

دوره سیزدهم

زمستان ۱۴۰۳

صفحات: ۱-۷۳

فهرست مقالات

عنوان	صفحه
طراحی اولیه بسته آموزشی پیش ازدواج: شناسایی مؤلفه‌های کلیدی با تلفیق تحلیل مضمون کیفی و روش دلفی فازی	۱
تجربه زیسته زنان سرپرست خانوار از معنای زندگی	۱۲
نقش میانجی مسئولیت‌پذیری در رابطه بین سواد تربیتی والدین و تاب‌آوری تحصیلی	۲۸
بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری در دانشجویان با تفکیک جنسیتی	۴۱
تأثیر معنویت‌درمانی بر سلامت روان پیش از کنکور دانش‌آموزان دختر منطقه ۱۹ تهران	۵۲
پیش‌بینی دل‌زدگی زناشویی بر اساس استرس شغلی و خودتنظیمی هیجانی در آتش‌نشان‌های تهران	۶۳

طراحی اولیه بسته آموزشی پیش‌ازدواج: شناسایی مؤلفه‌های کلیدی با تلفیق تحلیل مضمون کیفی و روش دلفی فازی

مهدی مهدی‌زاده نودهی^۱*

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر طراحی اولیه بسته آموزشی پیش‌ازدواج براساس مولفه‌های کلیدی با تلفیق تحلیل مضمون کیفی و روش دلفی بود.

روش: پژوهش حاضر از نوع کیفی بوده و درصدد بود با استفاده از بررسی متون علمی و مصاحبه به تدوین بسته در حیطه آموزش پیش از ازدواج اقدام نماید. از این‌رو، مجموعه متون علمی معتبر منتشر شده داخل و خارج کشور که در حوزه آموزش پیش از ازدواج بودند و نیز مصاحبه با ۱۵ متخصص خانواده و ۲۰ دانشجوی متأهل، مورد بررسی قرار گرفت. بسته تدوین شد و اعتبارسنجی آن با گروه‌های کانونی با کاربرست روش دلفی فازی بررسی گردید.

یافته‌ها: تحلیل داده‌ها منجر به استخراج ۶ مضمون اصلی (ارتباط و تعامل زناشویی، مدیریت تعارض و چالش‌ها، رشد و توسعه فردی و مشترک، سلامت و رفاه روانی-جسمی، برنامه‌ریزی و مدیریت منابع، معنویت و ارزش‌های مشترک) و طراحی چارچوب اولیه بسته گردید.

نتیجه‌گیری: دستاورد این پژوهش نشان می‌دهد که آمادگی برای ازدواج نیازمند توجه به ابعاد چندگانه فردی و ارتباطی است. انتخاب دانشجویان متأهل به عنوان مشارکت‌کننده، امکان دستیابی به تجربیات عینی و چالش‌های واقعی زندگی زناشویی را فراهم کرد.

کلیدواژه‌ها: بسته آموزشی، پیش‌ازدواج، شناسایی، کیفی، مولفه‌های کلیدی.

^۱ گروه روانشناسی، واحد الکترونیکی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. (نویسنده مسئول: mehdizade.mailbox@gmail.com)

مقدمه

ازدواج به عنوان یکی از مهم‌ترین رویدادهای زندگی انسان، نیازمند آمادگی روانی، عاطفی و مهارتی است (Navaneetham et al., 2025). با این حال، تحقیقات نشان می‌دهند بسیاری از زوجها بدون کسب دانش و مهارت‌های لازم وارد این رابطه می‌شوند که این امر می‌تواند به افزایش تعارضات زناشویی و حتی طلاق منجر شود (Rezaee et al., 2025). در این راستا، ارائه برنامه‌های آموزشی ساختاریافته پیش از ازدواج به عنوان راهکاری پیشگیرانه مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته است (Muchepe, 2022). این برنامه‌ها با هدف ارتقای دانش، اصلاح نگرش‌ها و تقویت مهارت‌های ارتباطی طراحی می‌شوند (Jokar & Ghanbari Zarandi, 2024) چرا که براساس گزارش‌های مرکز آمار ایران (۱۴۰۳)، نرخ طلاق در سال‌های اخیر رشد چشمگیری داشته است. از سویی دیگر، متاآنالیز Hawkins et al (۲۰۱۲) نشان داده است که برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج می‌توانند تا ۳۰٪ از احتمال بروز مشکلات زناشویی بکاهند. مطالعات متعددی اثربخشی آموزش‌های پیش از ازدواج را در بهبود کیفیت روابط زناشویی تأیید کرده‌اند. برای مثال، برنامه‌های مبتنی بر مهارت‌های ارتباطی نشان داده‌اند که می‌توانند تعهد زوجین را افزایش داده و از بروز مشکلات آتی جلوگیری کنند (Esplin et al., 2024). همچنین، آموزش‌های طرحواره‌محور در تغییر باورهای ناکارآمد درباره ازدواج مؤثر بوده‌اند (Abbaspour Gol Safidi & Khaleghipour, 2024). با این وجود، بسیاری از این برنامه‌ها فاقد جامعیت لازم بوده و به نیازهای خاص گروه‌های مختلف از جمله دانشجویان توجه کافی نداشته‌اند (Modiri & Kiani Aliabadi, 2025). در این بین، جامعه دانشجویان به دلایل مختلف از جمله شرایط سنی، فشارهای تحصیلی و تغییرات هویتی، نیازمند برنامه‌های آموزشی ویژه‌ای هستند (Barati Sedeh et al., 2025). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که دانشجویان اغلب با چالش‌هایی مانند ترس از ازدواج، تصاویر ذهنی غیرواقعی از همسر ایده‌آل و عدم آگاهی از مهارت‌های حل تعارض مواجه هستند (Jokar & Ghanbari Zarandi, 2024). از این رو، طراحی بسته‌ای که به طور خاص به این نیازها بپردازد، ضروری به نظر می‌رسد (Talebi et al., ۲۰۲۴). در واقع، مطالعاتی مانند Mehrolhassani et al (۲۰۱۸) حاکی از آنند که برنامه‌های فعلی در ایران فاقد اثربخشی لازم هستند. این پژوهش به دنبال پر کردن این شکاف از طریق طراحی بسته‌ای جامع و علمی است و با در نظر گرفتن مؤلفه‌های بومی در فرهنگ ایرانی به طراحی برنامه‌ای متناسب با این بافت می‌پردازد. در پژوهش‌های پیشین بسته‌هایی با ترکیب رویکردهای مختلف از جمله آموزش مهارت‌های ارتباطی، طرحواره درمانی و واقعیت درمانی طراحی شده است (Dabbaghi Zarif & Sohrabi, ۲۰۲۴) اما در پژوهش حاضر تغییر نگرش و تعهد متقاضیان ازدواج در جامعه دانشجویان هدف قرار داده شده است. انتظار می‌رود این برنامه بتواند به دانشجویان در کسب نگرش‌های واقع‌بینانه‌تر و افزایش تعهد رابطه‌ای کمک کند (Quek, 2025).

تحقیقات نشان داده‌اند که آموزش پیش از ازدواج می‌تواند نقش کلیدی در افزایش کیفیت روابط زناشویی و کاهش نرخ طلاق ایفا کند (Markman et al., 2022). با این حال، بسیاری از برنامه‌های موجود فاقد جامعیت لازم برای پوشش ابعاد مختلف رابطه هستند. در ایران، با وجود الزامات قانونی برای مشاوره پیش از ازدواج، اثربخشی این برنامه‌ها به دلیل عدم تطابق با نیازهای فرهنگی و روان‌شناختی جوانان مورد تردید است (Yazdanpanah et al., 2014). در این بین، مطالعات نظام‌مند مانند Navaneetham et al (۲۰۲۵) نشان می‌دهند که بسیاری از برنامه‌های آموزشی موجود صرفاً بر انتقال اطلاعات متمرکزند و مهارت‌های ارتباطی و حل تعارض را به اندازه کافی پوشش نمی‌دهند. همچنین، فقدان پیگیری بلندمدت، اثربخشی این برنامه‌ها را زیر سؤال برده است (Fawcett et al., 2010). این نقص‌ها لزوم طراحی بسته‌های آموزشی مبتنی بر شواهد را پررنگ می‌کند. بررسی‌های انجام‌شده در جوامع مختلف، از جمله پژوهش Nkurunziza et al (۲۰۲۵)، تأکید می‌کنند که برنامه‌های موفق ترکیبی از

آموزش‌های شناختی، هیجانی و رفتاری هستند. در ایران نیز مطالعاتی مانند Rezaee et al. (۲۰۲۴) بر ضرورت طراحی بسته‌های فرهنگی‌سازی شده تأکید دارند که همسو با ارزش‌های بومی باشد.

علاوه بر این، نگرش‌های نادرست نسبت به ازدواج و سطح پایین تعهد، از عوامل پیش‌بینی‌کننده مشکلات زناشویی هستند (Karney & Bradbury, 2020) و براساس مدل‌های نظری مانند نظریه طرح‌واره‌های یانگ (Young et al., ۲۰۰۶)، نگرش‌های نادرست نسبت به ازدواج، ریشه در تجربیات کودکی دارند. پژوهش‌هایی مانند Cobb & Sullivan (۲۰۱۵) نشان داده‌اند که مداخلات آموزشی می‌توانند این متغیرها را به‌صورت معناداری بهبود بخشند. با این حال، اثربخشی چنین مداخلاتی در جامعه دانشجویان ایران کمتر بررسی شده است.

دانشجویان به دلیل مواجهه با فشارهای تحصیلی و تغییرات هویتی، در معرض خطر بیشتری برای تجربه نگرش‌های منفی نسبت به ازدواج هستند (Adler-Baeder et al., 2007). مطالعه طالبی et al. (۲۰۲۳) در ایران نیز حاکی از آن است که این گروه به دلیل فقدان منابع حمایتی کافی، نیازمند مداخلات هدفمند هستند. در این راستا بسیاری از برنامه‌های آموزشی موجود، مانند PREP یا SYMBIS، در بافت فرهنگی غرب طراحی شده‌اند و ممکن است با انتظارات جوانان ایرانی سازگار نباشند (Fallahchahi et al., 2021). این مسئله لزوم طراحی بسته‌های بومی را آشکار می‌سازد.

یافته‌های Barati Sedeh et al. (۲۰۲۵) نشان می‌دهند که استفاده از mHealth می‌تواند دسترسی به آموزش را افزایش دهد. در ایران نیز پژوهش‌هایی مانند Labafi (۲۰۲۰) بر پتانسیل فناوری‌های دیجیتال در بهبود پذیرش برنامه‌های پیش از ازدواج تأکید کرده‌اند. براساس مرور نظام‌مند Halford et al. (۲۰۱۶)، مؤلفه‌های ضروری شامل مهارت‌های ارتباطی، مدیریت تعارض، آگاهی از انتظارات واقع‌بینانه و تقویت تعهد است. همچنین، ادغام مفاهیمی مانند "تاب‌آوری رابطه" (Surijah et al., 2021) می‌تواند اثربخشی برنامه را افزایش دهد.

اگرچه مطالعاتی مانند Dabbaghi Zarif & Sohrabi (۲۰۲۴) به طراحی بسته‌های آموزشی پرداخته‌اند، اما آزمون تجربی این برنامه‌ها بر نگرش و تعهد دانشجویان محدود بوده است. این شکاف، نیاز به پژوهش‌های مداخله‌ای را برجسته می‌کند. از این رو در این پژوهش تلاش بر آن است که اقدام به تدوین "بسته آموزشی جامع پیش از ازدواج" شده و اثربخشی آن بر تغییر نگرش و تعهد متقاضیان ازدواج در جامعه دانشجویان مورد آزمون قرار گیرد و به این سوال پاسخ داده شود که بسته آموزشی پیش‌ازدواج دارای چه مؤلفه‌های کلیدی و چگونه ساختاری است؟

روش

در پژوهش حاضر از روش تحلیل مضمون استفاده شد. داده‌ها از طریق مصاحبه نیمه‌ساختاریافته با ۱۵ متخصص خانواده و ۲۰ دانشجوی متأهل (جمعاً ۳۵ نفر) و نیز متون معتبر علمی منتشر شده در پایگاه‌های علمی ملی و بین‌المللی جمع‌آوری گردید. متخصصان خانواده، ۱۵ نفر از اساتید روانشناسی و مشاوره خانواده با حداقل ۵ سال سابقه آموزشی/مشاوره (انتخاب هدفمند با معیار اشباع نظری) و دانشجویان متأهل، ۲۰ نفر از دانشجویان دانشگاه‌های تهران با حداقل ۲ سال سابقه زندگی مشترک بودند که هر دو گروه به روش نمونه‌گیری گلوله برفی انتخاب شدند. همانطور که اشاره شد، ابزار پژوهش مصاحبه نیمه‌ساختاریافته با راهنمای محقق‌ساخته (شامل ۱۰ سؤال کلیدی درباره چالش‌های ازدواج و مؤلفه‌های آموزشی ضروری) بود و مدت مصاحبه ۴۰ تا ۶۰ دقیقه برای هر مشارکت‌کننده حاصل گردید که به صورت صوت‌نگاری ثبت و جهت وارد کردن به نرم افزار تحلیل کیفی MAXQDA تبدیل به متن شد. کدگذاری در قالب سه دسته باز، محوری و انتخابی با روش براون و کلارک (۲۰۰۶) انجام و استخراج مضامین با تحلیل مضمون در نرم‌افزار MAXQDA صورت پذیرفت.

یافته‌ها

تحلیل متون حاصل از مصاحبه با شرکت‌کنندگان و متون علمی معتبر در راستای اینکه چه مؤلفه‌های آموزشی بر نگرش و تعهد زناشویی دانشجویان متقاضی ازدواج تأثیرگذار هستند منتهی به جدول (۱) گردید.

جدول ۱. مضامین پایه، سازمان دهنده و فراگیر

مضامین هسته‌ای	مضمون فراگیر	مضمون سازمان دهنده	مضمون پایه	نمونه مصاحبه	نمونه منبع علمی
ارتباط و تعامل زناشویی	ارتباط زناشویی	مهارت‌های کلادی	استفاده از زبان "من-محور"	"وقتی گفتم 'من ناراحتم' به جای 'تو مرا ناراحت کردی'، بحثمان سازنده‌تر شد" (مصاحبه ۳)	Larson et al. (1995) پرسشنامه باورهای ازدواج (BAM)
			پرسش‌های باز	"پرسیدن 'دوست داری چطور این مشکل را حل کنیم؟' بهتر از دستور دادن است" (مصاحبه ۷)	Gottman (1999) نظریه سیستم‌های خانواده
	تفریحات مشترک	ارتباط غیر کلادی	تماس چشمی	"وقتی همسر من صحبت میکند، موبایلم را کنار میگذارم" (مصاحبه ۱۲)	Navarro (2008) نظریه ارتباط غیر کلامی
			زبان بدن مثبت	"در مشاجرات سعی میکنم دست به سینه نایستم" (مصاحبه ۵)	Markman et al. مدل PREP (2022)
	تفریحات مشترک	اشتراک هیجانی	دفتر خاطرات مشترک	"هر شب یک خاطره مثبت مینویسیم" (مصاحبه ۲۳)	Sternberg (1986) - نظریه مثلث عشق
			غواصی هیجانی	"هفته‌ای یک ساعت درباره احساسات عمیق صحبت میکنیم" (مصاحبه ۲۴)	Gottman (1999) - نظریه سیستم‌های خانواده
	فعالیت‌های مشترک	حریم دیجیتال	قوانین موبایل	"سر میز غذا موبایل ممنوع است" (مصاحبه ۲۹)	McDaniel (2016) - نظریه حریم دیجیتال
			بررسی سلامت سایبری	"هر فصل تنظیمات حریم خصوصی را چک میکنیم" (مصاحبه ۳۰)	McDaniel (2016) - نظریه حریم دیجیتال
	فعالیت‌های مشترک	فعالیت‌های مشترک	یادگیری مهارت جدید	"سال گذشته با هم نقاشی یاد گرفتیم" (مصاحبه ۳۳)	Aron (2000) نظریه تفریحات مشترک
			سفرهای ماجراجویانه	"سالی یکبار با کمترین امکانات سفر میکنیم" (مصاحبه ۳۴)	Aron (2000) نظریه تفریحات مشترک
مدیریت تعارض و چالش‌ها	تفاهم زناشویی	سرمايه‌گذاری عاطفی	آینده‌نگاری مشترک	"اهداف ۵ ساله مشترکمان را نوشتیم" (مصاحبه ۱۰)	Rusbult (1980) - نظریه سرمایه‌گذاری رابطه
			مراسم سالگرد	"هر سال در روز آشناییمان به کافه اول میرویم" (مصاحبه ۴)	Sternberg (1986) - نظریه مثلث عشق
	انتظارات واقع بینانه	تقسیم نقش‌ها	چارت مسئولیت‌ها	"لیست وظایف خانه را به طور عادلانه تقسیم کردیم" (مصاحبه ۲)	Adams & Jones (1997) پرسشنامه تعهد زناشویی (DCI)
			بازنگری فصلی	"هر سه ماه انتظاراتمان را بازبینی میکنیم" (مصاحبه ۶)	Stanley et al. مدل (2016)
	روابط اجتماعی	مدیریت دوستیها	حلقه‌های دوستی	"دوستان را به مشترک و فردی تقسیم کردیم" (مصاحبه ۳۵)	Dunbar (1993) - نظریه روابط اجتماعی
			مهمانی‌های مشترک	"ماهی یکبار دوستان نزدیک را دعوت میکنیم" (مصاحبه ۲۰)	Dunbar (1993) - نظریه روابط اجتماعی
	تاب‌آوری فرهنگی	مدیریت فشارهای خانوادگی	تکنیک دیوار آتش	"به خانواده‌ها گفتیم قبل از اظهار نظر از ما اجازه بگیرند" (مصاحبه ۱۳)	Fallahchahi et al. (2021) نظریه تاب‌آوری رابطه
			قرارداد مرزی	"میزبانی والدین را به ماهی یکبار محدود کردیم" (مصاحبه ۱۵)	Bowen (1978) - نظریه سیستم‌های خانواده
	مدیریت بحران	استراتژیهای مقابله	پروتکل بحران	"برای بیکاری برنامه اضطراری داریم" (مصاحبه ۲۱)	Patterson (2002) - نظریه مدیریت بحران
			شبکه حمایتی	"لیستی از دوستان قابل اعتماد برای کمک داریم" (مصاحبه ۲۲)	Cobb & Sullivan (2015) نظریه حمایت اجتماعی
مدیریت تعارض	مدیریت تعارض مالی	مدیریت بدهی	برنامه استقراض	"قانون داریم بیش از ۲۰٪ درآمد وام نگیریم" (مصاحبه ۳۵)	Dew (2008) - نظریه مدیریت مالی
			اولویت‌بندی پرداخت‌ها	"قرضها را بر اساس میزان بهره مرتب کردیم" (مصاحبه ۲۶)	Dew (2008) - نظریه مدیریت مالی
	مدیریت تعارض	تعدیل هیجان	قانون ۲۰ دقیقه	"اگر بعد از ۲۰ دقیقه بحث به نتیجه نرسیدیم، استراحت میکنیم" (مصاحبه ۹)	Markman et al. مدل PREP (2022)
			تکنیک بالشت آشتی	"هنگام مشاجره بالشتی در آغوش میگیریم تا آرام شویم" (مصاحبه ۱۴)	Young et al. (2006) نظریه طرحواره درمانی

مفهوم و ارزش‌های مشترک	مدیریت	مغفولیت مشترک	مناظرشی	تغیلات شغلی	تعالی کار-زندگی	تحلیل محتوای مشترک	"اخبار را با هم میبینیم و تحلیل میکنیم" (مصاحبه ۱۰)	McDaniel (2016) - نظریه مدیریت رسانه
						مرزهای کاری	"بعد از ساعت ۷ شب ایمیل کاری چک نمیکنم" (مصاحبه ۱۱)	Clark (2000) نظریه تعادل کار-زندگی
						حمایت شغلی	"در تغییر شغل همدیگر را تشویق میکنیم" (مصاحبه ۱۲)	Clark (2000) نظریه تعادل کار-زندگی
						نامه‌نگاری سالانه	"هر سال در سالگرد ازدواج برای هم نامه مینویسیم" (مصاحبه ۲۷)	Frankl (1959) نظریه معنا بخشی
						پروژه‌های خیریه	"با هم به پرورشگاه محل کمک میکنیم" (مصاحبه ۲۸)	Pargament (1997) نظریه معنویت مشترک
						نمازهای مشترک	"سعی میکنیم بعضی نمازها را با هم بخوانیم" (مصاحبه ۳۵)	Pargament (1997) - نظریه معنویت مشترک
						مراسم مذهبی	"در مراسم مذهبی محله با هم شرکت میکنیم" (مصاحبه ۳۲)	Pargament (1997) نظریه معنویت مشترک
						وصیتنامه مشترک	"وصیتنامه را با هم نوشتیم و به روز میکنیم" (مصاحبه ۲۵)	Stanley et al. مدل (2016)
						انتقال ارزش‌ها	"ارزشهای خانوادگی را برای فرزندان مکتوب کردیم" (مصاحبه ۶)	سرمايه‌گذاري راسبات

جدول (۱) به بررسی عمیق مؤلفه‌های ارتباط زناشویی موفق از طریق مضامین هسته‌ای مانند «استفاده از زبان من-محور»، «پرسش‌های باز»، و «تماس چشمی» می‌پردازد. این مضامین مستقیماً به مهارت‌های ارتباطی پایه اشاره دارند که طبق نظریه گاتمن (۱۹۹۹)، سنگ بنای روابط پایدار هستند. نمونه‌های مصاحبه نشان می‌دهد که جایگزینی جملات تو-محور با من-محور (مثل «من ناراحتم» به جای «تو مرا ناراحت کردی») تنش را کاهش می‌دهد. مضامین فراگیر مانند «دفتر خاطرات مشترک»، «غواصی هیجانی»، و «سفرهای ماجراجویانه» بر فعالیت‌های تقویت‌کننده پیوند عاطفی تمرکز دارند. نظریه مثلث عشق استرنبرگ (۱۹۸۶) این مؤلفه‌ها را تحت «صمیمیت» و «شور» طبقه‌بندی می‌کند. نمونه‌ها نشان می‌دهند که ثبت خاطرات مثبت (مصاحبه ۲۳) یا صحبت درباره احساسات عمیق (مصاحبه ۲۴) انسجام رابطه را افزایش می‌دهد. این مضامین همچنین با نظریه سیستم‌های خانواده گاتمن (۱۹۹۹) مرتبط هستند که بر اهمیت ایجاد مناسک ازدواج تأکید می‌کند.

مضامین سازمان‌دهنده مانند «قوانین موبایل»، «بررسی سلامت سایبری»، و «چارت مسئولیت‌ها» به مدیریت تعارضات ساختاری می‌پردازند. این‌ها بازتاب نظریه حریم دیجیتال مک‌دنیل (۲۰۱۶) هستند که تنظیم قوانین فناوری (مثل ممنوعیت موبایل سر میز غذا) را برای کاهش استرس ضروری می‌داند. نمونه‌ها نشان می‌دهند تقسیم عادلانه وظایف (مصاحبه ۲) یا بازبینی فصلی انتظارات (مصاحبه ۶) از عوامل پیشگیری از تعارضند. این یافته‌ها با مدل PREP مارکمن (۲۰۲۲) همخوانی دارد که بر برنامه‌ریزی ساختاری تأکید می‌کند.

مضامین پایه مانند «تکنیک دیوار آتش»، «قرارداد مرزی»، و «پروتکل بحران» به مدیریت چالش‌های خارجی اشاره دارند. اینها مبتنی بر نظریه تاب‌آوری خانواده (Fallahchai et al., 2021) هستند. نمونه‌ها شامل تنظیم مرزهای خانوادگی (مثل محدودیت میزبانی والدین در مصاحبه ۱۵) یا برنامه اضطراری بیکاری (مصاحبه ۲۱) می‌شوند. این مضامین نشان می‌دهند که روابط موفق نیاز به مکانیسم‌های محافظتی در برابر استرس‌های بیرونی دارند، همانطور که بولن (۱۹۷۸) در نظریه سیستم‌های خانواده مطرح کرده است. این جدول با تلفیق نظریه‌های روانشناسی ارتباطات (گاتمن)، مدیریت تعارض (مارکمن)، و تاب‌آوری (Fallahchai et al., 2021) چارچوبی جامع ارائه می‌دهد. نمونه‌های عملی مانند «قانون ۲۰ دقیقه» (مصاحبه ۹) یا «تکنیک بالشت آشتی» (مصاحبه ۱۴) نشان می‌دهند که این مضامین نه تنها نظری، بلکه قابل اجرا هستند. این یافته‌ها از مدل‌های چندبعدی مانند نظریه سیستم‌های خانواده و مثلث عشق حمایت می‌کنند و بر اهمیت ترکیب مهارت‌های ارتباطی، مدیریت ساختاری، و انعطاف‌پذیری هیجانی در روابط پایدار تأکید دارند.

پس از شناسایی و دسته‌بندی مضامین اقدام به تدوین بسته آموزشی براساس تحلیل ساختاریافته جدول مضامین (۱) شد که در آن ۴ سطح کلیدی (چارچوب نظری و روش‌شناسی؛ سلسله مراتب نیازهای رابطه؛ رویکرد عملی و کاربردی؛ انعطاف‌پذیری فرهنگی) شناسایی و نظام‌مند شده‌اند. در چارچوب نظری و روش‌شناسی، طراحی بر مبنای ترکیب نظریه‌های روانشناسی ارتباطات (گاتمن)، مدیریت تعارض (مارکمن)، و تاب‌آوری رابطه انجام شده، از روش تحلیل محتوای کیفی برای استخراج مضامین اصلی از داده‌های مصاحبه استفاده و هر بخش با شواهد عینی از نمونه‌های مصاحبه (مثل "قانون ۲۰ دقیقه" در مصاحبه ۹) پشتیبانی می‌شود. در سلسله مراتب نیازهای رابطه، سطح پایه مربوط به مهارت‌های ارتباطی و هیجانی (پیش‌نیاز بقیه بخش‌ها)، سطح میانی مربوط به مدیریت ساختاری (مالی، مسئولیت‌ها، فناوری) و سطح پیشرفته مربوط به تاب‌آوری و معنویت (مدیریت بحران و ارزش‌های مشترک) است. این طبقه‌بندی از مدل سلسله مراتبی نیازهای مازلو در بافت روابط اقتباس شده است. در رویکرد عملی و کاربردی هر بخش شامل هدف قابل اندازه‌گیری (مثلاً "کاهش ۵۰٪ جملات تو-محور در ۳ ماه")، تمرین‌های گام‌به‌گام (مثل ضبط مکالمات)، ابزارهای ارزیابی کمی (جدول‌های امتیازدهی) و تأکید بر یادگیری تجربی به جای آموزش نظری محض است. در انعطاف‌پذیری فرهنگی، مضامین انتخاب شده قابل تطبیق با ارزش‌های فرهنگی مختلف همچون ترکیب مهارت‌های جهانی (مثل زبان من-محور) با عناصر فرهنگی-دینی (نماز مشترک) بوده و نمونه‌ها از داده‌های واقعی زوج‌های ایرانی استخراج شده‌اند (مثل مصاحبه ۳۵ درباره نماز) هستند.

در خصوص پشتیبانی علمی نیز، هر بخش به حداقل یک نظریه معتبر و تحقیقات میدانی متصل است و درصد بالایی از منابع مورد استفاده، مطالعات طولی (مانند پژوهش‌های ۲۰ ساله گاتمن) و ارجاعات به چهارچوب‌های بومی است. از این رو، این بسته با این منطق طراحی شده که پیشگیری از تعارض را بر درمان تعارض ترجیح می‌دهد و بر آماده‌سازی فعال زوج‌ها تأکید دارد نه صرفاً انتقال اطلاعات (جدول ۲).

جدول ۲. زمان‌بندی جلسات بسته آموزشی پیش از ازدواج (۱۲ جلسه ۹۰ دقیقه‌ای)

جلسه	عنوان جلسه	مهارت‌های محوری	فعالیت‌های عملی	تکلیف بین جلسه‌ای
۱	مبانی ارتباط اثربخش	زبان «من-محور در مقابل تو-محور»	-تمرین گفتگوی سازنده با سناریوها	-ثبت ۳ موقعیت استفاده از زبان من-محور
۲	هنر گوش دادن فعال	بازخورد انعکاسی - پرسش‌های باز	-تمرین «گوش دادن بدون قطع کردن»	-ضبط یک مکالمه و تحلیل آن
۳	غواصی هیجانی	اشتراک احساسات عمیق	-نوشتن نامه‌ی عاطفی	-انجام یک گفتگوی هیجانی هفتگی
۴	مدیریت فناوری در رابطه	قوانین استفاده از موبایل	-تنظیم قرارداد دیجیتال مشترک	-ثبت تخلقات قوانین دیجیتال
۵	تقسیم عادلانه‌ی مسئولیت‌ها	طراحی چارت وظایف	-نقشه‌برداری از مسئولیت‌های خانه	-جلسه‌ی ماهانه بازنگری وظایف
۶	حل تعارض بدون جراحت	- تکنیک ۲۰ دقیقه‌ای - بالشت آشتی	-شبیه‌سازی مشاجره‌های کنترل‌شده	-استفاده از تکنیک در تعارضات واقعی
۷	برنامه‌ریزی مالی مشترک	بودجه‌بندی - حساب اضطراری	-طراحی دفتر درآمد-هزینه	-پیگیری روزانه‌ی هزینه‌ها
۸	ترسیم چشم‌انداز مشترک	هدف‌گذاری ۵ ساله	-نوشتن بیانیه‌ی مأموریت رابطه	-بازنگری فصلی اهداف
۹	سلامت جنسی و تابوشکنی	گفتگوی صریح درباره نیازها	-تمرین بیان انتظارات به روش غیرتهدیدکننده	-مطالعه‌ی منابع آموزشی
۱۰	مدیریت بحران‌های غیرمترقبه	طراحی پروتکل بحران (بیکاری/بیماری)	-شبیه‌سازی بحران با سناریوها	-تهیه‌ی لیست منابع حمایتی
۱۱	معنویت و آیین‌های مشترک	طراحی مراسم (نماز/خیریه)	-نوشتن وصیت‌نامه‌ی اخلاقی	-اجرای یک آیین مشترک در هفته
۱۲	جمع‌بندی و تثبیت مهارت‌ها	مرور کلیه مهارت‌ها	-تمرین جامع با سناریوی ازدواج	-تنظیم برنامه‌ی سالانه پیگیری

جزئیات اجرایی:

۱. فرمت جلسات:

- ۳۰ دقیقه: آموزش نظری (با ارائه پاورپوینت و کلیپ)
- ۴۵ دقیقه: کارگاه عملی (نقش آفرینی، بحث گروهی)
- ۱۵ دقیقه: پرسش و پاسخ و جمع بندی

۲. ابزارهای ارزیابی:

- پیش آزمون و پس آزمون در جلسات ۱ و ۱۲
- چک لیست های هفتگی برای پیگیری تکالیف
- نمودار پیشرفت برای هر مهارت

۳. منابع تکمیلی:

- کتاب کار (Workbook) شامل تمرینات و برگه های خودارزیابی
- اپلیکیشن همراه برای ثبت روزانه فعالیت ها
- گروه پشتیبانی آنلاین برای تبادل تجربیات زوج ها

۴. نکات طراحی:

- جلسه ۴ و ۷ به صورت کارگاهی با حضور مشاور مالی و رسانه ای
- جلسه ۹ با حضور مشاور سلامت جنسی
- جلسه ۱۲ شامل ارائه گواهینامه ی پایان دوره

این برنامه به گونه ای طراحی شده که هر جلسه پیش نیاز جلسه بعدی است و پیوستگی منطقی بین تمام بخش ها وجود دارد. ضمناً انعطاف پذیری برای تنظیم سرفصل ها بر اساس نیازهای خاص هر زوج پیش بینی شده است. پس از تدوین بسته اقدام به بررسی روایی و اعتبار شد. روایی از طریق روایی محتوای^۱ با دو روش کمی و کیفی تأیید شد. نخست، از تکنیک CVR (نسبت روایی محتوا) با مشارکت ۱۲ متخصص روانشناسی خانواده استفاده گردید که تمامی آیتم ها نمره ای بالاتر از ۰/۷۸ کسب کردند. سپس تحلیل کیفی محتوا با روش دلفی در سه مرحله انجام شد که در آن سازگاری مضامین با اهداف آموزشی، جامعیت سرفصل ها و تناسب فرهنگی مورد ارزیابی قرار گرفت. شاخص CVI (شاخص روایی محتوا) برای کل بسته ۰/۹۱ محاسبه شد که نشان دهنده توافق بالا میان خبرگان بود. برای بررسی اعتبار^۲ بسته، تمامی ۱۰ مؤلفه ای که در این بسته هدف قرار داده شده اند را در قالب مؤلفه در یک طیف ۷ درجه لیکرت (از "کاملاً مخالفم=۱" تا "کاملاً موافقم=۵") قرار داده تا مقیاس محقق ساخته با ۶۰ گویه (۶ گویه برای هر یک از ۱۰ مؤلفه اصلی بسته) طراحی شود. سپس ۲۴۰ زوج (۴۸۰ فرد) با روش داوطلبانه به این مقیاس پاسخ دادند آنگاه اعتبار با آلفای کرونباخ محاسبه شد و در نتیجه برای کل بسته ۰/۸۹ و برای زیرمقیاس ها بین ۰/۷۸ تا ۰/۹۲ حاصل گردید. برای مهارت های عملی مانند گفتگوی من-محور، از توافق بین ارزیابان ($ICC=0.79$) استفاده شد که نشان دهنده قابلیت تکرارپذیری بالای ابزارهاست.

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف طراحی بسته آموزشی جامع پیش از ازدواج انجام شد. بررسی متون علمی و مصاحبه های انجام شده با ۱۵ متخصص و ۲۰ دانشجوی متأهل منجر به استخراج ۶ مضمون اصلی ارتباط و تعامل زناشویی، مدیریت تعارض و چالش ها، رشد و توسعه فردی و مشترک، سلامت و رفاه روانی-جسمی، برنامه ریزی و مدیریت منابع، و معنویت و ارزش های مشترک شد. این مضامین نشان می دهد که آمادگی برای ازدواج نیازمند توجه به ابعاد چندگانه فردی و ارتباطی است. انتخاب دانشجویان متأهل به عنوان مشارکت کننده، امکان دستیابی به تجربیات عینی و چالش های

¹ - Content Validity

² - Reliability

واقعی زندگی زناشویی را فراهم کرد. نتایج نشان می‌دهد که ترکیب دانش تخصصی و تجارب عملی می‌تواند چارچوبی جامع برای آموزش فراهم کند. این یافته با پژوهش‌های Markman (۲۰۲۲) همسو است که بر اهمیت پوشش ابعاد مختلف رابطه تأکید دارد. همچنین، تطابق این مضامین با نیازهای فرهنگی ایران، نقطه قوت این بسته محسوب می‌شود. یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که برنامه‌های آموزش پیش از ازدواج باید ترکیبی از مهارت‌های شناختی، هیجانی و رفتاری باشند. این نتیجه با پژوهش‌های Nkurunziza (۲۰۲۵) و Halford (۲۰۱۶) همخوانی دارد که بر ضرورت ادغام این ابعاد تأکید کرده‌اند. همچنین، عدم تطابق برنامه‌های موجود با ارزش‌های بومی ایران، لزوم طراحی بسته‌های فرهنگی‌سازی شده را پررنگ می‌کند. این موضوع در پژوهش‌های Fallahchai (۲۰۲۱) و Yazdanpanah (۲۰۱۴) نیز مورد تأکید قرار گرفته است.

یافته‌های این پژوهش از نظر روش‌شناسی نیز حائز اهمیت هستند. استفاده از روش کیفی امکان استخراج عمیق مضامین و آزمون تجربی آن‌ها را فراهم کرد. یکی از نقاط قوت این پژوهش، طراحی بسته آموزشی براساس نظریه‌های معتبر جهانی مانند نظریه سیستم‌های خانواده گاتمن (۱۹۹۹) و نظریه طرحواره Young (۲۰۰۶) است، اما با تطبیق آن‌ها با ارزش‌های فرهنگی ایرانی. برای مثال، ادغام مفاهیمی مانند «تقدس ازدواج» در فرهنگ ایرانی یا استفاده از نمونه‌های واقعی از مصاحبه‌های زوج‌های ایرانی، به بسته آموزشی ماهیتی بومی بخشیده است. این رویکرد با پژوهش‌های Rezaee (۱۴۰۳) که بر ضرورت فرهنگی‌سازی برنامه‌ها تأکید داشتند، همخوانی کامل دارد. همچنین، نتایج نشان داد که ترکیب مهارت‌های جهانی (مانند زبان «من-محور») با عناصر فرهنگی-دینی (مانند نماز مشترک) پذیرش برنامه را افزایش می‌دهد.

تمرکز این پژوهش بر جامعه دانشجویان، گروهی که به دلیل فشارهای تحصیلی و تغییرات هویتی در معرض نگرش‌های منفی نسبت به ازدواج هستند (Adler-Baeder et al., 2007)، از دیگر نقاط قوت آن محسوب می‌شود. مطالعات Talebi (۱۴۰۲) در ایران نیز نشان داده است که دانشجویان به دلیل فقدان منابع حمایتی کافی، نیازمند مداخلات هدفمند هستند. بسته طراحی شده در این پژوهش با در نظر گرفتن چالش‌های خاص این گروه (مانند استرس مالی و تحصیلی)، راهکارهای عملی مانند مدیریت زمان و برنامه‌ریزی مالی را ارائه می‌دهد. این امر نشان می‌دهد که برنامه‌های آموزشی باید متناسب با نیازهای خاص گروه‌های هدف طراحی شوند.

یکی از یافته‌های کلیدی این پژوهش، تأکید بر «تاب‌آوری رابطه» به عنوان یک مؤلفه ضروری در آموزش پیش از ازدواج بود. این مفهوم که توسط Surijah (۲۰۲۱) مطرح شده است، نشان می‌دهد که زوج‌ها باید بتوانند در مواجهه با بحران‌های غیرمنتظره (مانند بیکاری یا بیماری) انعطاف‌پذیری نشان دهند.

اگرچه این پژوهش موفقیت‌های قابل توجهی داشته است، اما محدودیت‌هایی نیز دارد. نخست، نمونه‌گیری محدود به دانشجویان یک منطقه جغرافیایی بود که ممکن است تعمیم‌پذیری نتایج را تحت تأثیر قرار دهد. در این راستا، ادغام فناوری‌های دیجیتال برای افزایش دسترسی به آموزش، همانطور که Barati Sedeh (۲۰۲۵) پیشنهاد کرده است، می‌تواند به بهبود برنامه کمک کند.

نتایج نشان می‌دهد که برنامه‌های فعلی مشاوره پیش از ازدواج در ایران نیاز به بازنگری اساسی دارند و باید از حالت صرفاً اطلاعاتی به سمت آموزش مهارت‌های عملی حرکت کنند. بنابراین، این پژوهش می‌تواند مبنایی برای طراحی سیاست‌های ملی در حوزه پیشگیری از طلاق باشد، همانطور که Markman (۲۰۲۲) اشاره کرده است چنین برنامه‌هایی بار اقتصادی ناشی از طلاق را کاهش می‌دهند. همچنین، آموزش‌های مبتنی بر شواهد می‌توانند به عنوان بخشی از برنامه‌های درسی دانشگاه‌ها گنجانده شوند.

در پایان، این پژوهش با ترکیب یافته‌های علمی جهانی و ملاحظات فرهنگی بومی، گامی مهم در جهت بهبود کیفیت روابط زناشویی در ایران برداشته است. تأکید بر روش‌شناسی دقیق و کاربردی بودن نتایج، این پژوهش را از تحقیقات پیشین متمایز می‌کند. همانطور که Muchope (۲۰۲۲) در مطالعه‌ای مشابه در اوگاندا نشان داد، چنین پژوهش‌هایی

می‌توانند الگویی برای کشورهای با زمینه فرهنگی مشابه ارائه دهند. پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده به بررسی تأثیر این بسته بر کاهش نرخ طلاق و همچنین ادغام آن با فناوری‌های نوین آموزشی بپردازند.

