

الحمد لله
البرحمين

کلیه حقوق مادی مترتب بر نتایج مطالعات، ابتکارات و
نوآوری های ناشی از تحقیق موضوع این پایان نامه
متعلق به دانشگاه رازی است.



دانشکده علوم اجتماعی
گروه روان شناسی

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد رشته ی روان شناسی
گرایش عمومی

عنوان پایان نامه

رابطه سرسختی روان شناختی، استرس ادراک شده و حمایت اجتماعی
با سازگاری زناشویی

استاد راهنما:

دکتر سعید عسکری

استاد مشاور :

دکتر کامران یزدانبخش

نگارش:

جماله جوهری

اردیبهشت ۱۳۹۲

چکیده

هدف از اجرای این پژوهش مطالعه رابطه سرسختی روان شناختی، استرس ادراک شده و حمایت اجتماعی با سازگاری زناشویی است. جامعه آماری پژوهش تمام زوج های مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر کرمانشاه بود که با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس تعداد (۱۴۵) نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. برای گردآوری داده ها از مقیاس سرسختی روان شناختی اهواز، مقیاس سنجش استرس ادراک شده کوهن و همکاران، مقیاس حمایت اجتماعی ثامنی و مقیاس سازگاری زناشویی اسپانیر استفاده گردید. جهت تحلیل یافته ها افزون بر روش های آمار توصیفی از ضریب همبستگی پیرسون، آزمون t مستقل، تحلیل واریانس (ANOVA) و رگرسیون همزمان استفاده شد. نتایج نشان دادند که بین سرسختی روان شناختی با سازگاری زناشویی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. بین استرس ادراک شده با سازگاری زناشویی رابطه منفی معنادار وجود دارد. بین حمایت اجتماعی با سازگاری زناشویی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. نتایج تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که سرسختی روان شناختی، استرس ادراک شده و حمایت اجتماعی می توانند سازگاری زناشویی را پیش بینی کنند.

به طور کلی نتایج این پژوهش نشان داد که سازگاری زناشویی با سرسختی روان شناختی، استرس ادراک شده و حمایت اجتماعی رابطه معنادار دارد.

کلید واژه ها: سرسختی روان شناختی، استرس ادراک شده، حمایت اجتماعی، سازگاری زناشویی

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

فصل اول: کلیات پژوهش

۲	۱-۱ مقدمه
۵	۲-۱ بیان مسئله
۷	۳-۱ اهمیت نظری و عملی پژوهش
۸	۴-۱ اهداف پژوهش
۸	۱-۴-۱ هدف کلی
۸	۲-۴-۱ هدف اختصاصی
۹	۵-۱ فرضیه‌های پژوهش
۹	۶-۱ تعاریف واژه‌ها
۹	۱-۶-۱ تعاریف مفهومی واژه‌ها و اصطلاحات
۹	۲-۶-۱ تعاریف عملیاتی واژه‌ها و اصطلاحات

فصل دوم: ادبیات پژوهش

بخش اول: سازگاری زناشویی

۱۲	۱-۲ مقدمه
۱۲	۱-۱-۲ تعاریف مفهومی سازگاری زناشویی
۱۳	۲-۱-۲ مبانی سازگاری زناشویی
۱۴	۳-۱-۲ مؤلفه‌های سازگاری زناشویی

بخش دوم: سرسختی روان‌شناختی

۱۵	۲-۲ تعاریف مفهومی سرسختی روان‌شناختی
۱۸	۱-۲-۲ نظریه‌های زیربنایی سرسختی روان‌شناختی
	۲-۲-۲ مولفه‌های سرسختی روان‌شناختی از دیدگاه کوباسا
۱۹	۳-۲-۲ ویژگی‌های افراد سرسخت

- ۲۳ ۲-۲-۴- همبسته‌های سرسختی روان‌شناختی
- ۲۳ ۲-۲-۵ الگوی شخصیتی رفتار الف
- ۲۳ ۲-۲-۶ عزت نفس
- ۲۴ ۲-۲-۷ پایگاه مهارگری
- ۲۵ ۲-۲-۸ سرسختی روان‌شناختی و خودشکوفایی
- ۲۵ ۲-۲-۹ سرسختی روان‌شناختی و جنسیت
- ۲۵ ۲-۲-۱۰ اهمیت سرسختی روان‌شناختی

بخش سوم: استرس ادراک شده

- ۲۷ ۲-۳-۳ مقدمه
- ۲۷ ۲-۳-۱ تعاریف استرس و استرس ادراک شده
- ۲۸ ۲-۳-۲ مبانی استرس ادراک شده

بخش چهارم: حمایت اجتماعی

- ۳۰ ۲-۴-۴ تعاریف حمایت اجتماعی
- ۳۱ ۲-۴-۱ حمایت اجتماعی از دیدگاه‌های مختلف
- ۳۲ ۲-۴-۲ شیوه‌های ایجاد سیستم‌های حمایتی
- ۳۳ ۲-۴-۳ جنبه‌های درمانی حمایت اجتماعی
- ۳۳ ۲-۴-۴ منابع حمایت اجتماعی
- ۳۴ ۲-۴-۵ تفاوت‌های جنسیتی و حمایت اجتماعی
- ۳۴ ۲-۴-۶ تفاوت‌های فرهنگی و حمایت اجتماعی

