

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

# دانشگاه الزهرا

دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی

پایان نامه:

برای دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته مشاوره و راهنمایی

موضوع:

مقایسه بکارگیری روشهای مقابله با استرس در بین فرزندان دختر و پسر

خانواده های تک والد و غیر تک والد

استاد راهنما:

۱۳۸۲ / ۱ / ۳۰

دکتر سیمین حسینیان

۱۳۸۲ / ۱ / ۳۰

استاد مشاور:

مرزا اطلاعات آذر صهی پور  
تمت به درک

دکتر سیده منور یزدی

نگارش:

۴۵۸۴۹

نیلوفر وفا اذر ( اسفند ۱۳۸۱ )

با سپاس و تقدیر از همسر مهربانم که در تمام مراحل زندگی یار و  
همراه من بود و فرزندانی دلبندم که نوگلان امید و شادی من می باشند.

پیشکش به مادر گرامی ام، تو بمان که جمله هستی به صفای تو بماند.

با سپاس از استادان گرامی ام سر کار خانم دکتر سیمین حسینیان  
وسر کار خانم دکتر سیده منور یزدی که با راهنمای های ارزشمند شان  
مرا یاری دادند و با تشکر از سر کار خانم دکتر طیبه زندی پور که داوری  
این تحقیق را پذیرفتند.

---

## چکیده

رابطه بین سلامت اجتماع و سلامت روانی خانواده مدتها مورد بحث بوده است و عمده نظرات بر تقابل اثر این دو بر یکدیگر میباشد. این طرح با هدف مقایسه میزان بکارگیری روشهای مقابله با استرس در فرزندان خانوادههای تک والد و غیرتک والد انجام شد. در این مطالعه، تعداد ۴۰۰ دانش آموز مقطع دوم دبیرستان به روش خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند. اطلاعات در زمینه تک والد بودن یا غیرتک والد بودن خانواده دانش آموزان از پرونده تحصیلی آنان استخراج گردید، و پرسشنامه روشهای مقابله با استرس، توسط دانش آموزان تکمیل گردیده شد.

۲۰۰ نفر (۵۰٪) پسر، ۲۰۰ نفر (۵۰٪) دختر با میانگین سنی  $13/9 \pm 0/89$  سال شرکت کردند که فرزندان تک والد ۲۰۰ نفر (۵۰٪) و فرزندان غیر تک والد ۲۰۰ نفر (۵۰٪) بود. در جمعیت مورد بررسی، ۲۰۰ نفر (۵۰٪) با پدر و مادر، ۱۴۱ نفر (۳۵/۲٪) صرفاً با مادر و ۴۵ نفر (۱۱/۳٪) صرفاً با پدر خود زندگی می‌کردند.

نتایج نشان داد که تفاوت معنی‌داری در بکارگیری روشهای مقابله با استرس بین دانش‌آموزان دختر و پسر از نظر انتخاب شیوه‌های مسئله‌مداری و هیجان‌مداری وجود دارد. دختران با درصد بیشتری از پاسخهای هیجانی و پسران با درصد بیشتری از پاسخهای مسئله‌مداری استفاده می‌کنند. هم‌چنین تک‌والد بودن و غیرتک‌والد بودن تفاوت معنی‌داری را در بکارگیری روشهای مقابله با استرس نشان می‌دهد.

کلیدواژگان: استرس، خانواده، شیوه‌های مقابله

## Abstract

### Comparison of the coping styles between single parent and non-single parent adolescence

Healthy families are the bases of healthy society. This study was conducted to compare the coping styles between single parent and non-single parent adolescence.

In this cross-sectional study, 400 high school students were selected using cluster random sampling. Required information was collected from single and non-single parent students using their educational records. The questionnaire form was designed using Zolfaghari coping styles questionnaire.

Mean age of the study population was  $13.9 \pm 0.89$  years. Of the study population 200 (50%) were male and 200 (50%) were female. There was significant difference between boys and girls in coping styles .Also; there was significant difference between single parents and non-single parents in using different coping styles.