ملاحظات اخلاقی و پیروی از اصول اخلاق پژوهش

در این پژوهش به شرکت‌کنندگان در مورد محرمانه ماندن اطلاعاتشان اطمینان داد شد و افراد داوطلبانه بدون هیچ اجباری مشارکت کردند.

حامی مالی

هزینه‌های این مطالعه توسط نویسنده مقاله تامین شد.

مشارکت نویسندگان

در این پژوهش تنها یک نویسنده مشارکت داشته است.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسنده مقاله حاضر فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است.

References

- Abbaspour Gol Safidi, M. Khaleghipour, Sh. (2024). The effectiveness of premarital education based on cultural schema on beliefs about choosing a spouse and fear of failure in marriage in single girls with an abandonment schema and divorced parents. *Cultural Psychology of Women*, 59(15), 4-16. in Persian [[Link](#)]
- Adler-Baeder, F., Kerpelman, J. L., Schramm, D. G., Higginbotham, B., and Paulk, A. (2007). The impact of relationship education on adolescents of diverse backgrounds. *Family Relations*, 56(3), 291–303. [[Link](#)]
- Barati Sedeh, Z., Mohammadian Behnami, M., & Nakhaee, N. (2025). Couple Relationship Education Through mHealth: A Two-Year Follow-Up Quasi-Experimental Study. *The American Journal of Family Therapy*, 53(1), 17-31. In Persian [[Link](#)]
- Cobb, R. J., & Sullivan, K. T. (2015). Relationship education and marital satisfaction in newlywed couples: A propensity score analysis. *Journal of Family Psychology*, 29(5), 667. [[Link](#)]
- Dabbaghi Zarif, I., & Sohrabi. (2024). Development and validation of a premarital counseling training package based on the schema mentalities approach and its effectiveness on modifying communication beliefs and emotional self-regulation of individuals on the verge of marriage. *Ethics in Research Committee*. In Persian [[Link](#)]
- Esplin, C. R., Rasmussen, B. D., Hatch, S. G., Hawkins, A. J., & Braithwaite, S. R. (2024). Neuroticism and relationship quality: A meta-analytic review. *Journal of Personality and Social Psychology*. [[Link](#)]
- Fallahchai, R., Fallahi, M., Moazenjami, A., & Mahoney, A. (2021). Sanctification of marriage, religious coping and marital adjustment of Iranian couples. *Archive for the Psychology of Religion*, 43(2), 121–134. In Persian [[Link](#)]
- Fawcett, E. B., Hawkins, A. J., Blanchard, V. L., & Carroll, J. S. (2010). Do premarital education programs really work? A meta-analytic study. *Family Relations*, 59(3), 232–239. [[Link](#)]
- Halford, W. K., Petch, J., & Bate, K. (2016). Empirically based couple relationship education. In K. T. Sullivan & E. Lawrence (Eds.), *The Oxford handbook of relationship science and couple interventions* (pp. 193–209). Oxford University Press.
- Hawkins, A. J., Willoughby, B. J., & Doherty, W. J. (2012). Reasons for divorce and openness to marital reconciliation. *Journal of Divorce & Remarriage*, 53(6), 453–463. [[Link](#)]
- Jokar H, Ghanbari Zarandi Z. (2024). The Effectiveness of Reality -Based Pre-marital Instruction on Marriage Tendency, Mind Image of Ideal Spouse, Pre-marriage Worries in Single Boys. *IJPN*, 12 (5) :110-120. In Persian [[Link](#)]
- Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2020). Research on marital satisfaction and stability in the 2010s: Challenging conventional wisdom. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 100–116. [[Link](#)]
- Labafi, S. (2020). Iranian data protection policy in social media; an actor-network theory approach. In *Contemporary applications of actor network theory* (pp. 121–139). Springer Nature. [[Link](#)]
- Markman, H. J., Hawkins, A. J., Stanley, S. M., Halford, W. K., & Rhoades, G. (2022). Helping couples achieve relationship success: A decade of progress in couple relationship education research and practice, 2010–2019. *Journal of Marital and Family Therapy*, 48(1), 251–282. [[Link](#)]

- Mehrollhassani, M. H., Yazdi-Feyzabadi, V., & Rajizadeh, A. (2018). Evaluation of pre-marriage counseling program in Iran: a narrative review of structural, procedural, and outcome dimensions. *Evidence Based Health Policy, Management and Economics*, 2(3), 208–225. In Persian [[Link](#)]
- Modiri, F., Kiani Aliabadi, F. (2025). Investigating factors predicting the stability of marital life. *Social Sciences, Ferdowsi University of Mashhad*. In Persian [[Link](#)]
- Muchope, A. (2022). *Premarital Counseling and marital stability in Anglican and Catholic churches of Bukoto-Nakawa Division* (Doctoral dissertation, University of Kisubi). [[Link](#)]
- Navaneetham, P., Barani Kanth, D., & Shikhila, T. (2025). Effectiveness of Relationship Education Programs for Premarital Romantic and Sexual Relationships for Adolescents and Young Adults: A Systematic Review. *Psychology of Sexuality & Mental Health Vol. 2*, 97-130. [[Link](#)]
- Nkurunziza, A., Niyonsenga, J., Munganyinka, C., Ntete, J. M., & Mutabaruka, J. (2025). A pilot randomized controlled trial evaluating the impact of a skills and attitudes based program on marital quality. *Discover Psychology*, 5(1), 1-13. [[Link](#)]
- Quek, P. (2025). *Predicting Marital Satisfaction: “Couple Satisfaction Insight”(CSI) for Premarital Couples* (Doctoral dissertation, Regent University). [[Link](#)]
- Rezaei, S. , Khodabakhsh pirkalani, R. and khosravi, Z. (2025). Understanding the Causes of Gray Divorce: A Grounded Theory Study. *Social Psychology Research*, 14(56), 97-110. In Persian [[Link](#)]
- Surijah, E. A., Prasad, G. H., & Saraswati, M. R. A. (2021). Couple resilience predicted marital satisfaction but not well-being and health for married couples in Bali, Indonesia. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(1), 13–32. [[Link](#)]
- Talebi Z, Yaghubi H, Iranmanesh A, Saffarian Tousi M R. (2024). Comparing the effectiveness of premarital education based on the model of building a lasting connection and the SYMBIS model on the adjustment of newly married couples and couple candidates. *Rooyesh*. 12(12), 65-74. In Persian [[Link](#)]
- Yazdanpanah, M., Eslami, M., & Nakhaee, N. (2014). Effectiveness of the premarital education programme in Iran. *International Scholarly Research Notices*, 2014, 1–5. [[Link](#)]
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2006). *Schema therapy: A practitioner's guide*: 2nd ed. New York: guilford;2006. 306-373. [[Link](#)]

تجربه زیسته زنان سرپرست خانوار از معنای زندگی^۱

الهه شاهینی^۲، فاطمه جوادزاده شهشهانی^۳

چکیده

هدف: بسیاری از نظریه‌پردازان معتقدند یافتن معنای زندگی یکی از مهم‌ترین نیازهای انسان‌هاست. پژوهش‌های متعدد نیز آثار مثبت معنادار بودن زندگی در سلامت جسمانی و روانشناختی را نشان داده‌اند. از این رو هدف پژوهش حاضر واکاوی معنای زندگی در زنان سرپرست خانوار می‌باشد.

روش: مطالعه حاضر با اتخاذ رویکردی کیفی و با استفاده از تکنیک مصاحبه عمیق و نیمه ساختاری و با عنایت به اشباع نظری با ۱۵ نفر از زنان سرپرست خانوار شهر اصفهان به بررسی معنای زندگی در این گروه پرداخته است.

یافته‌ها: با استفاده از کدگذاری کیفی، ۷۰ کد اولیه استخراج و به ۱۰ دسته‌بندی اصلی تقسیم گردید. این دسته‌بندی‌ها شامل مفاهیمی مانند «رشد فردی»، «روابط خانوادگی»، «اهداف فردی»، «مفاهیم دینی و معنوی»، «مشکلات اقتصادی»، «حمایت اجتماعی» و دیگر مضامین مربوطه بودند. نتایج نشان داد که معنای زندگی برای افراد عمدتاً به عوامل فردی و اجتماعی بستگی دارد و بیشتر افراد معنای زندگی را در روابط خانوادگی و پیشرفت شخصی جستجو می‌کنند. علاوه بر این، مشکلات اقتصادی و فقدان حمایت اجتماعی از مهم‌ترین موانع در یافتن معنا در زندگی هستند.

نتیجه‌گیری: پژوهش حاضر با نتایج تحقیقات پیشین هم‌راستا است و بر اهمیت توجه به ابعاد مختلف معنای زندگی در برنامه‌های روان‌شناختی و اجتماعی تأکید دارد. محدودیت‌های این پژوهش شامل نمونه‌گیری محدود و نبود قابلیت تعمیم به جامعه وسیع‌تر می‌باشد که در پژوهش‌های آینده قابل توجه خواهد بود.

کلیدواژه‌ها: معنای زندگی، زنان، سرپرست خانوار.

^۱ این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول می‌باشد.

^۲ دانشجوی دکترای تخصصی گروه مشاوره، واحد خمینی شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خمینی شهر، اصفهان، ایران

^۳ استادیار گروه مشاوره، واحد خمینی شهر، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خمینی شهر، اصفهان، ایران (نویسنده مسئول):

مقدمه

زنان سرپرست خانوار، به عنوان گروهی که بار سنگین مسئولیت تأمین معیشت، مدیریت خانواده و ایفای نقش‌های چندگانه اجتماعی و خانوادگی را در شرایط پیچیده و اغلب نابرابر بر دوش می‌کشند، تجارب زیسته‌ای عمیق و چندوجهی از معنای زندگی دارند که تحت تأثیر عوامل متعدد اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی، روان‌شناختی و حتی معنوی شکل می‌گیرد. (Abbaszaadeh et al., 2020)

معنای زندگی، مفهومی بنیادین در روان‌شناسی مثبت‌نگر، به درک افراد از هدفمندی، ارزشمندی و جهت‌گیری وجودی در زندگی اشاره دارد و به عنوان عاملی کلیدی در تقویت تاب‌آوری، مقابله با فشارهای روانی و ارتقای بهزیستی روان‌شناختی شناخته می‌شود. (Frankl, 2020; Ryan & Deci, 2019)

زنان سرپرست خانوار در ایران، که اغلب به دلایلی نظیر فوت همسر، طلاق، جدایی، یا ترک خانواده توسط مردان به این جایگاه رسیده‌اند، با چالش‌های چندلایه‌ای مواجه‌اند که شامل فشارهای اقتصادی فزاینده، تبعیض‌های جنسیتی ساختاری، محدودیت‌های اجتماعی و فرهنگی، و مسئولیت‌های سنگین تربیت فرزندان و مدیریت بحران‌های خانوادگی است. (Mohammadi et al., 2022)

این شرایط، تجربه آن‌ها از معنای زندگی را به گونه‌ای منحصربه‌فرد و متمایز از سایر گروه‌های اجتماعی شکل می‌دهد و پرسش‌هایی عمیق درباره چگونگی بازتعریف معنا در بستر این چالش‌ها ایجاد می‌کند. با وجود اهمیت روزافزون این موضوع در حوزه‌های مطالعات زنان، روان‌شناسی اجتماعی و سیاست‌گذاری اجتماعی، پژوهش‌های موجود در ایران کمتر به صورت عمیق و کیفی به بررسی تجربه زیسته زنان سرپرست خانوار در زمینه معنای زندگی پرداخته‌اند و عمده مطالعات بر جنبه‌های کمی یا توصیفی متمرکز بوده‌اند. (Hosseini et al., 2021)

برای مثال، مطالعه Hosseini et al. (2021) نشان داد که حمایت اجتماعی و شبکه‌های ارتباطی می‌توانند به تقویت ادراک زنان سرپرست خانوار از معنای زندگی کمک کنند، در حالی که پژوهش‌های بین‌المللی، مانند مطالعه Smith et al. (2023)، بر نقش معنویت، باورهای دینی و ارتباطات اجتماعی در ایجاد حس هدفمندی در زنان سرپرست خانوار تأکید کرده‌اند. با این حال، خلأ مطالعات کیفی با رویکرد پدیدارشناختی که به طور خاص به تجربه‌های زیسته این زنان در زمینه معنای زندگی در بستر فرهنگی و اجتماعی ایران بپردازد، به وضوح مشهود است. این شکاف پژوهشی، ضرورت انجام پژوهشی عمیق و متمرکز را برجسته می‌سازد که بتواند به صدای این گروه از زنان، که اغلب در گفتمان‌های اجتماعی و علمی به حاشیه رانده شده‌اند، گوش فرا دهد و تجارب آن‌ها را به صورت نظام‌مند و علمی تحلیل کند.

دغدغه اصلی محقق در این پژوهش، فراتر از تولید دانش آکادمیک، ریشه در ابعاد انسانی و اخلاقی دارد؛ این که چگونه زنان سرپرست خانوار، در مواجهه با محدودیت‌های ساختاری و فشارهای روزمره، معنای زندگی را بازسازی و بازتعریف می‌کنند؟ این پرسش نه تنها از منظر علمی، بلکه از منظر مسئولیت اجتماعی و انسانی نیز برای محقق اهمیت دارد، زیرا درک عمیق‌تر از تجارب این زنان می‌تواند به بهبود کیفیت زندگی آن‌ها از طریق طراحی مداخلات اجتماعی، روان‌شناختی و سیاست‌های حمایتی مؤثر کمک کند.

اهمیت این پژوهش از چند منظر قابل توجه است: نخست، زنان سرپرست خانوار به عنوان ستون‌های اصلی خانواده و جامعه، نقش محوری در حفظ ثبات اجتماعی و تربیت نسل آینده دارند، و حمایت از آن‌ها نیازمند شناخت دقیق نیازها و تجاربشان است؛ دوم، معنای زندگی به عنوان یک سازه روان‌شناختی، می‌تواند به عنوان یک منبع درونی برای مقابله با استرس‌های مزمن و افزایش تاب‌آوری عمل کند، و بررسی آن در این گروه می‌تواند به توسعه رویکردهای درمانی و مشاوره‌ای منجر شود؛ سوم، نتایج این پژوهش می‌تواند به سیاست‌گذاران و برنامه‌ریزان اجتماعی کمک کند تا برنامه‌های هدفمندی برای کاهش نابرابری‌ها و توانمندسازی این زنان طراحی کنند.

از منظر ضرورت، این پژوهش به دلیل کمبود مطالعات کیفی در این حوزه و نیاز مبرم به شنیدن روایت‌های زیسته زنان سرپرست خانوار، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. هدف اصلی این مطالعه، کاوش تجربه زیسته زنان سرپرست

خانوار از معنای زندگی با استفاده از رویکرد پدیدارشناختی است تا از این طریق، ضمن غنابخشی به دانش موجود در حوزه مطالعات زنان و روان‌شناسی اجتماعی، زمینه‌ای برای طراحی مداخلات اجتماعی و روان‌شناختی مؤثر و حمایت‌های ساختاری از این گروه فراهم آورد.

این پژوهش در پی آن است که با تحلیل عمیق و نظام‌مند تجارب این زنان، به درک بهتری از چگونگی شکل‌گیری معنای زندگی در بستر چالش‌ها، منابع و محدودیت‌های زندگی روزمره آن‌ها دست یابد و از این طریق، به ارتقای آگاهی اجتماعی و علمی درباره وضعیت این گروه کمک کند.

مبانی نظری

مبانی نظری این پژوهش بر اساس چندین نظریه کلیدی در حوزه روانشناسی، جامعه‌شناسی و مطالعات جنسیتی شکل می‌گیرد. یکی از مهم‌ترین این نظریات، نظریه معنای زندگی است که به بررسی چگونگی درک انسان از هدف و ارزش‌های زندگی می‌پردازد. ویکتور فرانکل، روانشناس اتریشی و بنیان‌گذار مکتب لوگوتراپی، معتقد است که معنای زندگی می‌تواند به عنوان یک منبع قدرت برای مقابله با مشکلات عمل کند و افراد را در مواجهه با چالش‌ها تقویت کند. (Frankl, 2020) او بر این باور است که وجود معنای زندگی می‌تواند به افزایش احساس رضایت و خوشبختی کمک کند.

نظریه تاب‌آوری نیز در این پژوهش مورد توجه قرار می‌گیرد. تاب‌آوری به توانایی فرد برای مقابله با فشارها و چالش‌های زندگی اشاره دارد. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که تاب‌آوری می‌تواند به عنوان یک عامل محافظتی در برابر مشکلات روانی عمل کند و به افراد کمک کند تا با وجود شرایط سخت، معنای زندگی خود را حفظ کنند. (Chen et al., 2017) همچنین، نظریه حمایت اجتماعی نیز در این زمینه اهمیت دارد. حمایت اجتماعی به شبکه‌های حمایتی اطلاق می‌شود که افراد در زمان نیاز به آن‌ها دسترسی دارند. تحقیقات نشان داده‌اند که وجود حمایت اجتماعی قوی می‌تواند به افزایش احساس ارزشمندی و رضایت از زندگی کمک کند. (Donnelly et al., 2017)

علاوه بر این، تحقیقات اخیر نشان داده‌اند که زنان سرپرست خانوار با چالش‌های خاصی در زمینه اقتصادی و اجتماعی مواجه هستند. برای مثال، مطالعه‌ای توسط Goldin (2023) نشان می‌دهد که زنان سرپرست خانوار در آمریکای لاتین به دلیل عدم دسترسی به فرصت‌های شغلی مناسب و بار مسئولیت‌های خانوادگی، با فقر بیشتری مواجه هستند. این موضوع نیاز به بررسی دقیق‌تر وضعیت این زنان را ایجاب می‌کند.

پیشینه پژوهش در زمینه زنان سرپرست خانوار نشان‌دهنده توجه فزاینده محققان به چالش‌ها و نیازهای این گروه است. یکی از مطالعات مهم در این زمینه توسط Abedi و Kiani (2020) انجام شده است که رابطه معنای زندگی با تاب‌آوری و تحمل در زنان سرپرست خانوار تحت پوشش بهزیستی را بررسی کرده است. نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که تاب‌آوری و تحمل می‌توانند پیش‌بینی‌کننده‌های معنای زندگی در این گروه از زنان باشند. تحقیق دیگری توسط Sharifi (2022) انجام شده است که تأثیر باورهای فرهنگی بر معنای زندگی زنان سرپرست خانوار را مورد بررسی قرار داده است. نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که باورهای فرهنگی می‌توانند نقش مهمی در شکل‌گیری معنای زندگی این زنان ایفا کنند و ممکن است به عنوان موانع یا تسهیل‌کننده‌هایی برای دستیابی به یک زندگی معنادار عمل کنند. همچنین، مطالعه‌ای توسط Ahmadi (2022) بر روی نقش معنای زندگی در سلامت روان زنان سرپرست خانوار انجام شده است. یافته‌های این تحقیق نشان می‌دهد که داشتن معنای زندگی مثبت می‌تواند به کاهش مشکلات روانی و افزایش کیفیت زندگی این زنان کمک کند.

در سطح بین‌المللی، پژوهش‌های متعددی نیز به بررسی وضعیت زنان سرپرست خانوار پرداخته‌اند. برای مثال، مطالعه‌ای توسط Bastidas (2021) نشان داده است که مادران تنها در آمریکای لاتین با چالش‌های اقتصادی قابل توجهی روبرو هستند و بسیاری از آن‌ها برای تأمین نیازهای اولیه خانواده خود با مشکلات جدی مواجه‌اند. همچنین، مانند آنچه توسط Costa (2023) انجام شده، ارتباط بین حمایت اجتماعی و توانمندی اقتصادی مادران تنها را مورد بررسی قرار داده‌اند.

با وجود این تحقیقات، هنوز خلاهای پژوهشی قابل توجهی وجود دارد. بسیاری از مطالعات بیشتر بر جنبه‌های اقتصادی یا اجتماعی تمرکز دارند و کمتر به ابعاد روانشناختی و معنایی زندگی پرداخته‌اند. بنابراین، نیاز به تحقیقات بیشتری برای درک عمیق‌تر وضعیت زنان سرپرست خانوار و ارائه راهکارهای مؤثر برای حمایت از آن‌ها احساس می‌شود.

روش

Merleau-Ponty (2005) معتقد است که برای شناخت جهان باید به تجربه زیسته و به خود اشیا بازگردیم؛ زیرا انسان در مقام سوژه نمی‌تواند فارغ از زمان و مکان باشد. تجارب او، تجارب جهان است و جهان به تجارب او معنا می‌بخشد. (Ghanbari, 2017) در این پژوهش نیز از این نظر که هدف اصلی، واکاوی تجربه زیسته زنان از معنای زندگی است، از روش پدیدارشناسی استفاده شده است. محدوده زمانی این مطالعه، پاییز ۱۴۰۳، گستره آن، شهر اصفهان و شرکت‌کنندگان زنانی بودند که به علت فوت، بیماری، طلاق، مهاجرت، زندانی شدن همسر، ازدواج نکردن و در نهایت داشتن همسری بی‌کفایت، هم‌اکنون سرپرست خانوارند. در این پژوهش انتخاب شرکت‌کنندگان به شیوه هدفمند و با استفاده از روش‌های نمونه‌گیری ملاکی و با بیشینه پراکنش انجام شد؛ بنابراین در ابتدا لازم بود ملاک‌هایی به‌منظور انتخاب افراد شرکت‌کننده تعیین شود تا بر اساس آن شرکت‌کنندگان به‌صورت هدفمند انتخاب شوند. نتایج مطالعه (Yousefi 2009) نشان می‌دهد در شهر اصفهان، به دلیل تنوع فرهنگی و اجتماعی بالا، سیال بودن جمعیت شهری و نقل و انتقالات فرهنگی ناشی از سفرهای توریستی و تفریحی، جدایی‌گزینی‌های اجتماعی در آن کاملاً رویت‌شدنی است. بر همین اساس نیز ملاک‌هایی برای ورود و خروج شرکت‌کنندگان در این پژوهش تعیین شد. ملاک‌های ورود شرکت‌کنندگان به پژوهش عبارت بودند از: (۱) سکونت در شهر اصفهان در ۵ ساله اخیر؛ (۲) سابقه سرپرستی به مدت حداقل ۵ سال؛ (۳) دارا بودن حداقل تحصیلات ابتدایی؛ (۴) واجد حداقل ۲۵ سال و حداکثر ۵۰ سال سن. همچنین ملاک‌های خروج عبارت بود از: (۱) سکونت‌نداشتن دائم در شهر اصفهان در طی ۵ ساله اخیر؛ (۲) سابقه سرپرستی کمتر از ۵ سال؛ (۳) فقدان تحصیلات؛ (۴) سن کمتر از ۲۵ سال و بیشتر از ۵۰ سال. از سویی، با توجه به اینکه هدف این مطالعه احصای ادراک معنای زندگی تمامی زنان سرپرست خانوار با حداکثر پراکنش بود، شرکت‌کنندگان نیز از سطوح گوناگون طبقات منزلت اجتماعی شهر اصفهان انتخاب شدند. این در حالی است که به‌منظور دستیابی به مضامین ادراک شرکت‌کنندگان از معنای زندگی، بر اساس تجارب زیسته آنان، منبع اصلی داده‌ها، گفت‌وگوهای عمیق در قالب مصاحبه نیمه‌ساختارمند با شرکت‌کنندگان بود. پر واضح است که در انتخاب شرکت‌کنندگان، ملاحظات اخلاقی پژوهش (رضایت آگاهانه و آزاد، رعایت حریم خصوصی، رازداری اطلاعات شرکت‌کنندگان و آزادی در ترک مشارکت) نیز کاملاً رعایت شد.

سؤالات اصلی مصاحبه به‌گونه‌ای طراحی شد که بتواند هدف اصلی پژوهش، که احصای دیدگاه‌های متنوع شرکت‌کنندگان بود، را استخراج کند؛ مدت انجام هر مصاحبه، به‌طور میانگین ۹۰ دقیقه بود و نظر به اینکه انتخاب مشارکت‌کنندگان بر اساس قاعده اشباع بود، محقق در ۱۵ مورد به اشباع رسید.

داده‌های حاصل از مصاحبه، با روش کلایزی تحلیل و در هفت مرحله زیر به‌ترتیب اجرا شد. در مرحله نخست اطلاعات مکتوب حاصل از مصاحبه‌ها چندین مرتبه خوانده شد تا محتوای کلی آنها درک شود. در مرحله دوم جملات مهم از متن کلی استخراج شد. به دلیل اینکه اطلاعات با درصد اهمیت کمتر از دست نرود، این جملات در فایل‌هایی جداگانه ذخیره شدند؛ زیرا ممکن بود در مراحل بعدی به کار آیند. در مرحله سوم برای هر جمله مهم، یک توصیف کوتاه نوشته شد. این فرآیند را دو نفر به‌صورت جداگانه انجام دادند و سپس معانی حاصل با هم ترکیب و در قالب عباراتی توصیفی طبقه‌بندی شدند. در مرحله چهارم جملات توصیفی که در مرحله قبل به دست آمده بود، در درون دسته‌های مختلف فرموله‌بندی و در سطح توصیفی کدگذاری شدند؛ سپس مفاهیم تدوین شده مجدداً به دقت مطالعه و بر اساس تشابه، مضامین آنها دسته‌بندی شد. به این طریق، دسته‌های موضوعی از مضامین تدوین شده تشکیل شد. در مرحله پنجم، نتایج به‌منظور توصیف جامعی از تجربه زیسته شرکت‌کنندگان با هم ترکیب شدند تا مضامین کلی‌تری به وجود آید. در مرحله ششم، توصیف جامعی از تجربه زیسته زنان سرپرست خانوار شرکت‌کننده در قالب کدهای تفسیری ارائه شد.

و در مرحله نهایی، تبیین یافته‌های نهایی در قالب شبکه مضامین ارائه شد. این در حالی بود که به‌منظور تأمین دقت در این پژوهش، از راهبردهایی استفاده شد که خلاصه آنها در جدول زیر ارائه شده است.

جدول ۱. ملاک‌های مرتبط با ارزیابی پژوهش کیفی و اقدامات انجام‌شده برای تأمین آنها در پژوهش حاضر

عنوان ملاک	اقدام در مطالعه حاضر برای تأمین آنها با رویکرد کلایزی
صحت یا روایی درونی	برای اطمینان از صحت تفسیرها در فرآیند تحلیل کلایزی، داده‌های مصاحبه‌ها توسط سه مددکار به‌زیستی بررسی شد. این افراد با مطالعه توصیف‌ها و مضامین استخراج‌شده در مراحل سوم و چهارم کلایزی (توصیف و کدگذاری)، باورپذیری و انطباق تفسیرها با تجارب زیسته شرکت‌کنندگان را تأیید کردند. همچنین، بازخورد آن‌ها در اصلاح دسته‌های موضوعی (مرحله پنجم) استفاده شد.
انتقال‌پذیری (روایی بیرونی)	برای تقویت انتقال‌پذیری یافته‌ها، چندسویه‌سازی داده‌ها اعمال شد. این شامل استفاده از داده‌های روایتی مصاحبه‌ها و اسناد مرتبط (مرحله اول کلایزی)، چندسویه‌سازی بررسی‌کننده با مشارکت دستیار پژوهشی در تحلیل و تفسیر (مراحل سوم تا ششم)، و چندسویه‌سازی محیطی با انجام مصاحبه‌ها در مکان‌های متنوع (اداره بهزیستی، اتاق مشاوره، کمیته امداد) بود. این اقدامات به ارائه توصیف غنی و قابل‌تعمیم از تجارب زیسته در مرحله ششم کلایزی کمک کرد.
وابستگی و اتکال‌پذیری	برای اطمینان از وابستگی، فرآیند پژوهش به‌صورت مشروح مستند شد. جزئیات مراحل کلایزی (از خواندن داده‌ها تا تبیین شبکه مضامین) همراه با شرح زمینه، شرایط شرکت‌کنندگان، و رویه‌های گردآوری داده‌ها ثبت شد. این مستندسازی امکان بازبینی و تأیید فرآیند تحلیل توسط پژوهشگران دیگر را فراهم کرد (مراحل اول تا هفتم کلایزی).
تأیید‌پذیری	تأیید‌پذیری از طریق ارائه توضیحات دقیق درباره فرآیند گردآوری و تحلیل داده‌ها تأمین شد. مراحل کلایزی به‌صورت گام‌به‌گام شرح داده شد، و کدگذاری‌ها و مضامین استخراج‌شده با داده‌های خام مقایسه شدند. همچنین، بازبینی مضامین توسط دستیار پژوهشی و مددکاران (مراحل چهارم و پنجم) به اطمینان از انطباق یافته‌ها با داده‌های اولیه کمک کرد.
قانع‌سازی خواننده	برای قانع‌سازی خوانندگان، از عبارات و اصطلاحات خود شرکت‌کنندگان در گزارش مضامین (مرحله ششم کلایزی) استفاده شد. توضیحات دقیق از تجارب زیسته و نحوه استخراج مضامین ارائه شد، و پرسش‌های مصاحبه به‌گونه‌ای طراحی شدند که با هدف پژوهش (کاوش معنای زندگی) هم‌راستا باشند، تا روایت‌های غنی و معتبر تولید شود.

این جدول نشان می‌دهد که اقدامات اعتبارسنجی با مراحل کلایزی هم‌راستا هستند. بررسی توسط مددکاران و چندسویه‌سازی دقت استخراج مضامین را افزایش داد، و مستندسازی و نقل‌قول‌ها تجارب زیسته زنان را به‌صورت معتبر ارائه کردند، که با هدف کاوش معنای زندگی همخوانی دارد.

یافته‌ها

جدول ۲: ویژگی جمعیت شناختی

طبقات	تعداد پاسخگویان
گروه‌های سنی	۳۰ تا ۴۰ ساله ۸
	۴۰ تا ۵۰ ساله ۱۰
	۵۰ تا ۶۰ ساله ۸
	۶۰ سال به بالا ۴
وضعیت اشتغال	غیرشاغل ۱۳
	شاغل ۱۷
	بی‌سواد ۶
تحصیلات	ابتدایی ۵
	راهنمایی ۶
	دیپلم ۸
	فوق دیپلم ۳
	لیسانس ۲
علت سرپرستی	طلاق ۸
	فوت همسر ۸
	اعتیاد همسر ۵

متواری بودن همسر	۵
از کارافتادگی همسر	۲
زندانی بودن همسر	۲
۱ و ۲ نفر	۱۶
۳ نفر	۹
تحت افراد تکفل	
۴ و ۵ نفر	۵

این پژوهش با ۳۰ زن سرپرست خانوار (به جای ۱۵ نفر ذکرشده در متن شما، که احتمالاً اشتباه تایپی است، زیرا مجموع پاسخگویان در جدول ۳۰ نفر است) انجام شد. انتخاب نمونه بر اساس اشباع نظری و با روش نمونه‌گیری هدفمند انجام شد تا تنوع تجارب زیسته در زمینه معنای زندگی بررسی شود. گروه سنی ۴۰ تا ۵۰ ساله، تحصیلات دیپلم، و علل سرپرستی طلاق و فوت همسر بیشترین فراوانی را دارند، که نشان‌دهنده تنوع و تمرکز بر زنان در میانه عمر با مسئولیت‌های خانوادگی سنگین است. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی شرکت‌کنندگان در مرحله اول کلایزی (درک کلی داده‌ها) برای زمینه‌سازی تجارب زیسته آن‌ها استفاده شد. این ویژگی‌ها به شناسایی تنوع در شرایط زندگی (مانند وضعیت اقتصادی، تحصیلات، و علل سرپرستی) کمک کرد، که در مراحل بعدی (استخراج مضامین و توصیف) به درک عمیق‌تر معنای زندگی در بستر چالش‌های خاص این زنان منجر شد. برای مثال، تحصیلات پایین و تعداد بالای افراد تحت تکفل به عنوان عوامل زمینه‌ای در شکل‌گیری مضامین مرتبط با مشکلات مالی و فشارهای روانی ظاهر شدند. در جدول زیر نیز کدگذاری مصاحبه‌ها نشان داده شده است مضامین بر اساس مراحل کلایزی استخراج شدند: جملات مهم (مرحله دوم) به کدهای اولیه (مرحله سوم) تبدیل و در دسته‌های موضوعی (مرحله چهارم) سازمان‌دهی شدند. این دسته‌ها به مضامین اصلی (مرحله پنجم) ترکیب شدند، و نقل‌قول‌ها برای پشتیبانی از تجارب زیسته ارائه شدند. لذا مراحل به شرح زیر است:

مرحله اول: آشنایی با داده‌ها

در مرحله اول تحلیل کلایزی، داده‌های جمع‌آوری‌شده به‌طور دقیق مطالعه و بررسی شدند تا محقق به درک عمیقی از محتوای آن‌ها برسد. در این مرحله، متن‌های مربوط به مصاحبه‌ها، یادداشت‌ها و سایر منابع داده‌ها به‌طور کامل مورد توجه قرار گرفتند تا زمینه‌های اصلی تحقیق شناسایی شوند. هدف از این مرحله، آشنایی دقیق با داده‌ها و شفاف‌سازی اطلاعات موجود بود تا مبنای مناسبی برای تحلیل‌های بعدی فراهم گردد.

با توجه به داده‌های موجود، پژوهشگر با ذهنی باز و بدون پیش‌داوری به بررسی متن‌ها پرداخت و سعی در استخراج الگوهای اولیه و مفاهیم کلیدی داشت. این فرآیند به‌منزله‌ی درک اولیه از موضوعات مختلف و شناسایی زمینه‌های پر اهمیت در تحقیق بود.

این مرحله همچنین زمینه‌ساز شناسایی موضوعات اصلی و جانبی تحقیق بود که در مراحل بعدی تحلیل، کدگذاری و خوشه‌بندی معانی به‌طور مؤثری مورد استفاده قرار گرفتند. به این ترتیب، در این مرحله داده‌ها به‌طور دقیق‌تری مورد ارزیابی قرار گرفتند تا امکان تحلیل‌های عمیق‌تر و سیستماتیک‌تر در مراحل بعدی فراهم آید.

مرحله دوم: استخراج جملات مهم

جدول ۳: استخراج جملات مهم

جملات مهم
به‌خاطر هزینه درمان بالای دخترم، مستمری کمیته امداد و کمک‌های مردمی کفاف زندگی‌مان را نمی‌کند. به خدا وقت‌هایی بود که در خانه چیزی برای خوردن نداشتیم. به‌راستی که فقری درد بزرگی است.
ماهانه ۳۰۰۰۰ تومان کرایه می‌دهیم؛ ولی صاحب‌خانه گفته برای امسال باید دو برابر آن را پرداخت کنید. می‌گویند تا به حال رعایت حالتان را کرده‌ام. اگر آن را هر شب به مسافر بدهم بیشتر به نفعم است. حالا مانده‌ام چکار کنم. به هر جا سر زدیم خانه‌ای با کرایه مناسب وضع ما پیدا نشد.
خودم توانایی کار کردن ندارم؛ ولی شکر خدا دخترم در یک مرکز خصوصی کار می‌کند. ماهانه ۵۰۰۰۰ تومان حقوق دارد، کمک‌های مردمی هم هست.

مجبورم هر دو ماه یک بار به خانه‌هایی بروم که من را می‌شناسند و از آنها درخواست کمک کنم؛ چون حال و روزم را می‌دانند، دست خالی برنمی‌گردم.
الان اگر بدانم یک سقفی از خودم دارم، خانه‌ای که از خودم باشد و از اجاره‌نشینی راحت بشوم، فکر می‌کنم زندگی‌م راحت بشود. صاحب خونم چند خانه دارد؛ می‌گویم، خدایا چه می‌شد یکی‌اش مال من و بچه‌ام بود تا از این دربه دری نجات پیدا کنیم.
گزاره
وقتی به دلیل غفلت یا خطا احساس می‌کنم از خداوند دور شده‌ام، زندگی برایم بی‌معنا می‌شود. اگر همه چیزم را از دست بدهم ولی خدا را داشته باشم، بی‌معنایی را تجربه نخواهم کرد.
بعد از ازدواج و با وجود همسر در کنارم زندگی‌ام معنای دیگری پیدا کرده بود. بودن با او در خوشی‌ها و ناخوشی‌ها، و برنامه‌هایی که برای آینده مشترک داشتیم، زندگی‌ام را معنا بخشید.
در لحظه‌ای که من رو در کنار خانواده‌ام می‌بینم و با هم خوش هستیم، زندگی‌ام معنا پیدا می‌کند.
وقتی شاد می‌شوم که بچه‌های من سروسامان بگیرند. عروسی دختر و پسر را بینم یا دانشگاه قبول شوند، خیلی به آینده‌شان فکر می‌کنم. حتی تا حالا یک شب هم با خیال راحت نخوابیدم، خیلی نگرانم. به هیچ عنوان برای خودم چیزی نمی‌خواهم، فقط پیشرفت بچه‌هایم مرا شاد می‌کند.
الان بیماری افسردگی دارم. تحت نظر پزشک هستم. دارو مصرف می‌کنم. دکتر بهم می‌گوید باید غصه نخوری، شاد باشی تا خوب شوی؛ ولی من با این همه مشکل چجوری می‌توانم شاد باشم.
وقتی که یک زن سرپرست خانوار به مشکلاتش فکر می‌کند، غم و غصه‌ی شدیدی به سراغش می‌آید و افسرده می‌شود. مثلاً وقتی که پول نداشته باشی و چیزی را که بچه‌هایت در نبود پدرشان از تو می‌خواهند برآورده کنی، وقتی دختری از تو درخواستی می‌کند و نمی‌توانی برآورده‌اش کنی، وقتی وقت نداشته باشی به آنها محبت کنی، نتوانی کمبود پدرشان را جبران کنی و به‌طور کلی وقتی که به بچه‌ها نگاه می‌کنی و می‌بینی انگار بچگی‌های خودت تکرار می‌شود، خیلی غصه می‌خوری.
آدم وقتی که از لحاظ روحی به آن چیزی که می‌خواهد، نمی‌رسد، ناراحت می‌شود، غصه می‌گیرد. همه چیز آدم بستگی به دوران کودکی دارد. اگر آدم به گذشته‌اش فکر کند و احساس رضایت بیشتری داشته باشد، شاد می‌شود. یادآوری دوران کودکی برایم عذاب‌آور است. فکر کردن به گذشته‌ام، به زندگی‌ای که محبت در آن معنایی نداشت، غمگینم می‌کند.
وقتی به دلیل غفلت یا خطا احساس می‌کنم از خداوند دور شده‌ام، زندگی برایم بی‌معنا می‌شود. اگر همه چیزم را از دست بدهم ولی خدا را داشته باشم، بی‌معنایی را تجربه نخواهم کرد.
هیچ کدوم از دوستا و فامیلام بعد جدایی من از همسر با من رابطه ندارند، این دید و نگاه بد در رفت و آمد تأثیر گذاشته، مثلاً من بارها دوست داشتم به خانه‌ی عمویم برم؛ ولی زن پسرعموم بداخلاقی میکرد. فکر می‌کرد چون من بیوه‌ام به پسرعموم نظر دارم.
من از حدود دو سه سال پیش خیلی به این موضوع فکر کردم، خیلی هم مطالعه کرده‌ام ولی به هیچ نتیجه‌ای نرسیده‌ام. به نظر من زندگی معنایی ندارد.
«اگر بتوانم پیشرفت کنم و روزی خیاط بزرگی بشوم، حداقل طوری باشد که بتوانم ۱۰ چرخ خیاطی بخرم، خیلی شاد می‌شوم. اگه پول داشتم الان جزء بهترین خیاط‌ها بودم. شرکت در کلاس‌های هنری پول می‌خواهد. خیلی کلاس‌های دیگه هم دوست دارم برم اما دستم خالی، گرفتن هر مدرکی پول می‌خواهد».
وقتی شاد می‌شوم که بچه‌های من سروسامان بگیرند. عروسی دختر و پسر را بینم یا دانشگاه قبول شوند، خیلی به آینده‌شان فکر می‌کنم. حتی تا حالا یک شب هم با خیال راحت نخوابیدم، خیلی نگرانم. به هیچ عنوان برای خودم چیزی نمی‌خواهم، فقط پیشرفت بچه‌هایم مرا شاد می‌کند.
وقتی در کنار بچه‌های خود می‌بینم که در حال یادگیری یا پیشرفت هستند، خوشحال می‌شوم. وقتی از کمک‌های کوچک خودم برای آنها بهره‌برداری می‌کنم، احساس شادمانی و رضایت دارم.
خانواده‌ام همیشه در کنارم هستند و همین باعث شادابی و خوشحالی من است. به طور کلی، وقتی که به اطرافیانم کمک می‌کنم و آنها شاد می‌شوند، خودم نیز احساس خوشبختی و شادمانی می‌کنم.
گزاره
وقتی به دلیل غفلت یا خطا احساس می‌کنم از خداوند دور شده‌ام، زندگی برایم بی‌معنا می‌شود. اگر همه چیزم را از دست بدهم ولی خدا را داشته باشم، بی‌معنایی را تجربه نخواهم کرد.
من از حدود دو سه سال پیش خیلی به این موضوع فکر کردم، خیلی هم مطالعه کرده‌ام ولی به هیچ نتیجه‌ای نرسیده‌ام. به نظر من زندگی معنایی ندارد.
اگه پول داشتم الان جزء بهترین خیاط‌ها بودم. شرکت در کلاس‌های هنری پول می‌خواهد. خیلی کلاس‌های دیگه هم دوست دارم برم اما دستم خالی، گرفتن هر مدرکی پول می‌خواهد.