بخش پنجم: پیشینه پژوهش

- ۳۵ ۲-۵-۱ پیشینه مربوط به سرسختی روان‌شناختی و سازگاری زناشویی
- ۳۹ ۲-۵-۲ پیشینه مربوط به استرس ادراک شده و سازگاری زناشویی
- ۴۰ ۲-۵-۳ پیشینه مربوط به حمایت اجتماعی و سازگاری زناشویی

فصل سوم: روش تحقیق

- ۴۳ ۳-۱ جامعه آماری
- ۴۳ ۳-۲ نمونه و روش‌های نمونه‌گیری
- ۴۳ ۳-۳ طرح پژوهش
- ۴۳ ۳-۴ ابزار اندازه‌گیری داده‌ها

۴۳	الف - پرسشنامه سرسختی روان شناختی
۴۳	ب - پرسشنامه استرس ادراک شده
۴۴	ج - پرسشنامه حمایت اجتماعی
۴۴	د - پرسشنامه سازگاری زناشویی
۴۵	۳-۵ روش اجرای پژوهش
۴۵	۳-۶ روش تحلیل آماری

فصل چهارم: یافته های پژوهش

۴۷	۴-۱ تحلیل داده ها
۴۷	۴-۲ یافته های توصیفی
۴۹	۴-۳ یافته های مرتبط با فرضیه های تحقیق
۵۱	۴-۴ یافته های جانبی

فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

۵۵	۵-۱ بررسی فرضیه های پژوهش
۵۷	۵-۲ بررسی افته های جانبی
۵۹	۵-۳ محدودیت های پژوهش
۶۰	۵-۴ پیشنهادات
۶۱	ضمایم
۷۱	منابع
۸۲	چکیده انگلیسی

فصل اول

کلیات پژوهش

۱-۱ مقدمه

خانواده کانون مهر، محبت و تربیت و مبنای شکل گیری زندگی اجتماعی انسان هاست. سنگ بنای خانواده با ازدواج گذاشته می شود. ازدواج در کنار تولد و مرگ، یکی از سه حادثه مهم زندگی است. تولد بدون اطلاع و اراده مولود اتفاق می افتد. مرگ هم تا حد زیادی خارج از کنترل افراد است. اما ازدواج در این میان تنها حادثه ای است که امکان انتخاب در آن وجود دارد. ازدواج را از دو جنبه اصلی آن یعنی کیفیت و پایداری آن بررسی می کنند. کیفیت ازدواج ناظر بر چگونگی شکل گیری رابطه زوجی است و پایداری بیان گر حفظ رابطه زوجی در گذر زمان است. ازدواج حتی اگر با عالی ترین کیفیت هم شکل گیرد نمی تواند تضمین کننده حفظ پایداری و سازگاری آن در گذر زمان باشد (بنی اسدی، ۱۳۸۱).

آن چه در خانواده و یگانگی زن و مرد نقشی بیشتر برعهده دارد سازگاری زناشویی است. به همین دلیل بررسی مسئله سازگاری زناشویی از جهات گوناگون چه ابعاد فردی و چه ابعاد اجتماعی امری مهم است. در بعد فردی این مسئله مهم است چرا که اگر یک زوج در روابطشان با یکدیگر نتوانند به یک توافق نسبی و در نتیجه سازگاری دست یابند، کارکردهای خانواده مختل می شود و شاید تنها راه حل آن جدایی باشد که این راه حل نیز پیامدهای منفی بسیاری برای هریک از زوج ها و فرزندان آنان در پی خواهد داشت. در بعد اجتماعی نیز این مسئله اهمیتی ویژه دارد زیرا اگر خانواده که کوچک ترین واحد اجتماعی است دچار درگیری و آسیب شود بر کل جامعه تاثیر می گذارد و سلامت جامعه را با مخاطره روبرو می کند (معین؛ غیائی و مسموعی، ۱۳۹۰).

هر جامعه ای برای تداوم و بقای خود نیاز به حفظ و بسط ارزش های خود در قالب خانواده دارد. در این بین مشکلات زناشویی می تواند باعث ناسازگاری هایی در زندگی افراد شود و به اعضای خانواده آسیب برساند. فرایند سازگاری و ناسازگاری زناشویی را می توان خطی پیوسته، طولانی و مدرج تصور کرد که هر نقطه از آن، منعکس کننده درجه خاصی از سازگاری است. نپ در نظریه خود با عنوان "چرخه ی حیات روابط انسانی" تحلیل عمیقی از مراحل آزمودن و پایان دادن یک رابطه مطرح می کند (گل پرور؛ طاهری زاده، اسماعیلی، ۱۳۹۰).