**Keywords:** coping styles, family, stress

۱۰	فصل اول - مسئله پژوهش
۲	مقدمه
۵	ضرورت انتخاب موضوع
۶	بیان مساله
۸	اهداف
۸	فرضیه های پژوهش
۹	متغیرهای تحقیق
۱۳	تعریف واژگان
۱۴	فصل دوم بازنگری منابع و اطلاعات:
۱۵	مقدمه
۱۵	استرس و مفهوم آن
۲۱	مدل اساسا پاسخ
۲۳	مدل تاثیر متقابل
۲۵	مدل خبر پردازی
۲۷	حوادث زندگی و نوجوانان
۳۱	مقابله و تعاریف آن
۳۹	تئوری شناختی مقابله
۳۹	ارزیابی شناختی
۴۰	ارزیابی اولیه
۴۳	ارزیابی ثانویه
۴۷	مقابله
۴۷	کنش های مقابله
۴۹	عقاید کنترلی و ارزیابی ها و در مقابله کنترل بعنوان یک فرآیند مقابله ای
۵۱	عوامل شخصیتی مقابله

۵۸	اثرات موقعیتی بر پاسخ های مقابله ای
۶۰	طلاق و رابطه آن با بهداشت روانی افراد خانواده
۶۱	خصوصیات فرزندان
۶۱	خصوصیات خانواده
۶۲	سابقه فرهنگی - نژادی
۶۳	خصوصیات موقعیتی
۶۴	سیستم های حمایتی
۶۵	خلاصه
۶۶	مطالعات انجام گرفته در زمینه متغیر های مورد بررسی
۸۰	فصل سوم مواد و روشها
۸۱	طرح پژوهش
۸۱	روش نمونه گیری
۸۱	جامعه آماری
۸۱	حجم نمونه
۸۲	ابزارهای پژوهش
۸۳	شیوه های اجرای پژوهش
۸۴	زمان و مدت اجرای پژوهش
۸۴	روش تجزیه و تحلیل آماری
۸۵	فصل چهارم: یافته ها
۸۶	نتایج
۱۰۵	فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری
۱۰۶	بحث و بررسی در رابطه با ویژگیهای نمونه مورد نظر
۱۰۷	بحث و بررسی پیرامون مسئله جنسیت و شیوه های مقابله
۱۱۲	بحث و بررسی در رابطه با فرزندان خانواده های تک والد و غیر تک والد و شیوه های مقابله



۱۱۳	جمع بندی و نتیجه گیری
۱۱۵	محدویت ها
۱۱۶	پیشنهادات
۱۱۷	منابع فارسی و انگلیسی
۱۲۲	ضمائم

# فصل اول

## مسئلہ پڑوہٹس

مسیر زندگی یک فرد، به علت هزاران حادثه و روی دادی با توجه به اهمیت، طول مدت و معنایی که برای فرد دارد، تعیین می شود. بعضی از حوادث مانند مرگ یکی از افراد فامیل و یا طلاق والدین حادثه بزرگی است و سطوح غم انگیزی از تغییر و تحول را دارا می باشد. بر عکس، بعضی از حوادث از نظر اهمیت کوچک هستند و ممکن است تاثیر کمتری بر افراد بگذارند، مانند دریافت یک نمره ی پایین در ارزیابی تکالیف مدرسه (کامپاز<sup>۱</sup>، ۱۹۸۷). بر طبق این تفسیر در می یابیم که این حوادث و استرسها ی همراه آنها همواره در زندگی تمامی افراد وجود دارند و به عنوان محرکی گاه در جهت سهولت بخشیدن به رشد مثبت و سازگاری بهتر، گاه در جهت بیماری، مشکلات، بازگشتها و واپس زنیها برای تحول انسان به کار می روند. (کامپاز، ۱۹۸۷).