در مدارس، وقتی که به بچه‌ها آموزش می‌دهی، احساس می‌کنی که خودت هم در حال یادگیری و رشد هستی. این یک نوع رضایت خاص به انسان می‌دهد.

یادآوری دوران کودکی برایم عذاب‌آور است. فکر کردن به گذشته‌ام، به زندگی‌ای که محبت در آن معنایی نداشت، غمگینم می‌کند. آدم وقتی که از لحاظ روحی به آن چیزی که می‌خواهد، نمی‌رسد، ناراحت می‌شود، غصه می‌گیرد. همه چیز آدم بستگی به دوران کودکی دارد.

به نظر من زندگی هیچ معنایی نداره. فقط مفهوم پوچی میاد توی ذهنم. هیچ معنایی نداره که من بخوام تعریفش کنم. خودم توانایی کار کردن ندارم؛ ولی شکر خدا دخترم در یک مرکز خصوصی کار می‌کند. ماهیانه ۵۰۰۰۰ تومان حقوق دارد، کمک‌های مردمی هم هست.

در مرحله دوم از رویکرد کلایزی، جملات مهم و معنادار از مصاحبه‌ها و داده‌های کیفی استخراج شدند. این جملات به‌طور خاص برای تحلیل‌های بعدی انتخاب شدند که در آن‌ها احساسات، تجربیات و دیدگاه‌های مشارکت‌کنندگان در رابطه با پدیده‌های مورد مطالعه (مانند معنای زندگی، فقر، شادی، و افسردگی) برجسته می‌شود. این جملات به‌عنوان گزاره‌های کلیدی و نمادین از تجربه زیسته افراد انتخاب گردیدند تا به مرحله‌های بعدی کدگذاری و تحلیل معنایی وارد شوند.

مرحله ۳: تدوین معانی

جدول ۴: تدوین معانی

کد اولیه	گزاره
مشکلات مالی، فقر، درد بزرگی	به‌خاطر هزینه درمان بالای دخترم، مستمری کمیته امداد و کمک‌های مردمی کفاف زندگی‌مان را نمی‌کند. به خدا وقت‌هایی بود که در خانه چیزی برای خوردن نداشتیم. به‌راستی که فقری درد بزرگی است. ماهیانه ۳۰۰۰۰ تومان کرایه می‌دهیم؛ ولی صاحب‌خانه گفته برای امسال باید دو برابر آن را پرداخت کنی. می‌گویند تا به حال رعایت حالتان را کرده‌ام. اگر آن را هر شب به مسافر بدهم بیشتر به نفعم است. حالا مانده‌ام چکار کنم. به هر جا سر زدم خانه‌ای با کرایه مناسب وضع ما پیدا نشد.
مشکلات اقتصادی، کرایه خانه، ناتوانی	خودم توانایی کار کردن ندارم؛ ولی شکر خدا دخترم در یک مرکز خصوصی کار می‌کند. ماهیانه ۵۰۰۰۰ تومان حقوق دارد، کمک‌های مردمی هم هست.
کمک‌های مالی، کار کردن دختر	مجبورم هر دو ماه یک بار به خانه‌هایی بروم که من را می‌شناسند و از آنها درخواست کمک کنم؛ چون حال و روزم را می‌دانند، دست خالی برنمی‌گردم.
درخواست کمک، ناتوانی مالی	الان اگر بدانم یک سقفی از خودم دارم، خانه‌ای که از خودم باشد و از اجاره‌نشینی راحت بشوم، فکر می‌کنم زندگی‌م راحت بشود. صاحب خونم چند خانه دارد؛ می‌گویم، خدایا چه می‌شد یکی‌اش مال من و بچه‌ام بود تا از این دربه دری نجات پیدا کنیم.
روابط با خدا، معنای زندگی	وقتی به دلیل غفلت یا خطا احساس می‌کنم از خداوند دور شده‌ام، زندگی برایم بی‌معنا می‌شود. اگر همه چیزم را از دست بدهم ولی خدا را داشته باشم، بی‌معنایی را تجربه نخواهم کرد.
ازدواج، زندگی مشترک	بعد از ازدواج و با وجود همسر در کنارم زندگی‌ام معنای دیگری پیدا کرده بود. بودن با او در خوشی‌ها و ناخوشی‌ها، و برنامه‌هایی که برای آینده مشترک داشتیم، زندگی‌ام را معنا بخشید.
خانواده، لحظه‌های خوش زندگی	در لحظه‌ای که من رو در کنار خانواده‌ام می‌بینم و با هم خوش هستیم، زندگی‌ام معنا پیدا می‌کند.
شادی در موفقیت بچه‌ها، نگرانی برای آینده	وقتی شاد می‌شوم که بچه‌های من سروسامان بگیرند. عروسی دختر و پسر را ببینم یا دانشگاه قبول شوند، خیلی به آینده‌شان فکر می‌کنم. حتی تا حالا یک شب هم با خیال راحت نخوابیدم، خیلی نگرانم. به هیچ عنوان برای خودم چیزی نمی‌خواهم، فقط پیشرفت بچه‌هایم مرا شاد می‌کند.
افسردگی، درمان، سختی‌های زندگی	الان بیماری افسردگی دارم. تحت نظر پزشک هستم. دارو مصرف می‌کنم. دکتر بهم می‌گوید باید غصه نخوری، شاد باشی تا خوب شوی؛ ولی من با این همه مشکل چجوری می‌توانم شاد باشم.
افسردگی، غم از گذشته، مسئولیت‌های مادرانه	وقتی که یک زن سرپرست خانوار به مشکلاتش فکر می‌کند، غم و غصه‌ی شدیدی به سراغش می‌آید و افسرده می‌شود. مثلاً وقتی که پول نداشته باشی و چیزی را که بچه‌هایت در نبود پدرشان از تو می‌خواهند برآورده کنی، وقتی دخترت از تو درخواستی می‌کند و نمی‌توانی برآورده‌اش کنی، وقتی وقت نداشته باشی به آنها محبت کنی، نتوانی کمبود پدرشان را جبران کنی و به‌طور کلی وقتی که به بچه‌ها نگاه می‌کنی و می‌بینی انگار بچه‌های خودت تکرار می‌شود، خیلی غصه می‌خوری.

آدم وقتی که از لحاظ روحی به آن چیزی که می‌خواهد، نمی‌رسد، ناراحت می‌شود، غصه می‌گیرد. همه چیز آدم بستگی به دوران کودکی دارد. اگر آدم به گذشته‌اش فکر کند و احساس رضایت بیشتری داشته باشد، شاد می‌شود. یادآوری دوران کودکی برایم عذاب‌آور است. فکر کردن به گذشته‌ام، به زندگی‌ای که محبت در آن معنایی نداشت، غمگینم می‌کند.	غم از گذشته، تاثیر دوران کودکی
وقتی به دلیل غفلت یا خطا احساس می‌کنم از خداوند دور شده‌ام، زندگی برایم بی‌معنا می‌شود. اگر همه چیزم را از دست بدهم ولی خدا را داشته باشم، بی‌معنایی را تجربه نخواهم کرد.	بی‌معنایی، فاصله از خدا
هیچ کدوم از دوستا و فامیلام بعد جدایی من از همسرم با من رابطه ندارن، این دید و نگاه بد در رفت و آمد تأثیر گذاشته، مثلاً من بارها دوست داشتم به خانه‌ی عمویم برم؛ ولی زن پسرعموم بد اخلاقی میکرد. فکر می‌کرد چون من بیوه‌ام به پسرعموم نظر دارم.	مشکلات اجتماعی، نگاه منفی اطرافیان
من از حدود دو سه سال پیش خیلی به این موضوع فکر کردم، خیلی هم مطالعه کرده‌ام ولی به هیچ نتیجه‌ای نرسیده‌ام. به نظر من زندگی معنایی ندارد.	عدم یافتن معنای زندگی، پوچی
«اگر بتوانم پیشرفت کنم و روزی خیاط بزرگی بشوم، حداقل طوری باشد که بتوانم ۱۰ چرخ خیاطی بخرم، خیلی شاد می‌شوم. اگه پول داشتم الان جزء بهترین خیاط‌ها بودم. شرکت در کلاس‌های هنری پول می‌خواهد. خیلی کلاس‌های دیگه هم دوست دارم برم اما دستم خالی، گرفتن هر مدرکی پول می‌خواهد.»	آرزو برای پیشرفت شغلی، محدودیت‌های مالی
وقتی شاد می‌شوم که بچه‌های من سروسامان بگیرند. عروسی دختر و پسر را ببینم یا دانشگاه قبول شوند، خیلی به آینده‌شان فکر می‌کنم. حتی تا حالا یک شب هم با خیال راحت خوابیدم، خیلی نگرانم. به هیچ عنوان برای خودم چیزی نمی‌خواهم، فقط پیشرفت بچه‌هایم مرا شاد می‌کند.	شادی در موفقیت بچه‌ها، نگرانی برای آینده
وقتی در کنار بچه‌های خود می‌بینم که در حال یادگیری یا پیشرفت هستند، خوشحال می‌شوم. وقتی از کمک‌های کوچک خودم برای آنها بهره‌برداری می‌کنم، احساس شادمانی و رضایت دارم.	موفقیت فرزندان، احساس رضایت از کمک به آنها
خانواده‌ام همیشه در کنارم هستند و همین باعث شادابی و خوشحالی من است. به طور کلی، وقتی که به اطرافیانم کمک می‌کنم و آنها شاد می‌شوند، خودم نیز احساس خوشبختی و شادمانی می‌کنم.	کمک به دیگران، خوشبختی
وقتی به دلیل غفلت یا خطا احساس می‌کنم از خداوند دور شده‌ام، زندگی برایم بی‌معنا می‌شود. اگر همه چیزم را از دست بدهم ولی خدا را داشته باشم، بی‌معنایی را تجربه نخواهم کرد.	ایمان به خدا، معنای زندگی
من از حدود دو سه سال پیش خیلی به این موضوع فکر کردم، خیلی هم مطالعه کرده‌ام ولی به هیچ نتیجه‌ای نرسیده‌ام. به نظر من زندگی معنایی ندارد.	فقدان ایمان، پوچی زندگی
اگه پول داشتم الان جزء بهترین خیاط‌ها بودم. شرکت در کلاس‌های هنری پول می‌خواهد. خیلی کلاس‌های دیگه هم دوست دارم برم اما دستم خالی، گرفتن هر مدرکی پول می‌خواهد.	تحصیل، محدودیت‌های مالی در تحصیلات
در مدارس، وقتی که به بچه‌ها آموزش می‌دهی، احساس می‌کنی که خودت هم در حال یادگیری و رشد هستی. این یک نوع رضایت خاص به انسان می‌دهد.	آموزش، رشد فردی
یادآوری دوران کودکی برایم عذاب‌آور است. فکر کردن به گذشته‌ام، به زندگی‌ای که محبت در آن معنایی نداشت، غمگینم می‌کند.	غم از گذشته، تاثیر دوران کودکی
آدم وقتی که از لحاظ روحی به آن چیزی که می‌خواهد، نمی‌رسد، ناراحت می‌شود، غصه می‌گیرد. همه چیز آدم بستگی به دوران کودکی دارد.	تاثیر دوران کودکی بر زندگی
به نظر من زندگی هیچ معنایی نداره. فقط مفهوم پوچی میاد توی ذهنم. هیچ معنایی نداره که من بخوام تعریفش کنم.	پوچی زندگی، نبود معنا
خودم توانایی کار کردن ندارم؛ ولی شکر خدا دخترم در یک مرکز خصوصی کار می‌کند. ماهیانه ۵۰۰۰۰۰ تومان حقوق دارد، کمک‌های مردمی هم هست.	تضاد بین ناتوانی و توانایی

در مرحله سوم رویکرد کلایزی، پس از استخراج جملات مهم، معانی و مفاهیم مرتبط با هر گزاره از داده‌ها تدوین شد. در این مرحله، کدهای اولیه به مفاهیم گسترده‌تری تبدیل شدند که نمایانگر تجربیات، احساسات و مسائل اصلی مشارکت‌کنندگان در مصاحبه‌ها است. این کدها به‌طور خلاصه‌تری جنبه‌های مختلف زندگی افراد را در ابعاد مختلف مانند مشکلات مالی، روابط خانوادگی، مسائل اجتماعی، معنای زندگی، افسردگی، آرزوها و امیدها نشان می‌دهند. این مرحله گام مهمی در شناسایی و تحلیل الگوهای مشترک و مفاهیم محوری برای درک عمیق‌تر پدیده‌های مورد مطالعه است.

مرحله ۴: خوشه بندی معانی

جدول ۵: خوشه بندی معانی

خوشه بندی معانی	کد اولیه
مشکلات مالی و اقتصادی	مشکلات مالی، فقر، درد بزرگی مشکلات اقتصادی، کرایه خانه، ناتوانی کمک‌های مالی، کار کردن دختر درخواست کمک، ناتوانی مالی آرزو برای خانه شخصی، فرار از اجاره‌نشینی روابط با خدا، معنای زندگی ازدواج، زندگی مشترک خانواده، لحظه‌های خوش زندگی
خانواده و روابط خانوادگی	شادی در موفقیت بچه‌ها، نگرانی برای آینده افسردگی، درمان، سختی‌های زندگی افسردگی، غم از گذشته، مسئولیت‌های مادرانه غم از گذشته، تاثیر دوران کودکی بی‌معنایی، فاصله از خدا مشکلات اجتماعی، نگاه منفی اطرافیان عدم یافتن معنای زندگی، پوچی
مشکلات روحی و روانی	آرزو برای پیشرفت شغلی، محدودیت‌های مالی شادی در موفقیت بچه‌ها، نگرانی برای آینده موفقیت فرزندان، احساس رضایت از کمک به آنها کمک به دیگران، خوشبختی ایمان به خدا، معنای زندگی فقدان ایمان، پوچی زندگی
مقایسه اجتماعی و احساس نابرابری	تحصیل، محدودیت‌های مالی در تحصیلات آموزش، رشد فردی غم از گذشته، تاثیر دوران کودکی تاثیر دوران کودکی بر زندگی پوچی زندگی، نبود معنا تضاد بین ناتوانی و توانایی
آرزوها و اهداف زندگی	
شادی و خوشبختی	
ایمان و باورهای دینی	
تحصیلات و آموزش	
تجربیات زندگی و گذشته	
تضاد و تقابل‌ها	

در مرحله چهارم رویکرد کلایزی، معانی استخراج شده از داده‌ها در خوشه‌های مختلف گروه‌بندی شدند. این مرحله به هدف شناسایی و دسته‌بندی مفاهیم اصلی و معنایی مرتبط با تجربیات افراد انجام گرفت. در این فرآیند، کدهای اولیه به خوشه‌هایی تجزیه شدند که هر کدام مفاهیم خاصی را نمایندگی می‌کنند. این خوشه‌ها به شفافیت و سازماندهی اطلاعات کمک کرده و الگوها و روابط موجود در داده‌ها را بهتر نشان می‌دهند. خوشه‌بندی معانی به پنج گروه اصلی تقسیم شد:

مشکلات مالی و اقتصادی: شامل کدهایی مانند مشکلات مالی، فقر، ناتوانی در پرداخت کرایه خانه، و نیاز به کمک‌های مالی.

خانواده و روابط خانوادگی: شامل کدهایی مانند ازدواج، زندگی مشترک، لحظات خوش زندگی در کنار خانواده و نگرانی برای آینده فرزندان.

مشکلات روحی و روانی: شامل کدهایی مانند افسردگی، درمان، سختی‌های زندگی و غم از گذشته.

آرزوها و اهداف زندگی: شامل کدهایی که به آرزوهای فردی مانند پیشرفت شغلی، تحصیلات، و محدودیت‌های مالی اشاره دارند.

ایمان و باورهای دینی: شامل کدهایی مرتبط با روابط فرد با خداوند، ایمان به خدا و معنای زندگی.

مرحله ۵: تدوین توصیف جامع

مشکلات مالی و اقتصادی: این مفهوم شامل مشکلات مالی و چالش‌های اقتصادی است که بسیاری از افراد با آن مواجه هستند. یکی از مسائلی که در این بخش به چشم می‌خورد، تأثیر فشارهای مالی بر زندگی روزمره افراد است. بسیاری از مشارکت‌کنندگان از مشکلات اجاره‌خانه، افزایش هزینه‌ها و نیاز به کمک‌های مردمی یا سازمان‌های حمایتی صحبت می‌کنند.

یکی از مشارکت‌کنندگان گفت: «به‌خاطر هزینه درمان بالای دخترم، مستمری کمیته امداد و کمک‌های مردمی کفاف زندگی‌مان را نمی‌کند. به خدا وقت‌هایی بود که در خانه چیزی برای خوردن نداشتیم.» این نقل قول نشان‌دهنده فشاری است که برخی افراد تحت شرایط اقتصادی سخت با آن مواجه‌اند.

فرد دیگری اظهار داشت: «ماهانه ۳۰۰۰۰ تومان کرایه می‌دهیم؛ ولی صاحب‌خانه گفته برای امسال باید دو برابر آن را پرداخت کنید. می‌گویند تا به حال رعایت حالتان را کرده‌ام.» این جمله به‌خوبی نشان‌دهنده تغییرات در بازار اجاره و فشارهای اقتصادی در زندگی روزمره است.

خانواده و روابط خانوادگی: این دسته‌بندی به روابط خانوادگی و تأثیرات مثبت یا منفی آن‌ها بر افراد می‌پردازد. مشارکت‌کنندگان به‌طور معمول از ارزش بالای خانواده صحبت می‌کنند و این که زندگی آن‌ها وقتی که در کنار خانواده‌شان باشند، معنا پیدا می‌کند. همچنین، وجود یا عدم وجود همدلی و حمایت از سوی اعضای خانواده می‌تواند تأثیر زیادی بر احساسات و نگرش فرد داشته باشد.

یکی از شرکت‌کنندگان بیان کرد: «بعد از ازدواج و با وجود همسر در کنارم زندگی‌ام معنای دیگری پیدا کرده بود. بودن با او در خوشی‌ها و ناخوشی‌ها، و برنامه‌هایی که برای آینده مشترک داشتیم، زندگی‌ام را معنا بخشید.» این جمله نشان می‌دهد که روابط مثبت خانوادگی می‌تواند به زندگی انسان معنای بیشتری بدهد.

فردی دیگر گفت: «در لحظه‌ای که من رو در کنار خانواده‌ام می‌بینم و با هم خوش هستیم، زندگی‌ام معنا پیدا می‌کند.» این جمله نیز تأکید بر اهمیت هم‌بستگی و اتحاد در خانواده دارد.

مشکلات روحی و روانی: مشکلات روحی، روانی و عاطفی در این دسته‌بندی مورد توجه قرار می‌گیرند. بسیاری از افراد از احساسات افسردگی، غم و فشارهای روانی خود صحبت می‌کنند. مشارکت‌کنندگان ابراز می‌کنند که چگونه شرایط زندگی و چالش‌های روزمره می‌تواند بر سلامت روان تأثیر منفی بگذارد و آن‌ها را در وضعیت روانی دشواری قرار دهد.

یکی از افراد گفت: «الان بیماری افسردگی دارم. تحت نظر پزشک هستم. دارو مصرف می‌کنم. دکتر بهم می‌گوید باید غصه نخوری، شاد باشی تا خوب شوی؛ ولی من با این همه مشکل چجوری می‌توانم شاد باشم.» این جمله تأثیر مشکلات روانی و فشارهای زندگی را بر روی روحیه افراد به خوبی نشان می‌دهد.

فرد دیگری گفت: «آدم وقتی که از لحاظ روحی به آن چیزی که می‌خواهد، نمی‌رسد، ناراحت می‌شود، غصه می‌گیرد. همه چیز آدم بستگی به دوران کودکی دارد.» این نشان‌دهنده تأثیر عمیق گذشته بر وضعیت روانی فرد در حال حاضر است.

مقایسه اجتماعی و احساس نابرابری: افرادی که در این دسته قرار می‌گیرند، اغلب از مقایسه‌های اجتماعی و احساس نابرابری که در تعاملات اجتماعی تجربه می‌کنند، صحبت می‌کنند. این مسائل می‌تواند به خودآگاهی منفی، احساس انزوا یا کمبود منجر شود.

یکی از مشارکت‌کنندگان گفت: «هیچ کدوم از دوستا و فامیلام بعد جدایی من از همسر با من رابطه ندارن، این دید و نگاه بد در رفت و آمدم تأثیر گذاشته.» این جمله نشان‌دهنده احساس تنهایی و طرد شدن در روابط اجتماعی است.

فرد دیگری اظهار داشت: «من از حدود دو سه سال پیش خیلی به این موضوع فکر کردم، خیلی هم مطالعه کرده‌ام ولی به هیچ نتیجه‌ای نرسیده‌ام. به نظر من زندگی معنایی ندارد.» این جمله نشان‌دهنده بحران درک و احساس بی‌معنایی در زندگی است که در نتیجه مقایسه‌های اجتماعی شکل می‌گیرد.

آرزوها و اهداف زندگی: این دسته‌بندی بر روی آرزوها، اهداف و دستاوردهای فردی تمرکز دارد. بسیاری از افراد به‌ویژه کسانی که با محدودیت‌های مالی یا شخصی روبه‌رو هستند، از آرزوهای خود برای پیشرفت و موفقیت در زمینه‌های مختلف مانند تحصیل، شغل یا روابط صحبت می‌کنند. یکی از مشارکت‌کنندگان گفت: «اگر بتوانم پیشرفت کنم و روزی خیاط بزرگی بشوم، حداقل طوری باشد که بتوانم ۱۰ چرخ خیاطی بخرم، خیلی شاد می‌شوم.» این جمله بیانگر آرزوی فرد برای دستیابی به یک وضعیت اقتصادی و شغلی بهتر است.

فرد دیگری گفت: «وقتی شاد می‌شوم که بچه‌های من سروسامان بگیرند. عروسی دختر و پسر را ببینم یا دانشگاه قبول شوند.» این نشان‌دهنده اهمیت آرزوهای مربوط به موفقیت فرزندان و نگرانی‌های والدین برای آینده آن‌ها است. **شادی و خوشبختی:** این دسته به احساس شادی، خوشبختی و لحظات خوش زندگی اشاره دارد. افراد در این دسته از تأثیرات مثبت خانواده، روابط خوب و پیشرفت‌های شخصی در زندگی صحبت می‌کنند. یکی از افراد گفت: «وقتی در کنار بچه‌های خود می‌بینم که در حال یادگیری یا پیشرفت هستند، خوشحال می‌شوم. وقتی از کمک‌های کوچک خودم برای آن‌ها بهره‌برداری می‌کنم، احساس شادمانی و رضایت دارم.» این بیانگر رضایت از موفقیت فرزندان و لذت بردن از لحظات ساده و بارز زندگی است.

فردی دیگر اظهار داشت: «خانواده‌ام همیشه در کنارم هستند و همین باعث شادابی و خوشحالی من است.» این جمله نشان‌دهنده ارزش بالای روابط خانوادگی و تأثیر آن‌ها بر احساس خوشبختی فرد است.

ایمان و باورهای دینی: در این دسته‌بندی، باورهای دینی و روحی افراد که بر اساس ایمان به خدا و معنای زندگی استوار است، مطرح می‌شود. بسیاری از مشارکت‌کنندگان احساس نزدیکی یا دوری از خدا را در زندگیشان تجربه کرده و بر این اساس معنای زندگی را تفسیر می‌کنند.

یکی از افراد گفت: «اگر همه چیزم را از دست بدهم ولی خدا را داشته باشم، بی‌معنایی را تجربه نخواهم کرد.» این جمله تأکید بر اهمیت ایمان به خدا و اثر آن در یافتن معنا در زندگی دارد.

فرد دیگری بیان کرد: «من از حدود دو سه سال پیش خیلی به این موضوع فکر کردم، خیلی هم مطالعه کرده‌ام ولی به هیچ نتیجه‌ای نرسیده‌ام. به نظر من زندگی معنایی ندارد.» این سخن نشان‌دهنده جستجو برای معنا در زندگی و چالش‌هایی است که در نبود ایمان به وجود می‌آید.

تحصیلات و آموزش: این دسته به تأثیر تحصیل و آموزش بر زندگی افراد اشاره دارد. بسیاری از افراد از فرصت‌های محدود آموزشی صحبت می‌کنند و اینکه چگونه تحصیلات می‌تواند در بهبود زندگی آن‌ها نقش ایفا کند.

یکی از مشارکت‌کنندگان گفت: «اگر پول داشتم الان جزء بهترین خیاط‌ها بودم. شرکت در کلاس‌های هنری پول می‌خواهد.» این جمله تأکید بر نقش تحصیلات و آموزش‌های خاص در رشد شغلی افراد دارد.

فرد دیگری اظهار داشت: «در مدارس، وقتی که به بچه‌ها آموزش می‌دهی، احساس می‌کنی که خودت هم در حال یادگیری و رشد هستی.» این جمله نشان‌دهنده تأثیر آموزش بر پیشرفت فردی است.

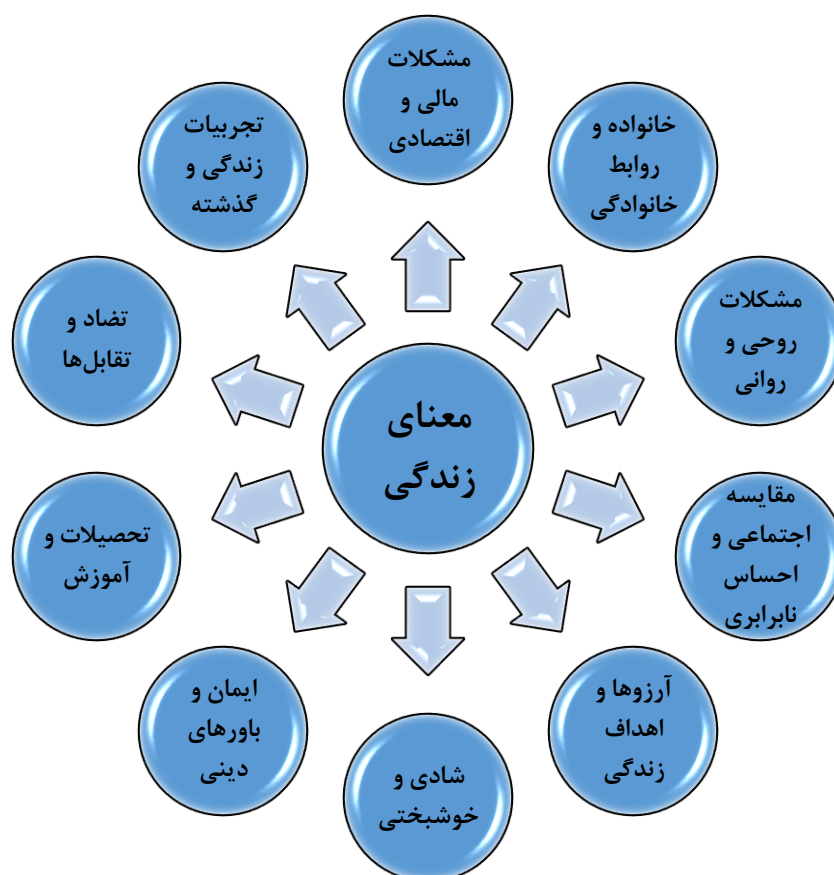
تجربیات زندگی و گذشته: این دسته به تجربیات گذشته و تأثیرات آن‌ها بر حال و آینده افراد پرداخته و نحوه شکل‌گیری باورها و احساسات کنونی افراد را تحلیل می‌کند.

یکی از افراد گفت: «یادآوری دوران کودکی برایم عذاب‌آور است. فکر کردن به گذشته‌ام، به زندگی‌ای که محبت در آن معنایی نداشت، غمگینم می‌کند.» این جمله بیانگر تأثیر منفی گذشته بر وضعیت روحی فرد است.

فرد دیگری اظهار داشت: «آدم وقتی که از لحاظ روحی به آن چیزی که می‌خواهد، نمی‌رسد، ناراحت می‌شود، غصه می‌گیرد.» این جمله نیز به‌طور ضمنی اشاره به تجربیات گذشته دارد که ممکن است بر احساسات کنونی فرد تأثیر بگذارد.

تضاد و تقابل‌ها: در این دسته‌بندی، تضادها و تقابل‌هایی که در زندگی افراد وجود دارد مورد بررسی قرار می‌گیرد. این تضادها ممکن است از عدم تطابق آرزوها و واقعیت‌ها ناشی شود. یکی از مشارکت‌کنندگان گفت: «خودم توانایی کارکردن ندارم؛ ولی شکر خدا دخترم در یک مرکز خصوصی کار می‌کند.» این جمله بیانگر تضاد میان توانایی شخصی و موفقیت فرد دیگر (دختر) است. فرد دیگری گفت: «به نظر من زندگی هیچ معنایی ندارد. فقط مفهوم پوچی میاد توی ذهنم.» این جمله بیانگر تضاد میان جستجوی معنا و احساس پوچی است.

مرحله ۶: شناسایی ساختار اساسی پدیده



شکل ۱: شبکه مضامین

مرحله ۷: بازگشت به مشارکت‌کنندگان

در این پژوهش به‌منظور بررسی روایی، از دو ضریب نسبی روایی محتوا^۱ (CVR) و شاخص روایی محتوا^۲ (CVI) استفاده می‌شود. برای سنجیدن روایی محتوایی پرسشنامه بین ۱۵ نفر از خبرگان تقسیم شد. برای محاسبه CVR پرسشنامه مخصوص بخش CVR تقسیم شد و خبرگان و مطلعین بر اساس طیف لیکرت ۳ تایی "ضروری است"، "مفید ولی غیر ضروری" و "غیر ضروری"؛ به مولفه‌های بدست آمده نمره دادند. همچنین برای محاسبه CVI از روش

1. Content Validity Ratio

2. Content Validity Index

والتز و باسل^۱ یک پرسشنامه ۴ تایی: "مربوط نیست"، "نسبتاً مربوط است"، "مربوط است" و "کاملاً مربوط است" توزیع شد که نتایج زیر بدست آمدند:

مقادیر مجاز برای شاخص CVR براساس جدول لاشه^۲ به نقل از حاجی‌زاده: ۰/۴۹

مقادیر مجاز برای شاخص CVI: ۰/۷۹

در جدول ۶، مقادیر محاسبه شده برای شاخص‌های CVR و CVI گزارش شده است.

جدول ۶: جدول مربوط به شاخص CVR و CVI

مولفه	CVR	CVI
مشکلات مالی و اقتصادی	۰/۸۶	۰/۹۳
خانواده و روابط خانوادگی	۰/۸۶	۰/۸۶
مشکلات روحی و روانی	۱	۰/۹۳
شادی و خوشبختی	۰/۷۳	۱
ایمان و باورهای دینی	۰/۷۳	۰/۹۳
تحصیلات و آموزش	۰/۸۶	۱
تجربیات زندگی و گذشته	۰/۶	۰/۹۳
تضاد و تقابل‌ها	۰/۸۶	۱

با توجه به جدول (۶) مقادیر شاخص ضریب نسبی روایی محتوایی (CVR) که همگی بالاتر از ۰/۵ هستند؛ تمامی متغیرها از روایی محتوایی مناسبی برخوردار هستند و تعاریف عملیاتی با محتوای سوالات آن‌ها مرتبط هستند. مقادیر شاخص روایی محتوایی (CVI) همگی بالاتر از ۰/۷ هستند؛ تمامی متغیرها از روایی محتوایی مناسبی برخوردار هستند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف کاوش تجربه زیسته زنان سرپرست خانوار از معنای زندگی، از طریق رویکرد پدیدارشناختی کلایزی (Colaizzi, 1978)، یافته‌هایی غنی و چندوجهی ارائه داد که پیچیدگی‌های زندگی این گروه را در بستر چالش‌های اجتماعی، اقتصادی و روان‌شناختی نشان می‌دهد. با استفاده از مراحل کلایزی، داده‌های مصاحبه‌ها به مضامین اصلی تبدیل شدند که تعامل بین موانع و منابع در شکل‌گیری معنای زندگی را برجسته کردند.

نتایج نشان داد که زنان سرپرست خانوار، عمدتاً در گروه سنی ۴۰ تا ۵۰ سال، با تحصیلات دیپلم و به دلایل طلاق یا فوت همسر، با مشکلات مالی شدید، از جمله ناتوانی در پرداخت اجاره و هزینه‌های درمانی، مواجه‌اند (مرحله ششم کلایزی: توصیف جامع). این چالش‌ها، که در مضمون «مشکلات مالی و اقتصادی» منعکس شدند، فشار روانی قابل‌توجهی ایجاد می‌کنند. در مقابل، مضمون «خانواده و روابط خانوادگی» نشان داد که لحظات خوش خانوادگی و موفقیت فرزندان حس هدفمندی و شادمانی را تقویت می‌کند، که با نیاز به ارتباط در نظریه خودتعیین‌گری Ryan و Deci (2019) هم‌راستاست.

مضمون «مشکلات روحی و روانی»، به‌ویژه افسردگی ناشی از فشارهای زندگی و خاطرات کودکی، مانعی برای معنای زندگی بود. مضمون «مقایسه اجتماعی و احساس نابرابری» نیز نشان‌دهنده انزوا و طردشدگی به دلیل تفاوت‌های اجتماعی بود، به‌ویژه در میان زنان مطلقه. در مقابل، مضمون «ایمان و باورهای دینی» برای برخی منبع اصلی معنا بود، که با نظریه معنای زندگی (Frankl, 2020) همخوانی دارد، در حالی که فقدان ایمان در برخی منجر به احساس

¹. Waltz & Bausell

². Lawshe

پوچی شد. مضمون «آرزوها و اهداف زندگی» انگیزه‌ای برای ادامه تلاش‌ها فراهم کرد، اما محدودیت‌های مالی مانع تحقق آن‌ها شد. مضامین «شادی و خوشبختی» و «تحصیلات و آموزش» نیز به‌عنوان منابع درونی رشد و رضایت ظاهر شدند.

این یافته‌ها با پژوهش‌های پیشین همخوانی و تفاوت‌هایی دارند (Hosseini et al. (2021). بر نقش حمایت اجتماعی در تقویت معنای زندگی تأکید کردند، که با اهمیت روابط خانوادگی در این مطالعه هم‌راستاست (Smith et al. (2023). نیز معنویت را منبع اصلی معنا در زنان سرپرست خانوار دانستند، که با نقش ایمان دینی در برخی مشارکت‌کنندگان همخوانی دارد. برخلاف مطالعات کمی مانند (Mohammadi et al. (2022 که بر عوامل مادی تمرکز داشتند، این پژوهش با رویکرد کلایزی ابعاد عمیق‌تری مانند تأثیر خاطرات کودکی و نابرابری اجتماعی را برجسته کرد. همچنین، در مقایسه با (Abbaszaadeh et al. (2020، که چالش‌های اقتصادی را مانع بهزیستی دانستند، این مطالعه نشان داد که این چالش‌ها موانع روان‌شناختی و عاطفی نیز ایجاد می‌کنند که مستقیماً بر معنای زندگی تأثیر می‌گذارند.

از منظر نظری، نظریه خودتعیین‌گری Ryan و Deci (2019) توضیح می‌دهد که محدودیت‌های مالی و اجتماعی مانع تحقق خودمختاری و شایستگی هستند، اما روابط خانوادگی و ایمان نیاز به ارتباط را ارضا می‌کنند. نظریه (Frankl (2020 نیز نشان می‌دهد که زنان از طریق ارزش‌هایی مانند موفقیت فرزندان و ایمان، معنا را در برابر رنج بازسازی می‌کنند. با این حال، احساس پوچی در برخی مشارکت‌کنندگان نشان‌دهنده ناکامی در یافتن این ارزش‌هاست. از منظر فرهنگی، هنجارهای ایرانی که نقش مادری را در مرکز هویت زنان قرار می‌دهند، معنای زندگی را تقویت می‌کنند، اما قضاوت‌های اجتماعی و انگ‌های مرتبط با طلاق، انزوا را تشدید می‌کنند.

شبکه مضامین (مرحله هفتم کلایزی) نشان داد که معنای زندگی زنان سرپرست خانوار از تعامل چالش‌ها (فقر، افسردگی) و منابع (ایمان، خانواده) شکل می‌گیرد. این یافته‌ها بر نیاز به رویکردهای چندوجهی در حمایت از این گروه تأکید دارند، از جمله مشاوره روان‌شناختی برای تقویت معنای زندگی، شبکه‌های حمایتی محلی، و فرصت‌های آموزشی و شغلی کم‌هزینه. سیاست‌گذاران می‌توانند با اصلاح قوانین اجاره مسکن و افزایش حمایت‌های مالی، فشارهای اقتصادی را کاهش دهند.

مطالعات آینده می‌توانند تجارب زنان سرپرست خانوار در مناطق روستایی یا با پیشینه‌های قومیتی متفاوت را بررسی کنند. پژوهش‌های طولی نیز می‌توانند تغییرات معنای زندگی را در طول زمان کاوش کنند. حجم نمونه ۳۰ نفره، اگرچه برای پژوهش کیفی مناسب است، ممکن است تعمیم‌پذیری را محدود کند. تمرکز بر زنان شهری نیز تجارب زنان روستایی را پوشش نمی‌دهد. این پژوهش با برجسته کردن صدای زنان سرپرست خانوار، گامی در جهت شناخت عمیق‌تر نیازهای آن‌ها و تأکید بر حمایت‌های جامع برداشت.

ملاحظات اخلاقی و پیروی از اصول اخلاق پژوهش

در این پژوهش به شرکت‌کنندگان در مورد محرمانه ماندن اطلاعاتشان اطمینان داد شد و افراد داوطلبانه بدون هیچ اجباری مشارکت کردند.

حامی مالی

هزینه‌های این مطالعه توسط نویسندگان مقاله تأمین شد.

مشارکت نویسندگان

در این پژوهش هر دو نویسنده سهم یکسانی در مقاله داشته‌اند.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان مقاله حاضر فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است.