هم چنین سرسختی روان شناختی و ویژگی شناخته شده ای است که اخیراً توجه صاحب نظران زیادی را به خود جلب کرده است. سرسختی روان شناختی نیز مقوله ای است که اگر چه قدمتی طولانی ندارد، اما یک ویژگی شخصیتی بسیار بارز و مهم می باشد که سهم به سزایی در شناخت انسان به عنوان موجود مختار و

ارزشمند داشته است. این ویژگی از انسان فردی کارآمد و توانا می‌سازد که می‌تواند حتی در بحرانی‌ترین شرایط و تنش‌آورترین موقعیت‌ها به مقابله‌ای منطقی و معقولانه و کار ساز دست بزند و کماکان روان و جسم خود را حفظ نماید (کوباسا^۱، ۱۹۷۹). سرسختی از جمله نظام باور‌هایی است که نقش بنیادی در کیفیت زندگی آدمی داشته و ایجاد تعادل بین ابعاد مختلف آن را به عهده دارد (بیاضی، ۱۳۷۶؛ نقل از ملک‌زاده، ۱۳۸۷). نظام باورها در ما از یک سو سبب بهبود رفتار، افزایش سلامتی، رضایت خاطر در زندگی و خشنودی و ارتباط کیفیت زندگی می‌شود و از سوی دیگر به نظر می‌رسد بسیاری از مشکلاتی که افراد در زندگی با آن مواجه شده و تجربه می‌کنند منتج از این باورهاست. نظام باورهای افراد، تاثیر گسترده‌ای در ایجاد تعادل بین ابعاد مختلف زندگی می‌گذارد و به عنوان یک الگوی رفتاری، آدمی را قادر می‌سازد تا بر ایندهای دلخواه را گسترش دهد و از برآیندهای ناخواسته اجتناب کند (بندورا^۲، ۲۰۰۱).

در واقع سرسختی روان‌شناختی را یک انگیزش و عامل درونی هدایت می‌کند و به همین جهت از ثبات و پایداری زیادی برخوردار است (کوباسا، ۱۹۷۹). وجود این سازه، فرد را در شرایط سخت پیش می‌برد و او را یاری می‌دهد تا وقایع تهدید آمیز را با موفقیت بیشتری پشت سر بگذارد. لذا سرسختی، توانایی درک درست شرایط بیرونی و قابلیت تصمیم‌گیری مطلوب در مورد خویش است (جمهری، ۱۳۸۰). این افراد با جستجو در محیط اطراف خود به دنبال یافتن منابعی برای کمک به کاهش استرس در زندگی هستند تا موجب کنار آمدن موثر و بهتر آنان با شرایط موجود شود و با تکیه بر انعطاف‌پذیری موجود در شخصیت، موجب کاهش ترس‌های درونی در موقعیت‌های جدید می‌شود (کوباسا، ۱۹۷۹؛ مدی^۳ و کوهن^۴، ۱۹۹۸). افراد سرسخت، حوادث زندگی را کمتر استرس‌زا می‌دانند (واتسون^۵ و موریس، ۲۰۰۰) و با این حوادث بهتر سازگار می‌شوند (بیاضی، ۱۳۷۶). از نظر کوباسا (۱۹۸۲) سرسختی روان‌شناختی یک ویژگی شخصیتی است که به عنوان منبع و سپر محافظ عمل می‌کند (مهرابی‌زاده؛ نجاریان و بحرینی، ۱۳۷۹).

استرس مفهومی است که طی دهه گذشته توجه بسیاری رادر زمینه تحقیقات زناشویی به خود معطوف داشته است. تحقیقات نشان می‌دهد که استرس نقش مهمی در کیفیت و ثبات روابط نزدیک و تهدیدی برای رضایت زناشویی و دوام آن است. تحقیقات انجام شده مبتنی بر مدل‌های نظری از استرس در روابط نزدیک، مخصوصاً مدل استرس خانواده است (هیل^۶، ۱۹۵۸).

استرس کنش‌وری فرد رادر قلمرو اجتماعی، روان‌شناختی، جسمانی و خانوادگی دچار اختلال می‌کند. نارضایی حرفه‌ای، تنزل سطح قضاوت و کندی زمان واکنش را در پی دارد؛ بر اساس ایجاد تغییرات روان‌شناختی مانند افزایش تحریک‌پذیری، اضطراب، تنش، حالت عصبی و ناتوانی در مهار خود، روابط

1 Kobasa
2 Bandura
3 Maddi
4 Cohen
5 Watson
6 Hill

اجتماعی و خانوادگی را مختل می‌کند؛ در ایفای نقش حرفه‌ای یا والدینی ضعف و سستی به وجود می‌آورد؛ با تضعیف سیستم ایمنی بدن، فرد را مستعد ابتلا به بیماری‌ها می‌سازد؛ کار آمدی فرد را قبل و بعد از بروز بیماری کاهش می‌دهد و به افزایش بار استرس کسانی که باید این غیبت‌ها و کم‌کاری‌ها را جبران کنند منجر می‌شود. همچنین تغییرات رفتاری نامطلوبی را ایجاد می‌کند و احتمال طلاق و خودکشی را افزایش می‌دهد (دادستان، ۱۳۷۷).

مطالعات متفاوت نشان می‌دهند حمایت اجتماعی نقش مهمی در حفظ سلامتی افراد بازی می‌کند و در کاهش آثار منفی استرس‌های فراوانی که از محیط و جامعه کسب می‌شود و به تبع آن بر کیفیت زندگی اثر مستقیم خواهد داشت، نقش دارد و آسیب‌پذیری فرد را نسبت به استرس، افسردگی و انواع بیماری‌های روانی و جسمانی کاهش می‌دهد (کالاگان^۱، ۱۹۹۳). در این راستا (اوریت و همکاران^۲، ۱۹۸۵) بر این باورند که فرد بر اساس تجارب پیشین ممکن است نتیجه‌گیری نماید که از حمایت اجتماعی برخوردار است یا خیر، و چنان‌چه پاسخ مثبت باشد، تعامل با شبکه اجتماعی افزایش یافته و اثر منفی رویدادهای زندگی کاهش می‌یابد.

