (بیابانگرد، ۸۲).

دیو^۲ و هابنر^۳ (۱۹۹۴) و گرین اسپون^۴ و ساکلوفسکی^۵ (۱۹۹۷) با بررسی مطالعات درباره ادراک شخصی افراد و خشنودی از زندگی نشان دادند که آن موضوع با پنج حوزه خانواده، دوستان، مدرسه، خویشتن و محیط زندگی ارتباط دارد (به نقل از امیدیان، ۱۳۸۶).

مکل^۶ و همکاران (۱۹۹۳) در مطالعه خود دریافتند کودکانی که ارتباط گرم و صمیمانه با والدین خود داشتند از احساس خود ارزشمندی بیشتری برخوردار بودند (نقل از درویزه، ۱۳۸۳).

بامریند (۱۹۹۱) بیان می دارد که در شیوه استبدادی ابراز وجود و استقلال فرزندان سرکوب میشود و فرزندان مضطرب گوشه گیر و نا شاد هستند (نقل از قره داغی، ۱۳۸۸).

فرزندان والدین مستبد، کمتر شاد هستند، موفقیت تحصیلی کمتری دارند و روابط شان با همسالان شان ضعیف است (علی زاده و آندرایس^۷، ۲۰۰۲).

1 . Buri
2 . Dew
3 . Hubner
4 . Greenspoon
5 . Saklofsk
6 . Machale
7 . Alizadeh & Andries