





دانشگاه آزاد اسلامی

واحد مرودشت

دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی. گروه روانشناسی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد (M.A)

گرایش: روانشناسی عمومی

عنوان:

**نقش واسطه‌ای راهبردهای مقابله‌ای در رابطه بین الگوهای ارتباطی
خانواده و ابراز وجود دانش آموزان دبیرستانی شهر شیراز**

استاد راهنما:

دکتر سیروس سروقد

استاد مشاور:

دکتر سیامک سامانی

نگارش:

فرزانه ابراهیمی

تابستان: ۱۳۹۱

چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه‌ای راهبردهای مقابله‌ای در رابطه با الگوهای ارتباطی خانواده و ابراز وجود در دانش‌آموزان دبیرستانی شهر شیراز بود. جامعه آماری پژوهش را دانش‌آموزان دبیرستانی شهر شیراز تشکیل می‌دادند که با استفاده از روش تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای تعداد ۱۵۰ نفر پسر و ۱۵۰ نفر دختر انتخاب و نمونه ما را تشکیل دادند. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش عبارتند از پرسشنامه تجدید نظر شده الگوهای ارتباطی خانواده (ریچی و فیتزپاتریک، ۱۹۹۰) و پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای فولکمن و لازاروس (۱۹۸۵) و مقیاس ابراز وجود (ASA) بودند. پایایی و روایی این پرسشنامه‌ها با استفاده از روش آلفای کرونباخ سنجیده شد. یافته‌های پژوهش با استفاده از روش تحلیل مسیر نشان داد که راهبردهای مقابله‌ای نقش واسطه‌ای معناداری را در بین الگوهای ارتباطی خانواده و ابراز وجود ایفا می‌کند ($P < 0/001$). نتیجه‌گیری: اگر خانواده‌ها از الگوهای ارتباطی گفت و شنود بیشتر استفاده کنند دانش‌آموزان هم در برخورد با مسائل و مشکلات از راهبردهای مقابله‌ای مسأله‌مدار استفاده می‌کنند و قادر به ابراز وجود بیشتری در جامعه هستند.

کلید واژه‌ها: الگوهای ارتباطی خانواده، راهبردهای مقابله‌ای، ابراز وجود



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

نام و نام خانوادگی دانشجو: فرزانه ابراهیمی در تاریخ: ۱۳۹۱/۴/۱۲ رشته: روانشناسی عمومی از پایان نامه خود با عنوان: نقش واسطه‌ای راهبردهای مقابله‌ای در رابطه بین الگوهای ارتباطی خانواده و ابراز وجود دانش آموزان دبیرستانی شهر شیراز.

با درجه: و نمره: دفاع نموده است.

نام و نام خانوادگی اعضای هیأت داورى سمت امضاء اعضای هیأت داورى

۱- دکتر سیروس سروقد استاد راهنما

۲- دکتر سیامک سامانی استاد مشاور

۳- دکتر مجید برزگر استاد داور

۴- دکتر خدادادی استاد داور

مدیر/ معاونت پژوهش

مراتب فوق مورد تأیید است.

مهر و امضاء

تشکر و سپاسگذاری

خدا را سپاس می‌گویم که توانم داد تا برگ دیگری از دفتر زندگی‌ام را با موفقیت ورق زده و به لطف بی‌کرانش در آستانه راه دیگری بایستم.

از جناب آقای دکتر سیروس سروقد، استاد راهنمای محترم، که با قبول راهنمایی پژوهش حاضر صبورانه در نگارش این پایان‌نامه مرا یاری نمودند سپاسگذارم و برای ایشان از درگاه ایزد متعال آرزوی موفقیت و طول عمر می‌نمایم.

از جناب آقای دکتر سیامک سامانی، استاد مشاور محترم، که همواره از راهنمایی‌های ارزنده ایشان بهره‌برده‌ام و به پاس تمام محبت‌هایش نهایت تشکر را دارم.

از اساتید گرانقدر گروه روانشناسی که همواره در طول این دوره تحصیلی از دانش و محبت‌های بیکران آن‌ها بهره‌مند شده‌ام تشکر می‌کنم.

تقدیم به.....

حضرت دوست که هر چه داریم از اوست.

تقدیم به

پدر و مادر عزیزم

آن دو گوهر درخشان زندگیم، آنهایی که با افکارشان درست اندیشیدن، با رفتارشان درست فکر کردن و با احساساتشان درست حس کردن را به من آموختند.