۱-۲ بیان مساله

خانواده نخستین و مهمترین واحد زیستی انسانی در جوامع گوناگون بشری است. فضای عاطفی، ارزش‌های اساسی و چگونگی ارتباط‌های حاکم در خانواده بر نحوه شکل‌گیری استوانه‌های شخصیتی اعضای آن تاثیرهای ژرف و پایدار دارد. خانواده ضمن آنکه به عنوان یک نظام کنشی بسته از استقلال نسبی در برابر محیط پیرامونی برخوردار است، از ارتباط دایم و تاثیرپذیری متقابل با آن نیز به سر می‌برد. در دوران گذشته، تشکیل یک خانواده نوین، حلقه‌ای از دایره ارتباطی فراگیر، یعنی خانواده گسترده به شمار می‌رفت، اما خانواده هسته‌ای امروز، بر محور رابطه زوج‌ها استوار گردیده است و این زوج‌ها هستند که باید راهکارهای غلبه بر بحران را در فرایند گفتگو و ارائه راهکارهای عملی بیابند (پیرمادی، ۱۳۷۹).

یکی از مهم‌ترین عواملی که بر بقا و رشد خانواده اثر می‌گذارد، روابط سالم و تفاهم بین اعضا به خصوص زن و شوهر است. سازگاری زناشویی زیربنای عملکرد خوب خانوادگی، تسهیل نقش والدینی و رضایت بیشتر از زندگی می‌شود. از سویی دیگر وجود ناسازگاری در روابط زن و شوهر، علاوه بر ایجاد مشکل در موارد فوق، باعث اشکال در روابط اجتماعی، گرایش به انحرافات اجتماعی و اخلاقی و افول ارزش‌های فرهنگی در بین زوج‌ها می‌شود (محمدی؛ ۱۳۸۵، سینها و مکرچی؛ ۱۹۹۰، گاتمن؛ ۱۹۹۳، دورانا؛ ۱۹۹۷).

به طور کلی دودیدگاه اصلی در مورد سازگاری زناشویی وجود دارد، اولین دیدگاه علل درون فردی سازگاری را مطرح می‌کند که نظریه پردازان صفت^۳ و روان‌تحلیل‌گری بیشتر طرفدار آن هستند. بدین معنی

1 Callaghan

2 Orit &etal

3 Trail

که ویژگی‌های شخصیتی شریک ازدواج^۱ باعث همسانی پایدار و رضامندی دو جانبه یا ناپایداری همراه با نارضایتی می‌شود. دیدگاه دوم به مسایل بین فردی توجه دارد و این دیدگاه در بین روان درمانگران رفتارگرا، محبوبیت و جاذبه بیشتری دارد. بر اساس این دیدگاه مشکل اصلی زوج‌های مساله دار^۲ به نارسایی در کارکرد زوج‌ها بر می‌گردد. بدین صورت که رفتارها به جای پاداش بیشتر تنبیه به دنبال دارند. درحقیقت همسران آشفته، در مهارت‌های اجتماعی اساسی خود ضعف دارند و در تماس با همسر خود، کنش‌ها و واکنش‌های رفتاری منفی زیادی نشان می‌دهند پرل من^۳.

در این میان پژوهش‌های گوناگون در جهت شناسایی عوامل موثر بر سازگاری و ناسازگاری زوج‌ها صورت گرفته است (فورس والسون^۴ 2005؛ هلمن و همکاران^۵ ۱۹۹۱، برادباری و فینچام، ۲۰۰۰). بر این اساس، عوامل گوناگونی شناسایی شده اند که از بین آنها می‌توان به عوامل فردی، عوامل اجتماعی-فرهنگی، شرایط کنونی زندگی، عوامل ارتباطی دو جانبه و فرایندهای بین فردی اشاره کرد (احمدی؛ آشتیانی و نوابی، ۱۳۸۵).

امروزه آمار طلاق رو به افزایش است. به طوری که در آمریکا در سال ۱۹۵۶ از بین هر ۱۰۰۰ ازدواج ۲۵۹ طلاق به چشم می‌خورد و امروزه در آمریکا ۲/۱ از ۳/۲ ازدواج‌های سالانه به طلاق و جدایی منجر می‌شود. تعداد روابطی که با طلاق خاتمه یافته اند در چهل سال گذشته تقریباً سه برابر شده است. بسیاری از افراد جوان اولین ازدواج خود را تنها یک آزمایش برای کسب تجربه می‌دانند و از قبل، پایان ازدواج خود را جدایی در نظر می‌گیرند، اما با این حال ازدواج می‌کنند تا تجربه ای کسب کرده باشند. با توجه به این اگر عامل تعهد زوج‌ها به ازدواج، بچه‌ها، ثبات اقتصادی، پیمان معنوی یا عوامل اجتماعی نیست، پس چیست؟ طبق مطالعه طرح تحقیقات ملی ازدواج در سال ۲۰۰۱، امروزه اصلی ترین انگیزه ازدواج در جوانان، پیدا کردن شریکی برای گریز از تنهایی است. کسی که بتواند با او ارتباط روحی و عاطفی سرشار پیدا کند.