یک مرحله قطعی در درک ماهیت و اثرات این گونه از حوادث زندگی<sup>۲</sup> (مانند طلاق) و پیامد های آنها مستلزم مطالعه این حوادث در دوره های مختلف رشد است. یکی از مراحل رشد دوره نوجوانی<sup>۳</sup> است. در این ارتباط مشاهدات کامپاز (۱۹۸۷) از اهمیت خاصی بر خوردار است. به نظر وی اگر چه مطالعات مربوط به استرس و مقابله با آن در بزرگسالی نشان داده است که توافق فزاینده در مفهوم سازی<sup>۴</sup> و سنجش از ویژگی هایش می باشد. با این حال این امر در مورد نوجوانان صدق نمی کند. دوره نوجوانی به عنوان یکی از حساس ترین و سخت ترین دوران زندگی است که یک انسان در حال رشد باید از آن بگذرد و مهارت کسب کند. این دوره هم از نظر نوجوانان و هم از نظر والدین از قدیم، دورانی دشوارتر از سال های کودکی قلمداد شده است تا جایی که عده ای از نظریه پردازان روانکاوای هر نوع بهنجاربودن را در دوره نوجوانی نابهنجار قلمداد می کنند. البته بررسیهای تجربی درباره نوجوانان بطور کلی نشان می دهد که آشفتنگی دوران نوجوانی بیش از حد بزرگ جلوه داده شده است (هنری

---

<sup>1</sup> Compas

<sup>2</sup> Life Event

<sup>3</sup> Adolescence

<sup>4</sup> Conceptualization

ماسن). امروزه روان شناسانی مانند پاورز<sup>۱</sup> و همکاران (۱۹۸۹) به این موضوع اشاره کرده اند که دیدگاه های فعلی در زمینه نوجوانی منحصر بر پایه ی فرمول بندی های تئوریک نیست که چه اتفاقاتی در نوجوانی پیش می آید و چه مراحل را باید سپری کند. بلکه باید به صورت تجربی و بر گرفته از نیم رخ های رشد و شیوه های سازگاری نوجوانان باشد. با توجه به این واقعیت ها، کم و بیش در می یابیم که روان شناسی نوجوانی برای ارائه مفاهیم موثر و تعاریف جدید در ارتباط با بهداشت روانی نوجوانان هنوز رشد کامل را نکرده است. (پاورز و همکاران، ۱۹۸۹).

اغلب روانشناسان نوجوانی بر این عقیده اند که مرحله نوجوانی تمایز کاملاً برجسته ای از دیگر مراحل رشد دارد و این صرفاً به خاطر آن نیست که نوجوان با تعارضات گوناگون در ابعاد مختلف زندگی مواجه می شود، بلکه بخاطر آن است که این استرسها و هموردجویی های مصرانه همزمان به نوجوانی که نسبتاً مجهز نیست وارد می شود. لیوکو<sup>۲</sup> دریافت، والدینی که استرسهای شغلی را به واسطه مشکلات اقتصادی و اجتماعی تجربه می نمایند، این استرسها را به فرزندان خود منتقل می کنند. نوجوانان نیز این استرسها را در خانواده مشاهده و تجربه کرده ولی در مقایسه با والدین منابع کمتری برای کمک به کاهش آنها در اختیار دارند. روش و شیوه نوجوان در درک و برخورد با این رویدادهای متعدد و غیر معمول، ارتباط قاطعی با سلامت روانی وی دارد، (لیوکو ۱۹۸۷، به نقل از یانگز). بر اساس مطالعات کامپاز همبستگی متوسطی بین رویدادهای استرس زا و اختلالات دوران نوجوانی وجود دارد و در این بین مهارتهای مقابله ای نیز اهمیت دارند. مطالعات پیشین در ارتباط با مقابله کودکان و نوجوانان نشان داده است که تلاشهای رفتاری و شناختی به منظور تغییر منابع استرس، همچنین تلاش برای به نظم در آوردن هیجانات منفی که در ارتباط با شرایط استرس زا هستند، در کاهش اثرات منفی حوادث استرس زا از جمله مسائل بین فردی و استرسورهای مربوط به پیشرفت مهم می باشند. (کامپاز ۱۹۸۸).

