

به نام خدا

بررسی شیوه های فرزند پروری والدین و رابطه آن با شیوه های مقابله با استرس
دانش آموزان دختر و پسر سال سوم دبیرستانهای شهر زرقان

به وسیله ی:

خلیل هیبتي

پایان نامه

ارائه شده به معاونت تحصیلات تکمیلی به عنوان بخشی
از فعالیتهای تحصیلی لازم برای اخذ درجه کارشناسی ارشد

۱۳۸۱ / ۷ / ۱۰

در رشته ی:

روان شناسی تربیتی

از دانشگاه شیراز

شیراز جمهوری اسلامی ایران

ارزیابی شده توسط کمیته پایان نامه با درجه: عالی

دکتر محمد خیر، دانشیار بخش روان شناسی تربیتی (رئیس کمیته)

دکتر شهلا البرزی، دانشیار بخش آموزش کودکان استثنائی

دکتر سید احمد میر جعفری، استادیار بخش روان شناسی بالینی

۴۲۲۸۸

تیرماه ۱۳۸۱

وزارتخانه دانش و فناوری اطلاعات
جمهوری اسلامی ایران

تقدیم به:

اسطوره های صبر و ایثار

پدر و مادرم

و تقدیم به:

برادر بزرگوارم

مرتضی

که همواره مشوق و راهنمای من بوده است

و تقدیم به:

همه کسانی که به من محبت داشته و دارند.

سپاسگزاری

اکنون که این پایان نامه به اتمام رسیده است مراتب سپاس خود را از استاد ارجمند جناب آقای دکتر خیر به عنوان استاد راهنما و همچنین از اساتید بزرگوار سرکار خانم دکتر البرزی و جناب آقای دکتر میرجعفری به عنوان اساتید مشاور، که همواره با روی گشاده و صبر و متانت پاسخگوی سئوالاتم بودند و مرا از معرفت خویش بهره مند می ساختند، ابراز می دارم. در پایان از دکتر حسین چاری به خاطر راهنماییهای ارزنده شان در مراحل مختلف انجام این تحقیق، کمال امتنان را دارم و همچنین ارج می نهم بر محبت و عنایتی که سرکار خانم امینی در به اتمام رساندن این پایان نامه به اینجانب مبذول داشته اند.

چکیده

بررسی شیوه های فرزند پروری والدین و رابطه آن با شیوه های مقابله با استرس دانش آموزان دختر و پسر سال سوم دبیرستان شهر زرقان

به وسیله ی:

خلیل هبیتی

هدف این پژوهش بررسی رابطه شیوه های فرزند پروری والدین و شیوه های مقابله با استرس فرزندانشان بود. ۱۴۰ دختر و ۱۸۶ پسر دانش آموز سال سوم دبیرستان، مقیاسهای شیوه های فرزند پروری والدین شیفر (۱۹۶۰) و شیوه های مقابله با استرس کارور و همکاران (۱۹۸۹) را تکمیل کردند. هر یک از دانش آموزان در یکی از گروه های مربوط به شیوه های فرزند پروری قرار داده شدند و چهار نمره مربوط به چهار زیر مقیاس شیوه های مقابله با استرس دریافت کردند.

پنج سؤال تحقیقی در این پژوهش مورد بررسی قرار گرفتند که نتایج زیر بدست آمد.

- ۱- نتیجه تحلیل واریانس چند متغیره نشان داد که شیوه های فرزند پروری والدین بر نحوه مقابله با استرس فرزندان تأثیر معنی دار دارد.
- ۲- مقایسه چند متغیری نشان داد که دانش آموزان با والدین مقتدر بیشتر از دانش آموزان دارای والدین مستبد و بی اعتنا از شیوه حل مساله در شرایط استرس زا استفاده می کردند.

- ۳- همچنین فرزندان دارای والدین مقتدر کمتر از فرزندان دارای والدین مستبد و والدین بی اعتنا از شیوه متمرکز بر عاطفه استفاده می کردند.
- ۴- نتایج تی تست نشان داد که اختلاف معنی داری بین میانگین های نمرات دختران و پسران در استفاده از شیوه متمرکز بر حل مسأله وجود ندارد.
- ۵- نتایج تی تست همچنین نشان داد که دختران بیشتر از پسران از شیوه مقابله ای حمایت اجتماعی در شرایط استرس زا استفاده می کردند .