واقعیت آن است که اساس عملی ازدواج تا حد زیادی ناشناخته مانده است که این امر، تاسف آور است زیرا آمار فعلی در مورد بقای ازدواج‌ها بسیار تیره و تار به نظر می‌رسد. امروزه متارکه و طلاق پدیده ای بسیار رایج قلمداد شده و متارکه را یک راه مطمئن به سمت طلاق به جای مصالحه نشان می‌دهد. البته ممکن است از هم گسیختگی زناشویی، تنها با این رویدادهای منفی زندگی، رابطه نداشته و در واقع در بین قوی ترین پیش بینی‌های آن‌ها جای داشته باشد.

با توجه به اهمیت و نقش سازگاری در روابط بین زوج‌ها و افزایش کیفیت زندگی زناشویی، واز سویی باتوجه به نتایج پژوهش‌های مختلف در این باره، لزوم توجه و بررسی این متغیر در جهت کاهش تعارضات و مشکلات و بهبود و افزایش رضایت در روابط زناشویی احساس می‌گردد.

1 Partner marriage
2 Marriage disturbed
3 Perlman
4 Fowers & Olson
5 Holman & etal

۱-۳ اهمیت نظری و عملی پژوهش

خانواده پایه ای ترین تشکل اجتماعی و اصلی ترین جزء اجتماع است. دست یابی به جامعه سالم در گرو سلامت خانواده و خانواده سالم در گرو برخورداری افراد آن از سلامت روانی و داشتن ارتباط مطلوب با یکدیگر است. خانواده نظام اجتماعی منحصر به فردی است که عضویت در آن بر اساس مجموعه عوامل زیستی، قانونی، عاطفی و جغرافیایی - تاریخی شکل می گیرد (دنوان، ۱۹۹۹).

خانواده به عنوان یک گروه واحد اجتماعی دربرگیرنده ی بیش ترین، عمیق ترین و اساسی ترین مناسبات انسانی است که بر اساس ازدواج و زندگی زناشویی شکل می گیرد. روی هم رفته، ازدواج را می توان ارتباطی دانست که دارای تمامیت بی نظیر و گسترده ای است، ارتباطی که دارای ابعاد زیستی، عاطفی، روانی، اقتصادی و اجتماعی است (شیخ محسنی، ۱۳۸۵).

پیوند زناشویی به عنوان یکی از پیچیده ترین روابط انسانی واجد چنان توان بالقوه ای در آزادسازی احساسات است که کم تر روابط بین فردی دیگر را می توان نظیر آن یافت (شهیدی، ۱۳۸۰). تحقیقات هم چنین نشان می دهد که بیش از ۹۰٪ مردان و زنان دنیا لااقل در مقطعی از زندگی خود ازدواج می کنند. این درصد به طور قابل توجهی ثابت است (ثنایی، ۱۳۷۵). تفاوت ازدواج های شادکام و ناشاد را حداقل تا حدودی می بایست در پرتو شیوه ای تبیین کرد که طرفین به استرس پاسخ می دهند و یا با یکدیگر ارتباط برقرار می کنند (ساینگتون^۱، ۱۳۷۹).

بنا به گزارش جامعه شناسان و روان شناسان، در سال های اخیر احساس امنیت، آرامش و روابط صمیمانه میان زن و مرد به سستی گراییده است و خانواده به گونه ای فزاینده با نیروهای ویران گر روبه رو شده است (ستوده، ۱۳۷۹). ناسازگاری و عدم رضایت زناشویی پس از ازدواج نه تنها بر کنش های روانی - اجتماعی زن و شوهر بلکه بر رشد و تحول کودکان و نوجوانان آن خانواده نیز اثرات سوء به جای می گذارد.

بارزترین نماد فروپاشی خانواده طلاق است. البته اگر در جامعه ای آمار طلاق ناچیز باشد، این به معنای ازدواج های موفق و سازگاری زناشویی نیست. بسیاری از زوج ها در خانواده هایی زندگی می کنند که طلاق روانی در آنها حکم فرماست. بدین معنا که هیچ گونه رابطه عاطفی و جسمانی بین زن و شوهر وجود ندارد، بلکه زندگی به صورت اجباری و با حداقل تعامل پیش می رود (گل پرور؛ طاهری زاده و اسماعیلی، ۱۳۹۰).

عدم وجود جو سالم در خانواده از موانع اصلی انتقال آداب، رسوم، فرهنگ و ارزش های جامعه به نسل بعدی است (گل پرور؛ طاهری زاده و اسماعیلی، ۱۳۹۰).

شواهد نشان دهنده ی افزایش خشونت های خانوادگی و میزان طلاق است. هر روز شمار کودکانی که بر اثر

جدایی و یا خشونت والدین از کانون خانواده دور می‌شوند، در حال افزایش است. این کودکان با ورود به جامعه مسایل و جرایم بسیاری را به دنبال می‌آورند و آشکارا امنیت و سلامت جامعه را تهدید می‌کنند. این مسائل به وضوح ضرورت خود را نشان می‌دهد تا پژوهش‌گران در پی یافتن راه کارهایی، برای جلوگیری از آنها برآیند.

با توجه به واقعیت پیش گفته و نظر به پیامدهای ویران‌گر ازدواج ناموفق بر روابط زن و شوهر و تاثیرهای آن بر فرزندان و جامعه لزوم بررسی سازگاری زناشویی و عوامل تاثیر گذار بر سازگاری زناشویی بیش از پیش ضرورت می‌یابد.