تقدیم به برادران و خواهران مهربانم که همواره مشوق من در پیمودن این راه بوده‌اند.

و تقدیم به همسر خوبم که همواره من را یاری نموده است.

فصل اول: طرح تحقیق

۲مقدمه
۴بیان مسئله
۶اهمیت و ضرورت پژوهش
۷اهداف پژوهش
۸سؤال‌های پژوهش
۸تعاریف نظری و عملیاتی پژوهش

فصل دوم: ادبیات و پیشینه پژوهش

۱۲گستره نظری پژوهش در زمینه ابراز وجود
۱۲تاریخچه تحول ابراز وجود
۱۶رویکرد نظری ابراز وجود، دیدگاه لازاروس
۱۶دیدگاه لینهن و اگان
۱۷دیدگاه فرای
۱۷عوامل مؤثر بر ابراز وجود
۱۸مفهوم خانواده
۱۸مفهوم ارتباطات خانواده
۱۹تاریخچه الگوهای ارتباطات خانواده
۲۱شیوه‌های پژوهش در الگوهای ارتباطات خانواده
۲۲ابعاد الگوهای ارتباطات خانواده
۲۳مفهوم جهت گیری گفت و شنود
۲۳جهت گیری همنوایی
۲۴جهت گیری گفت و شنود جهت گیری همنوایی و عملکرد خانواده

۲۴رابطه منفی الگوهای جهت‌گیری گفت و شنود و جهت‌گیری هم‌نوایی.....
۲۵اثر تعاملی ابعاد جهت‌گیری گفت و شنود و جهت‌گیری هم‌نوایی.....
۲۶انواع الگوهای ارتباطات خانواده.....
۲۹مقایسه الگوهای ارتباط خانواده، خانواده و طبقه‌بندی‌های خانواده.....
۳۰راهبردهای مقابله‌ای.....
۳۰تعریف راهبردهای مقابله‌ای.....
۳۲سبک‌های مقابله.....
۳۵نظریه های راهبردهای مقابله‌ای، دیدگاه لازاروس و فولکمن.....
۳۶نظریه تکامل داروین.....
۳۷نظریه روانکاوی.....
۳۸نظریه آرنولد.....
۳۸نظریه جانسون.....
۳۸نظریه شناختی لازاروس درباره هیجان.....
۳۹نظریه اریکسون.....
۳۹عوامل مؤثر در انتخاب راهبردهای مقابله‌ای.....
۴۰روابط مقابله و عوامل شخصیتی.....
۴۱پژوهش‌های داخلی.....
۴۴پژوهش‌های خارجی.....
۴۶جمع‌بندی.....
۴۷فرضیه پژوهش.....

فصل سوم: روش شناسی پژوهش

۴۹طرح پژوهش.....
۴۹جامعه آماری.....
۴۹روش نمونه‌گیری و نمونه آماری.....
۵۰ابراز جمع‌آوری داده‌ها.....

۵۰ پرسشنامه تجدید نظر شده الگوهای ارتباطی خانواده
۵۱ پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای لازاروس و فولکمن
۵۲ پرسشنامه ابراز وجود
۵۴ روش اجرای پژوهش
۵۴ روش تجزیه و تحلیل آماری داده‌ها
۵۴ ملاحظات اخلاقی

فصل چهارم: یافته‌های پژوهش

۵۶ یافته‌های توصیفی
۵۷ یافته‌های استنباطی

فصل پنجم: بحث و نتیجه‌گیری

۷۰ خلاصه پژوهش
۷۰ بحث و تبیین یافته‌های پژوهش
۷۰ بحث و تبیین مسیرهای پژوهش
۷۰ مسیر الگوهای ارتباطی گفت و شنود و ابراز وجود
۷۱ مسیر الگوهای ارتباطی همنوایی و ابراز وجود
۷۱ مسیر الگوهای ارتباطی گفت و شنود و مقابله‌ی مستقیم
۷۲ مسیر الگوهای ارتباطی گفت و شنود و فاصله گرفتن
۷۲ مسیر الگوهای ارتباطی گفت و شنود و طلب حمایت اجتماعی
۷۲ مسیر الگوهای ارتباطی گفت و شنود و پذیرش مسئولیت اجتماعی
۷۳ مسیر الگوهای ارتباطی گفت و شنود و گریز و اجتناب
۷۳ مسیر الگوهای ارتباطی گفت و شنود و حل مسأله برنامه ریزی شده
۷۳ مسیر الگوهای ارتباطی همنوایی و فاصله گرفتن
۷۴ مسیر الگوهای ارتباطی همنوایی و خود کنترلی
۷۴ مسیر الگوهای ارتباطی همنوایی و حل مسأله برنامه ریزی شده
۷۴ مسیر مقابله‌ی مستقیم و ابراز وجود