References

- Abbaszaadeh, A., & colleagues. (2020). Lived experiences of female heads of households: A qualitative study. *Iranian Journal of Social Studies*, 12(3), 45-60. [[Link](#)]
- Abedi, M., & Kiani, G. (2020). The relationship between meaning in life, resilience, and tolerance in female heads of households under welfare support. *Iranian Journal of Family Studies*, 15(4), 78-92. [[Link](#)]
- Ahmadi, S. (2022). The role of meaning in life in the mental health of female heads of households. *Journal of Psychological Studies*, 18(2), 112-125. [[Link](#)]
- Bastidas, L. (2021). Economic challenges faced by single mothers in Latin America. *Latin American Journal of Social Sciences*, 29(1), 33-47. [[Link](#)]
- Chen, X., & colleagues. (2017). Resilience as a protective factor in mental health: A cross-cultural perspective. *International Journal of Psychology*, 52(5), 410-423. [[Link](#)]
- Colaizzi, P. F. (1978). *Psychological research as the phenomenologist views it*. In R. S. Valle & M. King (Eds.), *Existential-phenomenological alternatives for psychology* (pp. 48-71). Oxford University Press.
- Costa, R. (2023). Social support and economic empowerment of single mothers: Evidence from Latin America. *Journal of Social Policy*, 41(2), 89-104. [[Link](#)]
- Donnelly, P., & colleagues. (2017). The role of social support in enhancing life satisfaction. *Social Science Review*, 35(4), 200-215. [[Link](#)]
- Frankl, V. E. (2020). *Man's search for meaning*. Beacon Press.
- Ghanbari, B. (2017). Phenomenological approaches to lived experiences: A theoretical framework. *Iranian Journal of Philosophical Studies*, 10(1), 22-35. [[Link](#)]
- Goldin, C. (2023). Economic challenges and poverty among female heads of households in Latin America. *Journal of Development Economics*, 45(3), 67-82. [[Link](#)]
- Hosseini, M., & colleagues. (2021). Social support and meaning in life among female heads of households: A quantitative study. *Journal of Women's Studies*, 16(2), 50-65. [[Link](#)]
- Merleau-Ponty, M. (2005). *Phenomenology of perception*. Routledge.
- Mohammadi, F., & colleagues. (2022). Challenges faced by female heads of households in Iran: A sociological perspective. *Iranian Sociological Review*, 20(1), 30-45. [[Link](#)]
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2019). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press. [[Link](#)]
- Sharifi, N. (2022). The impact of cultural beliefs on the meaning in life of female heads of households. *Journal of Cultural Studies*, 17(3), 88-102. [[Link](#)]
- Smith, J., & colleagues. (2023). Spirituality, religious beliefs, and social connections in fostering purpose among female heads of households. *Journal of Positive Psychology*, 38(4), 123-138. [[Link](#)]
- Yousefi, A. (2009). Social and cultural diversity in Isfahan: A sociological analysis. *Iranian Journal of Urban Studies*, 8(2), 15-28. [[Link](#)]

نقش میانجی مسئولیت‌پذیری در رابطه بین سواد تربیتی والدین و تاب‌آوری تحصیلی

کریم دلاویز^۱، همام مویدفر^۲، قمر کیانی^۳

چکیده

هدف: پژوهش با هدف بررسی نقش میانجی مسئولیت‌پذیری در رابطه بین سواد تربیتی والدین و تاب‌آوری تحصیلی در والدین دارای نوجوان و جوان پسر و دختر انجام شد.

روش: این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بوده که با تکیه بر تحلیل مسیر انجام شد. جامعه آماری شامل همه دانش‌آموزان پسر و دختر دوره دوم متوسطه شهر کرج به تعداد ۶۰۷۱۵ نفر در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ مشغول به تحصیل و مادران آنان بودند. نمونه آماری ۳۸۹ نفر دانش‌آموز و ۳۸۹ نفر مادران آنان بودند که با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای طبقه‌ای تصادفی با توجه به جنسیت انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه فرزندپروری آلاباما و فریک (۱۹۹۶)، مسئولیت‌پذیری نوجوانان نعمتی (۱۳۸۷) و تاب‌آوری تحصیلی ساموئلز (۲۰۰۸)، استفاده شد.

یافته‌ها: سواد تربیتی والدین بر مسئولیت‌پذیری و تاب‌آوری تحصیلی دانش‌آموزان و مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان بر تاب‌آوری تحصیلی آنان تأثیر مستقیم دارد. همچنین سواد تربیتی والدین با میانجی‌گری مسئولیت‌پذیری بر تاب‌آوری تحصیلی دانش‌آموزان تأثیر غیرمستقیم دارد.

نتیجه‌گیری: اینکه سواد تربیتی والدین با میانجی‌گری مسئولیت‌پذیری بر تاب‌آوری تحصیلی دانش‌آموزان تأثیر غیرمستقیم ندارد. ممکن است به این دلیل باشد که والدین و معلمان الگوی مناسبی برای مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان باشند اما برای تاب‌آوری الگوی مناسبی نباشند. چون معمولاً کودکان و نوجوانان، رفتارهای والدین از جمله تاب‌آوری را در موقعیت‌ها و شرایط مختلف مشاهده، یادگیری و الگوگیری می‌کنند.

کلیدواژه‌ها: تاب‌آوری تحصیلی، سواد تربیتی والدین، مسئولیت‌پذیری.

^۱ دانشجوی دکتری، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد زنجان، گروه علوم تربیتی و روانشناسی، زنجان، ایران.

^۲ استادیار، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد زنجان، گروه علوم تربیتی و روانشناسی، زنجان، ایران. (نویسنده مسئول)

^۳ استادیار، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد زنجان، گروه علوم تربیتی و روانشناسی، زنجان، ایران.

مقدمه

نوجوانی یک دوره حیاتی رشدی است که با تغییرات زیستی، شناختی و اجتماعی قابل توجهی مشخص می شود؛ این مرحله چالش‌ها و عوامل خطر متعددی از جمله تغییرات بلوغ، انتقال‌های آموزشی، ویژگی‌های شخصی، شرایط زندگی، پویایی خانواده و منابع اجتماعی را ارائه می‌کند (Afzali et al, 2024). دانش‌آموزان دارای تاب‌آوری تحصیلی، کسانی هستند که انگیزه پیشرفت بالایی را در خود نگه می‌دارند و عملکرد بهینه‌ی خود را با وجود وقایع تنش‌زای محیطی و با شرایطی که آن‌ها را در موضع عملکرد ضعیف تحصیلی و حتی ترک تحصیل قرار می‌دهد، حفظ می‌کنند. همچنین نوجوانی دوره رشدی است که تغییرات جسمی، روانی، عاطفی و اجتماعی زیادی در آن رخ می‌دهد. علاوه بر چالش‌های رشد جسمی و فکری، جستجوی هویت یک کار مهم برای نوجوانان است. نوجوانان به تدریج مستقل تر می شوند، به دنبال خود مختاری بیشتر می گردند و خودپنداره ها و ارزش های خود را تثبیت می کنند که منجر به تغییر در محیط خانواده می شود (Daniel et al., 2020). روانشناسان تربیتی و رشدی با تکیه بر اصول ارسطویی و در چارچوب روان شناسی مثبت گرا به دنبال ایجاد مدل هایی از بهزیستی متناسب با زمینه آموزشی و مدرسه بوده اند. دلیل آنها این است که از آنجایی که مدارس نقش محوری در زندگی دانش آموزان دارند، رفاه آنها باید در ارتباط با محیط مدرسه و شرایط آموزشی تعریف شود (Fathi et al, 2024). کمک والدین به رشد کودکان در حوزه های مختلف ممکن است بسیار مفید باشد. به عنوان مثال، در حوزه تحصیلی، مشارکت والدین مهارت‌های دانش‌آموزان را بهبود می‌بخشد، که نشان‌دهنده توجه، انگیزه، تمرکز، تلاش و شایستگی بالاتر است (Gonzalez-DeHass et al., 2005) ورود به دوره نوجوانی هم برای نوجوانان و هم برای والدین آنها چالش‌هایی را به همراه دارد. نوجوانان ممکن است والدین خود را خشن تر و کنترل کننده تر بدانند، در حالی که والدین ممکن است کودکان را سرکش و غیرمسئولانه تر ببینند. هم والدین و هم نوجوانان با چالش‌های سازماندهی مجدد مسئولیت‌ها و برقراری یک رابطه خانوادگی برابرتر روبرو هستند. این ملاحظات حاکی از آن است که الگوها و اشکال فرزندپروری، و همچنین برداشت نوجوانان از فرزندپروری، در طول زمان زمانی که کودکان مستقل تر می‌شوند، تغییر می‌کنند (Daniel T. L. Shek and Diya Dou, 2020). (Kohlberg, L., Mayer, R. 1990) معتقد است که رشد با تغییرات آموزشی برانگیخته می شود. با این حال، برانگیختگی به معنای تسریع رشد نیست، بلکه به معنای فعال کردن فرآیندی است که هدف آن رسیدن به بالاترین مراحل رشد توسط فرد است. در این رویکرد، هدف از تربیت، تغییر در رفتار کودک نیست، بلکه تغییر به سوی تمایز، ادغام و سازگاری بیشتر است. پس والدین اگر در توانایی خود برای ایجاد تغییرات مثبت در فرزندان خود احساس شایستگی بیشتری داشته باشند، احتمال بیشتری دارد که برای رسیدن به این هدف اقدام کنند. محققان سواد تربیتی خانواده در آفریقای جنوبی خاطرنشان کردند، "کودکانی که توسط والدینشان حمایت می‌شوند، معمولاً در مدرسه عملکرد خوبی دارند، و این امر به بزرگسالان انگیزه می‌دهد که به ارائه این حمایت ادامه دهند (UNESCO, 2008). بر اساس تئوری شناختی اجتماعی، باورهای کارآمدی نه تنها با تجارب تسلط، بلکه با ارزیابی اجتماعی توسط افراد مهم ایجاد می‌شوند (Bandura, A, 1977). بنابراین، از آنجایی که والدین یاد می‌گیرند که چگونه با فرزندان خود تعامل مثبت داشته باشند، کودکان احتمالاً با انتظارات بالاتری از توانایی‌های خواندن خود پاسخ می‌دهند. با افزایش کارایی دانش آموزان این کودکان در تلاش خود پافشاری کردند و به نوبه خود به سطوح بالاتری از شایستگی دست یافتند (Baroody, A. E., & Dobbs, 2011). در مطالعه ای بر روی ۶۱ کودک از ۵ مرکز مراقبت از کودکان دریافتند که انتظارات والدین از پیشرفت تحصیلی فرزندان به طور قابل توجهی با علاقه به سواد کودکان مرتبط است. بر اساس گزارش معلمان، کودکانی که به سواد علاقه‌ای نداشتند، رفتارهای مشکل ساز بیشتری نسبت به همسالان خود که علاقه به سواد داشتند، از خود نشان دادند. رابطه بین انتظارات والدین، علاقه کودکان به سوادآموزی و رفتار کودکان پیامدهای مهمی برای برنامه های سواد تربیتی خانواده دارد که بر نتایج در هر سه حوزه (والدین، کودکان، عملکرد تحصیلی) تأثیر می گذارد. تاب آوری در محیط های آموزشی را تاب آوری تحصیلی می گویند. پیشرفت تحصیلی در دانش آموزان تاب آور که با موقعیت های منفی روانی و محیطی مواجه می شوند بیشتر دیده می شود. تاب‌آوری تحصیلی یکی از ابعاد تاب‌آوری در محیط آموزشی است؛ دانش آموزانی که دارای تاب‌آوری هستند به رغم مصائب و دشواری‌های اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی احتمال موفقیت بالاتری دارد (Tarvirdizadeh et al, 2016). دانش آموزان دارای تاب‌آوری تحصیلی، کسانی هستند که انگیزه پیشرفت بالایی را در خود نگه می‌دارند و عملکرد بهینه‌ی خود را با وجود وقایع تنش‌زای محیطی و با شرایطی که آن‌ها را در موضع عملکرد ضعیف تحصیلی و حتی ترک تحصیل قرار می‌دهد، حفظ

می‌کنند (Alva, S. A., 1991). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که با افزایش تاب‌آوری، اهمالکاری تحصیلی، بی‌علاقگی تحصیلی و ناکارآمدی تحصیلی و افت تحصیلی موثر است (Yaghoobi, 2016). تاب‌آوری تحصیلی، در برگیرنده شایستگی‌هایی از قبیل اعتماد، بهزیستی، انگیزش، جهت‌گیری، ارتباط و مدیریت تنش است (Close, 2008). Hwang (۲۰۱۸) در رابطه با ویژگی‌های دانشجویان پرستاری با سطح بالایی از تاب‌آوری تحصیلی تحقیق و پژوهشی را انجام داد که نتایج آن به این شرح است؛ تاب‌آوری تحصیلی موجب می‌شود که دانشجویان با انعطاف‌پذیری بیشتری که از خود بروز می‌دهند، به صورت کارآمد با مشکلات مقابله کنند تا از دشواری‌های به وجود آمده در زندگی تحصیلی گذر کنند و به تلاش‌های خود برای رسیدن به موفقیت تحصیلی ادامه دهند. در نتیجه برخورداری از این ویژگی‌ها و داشتن چنین روحیه‌ای باعث علاقه‌مندی دانشجویان به تحصیل و اشتیاق تحصیلی می‌شود. Mumina et al (۲۰۲۲) معتقد هستند سبک‌های فرزندپروری ممکن است منجر به عملکرد تحصیلی پایین یا بالا کودک شود. بنابراین، عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان در کنار سایر شرایط، بستگی زیادی به سبک‌های فرزندپروری در خانواده دارد. از والدین انتظار می‌رود که ارزش سخت‌کوشی و عشق به یادگیری را در فرزندان خود ایجاد کنند که در نهایت منجر به نتایج تحصیلی خوب می‌شود. مسئولیت‌پذیری یک الزام و تعهد درونی از سوی فرد برای انجام مطلوب فعالیت‌هایی است که بر عهده‌اش گذاشته شده است. از جمله نظریاتی که در رابطه با مسئولیت‌پذیری بحث می‌کنند نظریه وجودگرایان است. مطابق این نظریه مسئولیت‌پذیری امری وجودی است که از طریق تعلیم و تربیت شکوفا می‌گردد. از این‌رو هر چه انسان آگاه‌تر باشد بیشتر احساس مسئولیت خواهد کرد و با تداوم آگاهی، انسان نیز همواره احساس مسئولیت می‌کند (Aulak et al, 2016). Baidoo-Anu et al (2019) بیان می‌کنند کودکان در سبک فرزندپروری (سهل‌گیرانه)، همیشه مستقل و مسئولیت‌پذیر بودن را دشوار می‌دانند و ممکن است به دلیل نداشتن مرزها و راهنمایی احساس ناامنی کنند. Glaser (۲۰۱۷) مسئولیت‌پذیری را توانایی برآوردن نیازهای خود و پذیرفتن پیامدهای رفتارها به گونه‌ای که مانعی در جهت برآوردن نیازهای افراد جامعه یادگیری انتخاب باشد عنوان می‌کند. مسئولیت‌پذیری در قالب سه مؤلفه صورت‌بندی شده است: ۱- یادگیری انتخاب رفتاری است که نیازهای اساسی ما را برآورده کند، ۲- پذیرفتن پیامدهای رفتار خود؛ ۳- اینکه مانعی بر سر راه برآورده شدن نیازهای دیگران نباشد (Sahibi et al, 2015). دانش‌آموزانی که نسبت به اشتباهات و شکست‌های خود مسئولیت‌پذیر هستند، حرمت بالاتری دارند (Alam, ۲۰۱۴). Bassami & Amiri (۲۰۱۴) پژوهشی با عنوان پیش‌بینی مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان بر اساس شیوه‌های تربیتی والدین و پیشرفت تحصیلی انجام دادند. پژوهش از لحاظ ماهیت جز تحقیقات کاربردی و از لحاظ اجرا جز تحقیقات همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه والدین دانش‌آموزان مقطع ابتدایی ناحیه ۳ شهر کرمانشاه در سال ۱۴۰۱ بود. نمونه این پژوهش بر اساس روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای و بر اساس فرمول کوکران تعداد ۳۵۰ نفر از والدین دانش‌آموزان انتخاب گردید سواد تربیتی والدین یکی از الگوهای جدید در علوم تربیتی و مدیریت آموزشی است که والدین با ارتقاء سطح دانش و مهارت خود می‌توانند فرزندان خود را در امر یادگیری بهتر، حمایت نمایند. والدین با حمایت از یادگیری در خانه و نه فعالیت‌های مدرسه، بیشترین تأثیر را در موفقیت جوانان دارند. Guastello et al (۲۰۱۴) در پژوهشی تحت عنوان اثربخشی شیوه‌های فرزندپروری بر میزان مسئولیت‌پذیری نشان داد که تأثیر شیوه‌های فرزندپروری مقتدرانه (ترکیبی از کنترل و محبت بالا) بر افزایش مسئولیت‌پذیری اجتماعی پسران و استقلال دختران است. بنابراین ایجاد راهبردهای موثر در ارتقا سواد تربیتی والدین یکی از راهبردهای موثر برای پیشرفت تحصیلی و مهارتی فرزندان در آینده کاری می‌باشد. سواد تربیتی والدین به میزان دانش و مالکیت آنها در مجموعه‌ای از مهارت، دانش و تمایلات عاطفی آنها برای تربیت کودکان موثر، باهوش، با روحیه و دارای استعداد اجتماعی است، به طوری که می‌توان گفت سواد تربیتی والدین یکی از مهمترین انواع سواد است، زیرا سرنوشت گونه‌های بشری به کیفیت فرزند پروری آنها، بستگی دارد. در مجموع می‌توان گفت که سواد تربیتی والدین تا آنجا اهمیت دارد که والدین بیشترین تأثیرات اجتماعی را حتی فراتر از معلمان و مدرسه بر فرزندان خود دارند. والدین اولین مربی کودک هستند. خانواده و محیط خانه کودک تأثیر بسزایی در رشد زبان و سواد و پیشرفت تحصیلی دارد و این تأثیر در سالهای اولیه کودک قویتر است اما در تمام سالهای مدرسه ادامه دارد (McCoy & Cole, J, 2011). گاهی اوقات اشاره می‌شود که سبک فرزندپروری یک ویژگی والدینی مستقل از کودک در حال رشد است (Darling & Steinberg, 1998). Masten (۲۰۰۱) تاب‌آوری تحصیلی را، به عنوان توانایی دانش‌آموزان در کنار آمدن مؤثر با موانع، تنش، فشار و به طور کلی عوامل تهدید کننده معرفی می‌کند. تحقیقات انجام شده، تاب‌آوری تحصیلی را به عوامل مختلفی در حوزه‌های مختلف از تحصیل، خانواده، اجتماعی و جمعیت شناختی و روانشناختی مرتبط می‌کند (Finn & Rock, 1997). همانطور که توسط Faris, &

McCarroll (۲۰۱۰). در پژوهشی که توسط Khormaei et al (2015) مبنی بر بررسی نقش واسطه‌گری تاب‌آوری در رابطه بین ابعاد الگوهای ارتباطی خانواده و شادکامی در دانش‌آموزان مقطع متوسطه بود و بر روی ۱۸۶ دانش‌آموز دختر و پسر مقطع متوسطه شهر شیراز با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. صورت پذیرفت، نتایج تحلیل‌های آماری نشان داد که بین ابعاد الگوهای ارتباطی خانواده، تاب‌آوری و شادکامی رابطه معناداری وجود دارد، عامل بهم پیوسته وجود دارد: (۱) توسعه شایستگی اجتماعی - عاطفی و (۲) محیط‌های اجتماعی محافظت‌کننده مثبت، یعنی خانه، مدرسه و جامعه. الگوی تاب‌آوری کشف مجدد روانشناسی فردی آدلر^۱ است که ادعا می‌کند همه مشکلات سازگاری نتیجه علاقه اجتماعی ناکافی است. علاقه اجتماعی با روانشناسی مثبت و تاب‌آوری سازگار است زیرا هر دو رویکرد خوش بینانه و فعالانه‌ای را نسبت به مشاوره و درمان ایجاد می‌کنند. روانشناسی فردی و الگوی تاب‌آوری، الگوهای تعامل خانواده و فرزندآوری کارآمدتر را تقویت می‌کنند (Nicoll, 2011). کودکانی که در شرایط نامساعد محیطی متولد می‌شوند با مشکل روبرو می‌شوند. Sheikhu-Islami & Barzo (2014). پژوهشی با هدف بررسی نقش واسطه‌گری سبک‌های پرورش‌دهی در رابطه‌ی بین ابعاد فرزندپروری و مسئولیت‌پذیری در نوجوانان انجام دادند شرکت‌کنندگان این پژوهش شامل ۳۰۴ نفر (۱۷۱ دختر و ۱۳۳ پسر) از دانش‌آموزان دبیرستان‌های شهر شیراز در سال تحصیلی ۹۳-۹۲ بود که بر اساس روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند نتایج تحلیل مسیر نشان داد که سبک پرورش‌دهی بین بعد فرزندپروری کنترل و مسئولیت‌پذیری نقش واسطه‌گری کامل ایفا می‌کند. هم‌چنین سبک‌های پرورش‌دهی اطلاعاتی، هنجاری و سردرگم - اجتنابی نقش واسطه‌ای سهمی در ارتباط بین بعد محبت فرزند پروری و مسئولیت‌پذیری داشتند. Buchanan (2014) در پژوهش خود، نشان داد که چگونه کودکان در معرض تجربیات نامطلوب می‌توانند پیامدهای روانی منفی طولانی مدت داشته باشند؛ با این وجود، هر کودکی محیط خانواده را متفاوت تجربه می‌کند، واکنش کودک به این وضعیت نامساعد متفاوت است و کودکانی هستند که با وجود این شرایط سخت زندگی می‌توانند تحمل کنند. افرادی هستند که تحصیلات را در شرایط سخت محیطی و اجتماعی تجربه می‌کنند. با این وجود به نظر می‌رسد برخی برای اینکه تفاوت بین تربیت (سبک تربیتی) و فرزندپروری (سبک فرزندپروری) روشن شود، باید توجه داشت که تربیت می‌تواند توسط بزرگسالانی انجام شود که والدین نیستند؛ فلذا شناسایی سبک فرزندپروری با سبک تربیتی گمراه‌کننده است، علاوه بر این، همانطور که در مقاله اشاره شد، توصیف والدین شامل روابط با کودک (بعد بین فردی) و تجربه کردن خود به عنوان مشارکت‌کننده در این روابط (بعد درون روانی) است؛ سبک فرزندپروری با اولین جنبه از تجربیات والدین مطابقت دارد (Bakiera, 2019). کار، فعالیت تحصیلی و مسئولیت به زندگی معنا و دوام می‌بخشند. بدون داشتن هدفی مهم و ارزشمند، ایثار، تعهد و مهارت، رسیدن به بلوغ و سلامت روانی میسر نیست (Schultz, 2016). علاوه بر این، رفتارهای والدین (انتظار موفقیت) و فشار ممکن است در استرس کودکان نقش داشته باشد (Hanimoğlu & İnanç, 2011; Kulakow et al, 2021). بنابراین پژوهشگر در صدد یافتن پاسخ این سؤال است: آیا مسئولیت‌پذیری در رابطه بین سواد تربیتی والدین و تاب‌آوری تحصیلی دانش‌آموزان نقش میانجی ایفا می‌کند؟

روش

از نوع همبستگی و از طریق الگویابی معادلات ساختاری (SEM) است. جامعه آماری، حجم نمونه و روش نمونه‌گیری جامعه آماری این پژوهش، دانش‌آموزان پسر و دختر دوره متوسطه دوم به تعداد ۶۰۷۳۵ نفر در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ در شهر کرج بودند. جامعه آماری از بین ۱۱۷ مدرسه پسرانه به تعداد ۳۳۷۹۳ نفر و ۱۴۵ مدرسه دخترانه به تعداد ۲۶۹۴۲ نفر دانش‌آموز، تعداد ۴۰۰ نفر دختر و پسر با مادران‌شان انتخاب شدند. درباره حجم نمونه در پژوهش‌های مربوط به روش تحقیق همبستگی از نوع مدل معادلات ساختاری نظرات گوناگون وجود دارد ولی همه بر این موضوع توافق دارند که مدل معادلات ساختاری شبیه تحلیل عامل از فنون آماری است که با نمونه بزرگ قابل اجرا می‌باشد (تاباچنیک و فیدل، ۲۰۰۱). براساس فرمول تاباچنیک و فیدل (۲۰۰۷) برای نمونه‌گیری حداقل حجم نمونه در مطالعات همبستگی از فرمول $N \geq 50 + 8M$: برآورد می‌شود؛ در این فرمول N حجم نمونه و M تعداد متغیرهای پیش‌بین (مستقل) است. در پژوهش حاضر ۱۶ متغیر پیش‌بین وجود داشت که طبق فرمول حداقل باید بیشتر از ۱۹۴ نفر باشد. بنابراین در پژوهش حاضر با در نظر گرفتن تعداد پارامترهای برآورد شده در مدل و احتساب ریزش ۴۰۰ نفر از دانش‌آموزان در نظر گرفته شد؛ و با توجه به جنسیت آنها، به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای بصورت

^۱Adler.

تصادفی انجام شد؛ که در مدارس دخترانه از هر پایه ۷ نفر بطور تصادفی در ده مدرسه در کل ۲۱۰ نفر و در مدرسه یازدهم، ۱۳ نفر (پایه دهم، ۴ نفر، پایه یازدهم، ۴ نفر و پایه دوازدهم، ۵ نفر) که در مجموع ۲۲۳ نفر دختر؛ و در هشت مدرسه پسرانه، بطور تصادفی هر مدرسه ۲۱ نفر در کل ۱۶۸ نفر و در مدرسه نهم پسرانه ۹ نفر (هر پایه ۳ نفر) که در مجموع نه مدرسه پسرانه ۱۷۷ نفر دانش آموز پسر، انتخاب شد.

ابزار پژوهش

الف) پرسشنامه فرزند پروری Alabama : این پرسشنامه یک ابزار خودگزارشی است که نسخه اصلی ۵۱ سؤال دارد و البته نسخه کوتاه شده آن هم که دارای ۴۲ عبارت است موجود است و همچنین مورد استفاده برای جوانان (Hajkhodadadi, 2021) و این آزمون، پنج حوزه فرزندپروری را اندازه گیری می کند. این پنج حوزه عبارتند از: فرزندپروری مثبت^۱، نظارت ضعیف^۲ و انضباط ناپایدار^۳، تنبیه بدنی^۴، درگیری^۵؛ این مقیاس براساس مقیاس لیکرته از هرگز (۱) تا همیشه (۵) تهیه شده که آزمودنی یا مشارکت کننده باید متناسب با رفتار خود یکی از آنها را علامت گذاری کند. همسانی درونی برای مقیاس ها از متوسط تا بالا بین دامنه ۰/۴۶ تا ۰/۸۰ توسط (Shelton et al ۱۹۹۶) گزارش شده است. در این پژوهش برای بررسی روایی سازه مقیاس ابعاد سواد تربیتی از تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم استفاده شد.

ب) پرسشنامه مسئولیت پذیری (Nemati, 2008): این ابزار شامل ۵۰ عبارت است که نمره گذاری از سیستم ۱ تا ۵ پیروی می کند. که ۷ بعد را به شرح زیر مورد سنجش و بررسی قرار می دهد: خودمدیریتی، نظم پذیری، قانونمندی، امانت داری، وظیفه شناسی، سازمان یافتگی، پیشرفت گرایی. روایی سازه این پرسشنامه با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی بررسی شد که نتایج آن در ادامه ارائه شده است. بعد از نتایج مربوط به روایی سازه، نتایج مربوط به پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر گزارش شده است. برای بررسی روایی سازه مقیاس مسئولیت پذیری از تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم استفاده شد.

ج) پرسشنامه تاب آوری تحصیلی (Samuelse (ARI (۲۰۰۴): این پرسشنامه توسط سامولز تهیه گردیده است و نسخه اصلی دارای ۴۰ سؤال است و در ایران به تعداد ۲۹ سؤال هنجاریابی و تقلیل یافته است. در سه مقیاس مهارت های ارتباطی، جهت گیری آینده و مسئله محور و مثبت نگر؛ میزان تاب آوری تحصیلی را مورد سنجش قرار می دهد. نمره گذاری نیز با مقیاس لیکرت از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم. ۵ تا ۱ (Soltaninejad et al. (2014) پایایی پرسش نامه تاب آوری تحصیلی با روش آلفای کرونباخ انجام شد. روایی سازه این پرسش نامه با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی بررسی شد.

یافته ها

میانگین و انحراف معیار متغیر سواد تربیتی والدین (۳/۵۲ و ۰/۳۲۵)؛ مسئولیت پذیری دانش آموزان (مسئولیت پذیری در دانش آموزان پسر به ترتیب ۳/۷۷۶ و ۰/۲۵۸ و در دانش آموزان دختر به ترتیب ۳/۸۶۰ و ۰/۲۴۰) و تاب آوری تحصیلی دانش آموزان به ترتیب: در دانش آموزان پسر به ترتیب ۳/۳۷۴ و ۰/۳۶۳ و در دانش آموزان دختر به ترتیب ۳/۴۳۴ و ۰/۳۱۹ بدست آمده است.

جدول ۱. ماتریس همبستگی پیرسون بین سواد تربیتی با تاب آوری تحصیلی

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱ فرزند پروری مثبت	۱					
۲ نظارت ضعیف	۰/۷۵**	۱				
۳ نظم و انضباط ناپایدار	۰/۵۹**	۰/۶۶**	۱			
۴ تنبیه بدنی	۰/۸۵**	۰/۹۱**	۰/۸۷**	۱		
۵ درگیری	۰/۷۹**	۰/۷۵**	۰/۸۳**	۰/۸۶**	۱	
۶ تاب آوری تحصیلی	۰/۳۰**	۰/۲۳**	۰/۲۳**	۰/۲۷**	۰/۳۲**	۱

. **P<۰/۰۱ . *P<۰/۰۵ .

۱. Positive Parenting

۲. Poor Monitoring/Supervision

۳. Inconsistent Discipline

۴. Corporal Punishment

۵. Involvement

نتایج ضریب همبستگی پیرسون در جدول ۱ نشان می‌دهد که بین فرزند پروری مثبت و درگیری با تاب آوری تحصیلی رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد ($p < 0/01$). اما بین نظارت ضعیف، نظم و انضباط ناپایدار، تنبیه بدنی با تاب آوری تحصیلی رابطه معکوس و معناداری وجود دارد ($p < 0/01$).

جدول ۲. ماتریس همبستگی پیرسون بین مسئولیت پذیری با تاب آوری تحصیلی

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱ خود مدیریتی	۱							
۲ نظم پذیری	$0/81^{**}$	۱						
۳ قانونمندی	$0/82^{**}$	$0/80^{**}$	۱					
۴ امانت داری	$0/73^{**}$	$0/72^{**}$	$0/82^{**}$	۱				
۵ سازمان یافتگی	$0/89^{**}$	$0/83^{**}$	$0/78^{**}$	$0/66^{**}$	۱			
۶ پیشرفت گرایی	$0/73^{**}$	$0/71^{**}$	$0/79^{**}$	$0/66^{**}$	$0/80^{**}$	۱		
۷ مسئولیت پذیری	$0/81^{**}$	$0/77^{**}$	$0/76^{**}$	$0/64^{**}$	$0/73^{**}$	$0/70^{**}$	۱	
۸ تاب آوری تحصیلی	$0/23^{**}$	$0/21^{**}$	$0/26^{**}$	$0/22^{**}$	$0/22^{**}$	$0/25^{**}$	$0/26^{**}$	۱

$^{**}P < 0/01$. $^{*}P < 0/05$

نتایج ضریب همبستگی پیرسون در جدول ۲ نشان می‌دهد که بین مسئولیت پذیری و ابعاد آن با تاب آوری تحصیلی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد ($p < 0/01$).

۱- آزمون همبستگی بین سواد تربیتی با مسئولیت پذیری

جدول ۳. ماتریس همبستگی پیرسون بین سواد تربیتی با مسئولیت پذیری

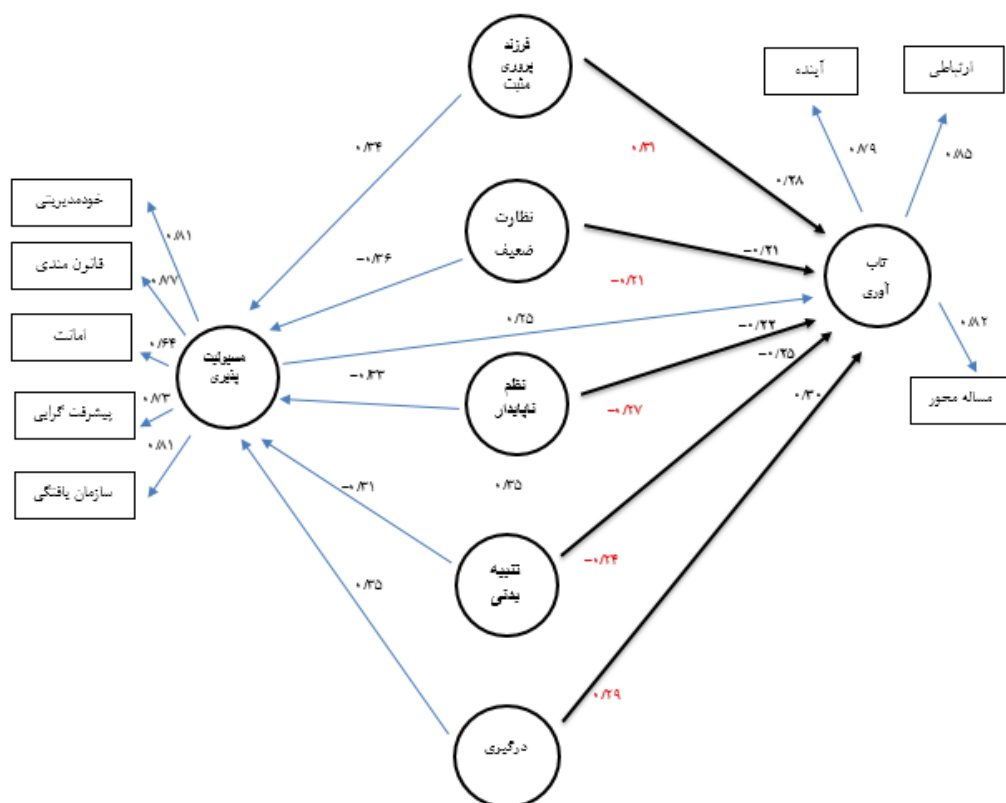
متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱ فرزند پروری مثبت	۱					
۲ نظارت ضعیف	$-0/75^{**}$	۱				
۳ نظم و انضباط ناپایدار	$-0/68^{**}$	$0/66^{**}$	۱			
۴ تنبیه بدنی	$-0/85^{**}$	$0/91^{**}$	$0/87^{**}$	۱		
۵ درگیری	$0/79^{**}$	$-0/75^{**}$	$-0/83^{**}$	$-0/86^{**}$	۱	
۶ مسئولیت پذیری	$0/37^{**}$	$-0/38^{**}$	$-0/35^{**}$	$-0/34^{**}$	$0/38^{**}$	۱

$^{**}P < 0/01$. $^{*}P < 0/05$

نتایج ضریب همبستگی پیرسون در جدول شماره ۳ نشان می‌دهد که بین فرزند پروری مثبت و درگیری با مسئولیت پذیری رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد ($p < 0/01$).

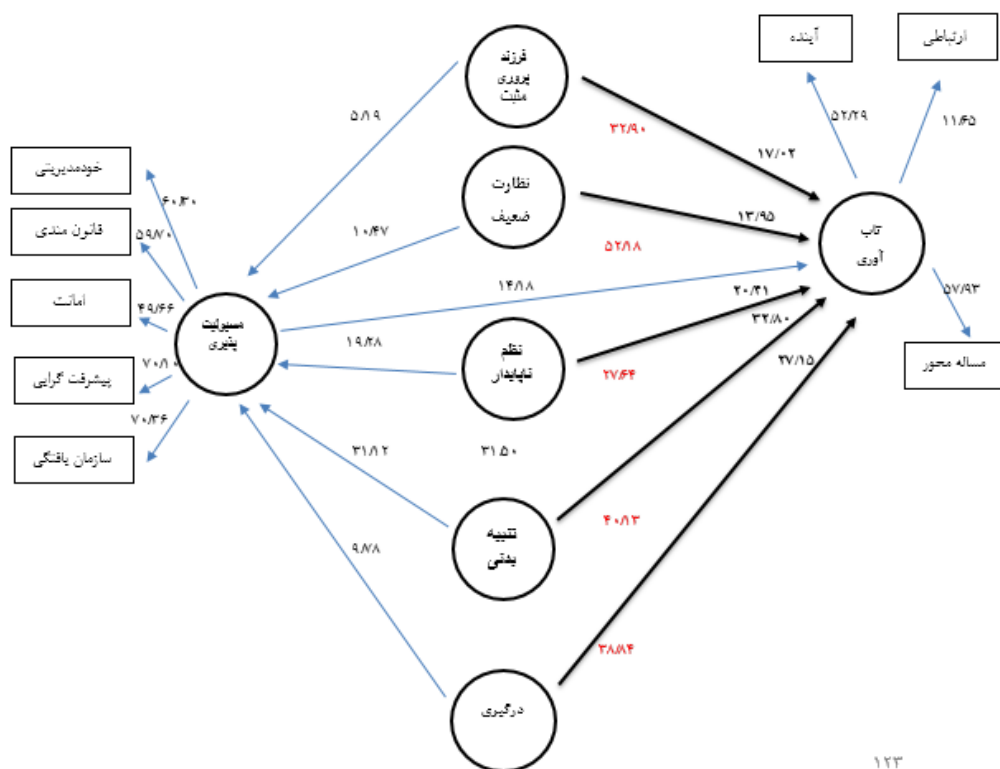
مدل ساختاری برازش پژوهش

در این بخش ابتدا مدل ساختاری برازش شده در دو حالت ضرایب استاندارد و ضرایب t گزارش شده است.



شکل ۱. مدل برازش شده پیش‌بینی تاب‌آوری تحصیلی براساس سواد تربیتی با میانجی‌گری مسئولیت‌پذیری در حالت ضرایب استاندارد

همانطور که در شکل شماره ۱ مشخص است رابطه مسئولیت‌پذیری با فرزندپروری مثبت ۰/۳۴، با نظارت ضعیف -۰/۳۶، با انضباط ناپایدار -۰/۳۳، با تنبيه بدنى -۰/۳۱ و با درگیرى ۰/۳۵ می‌باشد. رابطه مسئولیت‌پذیری با تاب‌آوری تحصیلی ۰/۲۵ می‌باشد. رابطه تاب‌آوری تحصیلی با فرزند پروری مثبت ۰/۲۸، با نظارت -۰/۲۱، با انضباط ناپایدار -۰/۲۲، با تنبيه -۰/۲۵ و با درگیرى ۰/۳۰ است.



شکل ۲. مدل برازش شده پیش بینی تاب آوری تحصیلی بر اساس سواد تربیتی با میانجی گری مسئولیت پذیری در حالت ضرایب t همانطور که در شکل ۲ مشخص است رابطه مسئولیت پذیری با فرزندپروری مثبت $۵/۱۹$ با نظارت ضعیف $۱۰/۴۷$ با انضباط ناپایدار $۱۹/۲۸$ ، با تنبیه بدنی $۱۲/۳۱$ و با درگیری $۹/۷۸$ میباشد. رابطه مسئولیت پذیری با تاب آوری $۱۴/۱۸$ میباشد و رابطه تاب آوری تحصیلی با فرزند پروری مثبت $۱۷/۰۲$ ، با نظارت $۱۳/۹۵$ با انضباط ناپایدار $۲۰/۴۱$ - با تنبیه $۳۲/۸۰$ و با درگیری $۳۷/۱۵$ است

جدول ۴. اثر مستقیم مسئولیت پذیری بر تاب آوری تحصیلی

مسیر	β	95% CI	T	P
مسئولیت پذیری -> تاب آوری تحصیلی	۰/۲۵	۰/۳۹, ۰/۴۴	۴/۷۰	۰/۰۰۱

فاصله اطمینان ۹۵٪

همان طور که در جدول ۴ مشخص است اثر مستقیم مسئولیت پذیری بر تاب آوری تحصیلی معنادار میباشد ($p < ۰/۰۵$).