۱-۴ اهداف پژوهش

۱-۴-۱-۱ هدف کلی :

تعیین رابطه سرسختی روان شناختی، استرس ادراک شده و حمایت اجتماعی با سازگاری زناشویی زوج‌های مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر کرمانشاه.

۱-۴-۲ اهداف اختصاصی

۱- تعیین رابطه سرسختی روان شناختی با سازگاری زناشویی زوج‌های مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر کرمانشاه.

۲- تعیین رابطه استرس ادراک شده با سازگاری زناشویی زوج‌های مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر کرمانشاه.

۳- تعیین رابطه حمایت اجتماعی با سازگاری زناشویی زوج‌های مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر کرمانشاه.

۱-۵ فرضیه‌های پژوهش

فرضیه یکم: سرسختی روان شناختی، استرس ادراک شده و حمایت اجتماعی می‌تواند سازگاری زناشویی را پیش بینی کنند.

فرضیه دوم: بین سرسختی روان شناختی و سازگاری زناشویی رابطه مثبت معنی دار وجود دارد.

فرضیه سوم: بین استرس ادراک شده و سازگاری زناشویی رابطه منفی معنی دار وجود دارد.

فرضیه چهارم: بین حمایت اجتماعی و سازگاری زناشویی رابطه مثبت معنی دار وجود دارد.

۱-۶ تعاریف واژه ها و اصطلاحات

۱-۶-۱ تعاریف مفهومی

سرسختی روان شناختی یک ویژگی شخصیتی و ترکیبی از باورها درباره خویشتن و جهان است که در مواجهه با حوادث تنش آور زندگی به عنوان یک منبع مقاومت عمل می کند و از سه مولفه تعهد، کنترل و مبارزه جویی تشکیل شده است (کوباسا، مدی، زولا؛ ۱۹۸۳).

استرس ادراک شده: استرس واکنش فرد در برابر محیطی است که به تعبیر همان فرد، تهدید کننده برای توانمندی ها و منابع وی و خطر آفرین برای سلامتیش می باشد (لازاروس و فولکمن^۱، ۱۹۶۶).

حمایت اجتماعی به میزان برخورداری از محبت، همراهی، مراقبت، احترام، توجه و کمک دریافت شده توسط فرد از سوی افراد یا گروه های دیگر نظیر اعضای خانواده، دوستان و دیگران اشاره دارد (سارافینو^۲، ۱۹۹۸).

سازگاری زناشویی فرایندی است که پیامدهای آن با میزان اختلافات مشکل آفرین زوج ها، تنش های بین فردی، اضطراب فردی، رضایت زوج ها از یکدیگر، انسجام و به هم پیوستگی آنها و همفکری درباره مسائل مهم زناشویی مشخص می شود (اسپانیر^۳، ۱۹۷۶).

۱-۶-۲ تعاریف عملیاتی

سرسختی روان شناختی در این پژوهش عبارتند از نمره ای که افراد از پاسخ گویی به ۲۷ سوال مقیاس سرسختی اهواز به دست می آورند.

استرس ادراک شده در این پژوهش عبارتند از نمره ای که افراد از پاسخ گویی به ۱۴ سوال مقیاس استرس ادراک شده کوهن به دست می آورند.

حمایت اجتماعی در این پژوهش عبارتند از نمره ای که افراد از پاسخ گویی به ۲۸ سوال مقیاس حمایت اجتماعی ثامنی به دست می آورند.

سازگاری زناشویی در این پژوهش عبارتند از نمره ای که افراد از پاسخ گویی به ۳۲ سوال مقیاس سازگاری زناشویی اسپانیر به دست می آورند.

1 Lazarus & folkman

2 Sarafino

3 Spinner

فصل دوم

ادبیات پژوهش

مهم ترین مسئله در ازدواج و تشکیل خانواده آرامشی است که فرد به دست می آورد. مطلوبیت زندگی، خشنودی از آن، کیفیت و میزان سازگاری زناشویی نیز مانند زندگی مجردی از عواملی مختلف تاثیر می پذیرد که ارزیابی آن در افراد و روابطشان بخشی از ادبیات مشاوره ازدواج و خانواده است.

بخش نخست: سازگاری زناشویی

۱-۲ مقدمه

یکی از مهم ترین عواملی که بر بقا و رشد خانواده اثر می گذارد، روابط سالم و تفاهم بین اعضا به خصوص زن و شوهر است. سازگاری زناشویی زیربنای عملکرد خوب خانوادگی، تسهیل نقش والدینی و سبب رشد اقتصادی و رضایت بیشتر از زندگی می شود. از سویی دیگر وجود نا سازگاری زناشویی در روابط زن و شوهر علاوه بر ایجاد مشکل در موارد فوق، باعث اشکال در روابط اجتماعی، گرایش به انحرافات اجتماعی و اخلاقی و افول ارزش های فرهنگی در بین زوج ها می شود (محمدی ۱۳۸۵؛ سینها و مکرچی، ۱۹۹۰؛ گاتمن، ۱۹۹۳؛ دورانا، ۱۹۹۷).