بر طبق تحقیقات اخیر نزدیک به نیمی از نوجوانان مشکلاتی را در زمینه مقابله با موقعیتهای استرس زا در خانه یا مدرسه گزارش می کنند (گنز ۱۹۹۰<sup>۳</sup> به نقل از استینبرگ<sup>۱</sup>). این استرسورها شامل تغییرات

<sup>۱</sup> Powers

<sup>۲</sup> Lewko

<sup>۳</sup> Youngs

اساسی زندگی مانند جدایی والدین، تعویض مدرسه و یا وجود فردی در خانواده که به طور ناگهانی مریض شده است و یا شرایط استرس زای مزمن مانند فقر، یک بیماری ناتوان کننده، تعارضات مداوم خانوادگی و یا جر و بحث های هر روز مانند امتحانات مدرسه، مسخره شدن به وسیله دوستان و یا دعوا با خواهر و برادرها و یا والدین در مورد خیلی از نوجوانان این استرسورها منتهی به اختلالات پنهان می شود. مانند اضطراب، افسردگی، انواع سردردها و سوءهاضمه و در مورد برخی دیگر عواقب این استرسورها بیرونی شده است. مانند مشکلات سلوکی و یا استفاده نامناسب از الکل و مواد مخدر. چه چیزی باعث می شود که بعضی از نوجوانان نسبت به بقیه در برابر اثرات استرس آسیب پذیر باشند؟

این مطالعه، در صدد است یافته ای علمی اجتماعی را فراهم آورد که در ارتباط با تاثیرات از هم پاشیدگی خانواده بر روی نوجوانان هستند. طلاق و زندگی با یکی از والدین، یک تجربه رو به افزایش در زندگی والدین و بچه ها است. (اماتو و همکاران، ۱۹۹۵). قبل از دهه ۱۹۶۰، طلاق در کشورهای مختلف نادر بود، پس از اعمال قانون جدید طلاق در سال ۱۹۶۸، که طلاق را قابل دسترس تر ساخت، آمار طلاق به طرز وحشتناکی افزایش یافت (اماتو و همکاران، ۱۹۹۳). از اواخر دهه ۱۹۶۰ تا اواسط ۱۹۸۰، میزان طلاق ۵ برابر شده است. در سال ۱۹۹۵، که آمار آن در دسترس می باشد، حدود ۲۶۰ تا ۳۰۰ طلاق به ازای هر ۱۰۰۰۰۰ نفر در کشورهای پیشرفته رخ می باشد (دوماس و همکاران، ۱۹۹۲).

بر اساس گزارش Bureau در سال ۱۹۹۰، تخمین زده شده است که تقریباً یک سوم همه ازدواجها در کشورهای مختلف، به طلاق منتهی می شود. همچنین تخمین زده شده است که در یک مطالعه از هر دو طلاق، بچه ها هم درگیر جریان می شوند. بنابر این گزارش، در اواخر دهه ۱۹۸۰، حدوداً ۷۴۰۰۰ کودک، تبدیل به بچه های طلاق شدند (برو، ۱۹۹۰).

---

<sup>1</sup>L. Stenberg

با شروع دهه ۶۰، تحقیقات فراوانی در مورد تاثیرات از هم پاشیدگی خانواده بر فرزندان انجام شده است و تعجب آور نیست که علوم اجتماعی، در این جنبه از قانون، بیش از هر جنبه دیگری هدف قرار گرفته اند (اماتو، ۱۹۸۸ و ۱۹۸۷).

در طی دهه های ۵۰ و ۶۰، موضوع اصلی نوشتجات، بر نقش حیات مادر در بهبود وضعیت فرزندان متمرکز بود و این مورد با یک گرایش سیاسی و قانون همراه بود که در اصل سالهای حساس<sup>۱</sup> را مد نظر داشت (ادیتی، ۱۹۹۲).

این گرایش در دهه های ۷۰ و به خصوص ۸۰ رخ داد. وضعیت مساعد فرزندان مهمترین موضوع، در قوانین مربوط به خانواده و همچنین شاهد عنوان شدن اهمیت نقش پدر در شکل گیری این وضعیت مساعد هستیم. به علاوه، عنوان کردن حقوق مساوی والدین، به منظور استحکام بخشیدن به این نقش (نقش پدر) صورت گرفته است. به جای وجود تعارض بین والدین، بحث اجرای نقش والدی توسط پدر و مادر همراه رضایت هر دو پس از طلاق مطرح شده است. عنوان پدر بودن به یک موقعیت جدید دست یافته است و گرایشات سیاسی، به دنبال استحکام بخشیدن به روابط مردان و فرزندانشان هستند (بیشاپ، ۱۹۸۹ و پورک، ۱۹۹۵).