جدول ۵. اثر مستقیم سواد تربیتی والدین بر تاب آوری تحصیلی

مسیر	β	95% CI	T	P
فرزند پروری مثبت -> تاب آوری تحصیلی	۰/۲۸	۰/۳۴, ۰/۲۵	۳/۳۴	۰/۰۰۱
نظارت ضعیف -> تاب آوری تحصیلی	-۰/۲۱	-۰/۱۹, ۰/۴۱	۴/۴۷	۰/۰۰۱
نظم و انضباط ناپایدار -> تاب آوری تحصیلی	-۰/۲۲	-۰/۳۰, ۰/۴۰	۳/۱۲	۰/۰۰۱
تنبیه بدنی -> تاب آوری تحصیلی	-۰/۲۵	-۰/۱۲, ۰/۳۴	۵/۶۲	۰/۰۰۱
درگیری -> تاب آوری تحصیلی	۰/۳۰	۰/۰۸, ۰/۰۳	۳/۲۷	۰/۰۰۱

فاصله اطمینان ۹۵٪

همان طور که در جدول ۵ مشخص است اثر مستقیم ابعاد سواد تربیتی بر تاب آوری تحصیلی معنادار است ($p < ۰/۰۵$)، بدین معنا که در بین ابعاد سواد تربیتی، فرزند پروری مثبت و درگیری میتواند تاب آوری تحصیلی را به طور مثبت و نظارت ضعیف، نظم و انضباط ناپایدار، تنبیه بدنی به صورت منفی تاب آوری تحصیلی را تبیین کنند.

جدول ۶. اثر مستقیم سواد تربیتی والدین بر مسئولیت پذیری دانش آموزان

مسیر	β	95% CI	T	P
فرزند پروری مثبت -> مسئولیت پذیری	۰/۳۴	۰/۱۱, ۰/۵۲	۳/۹۹	۰/۰۰۱
نظارت ضعیف -> مسئولیت پذیری	-۰/۳۶	-۰/۲۸, ۰/۳۴	۳/۵۷	۰/۰۰۱
نظم و انضباط ناپایدار -> مسئولیت پذیری	-۰/۳۳	-۰/۲۴, ۰/۱۴	۶/۶۲	۰/۰۰۱
تنبيه بدنی -> مسئولیت پذیری	-۰/۳۱	-۰/۱۰, ۰/۳۰	۲/۱۷	۰/۰۰۱
درگیری -> مسئولیت پذیری	۰/۳۵	۰/۱۶, ۰/۰۸	۳/۴۸	۰/۰۰۱

فاصله اطمینان ۹۵٪

همانطور که در جدول ۶ مشخص است اثر مستقیم ابعاد سواد تربیتی بر مسئولیت پذیری معنادار است ($p < 0.05$)، بدین معنا که در بین ابعاد سواد تربیتی، فرزند پروری مثبت و درگیری می‌تواند به طور مثبت و نظارت ضعیف، نظم و انضباط ناپایدار، تنبيه بدنی به صورت منفی مسئولیت پذیری را تبیین کنند.

جدول ۷. اثر غیرمستقیم مسئولیت پذیری در پیش بینی تاب آوری بر اساس سواد تربیتی

مسیر	β	95% CI	T	P
فرزند پروری مثبت < مسئولیت پذیری < تاب آوری	۰/۱۷	۰/۳۲, ۰/۲۵	۴/۵۲	۰/۰۰۱
نظارت ضعیف < مسئولیت پذیری < تاب آوری	-۰/۱۹	-۰/۲۹, ۰/۱۷	۵/۴۱	۰/۰۰۱
نظم و انضباط ناپایدار < مسئولیت پذیری < تاب آوری	-۰/۱۵	-۰/۱۴, ۰/۳۵	۵/۶۹	۰/۰۰۱
تنبيه بدنی < مسئولیت پذیری < تاب آوری	-۰/۱۹	-۰/۳۱, ۰/۱۶	۶/۳۰	۰/۰۰۱
درگیری < مسئولیت پذیری < تاب آوری	۰/۱۸	۰/۲۵, ۰/۲۸	۳/۵۶	۰/۰۰۱

فاصله اطمینان ۹۵٪

همان طور که در جدول ۷ مشخص است اثر غیرمستقیم مسئولیت پذیری در پیش بینی تاب آوری بر اساس سواد تربیتی معنادار است ($p < 0.05$)، بنابراین فرضیه چهارم پژوهش تأیید می گردد.

بحث و نتیجه گیری

مسئولیت پذیری دانش آموزان بر تاب آوری تحصیلی دانش آموزان دوره دوم متوسطه شهرستان کرج اثر مستقیم دارد و معنادار می باشد بنابراین فرض پژوهش تأیید می گردد. نتایج این پژوهش با پژوهش های Guastello et al (۲۰۱۴) و Bassami & Amiri (۲۰۱۴) همسو می باشد. مسئولیت پذیری به معنی توانایی پاسخ دادن و به مفهوم تصمیم گیری های مناسب و مؤثر است. و اثر مستقیم ممکن است به این دلیل باشد که والدین و معلمان الگوی مناسبی برای مسئولیت پذیری باشند. و دانش آموزان در موقعیت های مختلف آن را در رفتارهای والدین خود مشاهده نموده اند.

سواد تربیتی والدین بر تاب آوری تحصیلی دانش آموزان دوره دوم متوسطه شهرستان کرج اثر مستقیم دارد و معنادار است. بدین معنا که در بین ابعاد سواد تربیتی، فرزند پروری مثبت می تواند تاب آوری تحصیلی را به طور مثبت و نظارت ضعیف، نظم و انضباط ناپایدار، تنبيه بدنی و درگیری به صورت منفی تاب آوری تحصیلی را تبیین کنند بنابر این فرضیه پژوهش هم تأیید می گردد. نتایج این پژوهش با پژوهش Khormaei et al (۲۰۱۵) همسو است. در نتیجه می توان گفت چون مولفه های سواد تربیتی والدین، فرایند شناختی و فرا شناختی هستند، آموزش سواد تربیتی والدین توانسته تاثیر مستقیم بر بهبود و افزایش تاب آوری تحصیلی دانش آموزان شود. همچنین دانش آموزانی که تاب آوری تحصیلی دارند، به گونه ای سازگارتر عمل می کنند.

سواد تربیتی والدین بر مسئولیت پذیری دانش آموزان دوره دوم متوسطه شهرستان کرج اثر مستقیم دارد. و معنادار است بدین معنا که در بین ابعاد سواد تربیتی، فرزند پروری مثبت می تواند به طور مثبت و نظارت ضعیف، نظم و انضباط ناپایدار، تنبيه بدنی و درگیری به صورت منفی مسئولیت پذیری را تبیین کنند؛ این فرضیه پژوهش هم تأیید می گردد. نتیجه این فرضیه با پژوهش های Sheikhl-Islami & Barzo (۲۰۱۴) و Guastello et al (۲۰۱۴) همسو است. بنابراین دانش آموزانی که مسئولیت پذیر

هستند، به گونه‌ای سازگارتر عمل می‌کنند و به وظایفی که به وی محول شده، درست انجام می‌دهند و قادر هستند رفتارهای مختلف و مناسبی در موقعیت‌های مختلف داشته باشند.

مسئولیت پذیری دانش آموزان در پیش بینی تاب آوری دانش آموزان بر اساس سواد تربیتی والدین نقش میانجی دارد. همان طور که نتایج نشان می‌دهد اثر غیرمستقیم مسئولیت پذیری در پیش بینی تاب آوری بر اساس سواد تربیتی معنادار است. بنابراین فرض پژوهش تأیید می‌گردد. الیس مسئولیت پذیری را معادل با منطقی بودن و معقول زندگی کردن می‌داند (Schultz, 2016) اینکه سواد تربیتی والدین با میانجی‌گری مسئولیت پذیری بر تاب‌آوری تحصیلی دانش آموزان تأثیر غیرمستقیم ندارد. ممکن است به این دلیل باشد که والدین و معلمان الگوی مناسبی برای مسئولیت پذیری دانش آموزان باشند اما برای تاب آوری الگوی مناسبی نباشند. چون معمولاً کودکان و نوجوانان، رفتارهای والدین از جمله تاب آوری را در موقعیت‌ها و شرایط مختلف مشاهده، یادگیری و الگوگیری می‌کنند.

ملاحظات اخلاقی و پیروی از اصول اخلاق پژوهش

در این پژوهش به شرکت کنندگان در مورد محرمانه ماندن اطلاعاتشان اطمینان داد شد و افراد داوطلبانه بدون هیچ اجباری به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند.

حامی مالی

هزینه‌های این مطالعه توسط نویسندگان مقاله تامین شد.

مشارکت نویسندگان

همه نویسندگان سهم یکسان در مقاله داشته‌اند.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان مقاله حاضر فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است.

References

- Afzali, L., Hosseinian, S and Nooripour, R. (2024). Mediating role of academic competence in the relationship between perceived teaching style and academic resilience among adolescents. [\[Link\]](#)
- Alam, Md M. (2013). A Study of Test Anxiety, Self-Esteem and Academic Performance Among Adolescents. *The IUP Journal of Organizational Behavior*, 17(4), 33-43. [\[Link\]](#)
- Alva S.A. (1991). Academic Invulnerability Among Mexican- American Students: The Importance of Protective Resources and Appraisals. *Hispanic J Behav Sci*. 13(1):18-34. [\[Link\]](#)
- Aulak, D. S., Quinn, B., & Wilson, N. (2016). Student burnout. *British dental journal*, 220(5), 219-220. [\[Link\]](#)
- Bakiera, L. (2019), wychowanie i rodzicielstwo, styl wychowania i styl rodzicielski. analiza terminologiczna, psychologia wychowawcza, NR 16/2019, 60–72 , Data wpływu: 03.2019, Uniwersytet im. Adama Mickiewicza, Instytut Psychologii/[\[Link\]](#).
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychologica*
- Bandura, A. (1996). A socio-cognitive view on shaping the future. *In Proceedings of the Korean Psychological Association 50th Anniversary Conference*, Seoul, Korea. [\[Link\]](#)
- Barazjani, Mahdieh and Fani, Dariush (2013), the relationship between dimensions and methods of parenting on happiness and resilience in a group of high school students, *the second national conference*. [\[Link\]](#) [Persian]
- Baroody, A. E., & Dobbs-Oates, J. (2011). Child and parent characteristics, parental expectations, and child behaviours related to preschool children's interest in literacy. *Early Child Development and Care*, 181, 345–359. [\[Link\]](#)
- Bassami, M., Amiri, H. (2014). Predicting students' responsibility based on parental parenting styles and their academic achievement. *Recent Advances in Psychology, Educational Sciences and Education*, 6(61), 16. [\[Link\]](#) [Persian]

- Baumrind, D. (1971). Harmonious parents and their preschool children. *Developmental Psychology*, 4, 99–102. [\[Link\]](#)
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance. *Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56–95. [\[Link\]](#)
- Baumrind, D. (2005). Patterns of parental authority and adolescent autonomy. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 108, 61–69. [\[Link\]](#)
- Buchanan, A. (2014). Risk and protective factors in child development and the development of resilience. *Open Journal of Social Sciences*, 2, 244-249. Becvar, D. S. (Ed.). Handbook of family resilience. New York, NY: Springer. [\[Link\]](#)
- Cabrera N, Padilla A. (2013). Entering and succeeding in the culture of college. *J Behav Sci*; 26, (2):152-7. 3. Cabrera N, Padilla A. (2013). Entering and succeeding in the culture of college. *J Behav Sci*; 26, (2):152-7. 3. [\[Link\]](#)
- Chahardoli, Hadith and Khademi Ashkaziri, Moluk and Naqsh, Zahra, 2022, The relationship between parenting dimensions and academic resilience: *the mediating role of cognitive emotion regulation in teenage children of veteran families*. [\[Link\]](#) [Persian]
- Close W, Solberg S.(2008). Predicting achievement, distress, and retention among lower-income Latino youth. *J Vocat Behav*, 8 (72), 31-42. [\[Link\]](#)
- Copyright © National Literacy Trust (A research review: the importance of families and the home environment, Angelica Bonci) (2008, revised 2010 and March 2011)
- Daniel T. L. Shek and Diya D, (2020). Perceived Parenting and Parent-Child Relational Qualities in Fathers and Mothers: Longitudinal Findings Based on Hong Kong Adolescents. *Int J Environ Res Public Health*. 2020 Jun; 17(11): 40-83. [\[Link\]](#)
- Darling, N., Steinberg, L. (1993). Parenting style as a context: an integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487–496. [\[Link\]](#)
- Baidoo-Anu, D., Abiaw, P. & Kaedebi-Donkor, R. (2019). Parenting Styles as a Predictor of Academic Achievement of Junior High School Students in Aowin and Suaman District, Ghana. *Journal of Education and Practice*. [\[Link\]](#)
- Demo, D.H., Cox, M.J. (2000). Families with young children: A review of research in the 1990s. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 876–895. [\[Link\]](#)
- Diader, M. (2012). Investigating the relationship between parenting styles of parents and self-esteem and responsibility of first grade teenagers. Master's thesis. *Islamic Azad University, Maroodasht branch*. [\[Link\]](#) [Persian]
- Faris, M., & McCarroll, E. (2010). Crying babies: Answering the call of infant cries. *Texas Child Care Quarterly*, 34(2), 14-20. Retrieved from. [\[Link\]](#)
- Fergus, S., & Zimmerman, M. A. (2005). ADOLESCENT RESILIENCE: A Framework for Understanding Healthy Development in the Face of Risk. *Annual Review of Public Health*, 26(1), 399–419. [\[Link\]](#)
- Finn, J.D., & Rock, D.A. (1997). Academic success among students at risk for school failure. *Journal of Applied Psychology*, 82, 221-234.
- Frick, P.J., Christian, R.C. & Wootton, J.M. (1999). Age trends in the association between parenting practices and conduct problems. *Behavior Modification*, 23, 106-128. [\[Link\]](#)
- Glaser, W. (2017). *Schools without failure. Hamza's simple translation with the cooperation of Mojdeh Hamzeh Tabrizi*. The ninth edition of 2017. Rosh Publications. [\[Link\]](#) [Persian]
- Gonzalez-DeHass, A. R., Willems, P. P., ve Holbein, M. F. D. (2005). Examining the relationship between parental involvement and student motivation. *Educational Psychology Review*, 17(2), 99-123. [\[Link\]](#)
- Guastello, D. D., Guastello, S. J., & Briggs, J. M. (2014). Parenting style and generativity measured in college students and their parents. *Sage Open*, 4 (1) , 2158244013518053. [\[Link\]](#)
- Hajkhodadadi D, Etemadi O, Abedi M R, Jazayeri R S. (2021). The effectiveness of triple-p (positive parenting program) on effective parenting and quality of child-parent relationship in mothers with adolescents. *Journal of Psychological Science*. 20(98), 185-198. [\[Link\]](#) [Persian]

- Hwang E, Shin S. (2018). Characteristics of nursing students with high levels of academic resilience: A cross sectional study. *Nurse Education Today*, 71: 54-59. [[Link](#)]
- Jafarzadeh, N., Farkhi, N., and Sohrabi Smroud, F. (2014). The relationship between parenting methods and resilience with students' happiness. *Educational Psychology (Psychology and Educational Sciences)*, 11(37), 67-81. [[Link](#)] [Persian]
- Jorabi Asrjadid, M., Shahriari Ahmadi, M., Salehi, M., Staki, M. (2021). Learning self-regulation model based on intelligence beliefs and perception of classroom atmosphere with the mediation of self-efficacy in gifted students. *Quarterly Journal of Excellence in Counseling and Psychotherapy*, 10, 55-70. [[Link](#)] [Persian]
- Kayanifar, F. and Zoghi Paydar, MR. (2021). Prediction of academic procrastination and students' responsibility based on the amount of computer games use. *Sixth International Conference / 30 Bahman 1 March*. Isfahan University. [[Link](#)] [Persian]
- Khormaei, F., Akbari, A., Sadri, M. and Niroumand, H. (2015). Predicting happiness based on dimensions of family communication patterns with the mediation of resilience in students, *Journal of Educational Psychology Studies*, 12(21), 63-82.
- Koehn, A. J., & Kerns, K. A. (2018). Parent-child attachment: Meta-analysis of associations with parenting behaviors in middle childhood and adolescence. *Attachment & Human Development*, 20(4), pp. 378-405. [[Link](#)]
- Kohlberg, L., Mayer, R. (1990). *Rozwój jako cel wychowania*. Toruń: Centrum Doskonalenia Nauczycieli. [[Link](#)]
- Masten AS. Ordinary M. (2001) Resilience processes in development. *Am Psychol*;56(3):22738. PMID: 11315249
- McCoy, E, Cole, J. (2011). *A Snapshot of Local Support for Literacy: 2010 survey*. London: National Literacy Trust. [[Link](#)]
- Mehrafrooz, H. (2000). *Investigating the relationship between mother's parenting methods (logical authority, autocratic, liberating) with locus of control and academic progress in fourth grade male students*. Unpublished Master's Thesis, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Tarbiat Moalem University, Tehran. [[Link](#)] [Persian]
- Nemati, P. (2008). *Construction and standardization of responsibility test of middle school students in two personal and social dimensions*. Master's thesis. Allameh Tabatabaei University. [[Link](#)]
- Nicoll, W. G. (2011). Resilience-focused brief family therapy: An Adlerian approach. *The Journal of Individual Psychology*, 67(3), 205-221. [[Link](#)]
- Mumina, P., Asatsa, S., Onyango, C. L. A (2022). Performance of Secondary School Students in Public and Private Schools in Lamu County, Kenya. *International Journal of Research and Innovation in Social Science (IJRISS)* 5 (3), 1-8.
- Piazza, S., Rao, S., & Protacio, M. (2015). Converging recommendations for culturally responsive literacy practices: Students with learning disabilities, English language learners, and socioculturally diverse learners. *International Journal of Multicultural Education*, 17(3), 1-20. [[Link](#)]
- Prochaska, J. O. (2014). *Systems of psychotherapy : a transtheoretical analysis*. translated by Yahya Seyed Mohammadi, 19th edition-Ravan Publications, Tehran. [[Link](#)] [Persian]
- Richardson, G. E. (2002). The meta theory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58, 307-321. [[Link](#)]
- Sahibi, A., Zalizadeh, M. and Zalizadeh, M. (2015). Choice theory: an approach towards responsibility and social commitment. *Psychological Development*, 11(2), 2-14. [[Link](#)] [Persian]
- Samuelse W, Woo A. (2009). *Creation and initial validation of instrument to measure academic resilience* [updated 2016; cited 2009]. [[Link](#)]
- Schultz, D. (2016). *The Psychology of Perfection: Healthy Personality Patterns* translated by Khoshdel, Gita. Edition 22. Pikan Publishing House / Tehran 2016. [[Link](#)] [Persian]
- Shafiabadi, A., Naseri, Gh. (2022). *Counseling and psychotherapy theories*, Tehran: University Publishing Center. Print 35.. [[Link](#)] [Persian]

- Sheikhul-Islami, R., & Barzo, Sh. (2014). Parenting and responsibility in adolescents: the mediating role of identity processing styles. *Scientific Quarterly of Psychological Methods and Models*, 6(19), 97-120. [[Link](#)] [Persian]
- Shelton, K.K., Frick, P.J., & Wootton, J. (1996). The assessment of parenting practices in families of elementary school-aged children. *Journal of Clinical Child Psychology*, 25, 317-327. [[Link](#)]
- Soltaninejad, M. et al. (2014). Investigating the psychometric indices of the Educational Resilience Questionnaire. *Journal of Educational Measurement*, 31 (5), 17-35. [[Link](#)] [Persian]
- Tarvirdizadeh, H., Saberi, H., Pashasharifi, H. (2016). Predicting academic resilience based on personality traits with the mediation of emotional intelligence. *Journal of Health Promotion Management*, 7 (1), 1-10. [[Link](#)] [Persian]
- UNESCO. (2008). *Family literacy – A global approach to lifelong learning: Effective practices in family literacy and intergenerational learning around the world*. Hamburg: UNESCO Institute for Lifelong Learning. [[Link](#)]
- Vosniadov, S. (2001). How children learn, International bureau of Education, UNESCO. *Journal of Research in Mathematics Education*. [[Link](#)]
- Yaghoobi A, Bakhtyari M. (2016). The effect of resilience training on burnout in high school female student. *Q J Res Sch Virt Learn*. 4(13):7-16. [[Link](#)]
- Zimmerman, P., & Becker-Stol, F. (2002). Stability of attachment representations during adolescence: The influence of ego-identity status. *Journal of Adolescence*, 25 (1), 107-124. [[Link](#)]

بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری در دانشجویان با تفکیک جنسیتی

قربانعلی یحیایی^۱، مجید شیله‌سری^۲

چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری و هریک از خرده مقیاس‌های آن در دانشجویان مذکر و مؤنث، به صورت تفکیک شده انجام شده است.

روش: جامعه آماری این پژوهش شامل آن دسته از دانشجویان مؤسسه آموزش عالی کوشیار رشت بود که در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ اشتغال به تحصیل داشتند. بر اساس قاعده سرانگشتی گرین (۱۹۹۱)، اندازه نمونه برابر با ۲۲۰ نفر در نظر گرفته شد. به منظور جمع‌آوری داده‌های مورد نیاز، دانشجویان واجد شرایط، به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند تا پرسش‌نامه اعتیاد به اینترنت Young (۱۹۹۶) و پرسش‌نامه پرخاشگری Buss & Perry (۱۹۹۲) را تکمیل نمایند.

یافته‌ها: با توجه به یافته‌های آماری، معلوم گردید که بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری دانشجویان رابطه معناداری برقرار است ($T=0/495$). ضمن در نظر گرفتن تفکیک جنسیتی، میزان همبستگی بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری در دانشجویان مؤنث ($T=0/499$) و دانشجویان مذکر ($T=0/332$) بود. بررسی جزئی‌تر یافته‌ها نشان داد که اعتیاد به اینترنت با تمامی خرده مقیاس‌های پرخاشگری از قبیل بدنی، کلامی، خشم و خصومت ارتباط معناداری داشت. اما با در نظر گرفتن تفکیک جنسیتی، همبستگی اعتیاد به اینترنت با پرخاشگری بدنی و کلامی، تنها در دانشجویان مؤنث معنادار بود. همچنین رابطه معناداری بین اعتیاد به اینترنت با خرده‌مقیاس خشم و خصومت، در هر دو جنسیت وجود داشت.

نتیجه‌گیری: نتایج این پژوهش نشان‌دهنده آن است که دانشجویانی که شدت اعتیاد به اینترنت در آن‌ها بیشتر است، بیشتر در معرض خطر تجربه تمایلات خشونت‌آمیز و ارتکاب رفتارهای پرخاشگرانه هستند.

کلیدواژه‌ها: اعتیاد به اینترنت، پرخاشگری، تفکیک جنسیتی.

^۱ استادیار گروه روانشناسی، موسسه آموزش عالی کوشیار، رشت، ایران.

^۲ کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه کوشیار رشت، گروه روانشناسی، رشت، ایران. (نویسنده مسئول)

مقدمه

در سال‌های اخیر، تعداد کاربران اینترنت، به ویژه در کشورهای در حال توسعه مانند ایران، به طرز قابل توجهی افزایش یافته است (Agbaria, 2021). با وجود اینکه اینترنت مزایای زیادی دارد، اما استفاده بی‌رویه و عدم کنترل در به‌کارگیری آن به عنوان یک اختلال روانی جدید در حال ظهور است که به آن «اعتیاد به اینترنت»^۱ گفته می‌شود. امروزه اعتیاد به اینترنت به عنوان یکی از مسائل جدی در میان گروه‌های مختلف جامعه شناخته می‌شود که اثرات منفی زیادی بر سلامت روانی و اجتماعی افراد دارد. یکی از پیامدهای خطرناک این اعتیاد، افزایش رفتارهای پرخطرانه است که می‌تواند تأثیرات مخربی بر سلامت، روابط فردی، خانواده‌ها و جامعه به جا بگذارد (Lee et al., 2020). این اختلال، اولین بار توسط Young در سال ۱۹۹۶ مفهوم‌سازی گردید و علائم یا نشانگان آن عبارتند از: ۱. اشتغال افراطی به اینترنت ۲. احساس نیازمندی به اینترنت ۳. تلاش‌های مکرر برای جلوگیری از استفاده از اینترنت ۴. هدر دادن زمان در اینترنت ۵. صرف زمانی بیشتر از مقدار برنامه‌ریزی‌شده پای اینترنت ۶. نیز احساس ناراحتی در مواقع عدم دسترسی به اینترنت می‌شود (Young, 1998).

تحقیقات اخیر نشان می‌دهد که در کشورهای آسیای جنوبی مانند چین، ژاپن و کره جنوبی، اعتیاد به اینترنت یک معضل جدی اجتماعی است (Kuss et al., 2021). یک مطالعه فراتحلیلی با هدف بررسی میزان شیوع اعتیاد به اینترنت در میان دانشجویان کشور انجام شد تا اطلاعاتی به برنامه‌ریزان کشور ارائه شود. نتایج این پژوهش که بر اساس تحلیل ۱۱ مقاله به دست آمد، نشان داد که حدود ۱۲ درصد از دانشجویان دچار اعتیاد به اینترنت هستند. به‌طوری که میزان اعتیاد به اینترنت در میان پسران ۱۵.۷ درصد و در بین دختران ۹.۴ درصد بود. این یافته‌ها نشان می‌دهد که در دهه‌های اخیر، اعتیاد به اینترنت در بین دانشجویان ایرانی رو به افزایش بوده است (Mohammadi, 2018). از جمله آثار مخرب اعتیاد به اینترنت می‌توان به اضطراب اجتماعی و عزت نفس پایین (Kazemi, 2019)، اختلال خواب (Fath Ordoubadi, 2016)، مورد آزار و اذیت قرارگرفتن و قربانی شدن آنلاین (Ahmadi, 2021) پیمان شکنی زناشویی (Safdari, 2022)، اضطراب، استرس و افسردگی (Sehati Yazdi, 2019)، احساس تنهایی و رفتارهای پرخطر (Bahadori, 2020) اشاره نمود.

علاوه بر موارد ذکر شده، یکی از بارزترین عوارض اعتیاد به اینترنت، تشدید رفتارهای پرخطرانه در دانشجویان است. پرخاشگری^۲ به آن دسته از رفتارهایی اطلاق می‌شود که با نیت اعمال آسیب جسمی یا روانی به فردی دیگر انجام شوند. به‌طور کلی خرده‌مقیاس‌های چهارگانه پرخاشگری عبارت‌اند از: ۱. پرخاشگری بدنی^۳: فرد تلاش می‌کند با استفاده از اعضای بدن خودش به اعضای بدن انسان دیگری آسیب بزند. ۲. پرخاشگری کلامی^۴: فرد تلاش می‌کند از طریق بیان جملات یا کلمات، وضعیت عاطفی و روانی فرد دیگری را مورد حمله قرار دهد. ۳. خشم^۵: خرده‌مقیاس خشم به بعد احساسی و تحریکات جسمی که فرد در بدن خود تجربه می‌کند، اشاره دارد. افزایش ضربان قلب، تنفس سریع و فشار خون بالا از نشانه‌های این خرده‌مقیاس هستند. ۴. خصومت^۶: این خرده‌مقیاس به جنبه شناختی پرخاشگری پرداخته و شامل اندیشه‌ها، یادآوری‌ها و برنامه‌ریزی‌های مربوط به رفتارهای پرخطرانه است. به عبارتی دیگر، این خرده‌مقیاس به بدخواهی، خصومت و نارضایتی فرد نسبت به دیگران دلالت دارد (Buss & Perry, 1992).

تا کنون تحقیقات خارجی زیادی درباره ارتباط میان اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری صورت گرفته است. مطالعات اخیر که در سال‌های گذشته انجام شده‌اند، نشان می‌دهند که رابطه معناداری بین اعتیاد به اینترنت، پرخاشگری و احساس تنهایی وجود دارد (Shakeel et al., 2022). در همین زمینه، یک مطالعه چینی نشان داد که اعتیاد به اینترنت با

¹- Internet addiction

²- Aggression

³- Physical aggression

⁴- Verbal aggression

⁵- Anger

⁶- Hostility

پرخاشگری به‌طور کلی و همچنین با هر یک از خرده‌مقیاس‌های پرخاشگری رابطه معناداری دارد. نتایج این تحقیق نشان داد که اعتیاد به اینترنت به‌عنوان یک عامل بسیار خطرناک در بروز رفتارهای پرخاشگرانه شناخته می‌شود (Yu et al., 2022). همچنین در ترکیه، پژوهش جدیدی در این زمینه با هدف بررسی رابطه میان رفتارهای اعتیاد به اینترنت و پرخاشگرانه انجام شده است که یافته‌های آن نشان می‌دهد از یک سو، افرادی که اعتیاد شدیدی به اینترنت پیدا می‌کنند، به دلایل مختلفی از قبیل درگیری‌های ذهنی، تکانشگری بالا و مواجهه ناکارآمد با استرس، ممکن است تمایلات و رفتارهای پرخاشگرانه بیشتری از خود بروز دهند (Yilmaz, 2022).

در سال‌های اخیر، پژوهشگران در ایران توجه زیادی به اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری داشته‌اند. در یک پژوهش همبستگی که با هدف بررسی همه‌گیرشناسی اعتیاد به اینترنت و ارتباط آن با اضطراب اجتماعی و عزت نفس در میان ۶۶۰ دانشجوی دختر و پسر دانشگاه بوشهر انجام شد و نتایج نشان داد که افزایش اعتیاد به اینترنت در دانشجویان با کاهش عزت نفس آنان همراه است. همچنین، رابطه‌ای مثبت میان اعتیاد به اینترنت و اضطراب اجتماعی مشاهده شد و افزایش در اعتیاد به اینترنت با رشد اضطراب اجتماعی در میان دانشجویان همراه بود (Kazemi Nafchi, 2019). همچنین، پژوهشی دیگر در شهرضا نشان داد که ناگویی هیجانی و بازداری پاسخ با پرخاشگری دانش‌آموزان رابطه دارد (Rahnvard, 2022). با توجه به اثرات کووید-۱۹، بررسی دیگری در مشهد نشان داد که اضطراب کرونا رابطه بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری نوجوانان را میانجی‌گری می‌کند (Mousavi, 2022). پژوهشی دیگر رابطه اعتیاد به بازی‌های کامپیوتری با پرخاشگری، خطرپذیری و انزوای اجتماعی نوجوانان را نشان داد (Salimi Zaviyeh, 2021). همچنین، نقش عملکرد خانواده نیز در بروز رفتارهای پرخاشگرانه مرتبط با شبکه‌های اجتماعی قابل توجه بود (Rajabpour Niknam, 2020).

اعتیاد به اینترنت نیز به عنوان یک عامل مخرب برای سلامت روان دانشجویان رواج یافته است. اگرچه استفاده از اینترنت در میان هر دو جنس و در تمام گروه‌های سنی متداول است، اما پژوهش‌ها نشان داده‌اند که وقتی فشار درسی، مشکلات تطابق اجتماعی و احساس تنهایی در محیط دانشگاه با دسترسی نامحدود به فضای مجازی توأم شود، احتمال درگیری افراطی در اینترنت برای دانشجویان بالاتر می‌رود. از این رو به نظر می‌رسد دانشجویان در این زمینه آسیب‌پذیرتر باشند (Kuss et al, 2013). ضمن در نظر گرفتن این مهم، می‌توان پذیرفت که یکی از مهم‌ترین پیامدهای منفی اعتیاد به اینترنت افزایش رفتارهای پرخاشگرانه است که می‌تواند تأثیرات جدی و مخربی بر سلامت روان دانشجویان داشته باشد (Lee et al., 2020).

با توجه به مباحث مطرح شده، به نظر می‌رسد که رابطه معناداری میان اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری دانشجویان برقرار است. اما امروزه اینترنت به بخش جدایی‌ناپذیری از زندگی دانشجویان تبدیل شده است، به‌طوری‌که به دلیل وابستگی به منابع علمی موجود در اینترنت، حذف آن از زندگی روزمره دشوار است. بنابراین، شناخت جزئی‌نگرانه از این موقعیت، برای تدوین راهبردهای پیشگیرانه و طرح‌های درمانی دقیق برای مقابله با اعتیاد به اینترنت کاملاً ضروری است. با این حال، در پژوهش‌های پیشین داخلی، رابطه بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری به‌صورت کلی بررسی شده و ابعاد مختلف پرخاشگری در این رابطه بر اساس تفکیک جنسیتی مورد بررسی قرار نگرفته‌اند. به همین دلیل، این پژوهش قصد دارد، رابطه میان اعتیاد به اینترنت و هر یک از ابعاد پرخاشگری، به تفکیک جنسیت، به‌طور دقیق مورد بررسی قرار دهد.

روش

این پژوهش با توجه به اهداف خود، در دسته تحقیقات کاربردی قرار می‌گیرد و از روش توصیفی-همبستگی برای جمع‌آوری و تحلیل داده‌ها استفاده می‌کند. هدف اصلی این تحقیق، بررسی ارتباط بین متغیرهای مورد مطالعه، به‌ویژه اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری به‌طور کلی، و همچنین بررسی هر یک از خرده‌مقیاس‌های پرخاشگری در میان افراد مذکر و مؤنث به‌صورت مجزا است. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی دانشجویان مؤسسه آموزش عالی کوشیار رشت در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ می‌باشد. به منظور تعیین حجم نمونه از قاعده سرانگشتی Green (۱۹۹۱)

بهره گرفته شد. بر این اساس و با توجه به تعداد متغیرهای مستقل، حداقل حجم نمونه به تعداد ۲۲۰ نفر تعیین شد که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب گردید. آزمودنی‌های این پژوهش، از میان کلیه افراد جامعه هدف، فقط آن دسته از دانشجویانی که داوطلبانه تمایل خود را برای مشارکت در فرآیند پژوهش اعلام کردند، دعوت به عمل آمد تا پرسشنامه‌های مذکور را تکمیل نمایند.

پرسشنامه اعتیاد به اینترنت Young (۱۹۹۶): این پرسشنامه توسط Young در سال ۱۹۹۶، ساخته شد که توسط آن می‌توان با ۲۰ گویه به ارزیابی شدت اعتیاد به اینترنت پرداخت. این ابزار به صورت خودگزارشی اجرا می‌شود و نمره‌گذاری آن بر اساس مقیاس لیکرت انجام می‌گیرد. بر اساس نتایج این پرسشنامه، افراد به سه دسته تقسیم می‌شوند: ۱- کاربران عادی اینترنت، ۲- کاربرانی که به دلیل استفاده زیاد با مشکلات مواجه شده‌اند، و ۳- کاربرانی که دچار اعتیاد به اینترنت شده و نیاز به درمان دارند. نتایج هنجاریابی این ابزار در فرهنگ ایران نشان‌دهنده ضریب آلفای کرونباخ ۰.۸۸ است. همچنین، ضرایب آلفای کرونباخ برای پنج عامل این مقیاس بین ۰.۶۲ تا ۰.۸۱ گزارش شده است. ضریب بازآزمایی نیز ۰.۸۲ محاسبه شده است (Alavi et al., 2010).

پرسشنامه پرخاشگری Buss & Perry (۱۹۹۲): این پرسشنامه که توسط Buss & Perry در سال ۱۹۹۲ طراحی شده است، به عنوان یکی از معتبرترین ابزارهای سنجش پرخاشگری شناخته می‌شود و شامل ۲۹ ماده است. این مقیاس به صورت خودگزارشی بوده و به چهار زیرمقیاس تقسیم می‌شود: پرخاشگری فیزیکی، پرخاشگری کلامی، خشم و خصومت. پاسخ‌دهندگان بر اساس طیف پنج‌درجه‌ای از "کاملاً شبیه به من" تا "اصلاً شبیه به من" به هر عبارت نمره می‌دهند. نمره کلی پرخاشگری با جمع نمرات زیرمقیاس‌ها به دست می‌آید. نتایج ضریب بازآزمایی برای زیرمقیاس‌ها از ۰.۷۲ تا ۰.۸۰ متغیر است و همبستگی بین زیرمقیاس‌ها به ترتیب برای پرخاشگری فیزیکی ۰.۸۲، پرخاشگری کلامی ۰.۸۱، خشم ۰.۸۳ و خصومت ۰.۸۰ گزارش شده است. همچنین، ضریب آلفای کرونباخ نشان‌دهنده همسانی درونی بالای زیرمقیاس‌ها است (Samani, 2008).

در پژوهش حاضر، پس از اخذ مجوزهای لازم از مؤسسه آموزش عالی کوشیار رشت، جمع‌آوری داده‌ها آغاز شد. به منظور انتخاب نمونه‌ها، ابتدا از میان ۱۴ رشته فعال در این دانشگاه، هشت رشته به صورت تصادفی انتخاب شدند. سپس دو کلاس از هر رشته به صورت تصادفی گزینش گردید. پس از هماهنگی با مسئولین دانشگاه و ارائه توضیحات کافی به دانشجویان، رضایت آن‌ها برای شرکت در پژوهش اخذ شد و پرسشنامه‌ها بین آن‌ها توزیع گردید. پس از تکمیل پرسشنامه‌ها توسط دانشجویان، داده‌های جمع‌آوری شده وارد کامپیوتر شدند.

برای توصیف داده‌ها، از شاخص‌های میانگین $\pm$ انحراف معیار و فراوانی (درصد فراوانی) استفاده شد. ابتدا فرض نرمال بودن داده‌ها با آزمون‌های کولموگروف-اسمیرنوف و شاپیرو-ویلک، که دو آزمون رایج در بررسی این فرضیه هستند، بررسی گردید. با توجه به نرمال نبودن داده‌ها، برای مقایسه میانگین متغیرها در دو گروه مستقل از آزمون ناپارامتری مان-ویتنی استفاده شد. همچنین، برای بررسی ارتباط بین متغیرهای اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری (و خرده‌مقیاس‌های آن)، از آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن بهره گرفته شد. کلیه تحلیل‌های آماری با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۸ انجام و سطح معناداری در تمام آزمون‌ها ۵ درصد در نظر گرفته شد.

یافته‌ها

در این پژوهش، از مجموع ۲۲۰ دانشجوی مورد بررسی، ۵۴ نفر (معادل ۲۴.۵ درصد) مرد و ۱۶۶ نفر (معادل ۷۵.۵ درصد) زن بودند. همچنین، میانگین سنی کل دانشجویان شرکت‌کننده حدود ۲۷ سال گزارش شده است. میانگین سنی دانشجویان زن ۲۸.۱۶ سال و میانگین سنی دانشجویان مرد ۲۷.۱۳ سال بوده است.