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱.....	فصل اول: مقدمه
۴.....	تعریف استرس
۶.....	انواع استرس
۷.....	تعریف مقابله
۸.....	روشهای مقابله
۱۰.....	شیوه های ارتباط والدین با فرزندان
۱۱.....	الگوی شیفر
۱۲.....	الگوی زیگلن
۱۵.....	اهمیت موضوع تحقیق
۱۷.....	مساله تحقیق
۱۸.....	فصل دوم: مروری بر ادبیات تحقیق
۲۰.....	تحقیقات پیشین مربوط به محیط خانواده
۲۲.....	تحقیقات پیشین مربوط به روشهای مقابله با استرس
۲۶.....	نتیجه گیری
۲۶.....	سوالات تحقیق
۲۷.....	فصل سوم: روش تحقیق
۲۸.....	آزمودنی ها
۲۸.....	ابزار تحقیق
۳۲.....	روش اجرا
۳۳.....	روش آماری

۳۴.....	فصل چهارم: نتایج.....
۴۳.....	فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری.....
۵۲.....	محدودیت های اجرای تحقیق.....
۵۳.....	نتایج کاربردی.....
۵۳.....	پیشنهاد به مسئولین.....
۵۴.....	توصیه به والدین.....
۵۵.....	منابع فارسی.....
۵۶.....	منابع خارجی.....
۵۹.....	ضمایم.....

فهرست جداول

صفحه	عنوان و شماره
۳۷.....	جدول شماره ۱ - تعیین نوع شیوه فرزندپروری.....
۳۷.....	جدول شماره ۲-تعداد افراد در هر شیوه فرزندپروری.....
۳۸.....	جدول شماره ۳-نتایج تحلیل واریانس چند متغیره یکطرفه.....
۳۹.....	جدول شماره ۴-نمایش میانگین و انحراف معیارها.....
۴۰.....	جدول شماره ۵-نتایج تحلیل واریانس یکطرفه.....
۴۱.....	جدول شماره ۶-خلاصه نتایج مقایسه چند متغیری.....
۴۳.....	جدول شماره ۷-آزمون تی برای گروه های مستقل.....

فصل اول
مقدمه

مقدمه

پژوهش حاضر به منظور بررسی تاثیر شیوه‌های فرزند پروری والدین بر روشهای مقابله با استرس فرزندان نوجوان آنها انجام می شود. دوره نوجوانی یک فرایند انتقالی از کودکی به بزرگسالی است که دشوار و پر کشمکش به نظر میرسد. نوجوان از یک طرف شاهد تغییرات جسمی و جنسی خود می باشد و از طرفی دیگر جامعه، خانواده و فرهنگ از او انتظار استقلال و کسب مهارتهای لازم برای زندگی شغلی و اجتماعی دارند که این عوامل مهارتهایی را برای سازگاری و کنار آمدن ایجاب می کنند ضمن اینکه نوجوان باید به دنبال یک هویت منسجم نیز برای خود باشد.

نوجوانان با شرایط استرس زای مختلفی از مسائل روزمره گرفته تا اتفاقات بزرگ زندگی روبرو هستند (کمپاس، ۱۹۸۷)^۱. آنها با مسائلی همچون مسائل مربوط به مدرسه، مسائل خانوادگی، مسائل بین فردی و اجتماعی و همچنین تصمیم گیری درباره آینده روبرو هستند. توانایی نوجوانان در تنظیم احساسات و رفتارهایشان تحت این شرایط استرس زا نشان دهنده رشد و پیشرفت آنها در کسب استقلال و کاربرد شیوه های مقابله ای در غلبه بر استرس می باشد (شولمان، ۱۹۹۵)^۲.

هنگامی که صحبت از استرسها و شیوه های مقابله با آنها در مورد نوجوان است، محیط اجتماعی که شامل محیط خانواده نیز می شود باید مد نظر قرار گیرد. (کمپاس، ۱۹۸۷).

همچنین نظریه پردازان بر این عقیده اند که خانواده یک تاثیر واضح و مؤثر بر رشد نوجوان دارد (براندی، ۲۰۰۰)^۳. رشد یافتن در یک محیط خانوادگی گرم و صمیمی بطور

- ^۱Compas+

- ^۲Shulman

- ^۳Brandi

مثبتی بارشد روانی سالم در طول دوران نوجوانی مرتبط است (گروتوانت و کوپر ۱۹۸۶).^۴ به عنوان مثال، والگروگرین (۱۹۸۷)^۵ در تحقیقی که بر روی ۱۲۳ نفر از نوجوانان ۱۹ تا ۲۱ سال انجام داد دریافت که همبستگی خانواده یک پیش گوی قوی از سلامت روانی نوجوانان در مقابله با رویدادهای منفی زندگی بوده است.

به عقیده بعضی از محققان شیوه هایی که نوجوانان در مقابله با رویدادهای استرس زا بکار می گیرند از طریق فرایند اجتماعی شدن کسب می شوند که در این میان کیفیت رابطه والدین و نوجوان نقشی مهم ایفا می کند. به عنوان مثال، واینر (۱۹۹۰)^۶ گزارش کرد که وجود رابطه صمیمانه بین مادر و فرزند از نشان دادن واکنش منفی بچه ها در مقابله با استرسها جلوگیری می کرد (جروم و دیگران، ۱۹۹۴).^۷

بنابراین با توجه به اهمیت کیفیت رابطه والدین با فرزندانشان و تاثیر آن بر تواناییهای مقابله ای فرزندان، در این تحقیق شیوه های فرزند پروری به عنوان متغیر مستقل و شیوه های مقابله ای فرزندان، در برابر استرس به عنوان متغیر وابسته مورد بررسی قرار می گیرند که در این جا به طور جداگانه به هر کدام پرداخته می شود..