طی جستجوی مطالعات انجام شده، این مقاله سعی دارد تا این مورد را آزمون نماید که از نظر توانایی های مقابله ای، فرزندان تک والد چه تفاوتی با غیرتک والد دارند.

### ضرورت انتخاب موضوع

۱. اهمیت توسعه بهداشت جسمی و روانی در اجتماع.
۲. اهمیت بهداشت خانواده‌ها به عنوان پایه‌ای برای بهداشت اجتماع
۳. وجود شواهدی بر وجود بیشتر استرس‌زها در خانواده‌های دارای ساختار غیرطبیعی.
۴. انجام پذیر بودن طرح

---

<sup>1</sup> Tender gears doctrine

## بیان مساله

همانطور که می دانید زندگی بدون استرس امکان پذیر نیست و ما همیشه تحت تاثیر درجاتی از استرسورها هستیم. وجود استرسورها عامل اصلی تحریک در زندگی انسان است و تنها با مرگ است که انسان از تاثیر استرسورها رهایی می یابد. حال با وجود تمام مسائلی که در ارتباط با استرس مطرح می شود، می توان گفت که مهم تر از وجود عوامل استرس زا در زندگی فرد، شیوه های به کار گرفته شده در جهت مقابله با آن عوامل می باشد. به جرات می توان اظهار داشت که لازاروس و همکارانش مهم ترین نقش را در مطالعه استرس و شیوه های مقابله به عهده داشته اند. بر طبق نظر آنان مقابله به تلاش های رفتاری و شناختی در جهت تسلط، کاهش یا تغییر خواست های درونی و بیرونی که به وسیله تبدیلات استرس زا ایجاد شده است (فولکمن و لازاروس، ۱۹۸۴)، اشاره دارد. طبق نظر لازاروس مقابله دارای دو کنش مهم است: رویارویی با مسئله ای که ایجاد کننده ی ناراحتی است (مقابله متمرکز بر حل مسئله) و تنظیم هیجانات (مقابله متمرکز بر هیجان) (لازاروس، ۱۹۸۶). لذا با توجه به تاثیری که عوامل شناختی در درک حوادث استرس زا به عهده دارند و با توجه به اینکه هر ارزیابی شناختی با در نظر گرفتن امکانات مقابله ای موجود در هر فرد صورت می پذیرد، بنابر این بررسی این امکانات مقابله ای همواره از اهمیت خاصی برخوردار بوده است.

بسیاری معتقدند که تفکر ایجاد جامعه سالم محقق نمیشود مگر آنکه ابتدا واحدهای موثر و کوچک اجتماع بین خانواده ها از سلامت روانی مناسب برخوردار باشند. یکی از وظایف عمده خانواده ها پرورش افراد مورد نیاز اجتماع (فرزندان) میباشد (براون، ۱۹۹۳ و بوچانان و همکاران ۱۹۹۲).

خانواده پایه ساختار نظام یافته اجتماع است که مسئول ایجاد رشد و عملکرد فرزندان میباشد. خانواده هایی که از ساختار طبیعی برخوردار نیستند از نظر روابط بین فردی بطور معنی داری ضعیفتر از دیگر خانواده ها میباشند. این قضیه باری اضافه بر دوش جامعه است. یکی از موارد ساختار غیر طبیعی در نهاد خانواده مسئله خانواده های تکوالد نسبت به خانواده های غیرتکوالد میباشد. مطالعات مختلفی در زمینه میزان استرس در چنین خانواده هایی صورت گرفته است و نشان داده شده است که میزان استرس ادراک شده در خانواده های تک والد بیش از خانواده های غیرتک والد میباشد (کاربن،