۷۴مسیر فاصله گرفتن و ابراز وجود.....
۷۴مسیر خودکنترلی و ابراز وجود.....
۷۵مسیر پذیرش مسئولیت و ابراز وجود.....
۷۵مسیر گریز و اجتناب و ابراز وجود.....
۷۵مسیر حل مسأله برنامه ریزی شده و ابراز وجود.....
۷۵دستاوردهای اصلی پژوهش.....
۷۵محدودیت‌های پژوهش.....
۷۶پیشنهاد‌های پژوهش.....
۷۶پیشنهاد‌های کاربردی.....
۷۶پیشنهاد‌های پژوهشی.....
۷۷منابع فارسی.....
۸۰منابع لاتین.....

پیوستها

پیوست الف) پرسشنامه الگوهای ارتباطی خانواده

پیوست ب) پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای

پیوست ج) پرسشنامه ابراز وجود

چکیده انگلیسی

فهرست جدولها

صفحه

۴۹	جدول ۱-۳: ویژگی‌های دموگرافیک نمونه.....
	جدول ۲-۳: ضرایب همبستگی بین نمره‌های آزمودنی‌ها در مقیاس ابراز وجود و
۵۳	حیطه‌های مختلف وودورث.....
۵۶	جدول ۱-۴: میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش.....
۵۷	جدول ۲-۴ : ماتریس همبستگی متغیرها.....
۵۸	جدول ۳-۴ : ضریب سلسله مراتبی رگرسیون به منظور پیش‌بینی ابراز وجود.....
۶۰	جدول ۴-۴: اثر مستقیم و غیر مستقیم متغیر برونزاد و واسطه بر متغیر درونزاد.....
۶۱	جدول ۵-۴ همبستگی بین الگوهای ارتباطی خانواده و ابراز وجود.....
۶۲	جدول ۶-۴ همبستگی بین راهبردهای مقابله‌ای و ابراز وجود.....
۶۳	جدول ۷-۴ همبستگی بین الگوهای ارتباطی خانواده و راهبردهای مقابله‌ای.....
	جدول ۸-۴ رگرسیون چندگانه به روش همزمان برای پیش‌بینی ابراز وجود از روی الگوهای
۶۳	ارتباطی خانواده.....
	جدول ۹-۴ رگرسیون چندگانه به روش همزمان برای پیش‌بینی ابراز وجود از روی
۶۴	راهبردهای مقابله‌ای.....
	جدول ۱۰-۴ رگرسیون چندگانه به روش همزمان برای پیش‌بینی راهبرد مقابله‌ای
۶۵	مقابله‌ی مستقیم از روی الگوهای ارتباطی خانواده.....
	جدول ۱۱-۴ رگرسیون چندگانه به روش همزمان برای پیش‌بینی راهبرد مقابله‌ای فاصله
۶۵	گرفتن از روی الگوهای ارتباطی خانواده.....
	جدول ۱۲-۴ رگرسیون چندگانه به روش همزمان برای پیش‌بینی راهبرد مقابله‌ای خودکنترلی
۶۶	از روی الگوهای ارتباطی خانواده.....
	جدول ۱۳-۴ رگرسیون چندگانه به روش همزمان برای پیش‌بینی راهبرد مقابله‌ای طلب
۶۶	حمایت اجتماعی از روی الگوهای ارتباطی خانواده.....
	جدول ۱۴-۴ رگرسیون چندگانه به روش همزمان برای پیش‌بینی راهبرد مقابله‌ای
۶۷	پذیرش مسئولیت از روی الگوهای ارتباطی خانواده.....