-⁴Grotuan & Cooper

-⁵Waker & greene

-⁶Wagner

-⁷Jrome

تعریف استرس:

کاربرد واژه استرس سابقه طولانی دارد این واژه که از ریشه لاتین - S trictns Stringe گرفته شده است به معنی سختی کشیدن یا بستن است. می توان آنرا در نوشته های تا سده چهاردهم به معنی مشقت و سختی یا فلاکت پیدا کرد(به نقل از نصرافهانی، ۱۳۷۶). به نظر می رسد این واژه اهمیت تکنیکی خود را در قرن هفدهم در کارهای پزشک و زیست شناس سرشناس روبرت هوک بدست آورده است. تحت تاثیر تحلیل هوک بتدریج این واژه در علوم فیزیولوژی و روان شناسی نیز کاربرد یافت(به نقل از نصرافهانی، ۱۳۷۶).

واژه استرس به معنای نیرو - فشار و اجبار واژه ای است انگلیسی و در زبانهای مختلف با همین لفظ به کار برده می شود. در حقیقت تحول اساسی در مفهوم استرس و نقش تعیین کننده آن در بیماریها مدیون پژوهشهای هانس سلیه است. او میان استرس و عامل بوجود آورنده آن تفاوت قائل شد و سندرم سازگاریهای عمومی را مطرح کرد (به نقل از ذوالفقاری، ۱۳۷۷).

تاکنون تعاریف متعددی از استرس شده است که به چند نمونه از این تعاریف می پردازیم.

لازاروس و فولکمن (۱۹۸۰) معتقدند که استرس ممکن است به عنوان یک عدم تعادل بین ادراک فرد از نیازهای موجود در یک موقعیت و توان برآورده کردن این نیازها باشد (براندا، ۲۰۰۰).

جاسمین و کانتین^۸ استرس را چنین تعریف می کنند:

استرس عبارت است از بهم خوردن تعادل درونی به صورت تغییرات هیجانی، شناختی و فیزیولوژیکی که در اثر عوامل بیرونی مانند رویدادهای زندگی سرما، گرما و رطوبت و یا تحریکات درونی (مانند ارضاء غرایز - امیال و تکانه) بوجود میآید و درجه تهدید آمیز بودن آن در یک ارزشیابی شناختی تعیین می گردد(ذوالفقاری، ۱۳۷۶).

⁸Jasmin & Cantin -

استرس را می توان فشار در وضعیت یا شرایطی دانست که فرد را از حالت آرامش خارج ساخته و به واکنش در ابعاد گوناگون بدنی روانی و رفتاری وا می دارد (رهسپار، ۱۳۷۷).

استرس به موقعیت درونی فرد اطلاق می شود که تهدیدی را به وضعیت جسمی و یا آرامش روانی خود احساس کرده باشد. یا اینکه استرس یک واکنش فیزیولوژیکی و روانی است که در هنگام احساس عدم توازن میان سطح تقاضاهایی که از فرد می شود و توانایی و ظرفیت آن در برآوردن این تقاضا روی می دهد (مهرآئین، ۱۳۷۳).

بطور کلی در تعریف استرس گروهی گرایش به تاکید بر تعیین یک پاسخ خاص یا الگوی پاسخی که موقعیتی را منعکس می کند دارند. برای مثال نشانگان انطباق عمومی که توسط سیلیه^۹ در سال ۱۹۷۴ مطرح شد نمونه ای است از مفهوم استرس مبنی بر پاسخ است او میان استرس و عامل بوجود آورنده آن تفاوت قائل شد و سازگاری عمومی را مطرح کرد. از سویی دیگر گروهی در تعریف استرس تاکید بر محرک دارند. در مورد استرس مبتنی بر محرک چنین گفته می شود که استرس از محیط فرد ناشی می شود. و واکنش به منابع خارجی استرس نامیده می شود.