بر اساس نظریه (اریکسون، ۱۹۸۲) ازدواج معمولاً در راستای برآورده ساختن نیاز مرحله ششم تحول شخصیت فرد یعنی هم جوشی (مردم آمیزی یا نیازبه صمیمیت) در برابر مردم گریزی (انزواطلبی) مطرح می شود و رضای صحیح این نیاز، تاحدی زیاد، در گرو درست سپری کردن مراحل قبلی، به ویژه نوجوانی و هویت یابی است (برگرفته از ملازاده، ۱۳۸۱).

۱-۱-۲ تعاریف مفهومی سازگاری زناشویی

سازگاری زناشویی با بسیاری از اصطلاح های دیگر هم چون رضایت زناشویی، شادکامی زناشویی، موفقیت زناشویی و ثبات زناشویی مرتبط است. در بیانی ساده تر می توان گفت سازگاری زناشویی شیوه ای است که افراد متأهل، به طور فردی با یکدیگر، برای متأهل ماندن سازگار می شوند (گال، ۲۰۰۱؛ به نقل از بار-آن و پارکز، ۲۰۰۶). (اسپانیر، ۱۹۷۶) سازگاری زناشویی را فرایندی تعریف می کند که پیامدهای آن با میزان اختلاف های مشکل آفرین زوجها، تنش های بین فردی، اضطراب فردی، رضایت زوج ها از یکدیگر، انسجام و به هم پیوستگی آنها و همفکری درباره مسائل مهم زناشویی مشخص می شود

(گانگ، ۲۰۰۰).

اسپانیر و کولی (۱۹۷۶) با مرور مطالعات سازگاری زناشویی از دهه ۱۹۲۰ تا دهه ۱۹۷۰ دریافتند که این پدیده فرایندی پویاست که ممکن است در هر نقطه ای از زمان روی یک پیوستار از کاملاً سازگار تا ناسازگار ارزیابی شود. به این ترتیب سازگاری زناشویی مفهومی چند بعدی است که نسبت به رضایت زناشویی از ویژگی های عینی تری برخوردار است (برومن، ۲۰۰۵).

سازگاری زناشویی، وضعیتی است که در آن زن و شوهر در بیشتر مواقع احساسی ناشی از خوشبختی و رضایت از همدیگر دارند. روابط رضایت بخش در بین زوج ها از طریق علاقه ی متقابل، میزان مراقبت از همدیگر و پذیرش و تفاهم یکدیگر قابل سنجش است (موکرجی^۱، ۱۹۹۰). براساس نظریه لاک و والاس، سازگاری زناشویی به عنوان برون سازی هر یک از زوج ها در موقعیت زمانی معین تعریف شده است (شاکریان، ۱۳۹۰).

گریف (۲۰۰۰) در تعریف سازگاری اظهار می کند زوج های سازگار، زن و شوهرهایی هستند که توافق زیادی با یکدیگر دارند. از نوع و سطح روابط خود راضی هستند، از نوع و کیفیت اوقات فراغت رضایت دارند و مدیریت خوبی در زمینه وقت و مسائل مالی خودشان اعمال می کنند. وی سازگاری را توان انطباق و توان حل مسئله توصیف می کند (کجیاف، مقدس و آقایی؛ ۱۳۹۰).

۲-۱-۲ مبانی نظری سازگاری زناشویی

یکی از رایج ترین مفاهیم برای تعیین و نشان دادن میزان شادی و میزان پایداری رابطه، رضایت و سازگاری زناشویی است (بالارد^۲، ۱۹۹۹). سازگاری زناشویی به صورت خودکار ایجاد نشده و به وجود آمدن آن نیاز به تلاش زوج ها دارد. معمولاً سال اول ازدواج از نظر سازگاری بسیار ناپایدار بوده و بیش ترین خطر را برای ناسازگاری و طلاق دارد.

در واقع سازگاری زناشویی فرایندی است که در طول زندگی زوج ها به وجود می آید زیرا لازمه ی آن انطباق سلیقه ها شناخت صفات شخصی ایجاد قواعد رفتاری و شکل گیری الگوهای مراودهای است. بنابراین سازگاری زناشویی فرایندی تکاملی بین زن و شوهرهاست (اولیاء، ۱۳۸۵).

سازگاری رضایت بخش فرد با موقعیت های اجتماعی عمده ی زندگی به طور مستقیم با میزان ارضای همه ی نیازهای اساسی مرتبط است. نیازها و ارضای آنها به خصوص به ادراک افراد بستگی دارد که با توجه به سن و جنس، استعدادهای ارثی، فرهنگ، طبقه ی اجتماعی شغل، محل جغرافیایی، تعلیم و تربیت، تجارب و سازگاری های زندگی اشخاص دیگر در محیط فرد، تغییر پیدا می کند (کاپلیز^۳، ۲۰۰۳؛ نقل

1 Mukerjee

2 Balard

3 Cappeliez

از داودی، شاه سیاه، ۱۳۹۱).

زن وشوهرهایی که نقش هایی جنسیتی خود را پذیرفته اند و نقش هریک از آنان تکمیل کننده نقش دیگری است، سازگاری زناشویی بیشتری از خود نشان می دهند اما زوج هایی که نقش های جنسیتی خود را نپذیرفته اند سازگاری زناشویی کمتری دارند (ایساک، ۲۰۰۴؛ نقل از داودی، شاه سیاه، ۱۳۹۱). طبق نظر (هالفورد، لیزو، ویلسون و اوچی پینتی؛ ۲۰۰۷) عوامل مؤثر بر سازگاری زناشویی شامل سه دسته خصوصیات فردی (سن، وضعیت جسمانی و شخصیتی)، عوامل موقعیتی (درآمد، طبقه اجتماعی، آموزش و فرهنگ) و رویدادهای زندگی (روابط قبل از ازدواج، رویدادهای تنیدگی زاو حوادث پر خطر) هستند.