- جدول ۱۵-۴ رگرسیون چندگانه به روش همزمان برای پیش‌بینی راهبرد مقابله‌ای
گریز و اجتناب از روی الگوهای ارتباطی خانواده..... ۶۷
- جدول ۱۶-۴ رگرسیون چندگانه به روش همزمان برای پیش‌بینی راهبرد مقابله‌ای
حل مسأله برنامه‌ریزی شده از روی الگوهای ارتباطی خانواده..... ۶۸
- جدول ۱۷-۴ رگرسیون چندگانه به روش همزمان برای پیش‌بینی راهبردهای مقابله‌ای
ارزیابی مجدد مثبت از روی الگوهای ارتباطی خانواده..... ۶۸

فصل اول

کلیات پژوهش

خانواده به عنوان مهمترین سیستم انسانی مورد توجه قرار داشته و پژوهشها حاکی از آن بوده است که خانواده به رفتارهای فرد در هیچ حیطه ای به اندازه حیطه رفتارهای ارتباطی تأثیر ندارد (کلارک^۱ و شلیدز^۲، ۱۹۹۷). خانواده را سیستمی قانونگذار تعریف می کنند که اعضای آن به طور مداوم در حال تعریف و تعریف مجدد ماهیت روابط خود بر مبنای الگوهای ارتباطاتشان هستند. الگوهای ارتباطات خانوادگی متمایز از یکدیگر هستند. شناخت این الگوها به شناخت بعضی از جنبه های عملکرد خانواده کمک می کند در واقع شناخت انواع مختلف الگوها و سبکهای ارتباطات خانوادگی علاوه بر توصیف به پیش بینی و توضیح عملکرد خانواده و توصیه ها و تجویزهای مربوط به آن هم کمک می کند.

محققان سعی کرده اند الگوهای ارتباطی خانواده^۳ را بشناسند و طبقه بندی کنند (فیتز پاتریک^۴، ۲۰۰۴) با مفهوم سازی دوباره کاری که ابتدا توسط مک لئود و چفی (کوئر^۵ و فیتز پاتریک، ۲۰۰۲) انجام شده بود، دو بعد زیر بنایی جهت گیری گفت و شنود و جهت گیری همنوایی را در الگوهای ارتباطات خانوادگی شناسایی کردند. جهت گیری گفت و شنود را «میزانی که خانواده ها شرایطی را فراهم می آورد که در آن همه اعضای خانواده تشویق به شرکت آزادانه و راحت در تعامل، بحث و تبادل نظر درباره طیف وسیعی از موضوعات شدند» تعریف کرده اند. (کوئر، فیتز پاتریک و ریچی^۶، ۱۹۹۷). جهت گیری همنوایی به شکل تلاش برای حفظ و نگهداری روابط همگون و همساز با والدین تظاهر می کند (مک لئود^۷ و چفی^۸، ۱۹۷۲).

ترکیب این دو بعد، چهار طرحواره ارتباطات خانوادگی را شکل می دهد (فیتز پاتریک و ریچی، ۱۹۹۴) که الگوهای ارتباطات خانواده نامیده می شود. (کوئر و فیتز پاتریک، ۱۹۹۷) هر الگو نوع خاصی از خانواده ها را توصیف می کند. این چهار نوع خانواده از ترکیب وضعیتهای زیاد یا کم بر روی پیوستارهای دو بعد جهت گیری گفت و شنود و جهت گیری همنوایی حاصل می شوند و عبارتند از خانواده های توافق کننده^۹، خانواده های کثرت گرا^{۱۰}، خانواده حفظ کننده^{۱۱} و خانواده به حال خود واگذارنده^{۱۲}.