بر اساس نتایج جدول ۱، میانگین نمره اعتیاد به اینترنت برای ۲۲۰ دانشجوی شرکت‌کننده در پژوهش ۴۰.۳۸ با انحراف معیار ۱۴.۶۹ گزارش شده است. کمترین و بیشترین نمره‌های ثبت شده در این زمینه به ترتیب ۲۰ و ۹۵ بوده‌اند. همچنین، میانگین نمره اعتیاد به اینترنت برای دانشجویان مرد ۴۷.۵۲ با انحراف معیار ۱۴.۶۹ و برای دانشجویان زن ۳۸.۰۵ با انحراف معیار ۱۱.۹۶ گزارش شده است. مقایسه میانگین نمره اعتیاد به اینترنت بر اساس

جنسیت در جدول ۱ ارائه شده و نتایج نشان می‌دهد که در سطح معناداری ۵ درصد تفاوت معناداری بین دو گروه وجود دارد و نمره اعتیاد به اینترنت در دانشجویان مرد بالاتر بوده است ($P\text{-value} < 0/001$). میانگین نمره پرخاشگری ۲۲۰ دانشجوی شرکت‌کننده در پژوهش برابر با ۶۹.۱۳ با انحراف معیار ۱۸.۳۸ گزارش شده است. کمترین نمره پرخاشگری ۲۹ و بیشترین نمره ۱۲۹ بوده است. همچنین، میانگین نمره پرخاشگری برای دانشجویان مرد ۷۶.۱۹ با انحراف معیار ۱۸.۴۷ و برای دانشجویان زن ۶۶.۸۳ با انحراف معیار ۱۷.۸۱ گزارش شده است. نتایج مقایسه میانگین پرخاشگری بین دو جنسیت که در جدول ۱ آمده، نشان می‌دهد که در سطح معناداری ۵ درصد تفاوت معناداری بین دو گروه وجود دارد و میزان پرخاشگری در دانشجویان مرد بیشتر بوده است ($P\text{-value} = 0/002$).

جدول ۱. نتایج مقایسه میزان پرخاشگری به تفکیک جنسیت

مقدار احتمال	آماره آزمون a	مؤنث	مذكر	
۰/۰۰۱	۲۷۳۳/۰۰	۳۸/۰۵ ± ۱۱/۹۶	۴۷/۵۲ ± ۱۴/۶۹	میزان اعتیاد به اینترنت
۰/۴۵۰	۰/۷۵۹	۶۶/۸۳ ± ۱۷/۸۱	۷۶/۱۹ ± ۱۸/۴۷	میزان پرخاشگری

در این بخش، خرده‌مقیاس‌های پرخاشگری دانشجویان به تفکیک جنسیت مورد بررسی قرار می‌گیرد. مطابق نتایج جدول ۲، تفاوت معناداری در سطح ۵ درصد بین میانگین نمرات خرده‌مقیاس‌های پرخاشگری بدنی، پرخاشگری کلامی و خشم در دو گروه وجود داشته است ($P\text{-value} < 0/05$). این نتایج نشان می‌دهد که میانگین نمرات این خرده‌مقیاس‌ها در دانشجویان مرد بالاتر از دانشجویان زن بوده است. علاوه بر این، در سطح معناداری ۵ درصد، تفاوت معناداری بین میانگین نمره خرده‌مقیاس پرخاشگری خصومت بین دو گروه مشاهده نشده است ($P\text{-value} > 0/05$).

جدول ۲. نتایج مقایسه میزان خرده‌مقیاس‌های پرخاشگری به تفکیک جنسیت

مقدار احتمال	آماره آزمون a	مؤنث	مذكر	خرده‌مقیاس‌های پرخاشگری
۰/۰۰۱	۲۵۶۹/۰۰	۱۶/۴۰ ± ۶/۳۶	۲۱/۵۶ ± ۷/۰۶	بدنی
۰/۰۴۸	۳۶۸۲/۰۰	۱۲/۵۳ ± ۳/۴۲	۱۳/۵۴ ± ۳/۶۸	کلامی
۰/۰۳۴	۳۶۲۴/۰۰	۱۸/۳۶ ± ۵/۴۷	۲۰/۳۱ ± ۵/۴۷	خشم
۰/۱۱۵	۱۷۷۰/۰۰	۱۹/۵۴ ± ۶/۶۳	۲۰/۷۸ ± ۵/۸۷	خصومت

بر اساس جدول ۳، نتایج آزمون ضریب همبستگی اسپیرمن نشان می‌دهد که در سطح معناداری ۵ درصد، بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری و هر یک از ابعاد چهارگانه پرخاشگری در دانشجویان به تفکیک جنسیت، رابطه معناداری وجود دارد ($I = 0/495$). این رابطه در دانشجویان زن ($I = 0/499$) بیشتر از دانشجویان مرد ($I = 0/332$) بوده است. همچنین، اعتیاد به اینترنت با تمام خرده‌مقیاس‌های پرخاشگری، از جمله پرخاشگری بدنی ($I = 0/478$)، پرخاشگری کلامی ($I = 0/285$)، خشم ($I = 0/452$) و خصومت ($I = 0/380$) ارتباط معناداری داشته است. با تفکیک جنسیت، مشخص شد که همبستگی بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری بدنی ($I = 0/484$) و کلامی ($I = 0/293$) فقط در دانشجویان زن معنادار بوده است. از سوی دیگر، رابطه معناداری بین اعتیاد به اینترنت و خرده‌مقیاس خشم در هر دو گروه دانشجویان زن ($I = 0/456$) و مرد ($I = 0/389$) وجود داشت. همچنین، بین اعتیاد به اینترنت و خرده‌مقیاس خصومت در دانشجویان مرد ($I = 0/331$) و دانشجویان زن ($I = 0/377$) ارتباط معناداری مشاهده شد.

جدول ۳. خلاصه نتایج ضریب همبستگی بین متغیرهای اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری دانشجویان

متغیرها	گروه	ضریب همبستگی	مقدار احتمال
اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری	مذکر	۰/۳۳۲	۰/۰۱۴
	مؤنث	۰/۴۹۹	۰/۰۰۱
	کل	۰/۴۹۵	۰/۰۰۱
اعتیاد به اینترنت و خرده مقیاس پرخاشگری بدنی	مذکر	۰/۲۴۱	۰/۰۸۰
	مؤنث	۰/۴۸۴	۰/۰۰۱
	کل	۰/۴۷۸	۰/۰۰۱
اعتیاد به اینترنت و خرده مقیاس پرخاشگری کلامی	مذکر	۰/۱۵۱	۰/۲۷۵
	مؤنث	۰/۲۹۳	۰/۰۰۱
	کل	۰/۲۸۵	۰/۰۰۱
اعتیاد به اینترنت و خرده مقیاس خشم	مذکر	۰/۳۸۹	۰/۰۰۴
	مؤنث	۰/۴۵۶	۰/۰۰۱
	کل	۰/۴۵۲	۰/۰۰۱
اعتیاد به اینترنت و خرده مقیاس خصومت	مذکر	۰/۳۳۱	۰/۰۱۴
	مؤنث	۰/۳۷۷	۰/۰۰۱
	کل	۰/۳۸۰	۰/۰۰۱

بحث و نتیجه گیری

هدف این پژوهش تعیین رابطه بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری و هریک از خرده مقیاس‌های آن در دانشجویان مذکر و مؤنث بود. بر این اساس پس از انجام فرآیند پژوهش، نتایج نشان داد که بین متغیرهای اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری دانشجویان در سطح معناداری ۹۵ درصد، رابطه معناداری وجود دارد. نتایج بر آن دلالت دارد که دانشجویانی که از امتیاز بالاتری در اعتیاد به اینترنت دارند، احتمال بروز رفتارهای پرخاشگرانه از آن‌ها بیشتر است ($r=0/495$). نتیجه به دست آمده با پژوهش‌ها Rahnvard (۲۰۲۲)، Mousavi (۲۰۲۲)، Agbaria (۲۰۲۱) و Yu (۲۰۲۲) که همگی مؤید این مسئله بودند که بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری رابطه معناداری وجود دارد، همسو می‌باشد.

این رابطه قوی بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری ممکن است به دلیل درگیری ذهنی، تکانش‌های غیرقابل کنترل، ناتوانی در کنترل خود، و ضعف در فرآیند تصمیم‌گیری باشد (Hahn & Kim, 2014). در میان آن‌ها، تکانش‌های غیرقابل کنترل ممکن است نقش بسیار مهمی داشته باشند، زیرا اعتیاد به اینترنت به طور کلی می‌تواند به عنوان نوعی اختلال در کنترل تکانه‌ها شناخته شود (Dell'Osso et al., 2006). بیماران مبتلا به اختلال کنترل تکانه معمولاً رفتارهای پرخاشگرانه از خود نشان می‌دهند، بنابراین افراد معتاد به اینترنت نیز ممکن است الگوی مشابهی از پرخاشگری داشته باشند (Kim, 2013). مکانیزم‌های دیگری نیز وجود دارند که ارتباط بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری را توضیح می‌دهند. طبق نظریه روان‌پویشی، فعالیت‌هایی مانند بازی‌های ویدئویی، خرید آنلاین، و تماشای ویدئوها ممکن است به عنوان مکانیزم دفاعی برای سرکوب تمایلات پرخاشگرانه استفاده شوند. اما چون این فعالیت‌ها به طور ریشه‌ای به نیازهای احساسی ارضا نشده یا احساس بی‌قدرتی نمی‌پردازند، عواطف منفی دوباره ظاهر می‌شوند و به افزایش پرخاشگری منجر می‌شوند. در نتیجه، یک چرخه باطل بین پرخاشگری و اعتیاد به اینترنت شکل می‌گیرد که هر دو حالت را تقویت می‌کند (Bienenfeld, 2006).

ثانیاً فضای مجازی به دلیل ناشناس بودن رفتارها و نبود سیستم‌های کنترل و مجازات، می‌تواند افراد را به بروز رفتارهای پرخاشگرانه ترغیب کند. این افراد می‌توانند بدون ترس از عواقب، مخالفت‌ها و خشونت‌های کلامی خود را به صورت ناشناس ابراز کنند (Ko et al., 2009). به عبارتی می‌توان این گونه بیان کرد اینترنت به عنوان یک ابزار دسترسی‌پذیر برای کاهش یا کنترل احساسات ناخوشایند استفاده می‌شود. فرد معتاد به اینترنت ممکن است تکانش‌هایی داشته

باشد که در دنیای واقعی قابل پذیرش نیستند، اما در فضای مجازی می‌تواند آن‌ها را بیان کند. این فرآیند تکراری باعث می‌شود که فرد به اینترنت وابسته شود و نتواند این رفتار را متوقف کند. (Ko et al., 2009).

بر اساس نتایج، ارتباط معناداری بین پرخاشگری و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان مرد با سطح اطمینان ۹۵ درصد تأیید شده است ($r=0/332$). دانشجویانی که امتیاز بالاتری در اعتیاد به اینترنت دارند، بیشتر مستعد رفتارهای پرخاشگرانه هستند. این نتایج با پژوهش‌های Mousavi (۲۰۲۲)، Rajabpour (۲۰۲۰)، Agbaria (۲۰۲۱) و Yu (۲۰۲۲) همسو است که نشان می‌دهند رابطه معناداری بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری در هر دو جنسیت وجود دارد.

بر اساس نظریه یادگیری اجتماعی، مشاهده و اقدام مجازی برای رفتارهای پرخاشگرانه که با سیستم پاداش‌دهی تقویت می‌شود، ممکن است تمایل به انجام این رفتارها در دنیای واقعی را افزایش دهد (Bandura, 1983). سایبرسکس نیز یکی از حوزه‌های اعتیاد به اینترنت است که برای مردان جذاب‌تر است. اتاق‌های گفتگوی آنلاین، به‌ویژه اتاق‌های جنسی، زمینه‌ای برای تعامل جنسی فراهم می‌کنند که مردان را بیشتر به خود جذب می‌کند. در این فضاها، مردان می‌توانند رفتارهایی را انجام دهند که در روابط واقعی خود نمی‌توانند. این تجربیات بدون مجازات به مردان اجازه می‌دهد تمایلات پرخاشگرانه خود را بروز دهند (Skinner, 1963). مردان همچنین از محتوای بصری جنسی در اینترنت بیشتر از زنان لذت می‌برند، که شامل تصاویر، ویدئوها و سایر محتواهای مرتبط با مسائل جنسی است (Flood et al., 2010).

همچنین ارتباط بین متغیرهای اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری در دانشجویان مؤنث در سطح معناداری ۹۵ درصد، تأیید شد. واضح است که آن دسته از دانشجویان که از امتیاز بالاتری در اعتیاد به اینترنت برخوردار هستند، بیشتر تحت فشار ارتکاب اعمال خشونت آمیز قرار دارند و ممکن است پرخاشگری کنند ($r=0/499$). نتیجه به‌دست‌آمده با پژوهش‌ها Rahnvard (۲۰۲۲)، Ebrahimi (۲۰۲۰)، Mousavi (۲۰۲۲)، Salimi Zaviyeh (۲۰۲۱) و Agbaria (۲۰۲۱) Yu (۲۰۲۲) که همگی مؤید این مسئله بودند که بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری در هر دو جنسیت رابطه معناداری وجود دارد، همسو می‌باشد.

پژوهش‌ها نشان می‌دهند که زنان بیشتر از اینترنت برای تعاملات اجتماعی استفاده می‌کنند و به دنبال حمایت، پذیرش و آرامش هستند. در این راستا، شبکه‌های اجتماعی به آن‌ها حس تعلق و فرصت اشتراک‌گذاری در یک محیط امن را می‌دهد (Mari et al., 2023). برخلاف مردان که بیشتر به دنبال سایبرسکس و بازی‌های کامپیوتری هستند، زنان تمایل به یافتن عشق و روابط نزدیک در فضای مجازی دارند. گرچه برخی زنان نیز گاهی در سایبرسکس شرکت می‌کنند، بیشتر آن‌ها ترجیح می‌دهند قبل از ورود به گفت‌وگوی جنسی، نوعی رابطه عاطفی را شکل دهند (Leonhardt & Overå, 2021; Yu et al; 2022). زنان همچنین از امکان ناشناس ماندن و عدم ارزیابی ظاهری در ارتباطات مجازی لذت می‌برند. به دلیل فشارهای اجتماعی بر ظاهر و تناسب‌اندام، بسیاری از زنان احساس عدم پذیرش به خاطر ظاهرشان دارند، اما ارتباطات آنلاین این نگرانی‌ها را کاهش می‌دهد. زنان جذاب نیز از تعامل با مردان در فضای مجازی لذت می‌برند، زیرا در این محیط بیشتر به خاطر ذهن و شخصیت‌شان مورد احترام قرار می‌گیرند تا ظاهرشان (Peris et al., 2020).

بر اساس یافته‌های پژوهش، ارتباط معناداری بین اعتیاد به اینترنت و خرده‌مقیاس پرخاشگری بدنی دانشجویان با سطح اطمینان ۹۵ درصد تأیید شده است. نتایج نشان می‌دهد که دانشجویانی که امتیاز بالاتری در اعتیاد به اینترنت دارند، بیشتر در معرض خطر بروز رفتارهای پرخاشگرانه بدنی هستند ($r=0/478$). این ارتباط معنادار در دانشجویان مؤنث ($r=0/484$) تأیید شده، اما در دانشجویان مذکر ($r=0/241$) چنین رابطه‌ای مشاهده نشده است. این نتایج با مطالعات Kim (۲۰۱۳) و Yu (۲۰۲۲) که رابطه معناداری بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری بدنی را گزارش کرده‌اند، همخوانی دارد.

پژوهش‌های طولانی‌مدت نشان داده‌اند که مردان به‌طور کلی در مقایسه با زنان سطح بالاتری از خشونت فیزیکی دارند و احتمال بیشتری برای بروز یا قربانی‌شدن در رفتارهای پرخاشگرانه فیزیکی در مردان وجود دارد (Graham et al., 2001). همچنین، اکثریت موارد تجاوز و آزار جنسی توسط مردان انجام می‌شود، درحالی‌که زنان بیشتر قربانی چنین اقدامات هستند (Tremblay et al., 2007) یافته‌ها نشان می‌دهد که ارتباط بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری بدنی در زنان بیشتر از مردان است. مردان از فعالیت‌های آنلاین لذت می‌برند که هورمون‌های دوپامین و اندورفین تولید می‌کند، در حالی‌که زنان ممکن است در روابط آنلاین آسیب ببینند و کاهش هورمون‌های سروتونین و اکسی‌توسین را تجربه کنند که می‌تواند به افسردگی و پرخاشگری منجر شود (Frese, 2003). زنانی که از مخفی‌کردن ظاهر خود در ارتباطات مجازی لذت می‌برند، ممکن است در ادامه به دلیل نداشتن هویت واقعی دچار سرخوردگی شوند. این احساسات می‌تواند به پرخاشگری منجر شود، به‌ویژه وقتی احساس زشتی و عدم‌پذیرش توسط مردان به آن‌ها بازمی‌گردد (Peris et al., 2020). از سوی دیگر، مردان معمولاً به نتایج دلخواه خود در اینترنت می‌رسند و حس آرامش بیشتری دارند، بنابراین کمتر احتمال دارد که پرخاشگری بدنی در واقعیت از آن‌ها بروز کند (Leonhardt & Overå, 2021). زنان بیشتر در معرض خطرات اجتماعی مجازی مانند سوءاستفاده و روابط نامطلوب قرار دارند که می‌تواند پرخاشگری فیزیکی را افزایش دهد و آن‌ها را به ادامه استفاده از اینترنت برای کاهش این احساسات ناخوشایند سوق دهد. این چرخه باعث تقویت اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری می‌شود (Peris et al., 2020).

بر اساس نتایج پژوهش، ارتباط معناداری بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری کلامی دانشجویان در سطح اطمینان ۹۵ درصد تأیید شد. دانشجویانی که امتیاز بالاتری در اعتیاد به اینترنت دارند، بیشتر در معرض پرخاشگری کلامی هستند ($r=0/478$). این ارتباط در دانشجویان مؤنث معنادار بود ($r=0/293$)، اما در دانشجویان مذکر رابطه معناداری مشاهده نشد ($r=0/151$). این نتایج با مطالعات Kim (۲۰۱۳) و Yu (۲۰۲۲) که به ارتباط بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری کلامی پرداخته‌اند، همخوانی دارد. به‌طور کلی، تفاوت‌های جنسی در خشونت کلامی کمتر از خشونت فیزیکی برجسته است و پژوهش‌ها در این زمینه نتایج متناقضی نشان داده‌اند. (Padgett & Tremblay, 2020). در این پژوهش، رابطه قوی‌تری بین پرخاشگری کلامی و اعتیاد به اینترنت در دانشجویان مؤنث نسبت به مذکر مشاهده شده است. این تفاوت ممکن است به دلیل تمایل بیشتر زنان به گفت‌وگو در فضای مجازی به جای شرکت در بازی‌های آنلاین، سایبرسکس و تماشای فیلم‌های مبتذل باشد (Leonhardt & Overå, 2021; Yu et al al; 2022). از آنجا که زنان بیشتر درگیر تعاملات کلامی در فضای مجازی هستند، این افزایش تبادل کلامی می‌تواند آن‌ها را بیشتر در معرض پرخاشگری کلامی قرار دهد، که این رفتار به مرور زمان ممکن است به تعاملات اجتماعی واقعی آن‌ها نیز سرایت کند (Peris et al., 2020).

نتایج پژوهش نشان می‌دهد که ارتباط معناداری بین اعتیاد به اینترنت و خرده‌مقیاس خشم در دانشجویان وجود دارد ($r=0/452$). این ارتباط در هر دو گروه دانشجویان مؤنث ($r=0/456$) و مذکر ($r=0/389$) تأیید شده است. این یافته‌ها با مطالعات Kim (۲۰۱۳) و Yu (۲۰۲۲) همسو است که ارتباط بین اعتیاد به اینترنت و خشم را نشان داده‌اند. بر اساس مطالعه Padgett & Tremblay (۲۰۲۰)، مردان خشم را پذیرفته و از آن برای رسیدن به اهداف خود استفاده می‌کنند، در حالی‌که زنان خشم را مخرب می‌بینند و ممکن است آن را درونی کنند. تعاملات مجازی می‌تواند برای مردان به عنوان راهی برای تخلیه خشم عمل کند، در حالی‌که برای زنان منبع ناکامی و سوءاستفاده است (McBride, 2019). بر این اساس به نظر می‌رسد که مردان و زنان به‌طور متفاوتی خشم را تجربه و مدیریت می‌کنند. این تفاوت نگرشی و تجربه‌ای می‌تواند توجهی برای رابطه قوی‌تر بین اعتیاد به اینترنت و خشم در زنان باشد. بر اساس نتایج پژوهش، ارتباط معناداری بین اعتیاد به اینترنت و خصومت در دانشجویان تأیید شد ($r=0/380$). دانشجویانی که امتیاز بالاتری در اعتیاد به اینترنت دارند، بیشتر در معرض رفتارهای خصمانه هستند. این رابطه هم در دانشجویان مؤنث ($r=0/377$) و هم مذکر ($r=0/331$) معنادار است. یافته‌ها با پژوهش‌های Kim (۲۰۱۳) و Yu

(۲۰۲۲) که ارتباط بین اعتیاد به اینترنت و خصومت را نشان داده‌اند، همخوانی دارد. زنان بیشتر از اشکال غیرمستقیم خصومت استفاده می‌کنند که از دوران نوجوانی شروع و در بزرگسالی کم‌رنگ‌تر می‌شود. باتوجه به وجود خطرات پرخاشگری فیزیکی و کلامی، بسیاری از افراد به خصومت‌ورزانه غیرمستقیم مانند نشر شایعات یا تهدید به افشای اطلاعات خصوصی روی می‌آورند (Yu et al., 2022). اینترنت با فراهم کردن اطلاعات و امکان تعامل ناشناس، زمینه‌ای برای این نوع خصومت‌ورزی فراهم می‌کند و می‌تواند به ابزاری برای اعمال خصومت در فضای مجازی و واقعی تبدیل شود (Padgett & Tremblay, 2020).

از مهم‌ترین محدودیت‌های این پژوهش این است که نمونه‌ها فقط از دانشجویان دانشگاه کوشیار رشت انتخاب شدند، بنابراین باید در تعمیم نتایج احتیاط کرد. همچنین به دلیل ماهیت همبستگی پژوهش، تفسیر رابطه‌ای از نتایج نیازمند احتیاط است. برخی از متغیرهای مؤثر مانند وضعیت اقتصادی-اجتماعی، تنهایی، تنظیم هیجانی، رضایت از زندگی و در نظر گرفته نشده‌اند. از آنجا که تعداد دانشجویان مؤنث تقریباً سه برابر دانشجویان مذکر بود، تفسیر نتایج نیازمند دقت بیشتری است. همچنین استفاده از پرسش‌نامه‌های خودگزارشی می‌تواند منجر به سوگیری در پاسخ‌ها شود. با توجه به مشاهدات انجام‌شده در این پژوهش، پیشنهاد می‌شود برای درک بهتر رابطه بین اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری، علاوه بر پرسش‌نامه، از روش‌های دیگری مانند مشاهده و مصاحبه جداگانه با دانشجویان مذکر و مؤنث استفاده شود. همچنین، با توجه به استفاده عمده از گوشی‌های هوشمند، طراحی اپلیکیشنی برای اندازه‌گیری دقیق زمان استفاده از اپلیکیشن‌ها پیشنهاد می‌گردد.

برای درمان اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری، اثربخشی گروه‌درمانی بررسی و طراحی کمپ‌های ترک اعتیاد به اینترنت با روش‌های پژوهشی آزمایشی پیشنهاد می‌شود. همچنین، پژوهش‌هایی درباره تأثیر آموزش مهارت‌های مدیریت زمان بر کاهش اعتیاد به اینترنت ضروری است. به منظور کاهش پرخاشگری بدنی ناشی از اعتیاد به اینترنت در دانشجویان مؤنث، پیشنهاد می‌شود دسترسی به تجهیزات ورزشی برای آن‌ها تسهیل شود. همچنین، برای کاهش پرخاشگری کلامی، برگزاری کارگاه‌های و مهارت‌های ارتباطی سالم می‌تواند مفید باشد.

برگزاری کارگاه‌های مدیریت خشم، استرس و زمان در دانشگاه‌ها به منظور پیشگیری از اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری پیشنهاد می‌شود. همچنین، ایجاد تست‌های آنلاین برای آگاهی‌بخشی به دانشجویان و برگزاری مسابقات هنری برای ارتقاء آگاهی در مورد رابطه اعتیاد به اینترنت و پرخاشگری می‌تواند مؤثر باشد. مشاوران و درمانگران نیز باید تفاوت‌های جنسیتی در بروز پرخاشگری را هنگام طراحی راهکارهای کاهش اعتیاد به اینترنت در نظر بگیرند.

ملاحظات اخلاقی و پیروی از اصول اخلاق پژوهش

در این پژوهش به شرکت کنندگان در مورد محرمانه ماندن اطلاعاتشان اطمینان داد شد و افراد داوطلبانه بدون هیچ اجباری به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند.

حامی مالی

هزینه‌های این مطالعه توسط نویسندگان مقاله تامین شد.

مشارکت نویسندگان

همه نویسندگان سهم یکسان در مقاله داشته‌اند.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان مقاله حاضر فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است.

References

- Alavi S, Eslami M, Maracy MR, Najafi M & et al. (2010). Psychometric properties of Young's Internet Addiction Test. *Journal of Behavioral Sciences*; 4(3):183–189. [Persian] [\[Link\]](#)
- Agbaria Q. (2021). Internet addiction and aggression: the mediating roles of self-control and positive affect. *Int J Ment Heal Addict*; 19:1227–1242. [\[Link\]](#)

- Ahmadi G. (2021). The role of Internet addiction and online self-disclosure in predicting online bullying and victimization in adolescent girls in Ilam. [Persian] [[Link](#)]
- Anderson CA, Bushman BJ. (2002). Human aggression. *Annual Review of Psychology*; 53:27–51. [[Link](#)]
- Bahadori E. (2020). The relationship between Internet addiction, loneliness, and risky behaviors among high school students in Ghal'eh Raisi. [[Link](#)]
- Bienenfeld D. (2006). Psychodynamic theory for clinicians (Psychology in Clinical Practice, Vol. 1). *Lippincott Williams & Wilkins Publishers*. [[Link](#)]
- Buss AH, Perry M. (1992). The Aggression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*; 63:452–459. [[Link](#)]
- Chang CT, Lin Y, Cheng ZH. (2014). The dark side of smartphone usage: psychological traits, compulsive behavior and technostress. *Computers in Human Behavior*; 31:373–383. [[Link](#)]
- Dell'Osso B, Altamura AC, Allen A, Marazziti D & Hollander E. (2006). Epidemiologic and clinical updates on impulse control disorders: a critical review. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*; 256:464–475. [[Link](#)]
- Ebrahimi M. (2020). The role of Internet addiction in predicting psychological well-being, academic procrastination, and aggression in female high school students in Tabriz [Persian] . [[Link](#)]
- Fath Ordoubadi M. (2016). The relationship between internet addiction with sleep disorders and depression among medical students at Qom Azad University [Persian] [[Link](#)]
- Flood M. (2010). Young men using pornography. In: *Everyday pornography* (pp. 176–190). Routledge. [[Link](#)]
- Padgett JK, Tremblay PF. (2020). Gender differences in aggression. *The Wiley Encyclopedia of Personality and Individual Differences: Personality Processes and Individual Differences*; 173–177. [[Link](#)]
- Graham K, Wells S. The Two Worlds of Aggression for Men and Women. *Sex Roles* 45, 595–622 (2001). [[Link](#)]
- Green SB. (1991). How many subjects does it take to do a regression analysis. *Multivariate Behavioral Research*; 26(3):499–510. [[Link](#)]
- Hahn C, Kim DJ. (2014). Is there a shared neurobiology between aggression and Internet addiction disorder? *Journal of Behavioral Addictions*; 3(1):12–20. [[Link](#)]
- Kazemi MS. (2019). The relationship between virtual space usage and social isolation and aggression among university students. [Persian] [[Link](#)]
- Kim K. (2013). Association between Internet overuse and aggression in Korean adolescents. *Pediatrics International*; 55(6):703–709. [[Link](#)]
- Ko CH, Yen JY, Liu SC, Huang CF & Yen CF. (2009). The associations between aggressive behaviors and Internet addiction and online activities in adolescents. *Journal of Adolescent Health*; 44(6):598–605. [[Link](#)]
- Kuang L, Wang W, Huang Y, Chen X, Lv Z, Cao J & et al. (2020). Relationship between Internet addiction, susceptible personality traits, and suicidal and self-harm ideation in Chinese adolescent students. *Journal of Behavioral Addictions*; 9(3):676–685. [[Link](#)]
- Krishna S. (2017). The WHO may add video games to its list of recognized addictions. *Engadget*. [[Link](#)]
- Kuss DJ, Griffiths MD, & Binder JF. (2013). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 959-966. [[Link](#)]
- Kuss DJ, Griffiths MD, Karila L, Billieux J. (2014). Internet addiction: a systematic review of epidemiological research for the last decade. *Current Pharmaceutical Design*; 20(25):4026–4052. [[Link](#)]
- Kuss DJ, Kristensen AM, Lopez-Fernandez O. (2021). Internet addictions outside of Europe: a systematic literature review. *Computers in Human Behavior*; 115:106621. [[Link](#)]
- Lee M, Chung SJ, Lee Y, Park S, Kwon JG, Kim DJ & et al. (2020). Investigation of correlated Internet and smartphone addiction in adolescents: copula regression analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*; 17(16):5806. [[Link](#)]
- Leonhardt M, Overå S. (2021). Are there differences in video gaming and use of social media among boys and girls?—A mixed methods approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*; 18(11):6085. [[Link](#)]
- Peris M, de la Barrera U, Schoeps K, Montoya-Castilla I. (2020). Psychological risk factors that predict social networking and Internet addiction in adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*; 17(12):4598. [[Link](#)]
- Mari E, Biondi S, Varchetta M, Cricenti C, Frascchetti A, Pizzo A & et al. (2023). Gender differences in internet addiction: a study on variables related to its possible development. *Computers in Human Behavior Reports*; 9:100247. [[Link](#)]

- McBride DM, Cutting JC, Zimmerman C. (2022). *Cognitive psychology: theory, process, and methodology*. Sage Publications. [[Link](#)]
- Mousavi Z. (2022). The relationship between Internet addiction and adolescent aggression with the mediating role of COVID-19 anxiety. *Hekmat Razavi Institute of Higher Education, Department of Psychology and Social Sciences*. [Persian] [[Link](#)]
- Rajabpour Niknam Z. (2020). A comparison between students addicted to cyberspace and normal students in terms of aggression, performance, and family communication patterns in high school students in Karaj. *Noor University of South Tehran Center*. [Persian] [[Link](#)]
- Rahnavard S. (2022). The relationship between Internet addiction, alexithymia, response inhibition, and aggression. *Sepahan University of Science and Technology*. [Persian] [[Link](#)]
- Safdari F. (2022). The relationship between alexithymia, early maladaptive schemas, and Internet addiction in predicting attitudes toward marital infidelity. *University of Science and Culture* [[Link](#)]
- Salimi Zaviyeh M. (2021). The effect of addiction to computer games on aggression, risk-taking, and social isolation in 15-year-old adolescent girls. *Azad University of Ardabil Branch*. [Persian] [[Link](#)]
- Samani S. (2008). The reliability and validity of the Buss and Perry Aggression Questionnaire. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology (Andisheh va Raftar)*; 13(4):359–365. [Persian] [[Link](#)]
- Sehati Yazdi A. (2019). The relationship between Internet addiction and mental disorders (anxiety, stress, depression) and psychological well-being. *Hekmat Razavi Institute of Higher Education*. [Persian] [[Link](#)]
- Shakeel A, Wasim A, Rizwan H, Fayaz H & Shehzadi A. (2022). The impact of Internet addiction on aggression and loneliness in the university students of Sialkot. *Journal of Research & Reviews in Social Sciences Pakistan*; 5(2):1840–1851. [[Link](#)]
- Karaoglan Yilmaz FG, Avci U, Yilmaz R. (2023). The role of loneliness and aggression on smartphone addiction among university students. *Current Psychology*; 42(21):17909–17917. [[Link](#)]
- Young K. (1998). *Caught in the net: how to recognize the signs of Internet addiction and a winning strategy for recovery*. John Wiley & Sons, Hoboken, NJ. [[Link](#)]
- Young K, de Abreu CN. (2011). *Internet addiction: a handbook and guide to evaluation and treatment*. John Wiley & Sons, Hoboken, NJ. [[Link](#)]
- Young KS. (1996). Psychology of computer use: XL. Addictive use of the internet: a case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*; 79:899–902. [[Link](#)]
- Young KS. (1998). Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*; 1(3):237–244. [[Link](#)]
- Yu Y, Peng C, Guo T, Cheng J & et al. (2022). Sex differences in association between Internet addiction and aggression among adolescents aged 12 to 18 in mainland of China. *Journal of Affective Disorders*; 312:198–207. [[Link](#)]

تأثیر معنویت‌درمانی بر سلامت روان پیش از کنکور دانش‌آموزان دختر منطقه ۱۹ تهران

راضیه دارونی^۱، سیده معصومه جورابچی^{۲*}

چکیده

هدف: دوره نوجوانی یکی از دوره‌های بسیار مهم زندگی است که با تغییرات مهم فیزیکی، عاطفی، شناختی و اجتماعی همراه است که تأثیر قابل‌توجهی بر رشد و توسعه شخصیت دارد. در این مرحله نوجوانان فشارهای روانی بیش از حدی را تجربه می‌کنند؛ بنابراین، فشارهای روانی بیش از حد و آسیب‌پذیری در برابر اختلالات روانی در این سنین می‌تواند به‌طور جدی بر سلامت روان آنان اثر بگذارد؛ بنابراین، مطالعه حاضر با هدف تعیین تأثیر معنویت‌درمانی بر سلامت روان پیش از کنکور دانش‌آموزان دختر منطقه ۱۹ تهران انجام شد.

روش: پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دوم (پایه دوازدهم) منطقه ۱۹ شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۳ بودند. ۳۶ نفر از دانش‌آموزان داوطلب با روش نمونه‌گیری تصادفی ساده وارد مطالعه و در دو گروه آزمایش (۱۸ نفر) و کنترل (۱۸ نفر) به شیوه تصادفی جایگزین شدند. ابزار پژوهش شامل پرسش‌نامه سلامت عمومی (Goldberg ۲۸-GHQ) و برنامه معنویت‌درمانی گروهی (Bergin & Richards ۱۹۹۷) بود.

یافته‌ها: یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که معنویت‌درمانی در بهبود سلامت روان پیش از کنکور دانش‌آموزان دختر تأثیر دارد ($F=177/45, p=0/001$). همچنین، نتایج نشان داد که معنویت‌درمانی در بهبود علائم جسمانی ($F=54/23, p=0/001$)، اضطراب ($F=26/94, p=0/001$)، اختلال در کنش و کارکردهای اجتماعی ($F=54/24, p=0/001$) و علائم افسردگی ($F=91/94, p=0/001$) مؤثر است.

نتیجه‌گیری: می‌توان نتیجه گرفت که معنویت‌درمانی می‌تواند روش مناسبی جهت افزایش سلامت روان پیش از کنکور دانش‌آموزان دختر باشد. همچنین، پیشنهاد می‌شود که آموزشگاه‌های کنکور و تمامی مدارس دوم متوسطه در کنار آموزش تست‌زنی و دروس کنکور، جلساتی برای معنویت‌درمانی توسط مشاوران و روان‌شناسان جهت افزایش سلامت روان پیش از کنکور اختصاص دهند.

کلیدواژه‌ها: دانش‌آموزان، سلامت روان پیش از کنکور، معنویت‌درمانی.

^۱ دانشجوی کارشناسی‌ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

^۲ استادیار گروه مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)

مقدمه

دوره نوجوانی^۱ یکی از دوره‌های بسیار مهم زندگی است که با تغییرات مهم فیزیکی، عاطفی، شناختی و اجتماعی همراه است که تأثیر قابل توجهی بر رشد و توسعه شخصیت دارد (Mastorci et al., 2024). در این مرحله نوجوانان فشارهای روانی بیش از حدی را تجربه می‌کنند؛ بنابراین، فشارهای روانی بیش از حد و آسیب‌پذیری در برابر اختلالات روانی در این سنین می‌تواند به طور جدی بر سلامت روان دانش‌آموزان و کیفیت زندگی آنان اثر بگذارد (Esler et al., 2019; cited by Khorrami et al., 2005). یکی از منابع اصلی فشار روانی در مرحله نوجوانی، استرس تحصیلی^۲ ناشی از کنکور است. مطالعات نشان می‌دهد که سطوح بالای استرس تحصیلی با افزایش اضطراب، افسردگی، افکار خودکشی و کاهش شادی و سلامت روان (Jiang et al., 2021) و پریشانی روانی - عاطفی مرتبط است (Fu et al., 2022)؛ از سوی دیگر، یکی از چالش‌های اصلی برای نوجوانان، ورود به دانشگاه در رشته مورد علاقه‌شان است که باعث می‌شود خانواده‌ها نیز بر موفقیت فرزندان‌شان در کنکور تأکید کنند و هزینه‌های زیادی برای آموزش خصوصی، آزمون‌های آزمایشی و خرید کتاب‌های تست صرف کنند تا شاید فرزندان‌شان بتوانند در دانشگاه‌های معتبر کشور پذیرفته شوند (Twidjy, 2021)؛ بنابراین، کنکور دانشگاه در این مقطع، باعث تشدید فشارهای روحی و روانی می‌شود و مشکلات تحصیلی و پریشانی روانی دانش‌آموزان را آشکارتر می‌سازد (Mosavi et al., 2022). پژوهش‌های اخیر به نواقص کنکور و عواقب آن و تأثیر آن بر سلامت روان دانش‌آموزان پایه دوازدهم است (Aga Khan Ashouri & Bagheri., 2022).

سازمان جهانی بهداشت^۳ (WHO) سلامت روان^۴ را به عنوان حالتی از رفاه تعریف می‌کند که فرد توانایی‌های خود را درک کرده و می‌تواند با استرس‌های عادی زندگی کنار بیاید. علاوه بر آن، سلامت روان تأثیر مستقیم بر موفقیت‌های تحصیلی و رشد اجتماعی و عاطفی دانش‌آموزان دارند. نوجوانان و بزرگسالان جوان نیاز دارند تمام اطلاعات لازم برای حفظ سلامت روانی خود را دریافت کنند (Bhugra et al., 2024). نتایج پژوهش‌ها نشان داده‌اند که دختران به دلیل فیزیولوژی خاص و فشارهای اجتماعی بیشتر از پسران در معرض اختلالات روانی قرار دارند و این تفاوت‌ها به ویژه در مواجهه با استرس تحصیلی مشهود است؛ چرا که دختران در مقایسه با پسران با چالش‌های بیشتری روبه‌رو هستند و فشارهای اجتماعی و خانوادگی می‌تواند بر سلامت آن‌ها تأثیرات منفی بیشتری داشته باشد (Watson et al., 2021; Liu et al., 2020). در سراسر جهان، اختلال روانی و سلامت روانی پایین‌تر می‌تواند پیامدهای گسترده‌ای داشته باشد (Bhugra et al., 2024). این اختلالات روانی^۵ در کودکان و نوجوانان بسیار مزمن و پایدار بوده و در صورت عدم مدیریت ممکن است در دوران بزرگسالی ادامه یابند و هزینه‌های روانی، اجتماعی و اقتصادی زیادی برای فرد و جامعه به همراه داشته باشند (Otto et al., 2020). در این میان، یکی از مهم‌ترین عوامل تهدیدکننده سلامت روان دانش‌آموزان، فشارهای ناشی از آزمون‌های سرنوشت‌سازی مانند کنکور است. کنکور می‌تواند منبع اصلی اضطراب برای دانش‌آموزانی باشد که خود را برای ورود به دانشگاه آماده می‌کنند. این گونه آزمون‌ها، به ویژه هنگامی که به عنوان معیاری تعیین‌کننده برای آینده تحصیلی و شغلی تلقی می‌شوند، به یکی از مهم‌ترین عوامل ایجاد استرس تبدیل شوند. اضطراب و استرس مرتبط با کنکور نه تنها عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان را تحت تأثیر قرار می‌دهد، بلکه سلامت جسمی، رشد فردی و کیفیت زندگی آنان را کاهش می‌دهد. نتایج مطالعات در کشورهای مختلف نشان می‌دهد که بسیاری از نوجوانان به دلیل استرس، اضطراب و افسردگی ناشی از آمادگی برای کنکور با آسیب‌هایی منفی در سلامت روان خود مواجه می‌شوند (Rabby et al., 2023).