در عین حال مدل‌های تعاملی هم مطرح شده اند. در این مدلها هر دو جنبه محرک و پاسخ استرس در نظر گرفته می شوند که بنابراین استرس طی یک رابطه خاص بین شخص و محیطش اتفاق می افتد. در این مدل به فرد به عنوان عنصری فعال در مقابل جریان استرس نگریسته می شود (به نقل از ذوالفقاری، ۱۳۷۶). بنابراین می توان گفت این مدل قابل قبولتر به نظر می رسد. زیرا استرس زا بودن یا نبودن یک موقعیت به درک فرد از آن شرایط بستگی دارد. ممکن است برای فردی صحبت کردن در مقابل دیگران استرس زا باشد ولی برای شخصی دیگر این چنین نباشد. که در اینجا به نقش تفاوت‌های فردی پی برده می شود. که در نوجوانان این تفاوت‌های فردی می تواند تحت تاثیر شیوه های مختلف فرزند پروری والدین بوده باشد.

والدین با رفتارهای خویش در مقابله با مسائل و شرایط استرس زا و همچنین با توجه به کیفیت روابطی که با فرزندان خود دارند می توانند بر شیوه های مقابله با استرس فرزندان خود

تاثیر گذار باشند. مسلماً کودکی که از طرف والدین پذیرفته شده و مورد محبت واقع شده دارای عزت نفس بالاتری است و در هنگام مواجهه با مسائل با دلگرمی با آنها مقابله می کند.

انواع استرس

بر اساس تعاریف مطرح شده می توان گفت که فرد با ادراک از تغییر شرایط موجود که سازگاری جدیدی را طلب می کنند خود را دچار استرس می بیند. بطور کلی می توان سه دسته از استرس زهای بالقوه را ذکر کرد (کمپاس، ۱۹۸۷).

۱- وقایع مهم زندگی:

وقایعی همچون مرگ یکی از نزدیکان، طلاق، بیماری شدید، یا اخراج از کار از این قبیل هستند.

۲- گرفتاریهای روزمره:

فشارهای آزار دهنده و ناکام کننده که افراد روزانه با آنها درگیر هستند مثلاً از دست دادن فرصتها، گم کردن چیزی یا محیط کار نامناسب، از این قبیل هستند.

۳- شرایط مزمن:

شامل مشکلاتی میشود که در کوتاه مدت تغییر نمی کنند و تا مدتهای طولانی و یا حتی آخر عمر فرد مجبور به سازگاری به آنهاست. بیماریهای مزمن، درآمد ناکافی، مسکن نامناسب، بیکاری طولانی مدت می توانند مثالهایی از این شرایط باشند.

تعریف مقابله

مفهوم مقابله برای اولین بار در سال ۱۹۶۶ توسط لازاروس معرفی شد. او معتقد بود که استرس شامل سه مرحله می باشد. مرحله اول، ارزیابی اولیه می باشد که مشاهده یک خطر می باشد. مرحله دوم شامل ارزیابی ثانویه می باشد که جستجوی یک پاسخ در ذهن می باشد و مرحله سوم که بکارگیری آن پاسخ یا به عبارتی مقابله می باشد کلمه مقابله به طور کلی به روشهای رفتاری و شناختی که فرد برای غلبه بر استرس بکار می برد اطلاق می شود (کاستا، ۱۹۹۰).

لازاروس و فولکمن (۱۹۸۰) مقابله را فرایندی پیچیده می دانند که با توجه به ارزیابی های که فرد از موقعیت استرس زا و فشارهای آن موقعیت استرس زا دارد تغییر می کند و تلاشهای رفتاری و شناختی فعال فرد را در بر می گیرد (براند، ۲۰۰۰).

لازاروس و فولکمن بعداً بر مقابله بیشتر کار کردند و آنرا به عنوان یک پروسه پویا که با توجه به ماهیت موقعیت استرس زا تغییر می کند مورد تایید قرار دادند. بنابراین مقابله یک متغیر وابسته به زمینه است که به ارزیابیهای فرد از موقعیت استرس زا و منابعی که جهت غلبه در اختیار دارد وابسته می باشد (براند، ۲۰۰۰).

می توان گفت مقابله کوششها و تلاشهایی است که فرد انجام می دهد تا استرس را از میان بر دارد، آنرا بر طرف کند یا به حداقل برساند و آنرا تحمل کند. که این تلاشها یا به صورت انجام دادن کار یا فعالیتی است و یا به صورت فعالیتهای ذهنی و درون روانی می باشد. (نوری قاسم آبادی، ۱۳۷۶).

بطور کلی می توان گفت مقابله، فعالیتهایی برای از میان بردن، بر طرف کردن، به حداقل رساندن یا تحمل استرس است. تلاش فرد بر این است تا با غلبه بر منبع استرس که مشکلی را که ایجاد کرده و باعث عدم تعادل در زندگی وی شده است بتواند تعادل و سازگاری خویش را بدست آورد. بنابراین می توان گفت که در وهله اول، هدف اصلی همیشه حذف منبع استرس یا عامل مزاحم می باشد ولی در بعضی موارد فرد قادر به حذف کلی عامل مزاحم نیست پس سعی می کند تا آنرا کاهش دهد. و نهایتاً اینکه ممکن است در بعضی مواقع فرد