۲-۱-۳ مولفه های سازگاری زناشویی

بر اساس بررسی های به عمل آمده سازگاری زناشویی دارای چهار مؤلفه اصلی رضایت دوتایی توافق دوتایی، همبستگی دوتایی و بیان محبت آمیز است. توافق دو نفری، میزان موافقتی است که زوج ها در مورد موضوع های مهمی نظیر اداره کردن امور مالی خانواده و اتخاذ تصمیم های مهم دارند. همبستگی دو نفری، به این موضوع اشاره دارد که چند وقت یک بار یک زوج همراه هم درگیر فعالیت های مشترک می شوند و ابراز محبت نیز مربوط به این است که چند وقت یک بار زوج ها به یکدیگر ابراز عشق و علاقه می کنند و بالاخره رضایت دو نفری، میزان شادمانی در روابط و همچنین فراوانی تعارضات تجربه شده در رابطه را پوشش می دهد (هاستون و ملز، ۲۰۰۴).

بخش دوم: سرسختی روان شناختی

۲-۲ تعاریف مفهومی سرسختی روان شناختی

کوباسا، مدی و زولا^۱ (۱۹۸۳) سرسختی روان شناختی را به عنوان یک متغیر شخصیتی تعریف می کنند که از سه مؤلفه ی تعهد، مهار و مبارزه جویی تشکیل شده است. شخص متعهد (نقطه مقابل بیگانگی) احساس ارزش مندی می کند و در زندگی نسبت به اموری احساس مسؤولیت می نماید. افرادی که در مؤلفه ی مهار (نقطه مقابل ناتوانی) بالا هستند، سرنوشت خود را تا حد زیادی در دست دارند و خارج از مهار خود نمی دانند. فردی که دارای مؤلفه ی مبارزه جویی (نقطه مقابل احساس تهدید) است، مشکلات زندگی را میدانی برای مبارزه و رشد تلقی می کند و در برابر رویدادها حالت درماندگی را نشان نمی دهد. در واقع برای این افراد دست و پنجه نرم کردن با مشکلات نیرو بخش است (کوباسا، ۱۹۸۸؛ مدی، ۱۹۹۰).

به اعتقاد اسمیت و لاولر^۲ (۱۹۸۶) انعطاف پذیری افراد سرسخت در برابر رویدادهای استرس زا، از تأثیر مجزای این مؤلفه ها سرچشمه نمی گیرد، بلکه متأثر از شیوه مقابله ای خاصی است که با توحید یافتگی این مؤلفه ها حاصل می گردد. سؤال اساسی در این حیطه بر تبیین مکانیزم حفاظتی سرسختی تأکید می ورزد. اگر چه برخی از پژوهش گران وجود واسطه های ژنتیکی و یا فیزیولوژیکی را در این مصون سازی، مطرح می نمایند، گروهی از پژوهش ها نیز بر نقش چگونگی پردازش رویدادها و شیوه های ارزیابی وقایع تأکید می نمایند. به عبارت دیگر به نظر می رسد که در کنار تفاوت های ژنتیکی، شیوه پردازش ذهنی مثبت افراد سرسخت در برابر آشفتگی و استفاده از مقابله های کارآمد است که آن ها را در برابر تغییرات فیزیولوژیک متعاقب تنیدگی محافظت می نماید. در همین زمینه مدی (۱۹۹۰) معتقد است که افراد سرسخت بیشتر از شیوه های مقابله گشتاوری استفاده می کنند که طی آن با بهره گیری از تمهیدهای رفتاری، آثار مخرب رویدادها را کاهش داده و بر آن فایق می آیند، در حالی که در قطب دیگر شیوه های مقابله ی واپس رونده قرار دارد که فرد بر اساس ارزیابی غیر منطقی احساس تعهد فراوانی را تجربه کرده و نمی تواند به خوبی با منبع تهدید مقابله نماید و به شیوه های مقابله ناهنجار متوسل می گردد. استفاده از شیوه های مقابله ای مناسب، پردازش مثبت اطلاعات، برخورداری از باورهای مناسب و راه بردهای رفتاری و پابندی به موضوع های با ارزش از جمله مواردی هستند که واکنش های فیزیولوژیکی مثبت تری را در برابر شرایط تهدید آمیز در افراد سرسخت بوجود می آورند (مدی، ۱۹۹۰؛ اکون، زاترا و رابینسن^۳، ۱۹۸۸؛ وایب، ۱۹۹۱؛ نقل از باقری و یوسفی، ۱۳۸۸).

مطالعات مدی (۱۹۹۹) و وایب (۱۹۹۱) نیز نشان می دهد که افراد دارای سرسختی بالا در برابر تهدیدها و ناکامی ها، تغییرات فیزیولوژیک (به طور کلی) و تغییر فشار خون (به طور اخص) را بسیار کمتر از افراد

1 Zula

2 Smith & lawler

3 Rabinson