1. adolescence

2. academic stress

3. world health organization

4. mental health

5. mental disorders

در این راستا، شیوه‌ها و رویکردهای مختلف درمانی برای افزایش سلامت روان استفاده می‌شود. از سوی دیگر، بر خلاف رویکردهای روان‌درمانی سنتی که بر بیماری و اختلال تمرکز می‌کنند، روان‌شناسی مثبت‌گرا با تأکید بر اهمیت پذیرش همه جنبه‌های افراد، دریچه جدیدی را به سوی علم روان‌شناسی گشوده است. رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گرا^۱ نه تنها تأکید می‌کند که ویژگی‌های مثبت و قوی افراد به اندازه واقعیت‌های منفی مستحق توجه است؛ بلکه بیان می‌کند که با شناسایی و حمایت از ویژگی‌های مثبت و قوی فرد می‌توان اثرات منفی مشکلات موجود را از بین برد. در این رویکرد، عوامل مؤثری چون حمایت اجتماعی^۲ و تاب‌آوری^۳ (Zhu et al., 2024)، ذهن‌آگاهی^۴ و شفقت به خود^۵ (Bazzano et al., 2022) برای مقابله با استرس و بهبود سلامت روان دانش‌آموزان تأکید می‌شود (Baysal, 2022). در پژوهش حاضر، از میان روش‌های مبتنی بر رویکرد روان‌شناسی مثبت، معنویت درمانی به کار گرفته شده است. مطالعات نشان داده‌اند که معنویت درمانی می‌تواند با کاهش افسردگی، اضطراب و استرس و بهبود سلامت روان افراد (Bhuiyan, 2022)، کاهش درد و وضعیت عملکردی بهتر نتایج مثبتی در پی داشته باشد (Lucchetti et al., 2021). اگرچه برخی از پژوهشگران از واژه‌های معنویت و دین به جای یکدیگر استفاده کرده‌اند؛ اما این دو مفهوم مجزا هستند. به عبارت دیگر، معنویت به عنوان رابطه‌ای تعریف می‌شود که فرد با خدا یا هر نیروی متعالی برقرار می‌کند؛ رابطه‌ای که به فرد احساس معنا، هدف و مأموریت در زندگی می‌دهد (Hay et al., 2024). معنویت در زندگی بسیاری از افراد نقش محوری دارد و می‌تواند از طریق باورها، ارزش‌ها، سنت‌ها و اعمال بیان شود (Willemse et al., 2020). بر اساس تعریف بین‌المللی ارائه شده از سوی Pochalexی معنویت شامل سه عنصر اساسی «ارتباط^۶»، «معنا^۷» و هدف زندگی فرد^۸ و «تعالی^۹» است. معنویت بخشی پویا و درونی از انسانیت است که به جستجو و بیان معنا، هدف در زندگی و ارتباط با خود، خانواده، دیگران، جامعه، طبیعت و امر مقدس در ارتباط است (Willemse et al., 2020). به عبارت دیگر، معنویت درمانی نوعی روان‌درمانی است که با استفاده از اصول معنوی - مذهبی به بیماران کمک می‌کند تا به درک متعالی‌تری از خود و جهان پیرامونشان دست یابند و سلامت و رشد روانی خود را باز یابند (Baysal, 2022).

ادبیات پژوهش نشان می‌دهد که پژوهش‌های محدودی در زمینه تأثیر معنویت درمانی بر استرس دانش‌آموزان انجام گرفته است. به‌ویژه، با بررسی پژوهش‌های داخلی و خارجی مشخص شد که این مداخله بر سلامت روان پیش از کنکور دانش‌آموزان انجام نشده است. Estrada و همکاران (۲۰۱۹) در پژوهشی نشان دادند که آموزش و تربیت دینی بر بهبود سلامت روانی و اجتماعی نوجوانان مؤثر است. نتایج پژوهشی Yavari & Sajjadipour (۲۰۲۰) نشان داد تأثیر معنویت درمانی بر سلامت روانی دانش‌آموزان دختر کلاس نهم شهر یزد تأثیر معنادار و مثبتی دارد و باعث ایجاد سلامت روحی و روانی، کاهش و کنترل استرس، افسردگی و اضطراب در دانش‌آموزان می‌شود. نتایج پژوهشی Motamedi & Khanjani (۲۰۲۰) بیانگر آن بود که بین معنویت و سلامت روان رابطه مثبتی وجود دارد. نتایج پژوهشی Asad Zandi & Seyyed Kalal (۲۰۲۱) حاکی از آن بود که فهم صحیح از معنویت دینی تصویر مثبت از خدا و دلبستگی ایمن به خدا^۹ می‌تواند سبب ارتقای سلامت روان افراد از طریق تقویت توکل و تفویض امور به خدا شود. نتایج پژوهشی Cordero و همکاران (۲۰۲۲) نشان‌دهنده‌ی اثربخشی مداخلات مذهبی و معنوی در مراقبت‌های پرستاری، در ارتقای سلامت روان بود. نتایج پژوهشی Alilou و همکاران (۲۰۲۲) نشان داد که بین معنویت و معنای

1. positive psychology

2. social support

3. resilience

4. mindfulness

5. self-compassion

6. communication

7. meaning

8. transcendence

9. secure attachment

زندگی با نگرش اضطرابی و سلامت عمومی نوجوانان رابطه معنی‌داری وجود دارد. همچنین، در پژوهش‌های Tepper Aggarwal et al (۲۰۰۱)، Baetz et al. (۲۰۰۲)، Pargament (۲۰۰۱) و Hefti (۲۰۱۱)، Baysal (۲۰۲۲)، al (۲۰۲۳) مشخص شده است که میان معنویت، سلامت روان، اضطراب و افسردگی و استرس رابطه معناداری وجود دارد.

بنابراین، هر چند مطالعات متعددی به بررسی نقش معنویت درمانی در کاهش استرس تحصیلی پرداخته‌اند؛ اما تا کنون مطالعه‌ای در زمینه تأثیر این رویکرد بر سلامت روان پیش از کنکور دانش‌آموزان انجام نشده است. از این رو پرداختن به موضوع کاهش استرس و افزایش سلامت روان در این دوره حساس، به‌ویژه در میان دختران، ضروری به نظر می‌رسد؛ بنابراین پژوهش حاضر، در پی پاسخگویی به این سؤال است که آیا معنویت‌درمانی بر افزایش سلامت روان پیش از کنکور دانش‌آموزان دختر تأثیر دارد؟

روش

روش پژوهش حاضر نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون - پس‌آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم (پایه دوازدهم) مدارس دولتی منطقه ۱۹ شهر تهران در سال تحصیلی (۱۴۰۳-۱۴۰۲) بود. از میان مدارس دولتی دخترانه دوره متوسط دوم، یک مدرسه به روش تصادفی ساده به‌منظور اجرای پژوهش در نظر گرفته شد. مجدداً با استفاده از روش تصادفی ساده دو کلاس از بین کلاس‌ها و تعداد ۳۶ نفر از دانش‌آموزان دو کلاس پایه دوازدهم به‌صورت تصادفی انتخاب شدند؛ بنابراین، تعداد نمونه برابر با ۳۶ نفر از دانش‌آموزان پایه دوازدهم (۱۸ نفر آزمایش و ۱۸ نفر کنترل) به روش تصادفی ساده انتخاب شد. سپس، به‌صورت تصادفی در دو گروه ۱۸ نفری آزمایش و کنترل گمارده شدند. لازم به ذکر است، برای تعیین حجم نمونه با توجه به پژوهش Hafeznia (۲۰۲۱) قاعده‌ای را پیشنهاد داده‌اند که بر اساس آن، برای پژوهش‌های آزمایشی، تعداد ۱۰ تا ۳۰ نفر برای هر کدام از گروه‌ها کافی است؛ بنابراین، در پژوهش حاضر، انتخاب تعداد حجم نمونه طبق این قاعده انجام گرفته است. ملاک ورود به مطالعه شامل کسب نمره بالای ۱۵۳ در مقیاس عمومی Goldberg (۲۸-GHQ) (۱۹۷۹) پایه تحصیلی دوازدهم، داشتن رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش، عدم دریافت خدمات روان‌شناسی و مشاوره هم‌زمان با شرکت در پژوهش توسط دانش‌آموزان بود. ملاک‌های خروج در فرایند انجام پژوهش نیز مشتمل بر انصراف از ادامه پژوهش و عدم توانایی حضور بیش از ۲ جلسه به دلایل پزشکی و غیرپزشکی بود.

ابزار پژوهش

مقیاس سلامت عمومی گلدبرگ (۲۸-GHQ)^۱

از مقیاس سلامت عمومی Goldberg (۲۸-GHQ) (۱۹۷۹) به‌منظور سنجش سلامت روان پیش از کنکور دانش‌آموزان استفاده شد. فرم ۲۸ سؤالی پرسش‌نامه سلامت عمومی (۲۸-GHQ)، توسط Goldberg & Hiller (1979) تدوین شد و سؤال‌های آن بر اساس روش تحلیل عاملی فرم ۶۰ سؤالی اولیه استخراج گردید که در برگیرنده چهار خرده‌مقیاس علائم جسمانی (۷ گویه)، اضطراب و اختلال خواب (۷ گویه)، اختلال در کارکرد اجتماعی (۷ گویه)، افسردگی شدید (۷ گویه) است. برای هر عبارت، چهار گزینه‌ی اصلاً (۰)، در حد معمول (۱)، بیشتر از حد معمول (۲)، خیلی بیشتر از حد معمول (۳) وجود دارد که فرد از بینشان یکی را برمی‌گزیند. به این ترتیب میزان سلامت روان دانش‌آموزان در چهار مقیاس وضعیت سلامتی خوبی (۰ تا ۲۱)، در آستانه بیماری (۲۲-۴۲)، برخی از حوزه‌ها در معرض تهدید و آسیب (۴۳-۶۳) و وضع وخیم (۶۴-۸۴) رتبه‌بندی می‌شود. در نتیجه، در مقیاس سلامت عمومی (۲۸-GHQ) (۱۹۷۹) تمامی خرده‌مقیاس با یکدیگر جمع می‌شوند. نمرات بالاتر نشان‌دهنده کاهش سلامت روان است. در پژوهش نظیفی و همکاران (۱۳۹۲) همبستگی نسخه فارسی بین خرد مقیاس‌های علائم جسمانی، اضطراب،

¹. General Health Questionnaire

اختلال در کارکرد اجتماعی، افسردگی شدید با نمره کل مقیاس سلامت عمومی به ترتیب ۱، ۰/۷۷، ۰/۱۷۱، ۰/۵۷۷، ۰/۸۷۵ و پایایی کل این مقیاس را از طریق روش آلفای کرونباخ بالاتر از ۰/۷۴ و ضرایب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های کلی علائم جسمانی، اضطراب، اختلال در کارکرد اجتماعی، افسردگی شدید به ترتیب ۰/۸۸۳، ۰/۸۶۵، ۰/۷۴۶، ۰/۸۹۷، ۰/۷۷ و نمره کلی سلامت عمومی، ۰/۹۲۳ به دست آورده‌اند.

در پژوهش حاضر، ابتدا، قبل از اجرای پیش‌آزمون و مداخله معنویت درمانی، اطلاعات کافی در زمینه پژوهش مذکور به دانش‌آموزان پایه دوازدهم ارائه شد. به دانش‌آموزان پایه دوازدهم اطمینان حاصل شد که نامی از آن‌ها در هیچ قسمتی از پژوهش داده نخواهد شد و از نتایج داده‌ها استفاده خواهد شد و فرم رضایت‌نامه جهت شرکت این دانش‌آموزان در پژوهش توسط پژوهشگر گرفته شد. همچنین، پیشنهاد پژوهش حاضر با شناسه IR.IAU. SRB. REC. 1402. 307 در کمیته ملی اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی واحد الکترونیکی به ثبت رسیده است. شرکت‌کنندگان گروه کنترل و آزمایش از طریق مقیاس سلامت عمومی Goldberg (۲۸-GHQ) (۱۹۷۹) مورد ارزیابی قرار گرفتند. سپس، گروه آزمایش به صورت گروهی و حضوری در معرض برنامه آموزشی معنویت درمانی در ۱۰ جلسه ۴۵ دقیقه‌ای به مدت ۲ ماه و نیم (۱ روز در هفته) قرار گرفتند؛ اما گروه کنترل برنامه آموزشی معنویت درمانی را دریافت نکردند. جلسات این مداخله توسط پژوهشگران با نظارت اساتید روان‌شناسی دستورالعمل درمانی گروهی Richards & Bergin (۱۹۹۷) با توجه به محتوای کتاب مشاوره و روان‌درمانگری Ghobari Bonab (۲۰۱۶)، با رویکرد معنویت طراحی و تدوین شدند. سپس، چک‌لیست روایی متخصصان جهت تأیید متناسب بودن اهداف و محتوا برای دانش‌آموزان کنکوری نیز تهیه و تکمیل شد. از پنج نفر از متخصصان درخواست شد تا میزان متناسب بودن هر یک از جلسات را با توجه به اهداف و محتوا نمره‌گذاری کنند. متخصصان پس از مطالعه برنامه بازخوردهای خود را با توجه به در نظر گرفتن تمام جوانب، در اختیار پژوهشگران قرار دادند؛ بنابراین، روایی محتوایی برنامه آموزشی معنویت درمانی توسط متخصصان تأیید شد. داده‌های حاصل پژوهش، با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۴ و روش آماری تحلیل کوواریانس چندمتغیره مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

جدول ۱. برنامه آموزش معنویت درمانی

جلسه	هدف	محتوا
۱	اهداف درمانی	گرفتن پیش‌آزمون، آشنایی اعضای گروه با یکدیگر و رهبر گروه، آشنایی اعضای با ساختار جلسات، تعیین ارائه توضیحاتی در زمینه مفاهیم: سلامت روان و ابعاد
۲	درک مفهوم دین و معنویت و نقش اعمال معنوی بر سلامت روان	آن و پرداختن به بُعد معنوی، گفتگو در مورد مفهوم دین و معنویت و نقش آن در زندگی، تفاوت و شباهت دین با معنویت، سلامت روان، ابعاد سلامت روان.
۳	تأثیر شکرگزاری بر سلامت روان، مثبت‌اندیشی، رضایت از زندگی، امیدواری.	مرور مطالب جلسه قبل، ارائه مفهومی از شکرگزاری، شکرگزاری از خدا و تشکر از مردم به خاطر خوبی‌ها.
۴	تأثیر توکل بر مثبت‌اندیشی و سلامت روان	مرور مطالب جلسه قبل، ارائه مفهومی از ایمان و توکل، تفویض و واگذاری کارها به خدا، پیامدهای داشتن نگرش ایمانی در زندگی
۵	تأثیر دعا و نیایش بر (رضایت از زندگی، رشد معنوی، تکامل، خودشکوفایی، افزایش سلامت روان)، ارتباط با خدا یا هر قدرت برتری که اعضای گروه به آن ایمان دارند	مرور تکالیف جلسه قبل، ارائه تعاریف مفاهیم نیایش، ذکر و دعا.
۶	تأثیر تمرکز و تمرینات ذهنی بر آرام نمودن فکر از مشغله‌های ذهنی - به کارگیری اذکار معنوی و تمرکز به اماکن مقدس در حین مراقبه (مدیتیشن) برای کاهش تنش و افزایش آرامش	مرور تکالیف جلسه قبل، ارائه مفهوم تمرکز و مراقبه و شباهت آن با مدیتیشن در روان‌شناسی آموزش مدیتیشن و تنفس عمیق.

۷	تأثیر بخشش بر کاهش کینه، عصبانیت، استرس مزمن و افزایش سلامت روان، ارائه تکالیف برای جلسه بعد	مرور تکالیف جلسه قبل، ارائه مفهوم بخشایشگری، مدارا و محبت، عفو و گذشت و اصلاح روابط آسیب‌دیده، رهاکردن خود از خشم و نفرت و خودداری از به‌کارگیری هرگونه روش انتقام‌جویانه و کینه‌ورزانه نسبت به کسانی که فرد را آزرده‌اند.
۸	تأثیر رفتارهای داوطلبانه بر سلامت روحی و جسمی افراد، کاهش عصبانیت و رفتار پرخاشگرانه، افزایش انرژی، احساس خوشی	مرور تکالیف جلسه قبل، ارائه مفهوم کمک‌کردن به دیگران و خدمات داوطلبانه، کمک به دیگران باعث ایجاد یک سیستم حمایتی در زمان گرفتاری می‌شود.
۹	تأثیر صبر بر تعادل روانی، کنترل خشم، کاهش (نگرانی، تنش)، افزایش شادکامی، ثبات هیجانی، راه‌حل مناسب برای مشکلات، ارائه تکالیف برای جلسه بعد.	مرور تکالیف جلسه قبل، ارائه مفهوم صبر، به‌کارگیری صبر در زمان روبروشدن با مشکلات.
۱۰	گرفتن پس‌آزمون.	

یافته‌ها

در پژوهش حاضر ۳۶ نفر از دانش‌آموزان دختر داوطلب در دوره متوسطه دوم (پایه دوازدهم) در مدارس دولتی منطقه ۱۹ شهر تهران در سال تحصیلی (۱۴۰۲-۱۴۰۳) مشغول به تحصیل بودند، در دو گروه آزمایش (۱۸ نفر) و کنترل (۱۸ نفر) جایگزین شدند. میانگین و انحراف استاندارد و آزمون شاپیرو - ویلک برای متغیرهای اصلی پژوهش به تفکیک مراحل و گروه‌ها در جدول (۲) ارائه شده است.

جدول ۲. میانگین و انحراف استاندارد و آزمون شاپیرو - ویلک برای متغیرهای پژوهش

متغیرها	مراحل سنجش	گروه‌ها	میانگین	انحراف استاندارد	آزمون شاپیرو - ویلک	سطح معناداری
علائم جسمانی	پیش‌آزمون	آزمایش	۱۵/۵۰	۱/۸۸	۰/۹۲	۰/۱۴
		گواه	۱۵/۰۵	۱/۸۹	۰/۹۲	۰/۱۴
	پس‌آزمون	آزمایش	۱۰/۵۰	۲/۲۸	۰/۹۳	۰/۲۰
		گواه	۱۵/۲۷	۱/۷۴	۰/۹۶	۰/۷۲
اضطراب	پیش‌آزمون	آزمایش	۱۶/۵۰	۱/۷۵	۰/۹۱	۰/۱۱
		گواه	۱۵/۶۶	۲/۱۹	۰/۹۳	۰/۲۶
	پس‌آزمون	آزمایش	۱۲/۶۱	۱/۸۱	۰/۹۲	۰/۱۵
		گواه	۱۵/۵۵	۱/۴۶	۰/۸۵	۰/۰۱
اختلال در کنش و کارکرد اجتماعی	پیش‌آزمون	آزمایش	۱۴/۲۲	۱/۰۰	۰/۹۰	۰/۰۶
		گواه	۱۴/۴۴	۲/۳۳	۰/۹۲	۰/۱۷
	پس‌آزمون	آزمایش	۱۰/۱۶	۱/۷۲	۰/۹۴	۰/۳۵
		گواه	۱۳/۴۴	۱/۴۶	۰/۸۸	۰/۰۳
علائم افسردگی	پیش‌آزمون	آزمایش	۱۷/۵۰	۱/۷۵	۰/۹۴	۰/۳۰
		گواه	۱۷/۶۶	۱/۷۸	۰/۹۶	۰/۷۰
	پس‌آزمون	آزمایش	۱۳/۲۷	۲/۴۲	۰/۸۹	۰/۰۵
		گواه	۱۷/۱۱	۱/۹۶	۰/۹۲	۰/۱۴
سلامت روان	پیش‌آزمون	آزمایش	۶۳/۷۲	۳/۸۳	۰/۹۴	۰/۳۲
		گواه	۶۲/۸۳	۴/۸۰	۰/۹۷	۰/۶۳
	پس‌آزمون	آزمایش	۴۶/۵۵	۴/۱۰	۰/۹۵	۰/۴۷
		گواه	۶۱/۳۸	۳/۴۱	۰/۹۵	۰/۱۵

در جدول ۲ آمار توصیفی به تفکیک برای افراد گروه‌ها در دو مرحله (پیش‌آزمون و پس‌آزمون) ارائه داده شده است. همان‌طور که ملاحظه می‌گردد در گروه کنترل میانگین نمرات در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون تغییر چندانی را

نشان نمی‌دهند؛ ولی در گروه آزمایش شاهد تفاوت میانگین نمرات در پس‌آزمون گروه آزمایش هستیم. در پژوهش حاضر پیش از تحلیل استنباطی داده‌ها (تحلیل کوواریانس تک‌متغیره و چندمتغیره)، جهت رعایت پیش‌فرض‌های آزمون‌های پارامتریک، مهم‌ترین پیش‌فرض‌ها یعنی نرمال بودن توزیع نمرات توسط آزمون شاپیرو - ویلک، همسانی واریانس‌ها توسط آزمون لوین و همسانی ماتریس کوواریانس مورد بررسی قرار گرفت.

به‌منظور بررسی پیش‌فرض نرمال بودن توزیع نمرات پیش‌آزمون و پس‌آزمون در هر دو گروه کنترل و آزمایش برای کل سلامت روان از آزمون شاپیرو - ویلک استفاده شد. نتایج آزمون شاپیرو - ویلک بیانگر آن بود که پیش‌فرض نرمال بودن توزیع نمونه‌ای داده‌ها در کل سلامت روان در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون گروه آزمایش و کنترل برقرار بود ($p > 0.05$). باتوجه‌به نتایج جدول (۲) آماره شاپیرو - ویلک برای کل سلامت روان معنادار نیست؛ بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت توزیع متغیرها نرمال است ($p > 0.05$). برای بررسی پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها، آزمون لوین به کار رفت. نتایج نشان داد پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها برای کل سلامت ($F = 3/20$, $p = 0.08$) برقرار بود ($p > 0.05$)؛ بنابراین، نتایج نشان‌دهنده‌ی عدم معنی‌داری آزمون لوین در سطح معناداری ۰/۰۵ است ($p > 0.05$).

جدول ۳. نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیری تفاوت گروه آزمایش و کنترل در مقیاس کل سلامت روان

منبع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	اندازه اثر
اثر اصلی گروه	۲۰۵۳/۶۱	۱	۲۰۵۳/۶۱	۱۷۷/۴۵	۰/۰۰۱	۰/۸۴
نمره پیش‌آزمون	۱۰۲/۸۱	۱	۱۰۲/۸۱	۸/۸۸	۰/۰۰۵	۰/۲۱
خطا	۳۸۱/۹۰	۳۳	۱۱/۵۷			

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، با تعدیل اثر پیش‌آزمون، در نمرات پس‌آزمون تفاوت معناداری بین دو گروه مشاهده شد. به عبارتی بین افراد گروه‌های آزمایش و کنترل از لحاظ متغیر وابسته (مقیاس کل سلامت روان) تفاوت معنی‌داری وجود دارد. در این ارتباط، میزان تأثیر یا تفاوت برابر با (۰/۸۴) است. تفاوت بین نمرات گروه‌های آزمایش و کنترل در پس‌آزمون (کل سلامت روان) مربوط به اثربخشی برنامه آموزشی معنویت درمانی بر سلامت روان پیش از کنکور دانش‌آموزان بود.

جهت اثربخشی معنویت درمانی بر سلامت روان پیش از کنکور دانش‌آموزان از تحلیل کوواریانس چندمتغیری استفاده شد. قبل از انجام آزمون، پیش‌فرض‌های آن مورد بررسی قرار گرفت. باتوجه‌به نتایج جدول ۲، نتایج آزمون Z کولموگراف - اسمیرنوف برای مؤلفه‌های سلامت روان معنادار نیست؛ بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت توزیع متغیرها نرمال است ($p > 0.05$). مقادیر به‌دست‌آمده از آزمون لوین برای مؤلفه‌های سلامت روان علائم جسمانی، اضطراب، اختلال در کارکرد اجتماعی، افسردگی به ترتیب به ترتیب ($F = 3/24$, $p = 0.08$)، ($F = 1/13$, $p = 0.29$) و ($F = 0/93$, $p = 0.34$)، ($F = 1/22$, $p = 0.27$)، مورد بررسی و تأیید قرار گرفت ($p > 0.05$). همچنین، نتایج آزمون باکس ($F = 1/05$, $p = 0.07$)، $BoxM = 12/12$) برای همسانی ماتریس کوواریانس مؤلفه‌های استرس نشان داد که مفروضه همگنی ماتریس کوواریانس برقرار است ($p > 0.05$). مقادیر به‌دست‌آمده از لامبدای ویلکز به‌عنوان شاخص‌های آماری چندمتغیره نشان می‌دهند که بین دو گروه گواه و آزمایش از نظر حداقل یکی از متغیرهای وابسته تفاوت معنادار وجود دارد ($p < 0.001$)، $F = 48/59$). همچنین، نزدیک به ۰/۹۲ درصد از تفاوت‌های ایجاد شده در متغیرهای وابسته به تأثیر متغیر مستقل مربوط است؛ بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت که اثربخشی معنویت درمانی بر سلامت روان پیش از کنکور دانش‌آموزان مؤثر است.

جدول ۴. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس یک‌راهه در متن مانکوا برای مؤلفه‌های استرس در دو گروه آزمایش و گواه با کنترل پیش‌آزمون

متغیر	متغیرهای وابسته	منبع تغییرات	Ss	Df	Sm	F	P	Eta ²
علائم جسمانی	اثر پیش‌آزمون	اثر پیش‌آزمون	۱۴/۳۰	۱	۱۴/۳۰	۴/۲۴	۰/۰۴	۰/۱۲
		اثر گروه	۱۸۲/۸۲	۱	۱۸۲/۸۲	۵۴/۲۳	۰/۰۰۱	۰/۶۴
		خطا	۱۰۱/۱۳	۳۰	۳/۳۷			
اضطراب	اثر پیش‌آزمون	اثر پیش‌آزمون	۰/۸۵	۱	۰/۸۵	۰/۳۳	۰/۵۶	۰/۰۱
		اثر گروه	۶۹/۳۷	۱	۶۹/۳۷	۲۶/۹۴	۰/۰۰۱	۰/۴۷
		خطا	۷۷/۲۳	۳۰	۲/۵۷			
مؤلفه‌های سلامت	اختلال در	اثر پیش‌آزمون	۱۶/۹۶	۱	۱۶/۹۶	۹/۸۰	۰/۰۰۴	۰/۲۴
		اثر گروه	۹۰/۳۶	۱	۹۰/۳۶	۵۲/۲۴	۰/۰۰۱	۰/۶۳
		خطا	۵۱/۸۹	۳۰	۱/۷۳			
روان و کارکرد اجتماعی	اثر پیش‌آزمون	اثر پیش‌آزمون	۱۶/۵۳	۱	۱۶/۵۳	۴/۵۸	۰/۰۴	۰/۱۳
		اثر گروه	۳۳۱/۵۷	۱	۳۳۱/۵۷	۹۱/۹۴	۰/۰۰۱	۰/۷۵
		خطا	۱۰۸/۱۸	۳۰	۳/۶۰			

بر اساس نتایج جدول (۴) بین نمرات علائم جسمانی ($F=۵۴/۲۳$)، اضطراب ($F=۲۶/۹۴$)، اختلال در عملکرد اجتماعی ($F=۵۲/۲۴$)، افسردگی ($F=۹۱/۹۴$)، در دو گروه تفاوت معنی‌داری وجود دارد ($P<۰/۰۵$). به‌طوری‌که معنویت درمانی توانسته است باعث کاهش علائم جسمانی، اضطراب، اختلال در عملکرد اجتماعی، افسردگی و بر اساس ضریب اتا، میزان این تأثیر گروهی برای علائم جسمانی، اضطراب، اختلال در کنش و کارکرد اجتماعی و افسردگی به ترتیب ۰/۶۴، ۰/۴۷، ۰/۶۳ و ۰/۷۵ درصد بود.

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش باهدف تعیین اثربخشی معنویت درمانی بر سلامت روان پیش از کنکور دانش‌آموزان دختر منطقه ۱۹ تهران انجام شد. نتایج نشان داد که معنویت درمانی بر سلامت روان پیش از کنکور دانش‌آموزان دختر منطقه ۱۹ تهران تأثیر دارد. این یافته با نتایج پژوهشی Trada و همکاران (۲۰۱۹)، Yavari & Sajjadipour (۲۰۲۰)، Motamedi & Khanjani (۲۰۲۰)، Cordero و همکاران (۲۰۲۲)، Asad Zandi & Seyyed Kalal (۲۰۲۱)، Alilou و همکاران (۲۰۲۲)، Tepper و همکاران (۲۰۲۱)، Baetz و همکاران (۲۰۰۲)، Pargament (۲۰۰۱) و Hefti (۲۰۱۱)، Baysal (۲۰۲۲) و Aggarwal و همکاران (۲۰۲۳) همسو است.

در تبیین پژوهش حاضر، می‌توان براساس نتیجه پژوهشی (Baysal، ۲۰۲۲) این‌گونه استدلال کرد که معنویت درمانی به‌عنوان یک رویکرد روان‌درمانی، از اصول و روش‌های معنوی - مذهبی بهره می‌برد تا به بیماران کمک کند تا از طریق ارتباط با دنیای ماورایی، به درک عمیق‌تری از خود، جهان و وقایع پیرامون دست یابند. بر این مبنا، این فرایند می‌تواند به ارتقا سلامت و رشد فردی منجر شود.

همچنین، بر اساس یافته‌های پژوهشی Aggarwal و همکاران (۲۰۲۳) می‌توان نتیجه گرفت که معنویت درمانی از طریق روش‌های مختلفی مانند شرکت در مراسم مذهبی و فعالیت‌های معنوی مانند دعا و مراقبه (مدیتیشن) می‌تواند سلامت روان جوانان را افزایش دهد. به‌عبارت‌دیگر، این فعالیت‌ها به دانش‌آموزان حس معنا، تعلق و هدف در زندگی می‌دهند و نگرش مثبت به خدا به‌عنوان منبع قدرت و حمایت به دانش‌آموزان کمک می‌کند تا با چالش‌های زندگی بهتر مقابله کرده و از طریق مکانیزم‌های مختلفی مانند اخلاق، مقابله مذهبی و ارتباطات اجتماعی مثبت، احساس

امنیت و آرامش را تجربه کنند و توانایی مواجهه با مشکلات زندگی را داشته باشند. در واقع، معنویت درمانی کمک می‌کند که افراد کمتر دچار اضطراب، افسردگی و اختلال در عملکرد اجتماعی شده و توانایی بیشتری در انجام فعالیت‌های روزمره و مقابله با چالش‌های روان‌شناختی در هنگام بروز عوامل استرس‌زا داشته باشند. براین‌اساس، این افراد بیشترین سلامت روان را دارند (Motamedi & Khanjani, 2020).

علاوه بر تبیین‌های فوق، در پژوهش Tepper و همکاران (۲۰۰۱) گزارش شد که افراد با مشکلات روان‌شناختی در هنگام مواجهه با چالش‌هایی در زندگی روزمره از فعالیت‌های مذهبی برای کاهش استرس و اضطراب و مقابله با رویدادهای استرس‌زا استفاده می‌کنند. در واقع، بر اساس پژوهش Baetz و همکاران (۲۰۰۲) می‌توان این‌گونه استدلال کرد که معنویت درمانی موجب کاهش علائم افسردگی، استرس و اضطراب و افزایش رضایت از زندگی و سلامت روان می‌شود. همچنین، Pargament (۲۰۰۱) در پژوهشی ارتباطات پایداری بین سبک‌های مثبت مقابله مذهبی و پیامدهای بهتر سلامت روان را گزارش کرد که سبک‌های مقابله مذهبی مانند همکاری ادراک‌شده با خدا، جستجوی حمایت معنوی از خدا و ارزیابی خیرخواهانه مذهبی موجب کاهش افسردگی، اضطراب، استرس و سلامت روان در افراد می‌شود.

در واقع، معنویت، موجب افزایش درک خود و عزت‌نفس، احساس بیشتر به‌عنوان یک شخص کامل و ارزشمندبودن توسط خدا (به‌عنوان بخشی از خلقت، به‌عنوان "بنده خدا") می‌شود و معنویت موجب کاهش افسردگی و اضطراب به‌ویژه در میان افراد با باورهای درونی می‌شود. همچنین، معنویت منابع اجتماعی را ارائه می‌دهند که با ماهیت متعالی حمایت می‌شوند. به عبارتی، احساس تعلق به انجام اعمال معنوی و شکرگزاری ممکن است برای افرادی که اغلب طرد، منزوی شده‌اند، اهمیت ویژه‌ای داشته باشد. همچنین، تجربیات معنوی، موجب حس امید و هدف، دلیلی برای بودن و فرصت‌هایی برای رشد و تغییر مثبت می‌شوند (Hefti, 2011).

در نهایت، می‌توان به محدودیت‌های پژوهش اشاره داشت که تعمیم‌پذیری نتایج پژوهش حاضر به دلیل محدودشدن نمونه مطالعه فقط نوجوانان دختر منطقه ۱۹ شهر تهران دشوار است. همچنین، به دلیل محدودیت زمانی پیگیری انجام نشده است. در نتیجه، در تعمیم‌دادن نتایج پژوهش بایستی احتیاط کرد. با توجه به محدودیت‌های پژوهش حاضر، می‌توان پیشنهاد داد که معنویت درمانی روی گروه‌هایی از نوجوانان پسر سایر نقاط شهر تهران و سایر شهرستان‌ها انجام شود. همچنین، برای تعمیم‌دهی نتایج، سعی شود پیگیری نیز انجام شود. برای پیشنهاد کاربردی، می‌توان اظهار داشت، آموزشگاه‌های کنکور و تمامی مدارس دوم متوسطه در کنار آموزش تست‌زنی و دروس کنکور، جلساتی برای معنویت درمانی توسط مشاوران و روان‌شناسان جهت افزایش سلامت روان پیش از کنکور اختصاص دهند.

ملاحظات اخلاقی و پیروی از اصول اخلاق پژوهش

در این پژوهش به شرکت‌کنندگان در مورد محرمانه ماندن اطلاعاتشان اطمینان داد شد و افراد داوطلبانه بدون هیچ اجباری به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند.

حامی مالی

هزینه‌های این مطالعه توسط نویسندگان مقاله تامین شد.

مشارکت نویسندگان

همه نویسندگان سهم یکسان در مقاله داشته‌اند.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان مقاله حاضر فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است.

References

- Aggarwal, S., Wright, J., Morgan, A., Patton, G., & Reavley, N. (2023). Religiosity and spirituality in the prevention and management of depression and anxiety in young people: asystematic review and meta-analysis. *BMC psychiatry*, 23(1), 729. [[Link](#)]

- Aghakhan Ashgouri, N., & Bagheri, Z. (2022). The impact of national exams on the health of twelfth grade students, *First National Conference on Psychological Studies of Mental Health, Shiraz*. [Link]. [Persian].
- Alilou, S.; Sharifi, T., Aghazadeh, and Seyidi, P. (2022). The role of spirituality and meaning of life in predicting anxious attitudes and mental health of adolescents. *Quarterly Journal of New Strategies in Psychology and Educational Sciences*, 6 (20), 237-248 [Link]. [Persian].
- Asad Zandi, M., & Seyed Kalal, A. (2021). How Spirituality Affects Mental Health: From Religious to Secular Spirituality (Review). *IRANIAN JOURNAL OF CULTURE AND Health Promotion*, 6(3), 403-411. [Link]. [Persian].
- Baetz, M., Larson, D. B., Marcoux, G., Bowen, R., & Griffin, R. (2002). "Canadian psychiatric inpatient religious commitment: An association with mental health." *Can. J. Psychiatr.* 47, 159–166. [Link]
- Baysal, M. (2022). Positive psychology and spirituality: A review study. *Spiritual Psychology and Counseling*, 7(3), 359-318. [Link]
- Bazzano, A. N., Sun, Y., Chavez-Gray, V., Akintimehin, T., Gustat, J., Barrera, D., & Roi, C. (2022). Effect of Yoga and Mindfulness Intervention on Symptoms of Anxiety and Depression in Young Adolescents Attending Middle School: A Pragmatic Community-Based Cluster Randomized Controlled Trial in a Racially Diverse Urban Setting *International journal of environmental research and public health*, 19(19), 12076. [Link]
- Bhugra, D., Liebrezn, M., Ventriglio, A., Ng, R., Javed, A., Kar, A., Chumakov, E., Moura, H., Tolentino, E., Gupta, S., Ruiz, R., Okasha, T., Chisolm, M. S., Castaldelli-Maia, J., Torales, J., & Smith, A. (2024). World Psychiatric Association-Commission on Public Mental Health. *Asian journal of psychiatry*, 98, 104105. [Link].
- Bhuiyan, N., McNeill, L. H., Bopp, M., Downs, D. S., & Mama, S. K. (2022). Fostering spirituality and psychosocial health through mind-body practices in underserved populations. *Integrative medicine research*, 11(1), 100755. [Link]
- Corrado, D. D., Tortella, P., Coco, M., Guarnera, M., Tusak, M., & Parisi, M. C. (2025). Mental imagery and stress: the mediating role of self-efficacy in competitive martial arts athletes. *Sec. Sport Psychology*, 16. [Link]
- Estrada, C. A. M., Lomboy, M. F. T. C., Gregorio, E. R., Jr, Amalia, E., Leynes, C. R., Quizon, R. R., & Kobayashi, J. (2019). Religious education can contribute to adolescent mental health in school settings. *International journal of mental health systems*, 13, 28. [Link]
- Fu, Y., Ren, W., & Liang, Z. (2022). Perceived academic stress and depressive symptoms among Chinese adolescents: A moderated mediation analysis of overweight status. *Journal of affective disorders*, 296 224–232. [Link]
- Hay, S. W., Lerner, J. V., & Dowling, E. M. (2024). Spirituality as a key asset in promoting positive youth development: Advances in research and practice. *Psychology of Religion*, 46(2). [Link]
- Hefti, R. (2011). Integrating Religion and Spirituality into Mental Health Care, Psychiatry and Psychotherapy. *Religions*, 2(4), 611-627. [Link]
- Jiang, S., Ren, Q., Jiang, C., & Wan, L. (2021). Academic stress and depression of Chinese adolescents in junior high schools: Moderated mediation model of school burnout and self-esteem. *Journal of Affective Disorders*, 295: 384-389. [Link]
- Kharsynniang, L. (2023). 2RELIGIOUSNESS AS STRESS COPING: A RELATIONAL ANALYSIS. *JOURNAL OF MULTIDISCIPLINARY EDUCATIONAL RESEARCH*, 12 (3). [Link]
- Khorami, Z., Ghahari, S., Memarian, N., Pirmoradi, M. R. & Ghadirian, L. (2021). Investigating factors related to the mental health status of high school students in Tehran. *Neyshabur Faculty of Medical Sciences*, 9(4 (33), 18-30. [Link]. [Persian].
- Liu, X., Whetten, K., Prose, NS., Eagle, D., Parnell, H. E., Cyrilla, A., Vann, V., Dubie, ME., Kaza, V. G. K., Tzudir, S & Proeschold-Bell, R J. (2020). Enjoyment and meaning in daily activities among caregivers of orphaned and separated children in four countries. *Children and Youth Services Review*, 116: 105. [Link]
- Lucchetti, G., Koenig, H. G., & Lucchetti, A. L. G. (2021). Spirituality, religiousness, and mental health: A review of the current scientific evidence. *World journal of clinical cases*, 9(26), 7620–7631. [Link]

- Lyzwinski, L., Zwicker, J. D., McDonald, S., & Tough, S. (2024). Psychological Interventions and Those With Elements of Positive Psychology for Child and Youth Mental Health During the COVID-19 Pandemic: Literature Review, Lessons Learned, and Areas for Future Knowledge Dissemination. *JMIR pediatrics and parenting*, 7, e59171. [\[Link\]](#)
- Mastorci, F., Lazzeri, M. F. L., Vassalle, C., & Pingitore, A. (2024). The Transition from Childhood to Adolescence: Between Health and Vulnerability. *Children* (Basel, Switzerland), 11(8), 989. [\[Link\]](#)
- Motamedi, A., & Khanjani, M. (2020). Religiosity, Spirituality and Health - Scientific Mechanisms and Evidence. *Iran J Cult Health Promot*, 4 (4), 510-520. [\[Link\]](#)
- Mousavi, F. S., Marashian, F. S., & Bakhtiarpour, S. (2022). Effectiveness of Mindfulness-Based Stress Reduction and Dialectical Behavior Therapy on Pathological Worry and Difficulty in Emotion Regulation in Students With Depression Symptoms. *J Research Health*, 12 (3):193-202 [\[Link\]](#). [Persian].
- Otto, C., Reiss, F., Voss, C., Wüstner, A., Meyrose, A. K., Hölling, H., & Ravens-Sieberger U. (2021). Mental health and well-being from childhood to adulthood: design, methods and results of the 11-year follow-up of the BELLA study. *Eur Child Adoles Psychiatry*, 30(10), 1559-1577. [\[Link\]](#)
- Pargament, K. (2002). "The bitter and the sweet: An evaluation of the costs and benefits of religiousness." *Psychol. Inq*, 13, 168–181. [\[Link\]](#)
- Rabby, M. R. A., Islam, M. S., Orth, M. T., Jami, A. T., & Hasan, M. T. (2023). Depression symptoms, anxiety, and stress among undergraduate entrance admission seeking students in Bangladesh: A cross-sectional study. *Frontiers in Public Health*, 11, 1136557. [\[Link\]](#)
- Ruichao, S. I. (2021). Unexpected pressure? The effect of a curriculum reform on household educational investments and student outcomes, *Journal of Economic Behavior & Organization*, 190, 730-746. [\[Link\]](#)
- Todji, N. (2021). The impact of the entrance exam on the mental health level of secondary school students, 2nd, *4th National Conference on Professional Research in Psychology and Counseling from the Teacher's Perspective, Minab*. [\[Link\]](#). [Persian].
- Tepper, L., Rogers, S. A., Coleman, E.M., & Malony, H.N. (2001). "The prevalence of religious coping among persons with persistent mental illness." *Psychiatr. Serv*, 52, 660–665. [\[Link\]](#)
- Watson, P. W. S. T. J., Sotard i, V. A., Park, J. J., & Roy, D. (2021). Gender Self-Esteem, Academic Stress, Life Satisfaction and Perceived Academic Achievement for New Zealand Adolescents. *Journal of Adolescence*, 8, 120-133. [\[Link\]](#)
- Willemse, S., Smeets, W., van Leeuwen, E., Nielen-Rosier, T., Janssen, L., & Foudraine, N. (2020). Spiritual care in the intensive care unit: An integrative literature research. *Journal of critical care*, 57, 55–78. [\[Link\]](#)
- Yavari, F. & Sajjadipour, F. (2019). Investigating the effect of spiritual therapy on the mental health of female students, *Sixth International Conference on School Psychology, Tehran* [\[Link\]](#).
- Zhu, D., He, Y., Wang, F., Li, Y., Wen, X., Tong, Y., Xie, F., Wang, G., & Su, P. (2024). Inconsistency in psychological resilience and social support with mental health in early adolescents: A multilevel response surface analysis approach. *Journal of affective disorders*, 361, 627–636. [\[Link\]](#)

پیش‌بینی دل‌زدگی زناشویی بر اساس استرس شغلی و خودتنظیمی هیجانی در

آتش‌نشان‌های تهران

مینا فرهادی پری^{۱*}، ناهید بابائی امیری^۲

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر مطالعه پیش‌بینی دل‌زدگی زناشویی بر اساس استرس شغلی و خودتنظیمی هیجانی در آتش‌نشان‌های شهر تهران بود.