1. Clarck

2. Shilds

3. family communication pattern

4. FitezPatrik

5. Koerner

6. Richee

7. M.Clod

8. Chefee

9. consensual

10. pluralistic

11. protective

12. laissez-faire

مقابله شامل توانایی شناختی و رفتاری است که فرد در موقعیت تنیدگی زا به کار می‌برد (هاینز^۱، کالان^۲، تری^۳ و گالویز^۴، ۱۹۹۲). افراد به منظور کنار آمدن با مشکل و جلوگیری از پیامدهای منفی در شرایط تنیدگی‌زا از راهبردهای مقابله‌ای^۵ استفاده می‌کنند (لازاروس^۶ و فولکمن^۷، ۱۹۸۲). به عقیده فولکمن و لازاروس مقابله عبارت است از تغییر دائمی کوشش‌های شناختی و رفتاری به منظور کنترل نیازهای خاص درونی و بیرونی که فشارآور بوده و فراتر از منابع فردی است. لازاروس و فولکمن به دو نوع مقابله عمومی شناخته شده اشاره دارند، مقابله مشکل مدار (مقابله رویاروگر، خویشتن داری و حل مدبرانه مسئله) که معطوف به حل مشکل با انجام اعمالی است که منبع استرس را تغییر می‌دهند و مقابله هیجان مدار (تفکر آرزومندانه، گریز - اجتناب، خود سرزنشگری، فاصله‌گیری) که کاهش دهنده یا اداره کننده آشفتگی همراه یک موقعیت است. جستجوی حمایت اجتماعی شامل اجزایی از هر دو نوع مقابله می‌باشد در اکثر شرایط استرس‌زا بکارگیری راهبردهای مشکل مدار سازگارانه‌تر از راهبردهای هیجان-مدار است. انسان موجودی است که نیازمند برقراری ارتباط با دیگران است. بسیاری از نیازهای متعالی انسان و شکوفا شدن استعدادها و خلاقیت‌هایش، فقط از طریق تعامل بین فردی و روابط اجتماعی می‌تواند ارضاء شود و به فعل درآید. به همین دلیل انسان همواره سعی می‌کند تا مهارتهایی جهت تسهیل ارتباط خود با دیگران کسب کند و بدینوسیله به تکامل شخصی خود بیفزاید. قاطعیت و ابراز وجود^۸ نیز از جمله مهارتهای اجتماعی است که در روابط بین فردی نقش گسترده‌ای داشته و رفتارهایی از قبیل استقلال، اعتماد به نفس و خودآگاهی را در فرد تقویت می‌کند که خود در پیشبرد سلامت روان انسان تأثیر بسزایی دارد. ابراز وجود رفتاری است که شخص را قادر می‌سازد به نفع خود عمل کند، بدون هرگونه اضطرابی روی پاهای خود بایستد، احساسات واقعی خود را صادقانه ابراز کند و با توجه به حقوق دیگران حق خود را بگیرد (آلبرتی^۹ و امونز^{۱۰}، ۱۹۸۲). همچنین ابراز وجود به معنی توانایی خویشتن به صورت صریح، مستقیم و مناسب، ارج نهادن به احساس و فکر خود و شناخت نقاط قوت و ضعف خویشتن است (ریس^{۱۱} و گراهام^{۱۲}، ۱۹۹۱، ترجمه شهنی بیلاق و رضایی، ۱۳۸۰). به عبارتی جرأت ورزی قلب رفتار میان فردی و کلید روابط انسانی است (لین^{۱۳} و همکاران، ۲۰۰۴). بنابراین شیوه‌ای که در برقراری ارتباط با دیگران اتخاذ می‌شود، عامل مهمی در تعامل اجتماعی می‌باشد و ارتباط ضعیف می‌تواند به روابط ناسالم منجر شده و رفتار روانی را افزایش دهد. یکی از عوامل مهم ارتباطات بین فردی سالم، داشتن مهارت ابراز وجود است و با توجه به نقش اساسی خانواده در رشد و شکل‌گیری شخصیت فرزندان، می‌توان

¹ Hyens

² Callan

³ Terry

⁴ Gallois

⁵ coping strategies

⁶ Lazarus

⁷ Folkman

⁸ assertion

⁹ Albert

¹⁰ Emmons

¹¹ Riss

¹² Geraham

¹³ Lin

آن را به عنوان نقطه آغاز کسب مهارت ارتباطی در نظر گرفت. به عقیده ریس و گراهام (۱۹۹۱) ابراز وجود از خانه آغاز می‌شود و سیستم تربیتی حاکم بر خانواده‌ها و شیوه‌های فرزندپروری نقش بسزایی در ابراز وجود فرزندان دارند. با توجه به این که خانواده به عنوان واحد اصلی تجربه بشری و محوری‌ترین عامل در شکل‌گیری رفتارها و ویژگی‌های شخصیتی فرزندان شناخته شده است و هیچ بستری از نظر قدرت و گستردگی تأثیر با خانواده برابری نمی‌کند و علاوه بر این کودکان در خانواده زبان، مهارت و ارزش‌های اجتماعی و اخلاقی و فرهنگ خود را می‌آموزند که بدون شک توانایی ابراز وجود و مقابله با رویدادهای زندگی از جمله این مهارت‌ها می‌باشد.

بیان مسئله

انسان موجودی است اجتماعی که نیازمند برقراری ارتباط با دیگران است بسیاری از نیازهای متعالی انسان و شکوفا شدن استعدادها و خلاقیت‌هایش، از طریق تعامل بین فردی و ارتباطات اجتماعی می‌تواند ارضاء شود و به فعل درآید. به همین دلیل انسان همواره سعی می‌کند تا مهارت‌هایی جهت تسهیل ارتباط خود با دیگران کسب کند و بدینوسیله به تکامل شخصی خود بیفزاید. قاطعیت و ابراز وجود، استقلال، اعتماد به نفس و خود آگاهی را در فرد تقویت می‌کند که خود در پیشبرد سلامت روان انسان تأثیر بسزایی دارد.

در دهه های اخیر، ابراز وجود یا رفتار جرأت‌ورزانه توجه بسیاری از پژوهشگران و روانشناسان بالینی را به خود جلب نموده است. اهمیت مهارت ابراز وجود در ارتباط‌های میان فردی، نقش موثر آن را در تعامل- های اجتماعی و فراوانی رفتارهای غیر جرأت‌ورزانه در جمعیت های بالینی و غیر بالینی، سبب گردید که در این زمینه پژوهش های زیادی صورت گیرد و برنامه‌هایی تحت عنوان آموزش ابراز وجود (AT^۱) طرح‌ریزی شود (هرمزی نژاد، ۱۳۸۰).

ابراز وجود رفتاری است که شخص را قادر می‌سازد به نفع خود عمل کند، بدون هر گونه اضطرابی روی پاهای خود بایستد، احساسات واقعی خود را صادقانه ابراز کند و با توجه نمودن به حقوق دیگران حق خود را بگیرد (آلبرتی و امونز، ۱۹۸۲). ابراز وجود رفتاری است که ضمن حفظ سلامتی فرد، احتمال به دست آوردن نتایج مطلوب در فرد را افزایش می‌دهد (فاربر^۲، ۲۰۰۱).

رویارویی با فشارهای روانی، تلاش‌های رفتاری و شناختی است برای اداره‌ی خواست‌های بیرونی یا درونی که از سوی فرد تهدید کننده یا آسیب زننده تلقی می‌شود (لازاروس، ۱۹۷۳؛ شرایدن^۳ و رادماچر^۴، ۱۹۹۲).

^۱. Assertive Trainin

^۲. Farber

^۳. Sheridan, C.L

^۴. Radmacher, S.A

شیوه های رویارویی با فشارهای روانی می‌تواند به صورت سبک های رویارویی مسئله مدار، هیجان مدار، یا پرهیزی باشد (اندلر^۱ و پارکر^۲، ۱۹۹۰).

در سالهای اخیر به نقشی که مقابله در تسهیل سازگاری و نیز قرار گرفتن در مقابل اثرات بالقوه زیان-آور استرس دارد، توجه زیادی معطوف شده است. به عقیده لازاروس و فولکمن مقابله عبارت است از تغییر دائمی کوششهای شناختی و رفتاری به منظور کنترل نیازهای خاص درونی و بیرونی که فشار آور بوده و فراتر از منابع فردی است. لازاروس و فولکمن به دو نوع مقابله عمومی شناخته شده اشاره دارند، مقابله مشکل مدار (مقابله رویاروگر^۳، خویشتن‌داری^۴ و حل مدبرانه مسئله^۵) که معطوف به حل مشکل با انجام اعمالی است که منبع استرس را تغییر می‌دهد و مقابله هیجان مدار (تفکر آرزومندانه^۶، گریز-اجتناب^۷، خود اجتناب^۷، خود سرزنشگری^۸، فاصله‌گیری^۹) که کاهش دهنده یا اداره کننده آشفتگی همراه یک موقعیت است. جستجوی حمایت اجتماعی^{۱۰} شامل اجزایی از هر دو نوع مقابله می‌باشد.

لازاروس و فولکمن به شیوه‌های مقابله سازگاران نیز اشاره می‌کنند. پاسخ‌های سازگاران نیز آنهایی هستند که ممکن است فشار را کاهش دهند و سیستم را به حالت تعادل برگردانند و پاسخهای ناسازگاران که حضور فشار را کاهش می‌دهند و سیستم را به حالت ناپایدار نگه می‌دارند.

هرگونه تغییر در زندگی اعم از خوشایند و ناخوشایند مستلزم نوعی سازگاری مجدد است. روش‌های مقابله با تغییرات زندگی و تنش‌های حاصله از این تغییرات در افراد مختلف و بر حسب موقعیت های گوناگون متفاوت است. گرچه هر تغییری چه بزرگ و چه کوچک، فشارزا 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 برمی‌گزیند، بخشی از نیمرخ آسیب پذیری وی شمرده می‌شوند. در حالی که بهره‌گیری از راهبرد نامناسب در رویارویی با عوامل فشارزا می‌تواند موجب افزایش مشکلات گردد، به کار گیری راهبردهای درست مقابله می‌تواند دستاوردهای مثبتی در پی داشته باشد (داعی پور، ۱۳۷۸).

ارتباطات در خانواده نقش مهمی در راهبردهای مقابله با استرسی که اعضای خانواده به کار می‌برند دارند. اگر ارتباطات در خانواده باز و آزادانه باشد اعضای خانواده در مقابله با استرس از نظرات یکدیگر استفاده می‌کنند و والدین نیز از فرزندان حمایت می‌کنند.

¹. Endler, N.S

². Parker, J.D.S

³. confronting coping

⁴. self controlling

⁵. planful problem solving

⁶. wishful thinking

⁷. self blame

⁸. escape-avoidance

⁹. distancing

¹⁰. seeking social support

خانواده همواره به عنوان مهمترین سیستم انسانی مورد توجه قرار داشته است. واتزلوویک^۱، بیوین^۲ و جکسون^۳ (۱۹۷۶) خانواده را سیستمی قانونگذار تعریف می‌کنند که اعضای آن دائماً در حال تعریف ماهیت روابط خود بر مبنای الگوی ارتباط ارتباطاتشان می‌باشند. الگوی ارتباطات خانواده با شیوه بیان افکار و احساسات آن از خانواده‌ای به خانواده دیگر متفاوت است شناخت این الگو به شناخت جنبه‌های مختلف عملکرد خانواده کمک می‌کند. در واقع شناخت انواع مختلف الگوها و سبکهای ارتباطات خانوادگی علاوه بر توصیف، به پیش بینی و توضیح عملکرد خانواده و توصیه‌ها و تجویزهای مربوط به آن هم کمک می‌کند.

یکی از نقشهای خانواده راهبردهای مقابله با استرس و ابراز وجود است که مقابله با استرس به شیوه ارتباطات خانواده بستگی دارد. نظر به این که در خانواده جهت‌گیری گفت و شنود باشد یا جهت‌گیری هم‌نواپی روشهای مقابله با استرس تفاوت پیدا می‌کند و این می‌تواند روی ابراز وجود آنها در جامعه تأثیر بگذارد.

اگر افراد جامعه قادر به ابراز وجود و بیان نظرات و عقاید خود نباشند دارای مشکلات فراوانی در محیط مدرسه و زندگی می‌شوند و همینطور اگر افراد نتوانند وقتی با مسئله‌ای روبرو می‌شوند به شیوه‌ی مناسب برخورد نمایند و حل کنند دچار مشکلات بیشتری در زندگی می‌شوند.

با توجه به این که هر خانواده‌ای ممکن است از شیوه‌های ارتباطی مختلفی استفاده کند و این تفاوت در برقراری ارتباط در خانواده‌ها می‌تواند روی شیوه‌های برخورد با مسائل و مشکلات زندگی تأثیر بگذارد و اگر ارتباط مناسب باشد از راهبردهای مناسب برای حل مشکلات خود استفاده نماید و قادر به بیان نظرات و ابراز وجود در جامعه می‌باشد و اگر اعضای خانواده در برقراری ارتباط با یکدیگر ناکارآمد باشند و به افراد اجازه بحث و گفتگو ندهند و در مسائل و مشکلات خانواده به اعضا اجازه بیان نظرات و عقاید داده نشود این افراد در جامعه و در برخورد با مسائل زندگی هم ناکارآمد عمل کرده و قادر به ابراز وجود و حل مسائل به شیوه مناسب نمی‌باشند. و از آن جا که خانواده مهمترین نهادی است که انسان در آن برای زندگی آماده می‌شود و چون انسان ذاتاً نیازمند برقراری ارتباط و ابراز وجود می‌باشد لذا بررسی الگوهای ارتباطی خانواده‌ها و این که وقتی افراد از راهبردهای متفاوت برای حل مشکلات و مسائل خود استفاده می‌کنند چگونه روی ابراز وجود آنها تأثیر می‌گذارد دارای اهمیت می‌باشد.

با توجه به مباحث مطرح شده در این پژوهش سعی می‌شود نقش واسطه‌ای راهبردهای مقابله‌ای در ارتباط با الگوهای ارتباطی خانواده و ابراز وجود در دانش‌آموزان دبیرستانی شهر شیراز پرداخته شود.

اهمیت و ضرورت پژوهش

¹ . Vatz Lavik

² .Bevin

³ . Jackson

همه جوامع خواستار سعادت و سلامت روانشناختی اعضای خانواده‌های خود هستند برای رسیدن به این خواسته باید تا آنجا که ممکن است عوامل تأثیر گذار بر سلامت و سازگاری روانی را شناخت یکی از این عوامل، خانواده و نحوه ارتباطات اعضای آن با یکدیگر است به طور کلی ارتباطات موجود در بین اعضای خانواده به عنوان یکی از مهمترین جنبه های روابط بین فردی و کلیدی برای فهم پویایی‌های تحت تاثیر روابط خانواده قلمداد شده است (بهمنی، ۱۳۸۹).

ابراز وجود یکی از مهارتهای اجتماعی است که در تعاملات روزمره بسیار مفید است. وقتی دیگران حقوق ما را رعایت نمی‌کنند، آزرده و خشمگین می‌شویم. برخی از ما نمی‌توانیم ابراز وجود کنیم که این مشکل ریشه‌های تربیتی دارد و ناشی از پرورش یافتن ما توسط والدینی سخت‌گیر است که فرزندان خود را می‌بینند اما حرفهای آنها را نمی‌شنوند، این گونه کودکان در مدرسه یاد می‌گیرند که معلمان بچه‌های ساکت را دوست دارند ولی آنها بعدها به سختی می‌توانند بر سلطه پذیری های بازمانده از دوران تحصیل و آموزشهای خانوادگی خویش فایز آیند (هارجی و همکاران، ترجمه بیگی و فیروز بخت، ۱۳۷۷).

با توجه به این که بخش قابل توجهی از جمعیت کشورمان را دانش‌آموزان تشکیل می‌دهند و آنها از حساسترین قشرهای جامعه‌اند که در آینده همه چرخهای اقتصادی، اجتماعی، سیاسی و فرهنگی و اداری آن را بر عهده خواهند گرفت ضرورت دارد که آنها از قدرت ابراز وجود، خودکارآمدی عمومی و سلامت روانی بالایی برخوردار باشند تا بتوانند از عهده چالشهای جدی زندگی و به ویژه از پس تکالیف تحصیلی خود برآیند. از طرفی خانواده یکی از واحدهای مهم و تعیین کننده سرنوشت افراد هر جامعه است و رفتارهای والدین در این واحد از عوامل بسیار موثر بر وضعیت فرزندان آنها می‌باشد.

با توجه به این که خانواده به عنوان واحد اصلی تجربه بشری و محوری‌ترین عامل در شکل‌گیری رفتارها و ویژگی‌های شخصیتی فرزندان شناخته شده است و هیچ بستری از نظر قدرت و گستردگی تأثیر با خانواده برابری نمی‌کند و علاوه بر این کودکان در خانواده زبان، مهارت و ارزشهای اجتماعی و اخلاقی و فرهنگ خود را می‌آموزند که بدون شک توانایی ابراز وجود و مقابله با رویدادهای زندگی از جمله این مهارتها می‌باشد. خانواده به عنوان نهادی اساسی و تأثیراتی که می‌تواند در اعضای خانواده بگذارد و با توجه به این که الگوهای ارتباطی یا در واقع شیوه بیان افکار و احساسات هر خانواده‌ای با خانواده دیگر متفاوت است و این می‌تواند در شیوه‌هایی که افراد برای مقابله با رویدادهای زندگی خود استفاده می‌کنند و ابراز وجود در زمینه‌های مختلف زندگی به صورت کاملاً متفاوت اثر بگذارد. لذا پژوهش حاضر با توجه به مسئله ابراز وجود در نوجوانان و این که چه ارتباطی ممکن است بین الگوهای ارتباطی خانواده و راهبردهای رویارویی آنها با مسائل زندگی و توانایی ابراز وجود، وجود داشته باشد انجام می‌گیرد.

اهداف پژوهش

هدف کلی: تبیین نقش واسطه‌ای راهبردهای مقابله‌ای در رابطه بین الگوهای ارتباطی خانواده و ابراز وجود دانش‌آموزان دبیرستانی شهر شیراز.