روش: پژوهش حاضر کاربردی از نوع توصیفی از نوع همبستگی با هدف پیش‌بینی بود که در بازه زمانی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ صورت گرفت و جامعه آماری پژوهش شامل کلیه آتش‌نشان‌های شهر تهران بودند ($N=4260$) که ۲۷۰ آتش‌نشان به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب و وارد پژوهش شدند. ابزار پژوهش را پرسشنامه‌های استاندارد دل‌زدگی زناشویی باینز (۱۹۹۶) (CBM)، استرس شغلی اسپوو و اسپوکان (۱۹۸۷) و خودتنظیمی هیجانی هافمن و کاشدان (۲۰۱۰) استفاده شد.

یافته‌ها: براساس آنالیز رگرسیون صورت‌گرفته، مشخص شد که متغیرهای استرس شغلی و خودتنظیمی هیجانی (سازگار، پنهان‌کاری و تحمل) پیش‌بین مناسبی برای دل‌زدگی زناشویی هستند ($P<0.05$) و ضریب تأثیر ۰/۰۲۷، ۰/۳۳۹، ۰/۱۸۷ و ۰/۴۴۱. همچنین دل‌زدگی زناشویی ارتباط معنی‌داری با استرس شغلی و مولفه‌های خودتنظیمی هیجانی داشته ($P<0.05$) و ضریب همبستگی ۰/۲۵۹، ۰/۵۲۵، ۰/۴۶۳ و ۰/۳۱۳- و نیز استرس شغلی نیز ارتباط معنی‌داری با مولفه‌های پنهان‌کاری و تحمل از خودتنظیمی هیجانی داشت ($P<0.05$) و ۰/۲۴۷ و ۰/۱۹۵-.

نتیجه‌گیری: براساس یافته‌ها، دل‌زدگی زناشویی براساس استرس شغلی و خودتنظیمی هیجانی در آتش‌نشان‌های تهران قابل پیش‌بینی است. بنابراین پیشنهاد می‌شود که وزارت‌خانه و سازمان‌های اثرگذاری نظیر وزارت بهداشت با ورود به این بخش در راستای کنترل استرس شغلی در دسته شغل‌های استرس‌زایی مانند آتش‌نشانی فعالیت‌های مناسبی را صورت بخشند.

کلیدواژه‌ها: آتش‌نشان، استرس شغلی، خودتنظیمی هیجانی، دل‌زدگی زناشویی.

^۱ کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، واحد تهران مرکز، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران (نویسنده مسئول).

^۲ استادیار، گروه روانشناسی، واحد یادگار امام(ره)، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

مقدمه

امروزه در میان مشاغل پرخطر و استرس‌زا، نام شغل آتش‌نشانی جایگاه بالایی داشته که دلیل آن نیز این بوده است که این شغل علاوه بر مخاطرات جسمی و فیزیکی گسترده در آن، بر روابط شخصی در خانواده و دوستان نیز اثرگذار خواهد بود (Hokmabadi et al., 2022, Haddock et al., 2016). انجمن ملی حفاظت از آتش بیان داشته است که درگیری با آتش تنها ۵٪ از تماس‌های ورودی به مرکز را شامل شده است و در کنار آن اورژانس‌های خانواده، پزشکی، نجات، خطرات جانبی جز آتش و بسیاری از این دست اتفاقات را نیز شامل می‌شود (National Fire Protection Association, 2013).

ساعات طولانی و فعالیت‌های همراه با استرس که همراه با ریسک و حساسیت بالا هستند، سبب خواهد بود که فشارهای ذهنی تأثیرات نامطلوبی را بعضاً بر روابط زناشویی^۱ آتش‌نشانان داشته باشد و رضایت آنان از این روابط گاهی کاهش داشته باشد (هدوک و همکاران، ۲۰۱۶). در این راستا باید عنوان کرد استرس‌های شغلی^۲ و هیجانات زیاد در شغل آتش‌نشانی می‌تواند بر کیفیت روابط زناشویی تأثیرگذار باشد (Khoshakhlagh et al., 2024, Morman et al., 2020). در نتیجه ضرورت دارد بررسی‌های جامعی در این زمینه، انجام شود. استرس شغلی نوعی استرس است که با محیط کار با عوامل مرتبط با محیط کار فرد ارتباط دارد. تغییر در فعالیت‌های کاری، مانند فناوری جدید یا تغییر اهداف، ممکن است باعث استرس شود (کامی‌مینتاه^۳ و همکاران، ۲۰۲۳). استرس سازمانی را می‌توان با مقیاس اجتناب از کار و کیفیت کار اندازه‌گیری کرد. استرس شغلی یک حالت مزمن است که در نتیجه شرایط سخت کاری رخ می‌دهد و عملکرد فردی و سلامت جسمی و روانی را تحت تأثیر قرار می‌دهد (Madadzadeh et al., 2018). حفظ سلامت اعم از جسمی و روانی حایز اهمیت است، اگر چه توجه به استرس و سلامت روان در تمام حرفه‌ها به عنوان یک اولویت است اما در مشاغلی مثل آتش‌نشانی و بهداشتی و درمانی که به طور مستقیم با سلامتی انسان‌ها سروکار دارند از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (Pirmoradi et al., 2023). در واقع آتش‌نشانی از مشاغلی است که همواره با عوامل متعدد تنش‌زای محیط کار روبه‌رو است. زندگی مشترک از عوامل متعددی متأثر می‌شود که پاره‌ای از آنها ممکن است زوجین را به طرف اختلاف، جدایی روانی و دل‌زدگی و حتی طلاق سوق دهد (Shi & Whisman, 2023, Ngope, 2019). در این زمینه، Heydari و Naseri (۲۰۱۹) نشان دادند که بین استرس شغلی و دل‌زدگی زناشویی^۴ رابطه مثبت وجود دارد. در پژوهشی دیگر Abbasi-Esfjir و Amiri Mousavi (۲۰۱۸) به این نتیجه رسیدند که استرس شغلی بر کیفیت زندگی پزشکان زن تأثیر معنی‌دار و منفی دارد و همچنین استرس شغلی و سازگاری زناشویی^۵ پزشکان زن نیز رابطه منفی معنی‌دار با یکدیگر داشتند. همچنین، در پژوهشی Hosseini و Atai (۲۰۱۸) نشان دادند که متغیر استرس شغلی می‌تواند دل‌زدگی زناشویی را پیش‌بینی کنند و برای این منظور از جمله مواردی که در خانواده باید در نظر گرفته شود میزان کنترل هیجانات مثبت و منفی افراد می‌باشد که مدیریت این هیجانات می‌تواند در راستای توسعه و تعالی خانواده قرار گیرد که از این عامل به عنوان خودتنظیمی هیجانی نام برده می‌شود.

خودتنظیمی هیجانی بر توانایی‌های فردی برای تحمیل خواسته‌ها و نیازهایی که ارضا نشده است اثرگذار است و می‌تواند به نوعی احساس شکست و ناامیدی را کنترل نماید و با جهت‌دهی به آن‌ها، برای رسیدن به موفقیت از این خواسته‌ها استفاده نماید (Salehi Federdi et al., 2024)؛ بنابراین می‌توان آن را تعدیلگری برای رفتارهای فردی

¹ Marital relations² Job stress³ Commey-Mintah⁴ Marital Burnout⁵ Marital compatibility

نیز دانست که بر اساس شرایط بیرونی و درونی این کنترل‌ها و تعدیل‌ها را صورت می‌دهد. باتوجه به اینکه خودتنظیمی^۱ کمکی برای بهبود شرایط و استفاده از محیط در راستای موفقیت است، می‌تواند بر اساس این معیار، فرد یاد می‌گیرد که چگونه از تجرب خود استفاده و چه پاسخ‌هایی به این تجرب بدهد. (Shokri et al., 2021). از نظر Hajal و Paley (۲۰۲۰) خودتنظیمی هیجانی در واقع فرایندهایی است که هیجانات را کنترل نموده و در نهایت نمود رفتاری می‌دهد و در تمامی مراحل درگیری و یا تولید هیجان وجود خواهد داشت. Morman و همکاران (۲۰۲۰) نیز معتقد هستند که خودتنظیمی هیجانی در واقع مجموعه فرایندهایی است که شامل پاسخ‌های فرد به هیجانات و نیز تنظیمات درونی در راستای مشخصات روان‌شناختی و اجتماعی هر فرد است (Tashviqui et al., 2021). بررسی‌های صورت گرفته شده این فرضیه را طرح کرده است که مشکلات و دشواری‌های موجود در تنظیم هیجانات با سازه‌هایی نظیر رایت زناشویی و آسیب‌های خانوادگی ارتباط دارد؛ زیرا عدم توانایی در کنترل و تنظیم هیجانات نشان‌دهنده آسیب‌های روان‌شناختی برای برخی مشکلات مطروحه است (Basharat et al, 2015). در این زمینه، Habibollahzadeh و همکاران (۲۰۲۱) در پژوهشی نشان دادند که زوج‌درمانی خودتنظیمی بر کاهش فرسودگی زناشویی و مؤلفه‌های آن بر زوج‌های در معرض طلاق مؤثر است.

باتوجه به اهمیت و جایگاه خانواده در فرایندهای فردی و اجتماعی، بررسی عواملی که می‌تواند بر روی این عنصر اثرگذار باشد، از اهمیت بالایی برخوردار خواهد بود. به طوری که در سال‌های اخیر، ذهن متفکران، جامعه‌شناسان، روانشناسان را که نگران فروپاشی نهاد خانواده هستند و از آن به عنوان آسیب اجتماعی یاد می‌کنند را مشغول کرده است (Nazeran et al, 2023). خانواده مهم‌ترین عضو و سیستم اجتماعی است که مبنای تشکیل آن ازدواج است و مرکز رشد و تعالی و نیز دوری از آسیب‌های اجتماعی برای فرد و جامعه محسوب می‌شود (Martínez Pampliega et al, 2021). در دل‌زدگی زناشویی حالت خستگی جسمی و روانی و عاطفی نتیجه‌ی وجود چالش‌های طولانی مدت روانی و بعضاً با منشا هیجان بوده که به صورت خستگی جسمی، بی‌خوابی و بی‌اشتهایی و یا برعکس رخ می‌دهد و فرد از حالت عادی روزانه خود خارج می‌شود (Körük et al, 2023). همچنین در نگرش فرد نسبت به دیگران و حتی خانواده تغییراتی ایجاد نموده و می‌تواند سبب سردی رابطه با همسر، رفتارهای شتاب‌زده، ناکامی و عدم توانایی در ابراز عشق نیز اثر گذار باشد (Pourhejazi et al., 2019). دل‌زدگی و خستگی عاطفی در ظاهر کم شدن تعهدات فردی در خانواده، عدم توانایی برخورد و حل مسائل و حتی انگیزه خودکشی خود را نشان دهد (Pamuk & Yucesoy, 2015).

بنابراین، باتوجه به موارد مذکور که استرس شغلی و خودتنظیمی هیجانی در ارتباطات زناشویی تأثیر بسزایی دارد. لذا؛ محقق در صدد برآمده است که با اندازه‌گیری میزان استرس شغلی و همچنین خود تنظیمی هیجانی، دل‌زدگی را در زندگی زناشویی آتش نشان‌ها اندازه‌گیری کند و نتایج این پژوهش می‌تواند بر سلامت زندگی زناشویی و عدم از هم پاشیدن خانواده‌ها بسیار کاربردی باشد. همچنین بررسی‌های صورت گرفته شده بر روی پیشینه ادبی این پژوهش مشخص نمود که برای قلمرو موضوعی پژوهش حاضر پژوهش مشابهی صورت نگرفته که ضرورت نظری پژوهش را مشخص نموده است. باتوجه به موارد فوق پیش‌بینی دل‌زدگی زناشویی بر اساس استرس شغلی و خودتنظیمی هیجانی در آتش‌نشان‌های تهران مورد نظر تحقیق حاضر است.

روش

این پژوهش توصیفی-تحلیلی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی آتش‌نشانان متاهل شاغل در شهر تهران که در ۱۴۰۱-۰۲ مشغول به کار بودند (N=4260) که بر اساس اطلاعات ارائه شده از سازمان آتش‌نشانی شهر تهران، در مجموع ۸ منطقه آتش‌نشانی، مجموعاً ۴۲۶۰ آتش‌نشان مشغول به خدمت بودند. در این پژوهش روش نمونه‌گیری به شکل خوشه‌ای چند مرحله‌ای بود. در این نمونه‌گیری افراد جامعه باتوجه به سلسله مراتب (از واحد

^۱ Self-regulatory

های بزرگتر به کوچکتر) انتخاب شدند. برای این منظور ابتدا از سازمان آتش‌نشانی تعداد ایستگاه‌های فعال و نیز پرسنل فعال در هر ایستگاه دریافت شد و سپس بر اساس هر ایستگاه نمونه‌گیری به نسبت تعداد پرسنل هر ایستگاه صورت پذیرفت. تعداد نمونه‌های انتخاب شده نیز به صورت مساوی در میان ایستگاه‌های مختلف در هر منطقه (خوشه) تقسیم شد. برای یافتن تعداد حداقل حجم نمونه با استفاده از نرم‌افزار $G*Power3$ مشخص شد. بر اساس خروجی نرم‌افزار $G*Power$ تعداد ۲۶۲ نفر نمونه برای این تحقیق نیاز بود که این تعداد تعداد حداقلی بوده و برای اطمینان از رسیدن به این تعداد، ۲۹۰ نمونه انتخاب شد تا در صورت خروج نمونه‌ها از پژوهش این تعداد با مشکل به وجود نیاید و باتوجه به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای، نمونه‌گیری این افراد از مناطق مختلف سازمان آتش‌نشانی شهر تهران و سپس از ایستگاه‌های مناطق انتخاب شده افراد به صورت تصادفی انتخاب شد و افراد جهت جلوگیری از استفاده از کاغذ و شرایط کرونا، آنلاین به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند. در انتها نتایج آماری با نرم‌افزار SPSS با آزمون ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه به تجزیه و تحلیل داده‌ها پرداخته شد.

ابزار پژوهش

الف) مقیاس دل‌زدگی زناشویی (CBM) (۱۹۹۶)

این پرسش‌نامه به منظور بررسی میزان دل‌زدگی زناشویی در سال ۱۹۹۶ توسط پاینز ایجاد شد. پرسش‌نامه CBM میزان دل‌زدگی زناشویی را در سه مؤلفه می‌سنجد که عبارتند از: خستگی جسمانی (به عنوان مثال احساس خستگی، ضعف و اختلالات خواب)، خستگی عاطفی (احساس افسردگی، ناامیدی، به دام افتادن). فروپاشی روانی (مانند احساس بی‌ارزشی، ناامیدی و عصبانیت نسبت به همسر). این پرسش‌نامه دارای ۲۰ سوال است که پاسخ هر سوال به صورت طیف لیکرت هفت درجه‌ای از هرگز (۱) تا همیشه (۷) می‌باشد. بدین ترتیب حداقل نمره ۲۰ و حداکثر نمره نیز ۱۴۰ خواهد بود که این نمره هرچه بیشتر باشد میزان دل‌زدگی زناشویی بیشتری را نشان می‌دهد. همچنین پرسش‌نامه دل‌زدگی زناشویی از روایی و پایایی برخوردار است. مقیاس دل‌زدگی زناشویی یک ابزار خودارزیابی است که برای سنجش میزان دل‌زدگی زناشویی در بین زوجین طراحی شده است. این مقیاس از ابزار خودارزیابی دیگری که برای اندازه‌گیری دل‌زدگی استفاده می‌شود اقتباس شده است. این مقیاس توسط پاینز (۱۹۹۶) اختراع شد (پاینز و نانز ۲۰۰۳، لائس و لائس ۲۰۰۱). ضریب پایایی بازآزمایی ۰/۸۹، برای مدت یک ماه ۰/۷۶، برای مدت دو ماه و ۰/۶۶ مدت ۴ ماه بوده است. سازگاری درونی برای اکثر افراد با ضریب آلفای ثابت به دست آمد. در ایران نیز، نویدی (۱۳۸۴) آلفای کرونباخ این پرسش‌نامه را برای ۱۲۴۰ نمونه، ۱۲۰ پرستار و همچنین ۱۲۰ معلم محاسبه نمود. همچنین در پژوهش حاضر روایی این پرسش‌نامه مورد ارزیابی قرار گرفت و مقدار آلفای کرونباخ برای مؤلفه‌های خستگی جسمانی، خستگی عاطفی و فرسودگی ذهنی به ترتیب ۰/۷۹، ۰/۸۱ و ۰/۷۸ محاسبه شد که پایایی را تأیید می‌کند. همچنین پایایی کل پرسش‌نامه ۰/۷۹ محاسبه شد.

ب) پرسش‌نامه استرس شغلی (۱۹۸۷)

پرسش‌نامه نقش‌های شغلی در سال ۱۹۸۷ توسط Spokan و Osipow برای ارزیابی استرس فردی از شش بعد: ۱- حجم کار نقش، ۲- بی‌کفایتی نقش، ۳- دوگانگی نقش، ۴- حیطه نقش، ۵- مسئولیت‌پذیری و ۶- محیط فیزیکی. استفاده شده است (Sharifian et al., 2006). استرس شغلی به ویژگی‌هایی در محیط کار اطلاق می‌شود که نوعی تهدید برای فرد محسوب می‌شود. به عبارت دیگر، استرس شغلی هنگامی اتفاق می‌افتد که خواسته‌های داخلی یک شغل به گونه‌ای باشد که شخص قادر به تحقق آنها نباشد، یا وقتی منابع کافی برای تأمین آن نیازها در دسترس نباشد (Panahi et al., 2022). استرس شغلی نمره‌ای است که توسط موضوع از پرسش‌نامه استرس شغلی سازمان بهداشت و ایمنی انگلیس (۱۹۹۰) به دست آمده است. پرسش‌نامه استرس شغلی اوسیپو، شامل ۶۰ سوال است و ۶ بعد این پرسش‌نامه توسط ۱۰ جمله ارزیابی می‌شود که شامل موارد زیر است:

۱- بعد " بار نقش ^۱ " وضعیت فرد را در رابطه با خواسته‌های محیط کار بررسی می‌کند و شامل ۱۰ سوال اول می‌شود.

۲- بعد " بی‌کفایتی یا نارسایی نقش نقش ^۲ " تناسب میزان مهارت، تحصیلات و ویژگی‌های آموزشی و تجربی فرد را با نیازهای محیط کار ارزیابی می‌کند و شامل ۱۰ سوال دوم است. ۳- بعد " دوگانگی نقش ^۳ " آگاهی فرد از اولویت‌ها، انتظارات محیط کار و معیارهای ارزشیابی را بررسی نموده و شامل ۱۰ سوال سوم این ابزار می‌شود. ۴- بعد " محدوده نقش ^۴ " تضادهای درونی نظیر تضادهایی که شخص از نظر وجدان کار و نقشی مورد انتظار از او در محیط کار می‌رود را مورد ارزیابی قرار می‌دهد و شامل ۱۰ دیگر از این پرسش‌نامه است. ۵- بعد " مسئولیت ^۵ " احساس مسئولیت فرد از نظر کارآیی و رفاه دیگران در محیط کار را می‌سنجد و شامل ۱۰ سوال پنجم است. ۶- بعد " محیط فیزیکی ^۶ " شرایط نامطلوب فیزیکی در محیط کار که فرد با آن در تعامل است را بررسی می‌کند و ده سوال دیگر این پرسش‌نامه را شامل می‌شود (Yousefi et al., 2017). مطابق نظر اسپوو و اسپوکان (۱۹۸۷) نمره‌گذاری این پرسش‌نامه بر مبنای طیف لیکرت ۵ درجه‌ای است، بدین صورت که برای پاسخ هیچگاه (۱)، گاهی (۲)، اغلب (۳)، معمولاً (۴) و بیشتر اوقات (۵) در نظر گرفته شد. دامنه تغییرات نمرات برای این پرسش‌نامه بین ۶۰ تا ۳۰۰ خواهد بود که نمرات بالای نمونه، نشان‌دهنده میزان استرس بیشتر می‌باشد (Yousefi et al., 2017). Yousefi و همکاران (۲۰۱۷) روایی محتوایی این پرسش‌نامه را بسیار مطلوب گزارش نمودند و پایایی آن را به شیوه بازآزمایی در سطح رضایت‌بخشی گزارش نموده و ضریب آلفای کرونباخ آن را نیز برابر با ۰/۸۹ گزارش نمودند. همچنین نتایج همبستگی نشان داد که روش‌های قابل پیش‌بینی در پرسش‌نامه استرس شغلی اسپوو با پرسش‌نامه برنامه کمکی کارکنان همبستگی دارد و آلفای کرونباخ این مولفه برابر با ۰/۸۹ می‌باشد که تأیید پایایی داده‌های آن را نشان می‌دهد (Alvi et al., 2021). همچنین در پژوهش حاضر پایایی این پرسش‌نامه با استفاده از آلفای کرونباخ بررسی شد که مقادیر آن برای زیرمعیارهای شش‌گانه و نیز کل پرسش‌نامه به ترتیب برابر با ۰/۷۸، ۰/۸۹، ۰/۴۲، ۰/۸۴، ۰/۸۳، ۰/۹۱ و ۰/۸۵ مجاسبه شد که نشان از تأیید پایایی داده‌ها بوده است.

ج) پرسش‌نامه خودتنظیمی هیجانی (۲۰۱۰)

پرسش‌نامه مذکور در سال ۲۰۱۰ ارائه شد. این پرسش‌نامه شامل ۲۰ سؤال است که هدف آن بررسی سبک‌های عاطفی در افراد (سازگاری، پنهان‌کاری، تحمل) است. طیف پاسخ به سؤالات این پرسش‌نامه بر اساس لیکرت تنظیم گردید و از امتیاز ۱ که مفهوم "اصلاً در مورد من درست نیست" تا "کاملاً در مورد من درست است" که امتیاز ۵ نشان داده شده است؛ امتیازدهی می‌شود و امتیاز آن نیز از ۲۰ الی ۱۰۰ متغیر است که این مقدار هر چه به ۱۰۰ نزدیک‌تر باشد میزان خودتنظیمی هیجانی بهتری را نشان می‌دهد (Hofman & Kashdan, 2010). سؤالات مزبور به مولفه سازگاری شامل ۷ سؤال، مولفه پنهان‌کاری شامل ۷ سؤال و مولفه تحمل نیز سایر سؤالات این پرسش‌نامه را به خود اختصاص داد. Hofman و Kashdan (۲۰۱۰) پایایی کلی این ابزار را ۰/۸۱ و پایایی سازگاری، پنهان‌کاری و تحمل را به ترتیب ۰/۷، ۰/۷۵ و ۰/۸۹ محاسبه کرد. همچنین نشان داده شد پایایی این ابزار را برای سه معیار به ترتیب برابر با ۰/۷۵، ۰/۸۰ و ۰/۸۵ به دست آوردند. همچنین روایی این ابزار را بررسی نمود و روایی محتوا و سازه این پرسش‌نامه تأیید شد. برای سنجش پایایی آن از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد. میزان ضریب آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های پنهان‌کاری، سازش و تحمل به ترتیب ۰/۷۰، ۰/۷۵ و ۰/۵۰ به دست آمد که حاکی از پایایی قابل قبول این مقیاس می‌باشد (Hassanpour et al., 2022). همچنین در پژوهش حاضر نیز اعتبار این پرسش‌نامه

¹ role workload

² Incompetent of role

³ role ambiguity

⁴ role boundary

⁵ responsibility

⁶ physical environment

مورد ارزیابی قرار گرفت و زیرمعیارهای سازگاری، پنهان کاری و تحمل به ترتیب دارای ضریب آلفای کرونباخ به اندازه ۰/۸۱، ۰/۸۵ و ۰/۷۸ و نیز کل پرسش‌نامه نیز ۰/۷۷ محاسبه شد که نشان از تأیید پایایی داده‌ها بوده است.

یافته‌ها

طبقه سنی بیشتر پاسخگویان (۵۴/۱ درصد) در دامنه سنی ۲۵ تا ۳۵ سال قرار داشت، همچنین ۳۳/۷ درصد افراد بین ۳۵ تا ۴۵ سال سن داشتند و ۱۲/۲ درصد نیز در دامنه سنی ۴۵ تا ۵۵ سال قرار داشتند. افراد برحسب تحصیلات در سه طبقه قرار گرفتند که فراوانی میزان تحصیلات به صورت نزولی شامل فوق دیپلم و لیسانس با ۶۱/۱ درصد، دیپلم با ۲۲/۶ درصد و فوق لیسانس و دکتری با ۱۶/۳ درصد بود. سابقه کار ۵۲/۲ درصد پاسخگویان کمتر از ۱۰ سال بود، ۳۵/۵ درصد پاسخگویان بین ۱۰ تا ۲۰ سال سابقه کار داشتند و ۱۲/۳ درصد پاسخگویان نیز بیشتر از ۲۰ سال سابقه کار داشتند. در جدول (۱) به توصیف متغیرهای اصلی پرداخته شد.

جدول ۱. آماره‌های توصیفی متغیرهای اصلی

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	کمترین	بیشترین
استرس شغلی	۱۸۱/۲۶	۳۲/۵۳	۱۲۹	۲۶۶
سبک سازگاری	۲۴/۱۷	۵/۶۸	۱۶	۳۱
سبک پنهان کاری	۲۶/۳۶	۶/۹۷	۱۴	۳۶
سبک تحمل	۱۷/۶۶	۳/۹۹	۱۳	۲۳
دل‌زدگی زناشویی	۷۳/۳۳	۱۸/۰۶	۴۲	۱۲۳

جدول ۱ نشان داد میانگین استرس شغلی پاسخگویان برابر با ۱۸۱/۲۶ بود که کمترین و بیشترین نمره به ترتیب ۱۲۹ و ۲۶۶ بود. میانگین سبک سازگاری برابر با ۲۴/۱۷ بود و کمترین و بیشترین نمره به ترتیب ۱۶ و ۳۱ بود. میانگین سبک پنهان کاری برابر با ۲۶/۳۶ بود که کمترین و بیشترین نمره به ترتیب ۱۴ و ۳۶ بود و میانگین سبک تحمل برابر با ۱۷/۶۶ بود که کمترین و بیشترین نمره به ترتیب ۱۳ و ۲۳ بود. میانگین دل‌زدگی زناشویی برابر با ۷۳/۳۳ بود که کمترین و بیشترین نمره به ترتیب ۴۲ و ۱۲۳ بود.

در جدول ۲ نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین استرس شغلی و سبک‌های خودتنظیمی هیجانی (سبک سازگاری، سبک پنهان کاری و سبک تحمل) با دل‌زدگی زناشویی آمده است.

جدول ۲. آزمون همبستگی پیرسون بین استرس شغلی و سبک‌های خودتنظیمی هیجانی (سبک سازگاری، سبک پنهان کاری و سبک تحمل) با دل‌زدگی زناشویی

متغیرها	آزمون همبستگی
سبک سازگاری <-> دل‌زدگی زناشویی	ضریب همبستگی مقدار p
سبک پنهان کاری <-> دل‌زدگی زناشویی	۰/۴۶۳ <۰/۰۰۱
سبک تحمل <-> دل‌زدگی زناشویی	-۰/۳۱۳ <۰/۰۰۱
استرس شغلی <-> دل‌زدگی زناشویی	۰/۲۵۹ <۰/۰۰۱

نتایج جدول ۲ نشان داد در سطح اطمینان ۹۵ درصد رابطه معنی‌داری بین سبک‌های خودتنظیمی هیجانی سازگاری، پنهان کاری و تحمل با دل‌زدگی زناشویی مشاهده شد ($p < ۰/۰۵$). قوی‌ترین رابطه بین سبک سازگاری و دل‌زدگی زناشویی با ضریب -۰/۵۲۵ و بعد از آن بین سبک پنهان کاری و دل‌زدگی زناشویی با ضریب همبستگی -۰/۴۶۳ - مشاهده شد. جهت رابطه بین سبک‌های سازگاری و تحمل با دل‌زدگی زناشویی منفی بود و نشان داد افزایش سبک‌های سازگاری و تحمل با کاهش دل‌زدگی زناشویی همراه بود. جهت رابطه بین سبک پنهان کاری و دل‌زدگی زناشویی مثبت بود و نشان از این داشت که افزایش سبک پنهان کاری با افزایش دل‌زدگی زناشویی همراه بود.

نتایج جدول ۲ همچنین نشان داد که در سطح اطمینان ۹۵ درصد رابطه معنی‌داری بین استرس شغلی و دل‌زدگی زناشویی وجود داشت ($p < 0/05$). شدت همبستگی بین استرس شغلی و دل‌زدگی زناشویی برابر با ۰/۲۵۹ بود. جهت رابطه بین استرس شغلی و دل‌زدگی زناشویی مثبت بود و نشان داد افزایش استرس شغلی با افزایش دل‌زدگی زناشویی همراه بود.

به‌منظور پیش‌بینی دل‌زدگی زناشویی بر اساس سبک‌های عاطفی و استرس شغلی از تحلیل رگرسیون استفاده شد. نتایج حاصل از آزمون تحلیل رگرسیون چندگانه ($F=47/34$ و $P<0/001$) در جدول ۳ معناداری مدل را تأیید می‌کند. مطابق نتایج جدول ۳ مقدار آزمون F برابر با ۴۷/۳۴ به دست آمد که در سطح اطمینان حداقل ۹۵ درصد معنی‌دار بود ($p < 0/05$) و می‌توان نتیجه گرفت متغیرهای پیش بین سبک‌های عاطفی و استرس شغلی با متغیر ملاک دل‌زدگی زناشویی رابطه دارند و می‌توانند به طور معنی‌داری دل‌زدگی زناشویی را پیش‌بینی کنند. مقدار R^2 یا ضریب تعیین، مقدار واریانس متغیر ملاک دل‌زدگی زناشویی که توسط متغیرهای پیش بین تبیین شده است را نشان می‌دهد. مقدار ضریب تعیین تعدیل شده برای دل‌زدگی زناشویی برابر با ۰/۴۰۸ به دست آمد و بدین معناست که متغیرهای پیش بین مدل (خودتنظیمی هیجانی و استرس شغلی) توانستند ۴۰/۸ درصد از واریانس یا تغییرات دل‌زدگی زناشویی را تبیین کنند.

در جدول ۳ مقادیر هم خطی بین متغیرهای پیش بین آمده است. چنانچه مقادیر آماره عامل تورم واریانس (VIF) کمتر از ۵ و آماره تحمل ($Tolerance$) بیشتر از ۰/۲۰ باشد می‌توان نتیجه گرفت همخطی شدید بین متغیرهای پیش بین وجود ندارد. نتایج نشان داد مقدار عامل تورم واریانس برای تمامی متغیرهای پیش بین کمتر از ۵ و مقدار آماره تحمل برای تمامی متغیرهای پیش بین بیشتر از ۰/۲۰ است که مقدار مناسبی است و نشان از عدم وجود هم خطی بین متغیرهای پیش بین دارد. نتایج آزمون رگرسیون (ضرایب) در جدول ۳ آمده است.

جدول ۳. جدول ضرایب آزمون رگرسیون با هدف پیش‌بینی دل‌زدگی زناشویی بر اساس سبک‌های عاطفی و استرس شغلی

متغیر پیش بین	ضریب تأثیر غیراستاندارد	خطای استاندارد	ضریب تأثیر استاندارد	مقدار t	مقدار p	شاخص های هم خطی	
						VIF	$Tolerance$
مقدار ثابت	۱۲۵/۵۱	۱۳/۷۶۰	—	۹/۱۲	<۰/۰۰۱	—	—
استرس شغلی	۰/۰۶۸	۰/۰۲۷	۰/۱۲۳	۲/۵۱	۰/۰۱۳	۱/۰۸	۰/۹۱
سبک سازگاری	-۲/۶۱۷	۰/۳۳۹	-۰/۳۸۹	۷/۷۱	<۰/۰۰۱	۱/۱۶	۰/۸۷
سبک پنهان‌کاری	۰/۹۹۳	۰/۱۸۷	۰/۲۷۳	۵/۳۲	<۰/۰۰۱	۱/۲۰	۰/۸۳
سبک تحمل	-۱/۵۵۷	۰/۴۴۱	-۰/۱۷۲	۳/۵۳	<۰/۰۰۱	۱/۰۸	۰/۹۳
Durbin=۱/۹۵							
Watson							
$R=0/646$ $R^2=0/408$ $F=47/34^{***}$							

نتایج آزمون رگرسیون در جدول ۳ همچنین، نشان داد نقش پیش بین استرس شغلی و هر سه سبک سازگاری، پنهان‌کاری و تحمل تأیید شد و براین اساس استرس شغلی و هر سه سبک سازگاری، پنهان‌کاری و تحمل بر دل‌زدگی زناشویی اثرگذار بودند و توان پیش‌بینی دل‌زدگی زناشویی را داشتند ($p < 0/05$). میزان تأثیر استرس شغلی بر دل‌زدگی زناشویی برابر با ۰/۱۲۳، سبک سازگاری برابر با ۰/۳۸۹، سبک پنهان‌کاری برابر با ۰/۱۸۷ و سبک تحمل برابر با -۰/۱۷۲ بود. جهت تأثیر استرس شغلی و سبک پنهان‌کاری بر دل‌زدگی زناشویی مثبت بود و نشان داد افزایش استرس شغلی و سبک پنهان‌کاری با افزایش دل‌زدگی زناشویی همراه بود. جهت رابطه سبک سازگاری و سبک تحمل با دل‌زدگی زناشویی منفی بود و نشان داد افزایش سبک سازگاری و سبک تحمل با کاهش دل‌زدگی زناشویی همراه بود.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی دل‌زدگی زناشویی بر اساس استرس شغلی و خودتنظیمی هیجانی در آتش‌نشان‌های تهران انجام شد. نتایج نشان داد که بر اساس تحلیل‌های صورت‌گرفته شده مشخص شد که دو مولفه استرس شغلی و نیز خودتنظیمی هیجانی به خوبی توانستند دل‌زدگی زناشویی را پیش‌بینی نمایند.

دست‌آورد این پژوهش همسو با مطالعات پیشین بود. به عنوان مثال Shokri و همکاران (۲۰۲۲) بیان نمودند دل‌زدگی زناشویی عاملی بسیار تأثیرپذیر از حالات و شرایط روانی فرد بوده و در صورتی که استرس زیادی در فرد ایجاد شود، زمینه‌های دل‌زدگی زناشویی به دلیل عدم ارائه صحیح احساسات زیر سایه استرس، دل‌زدگی میان زوجین تقویت خواهد شد و از نظر آماری نیز میان متغیرهای دل‌زدگی زناشویی و نیز استرس همبستگی مثبتی وجود داشت که نشان از این است که در صورت افزایش استرس، میزان دل‌زدگی نیز افزایش خواهد یافت که همسو با نتایج ارائه شده در این پژوهش است. همچنین Habibollahzadeh و همکاران (۲۰۲۱) نیز بیان نمودند که شرکت در کلاس‌های خودتنظیمی می‌تواند بر روی فرسودگی و دل‌زدگی شغلی افرگذار باشد و به خوبی بر روی این عوامل اثرگذار باشد و نتایج این پژوهش نشان داد که شرکت در کلاس‌ها به صورت معنی‌داری توانست دل‌زدگی در میان زوجین را کاهش دهد که همسو با نتایج ارائه شده در پژوهش حاضر بوده است. همچنین Heydari و همکاران (۲۰۱۸) نیز در پژوهش خود نشان داد که شغل‌های دارای استرس بالا؛ می‌تواند به صورت معنی‌داری افزایش دل‌زدگی زناشویی را در زوجین ارائه دهد که همسو و تأیید کننده‌ی نتایج پژوهش حاضر بوده است. مشاهده شد که موارد بیان شده در زمینه ارتباط همزمان میان استرس شغلی و نیز خودتنظیمی هیجانی به صورت معنی‌داری بتوانند در پیش‌بینی دل‌زدگی زناشویی دخیل باشند که از نظر آماری این روابط تأیید شد. بر اساس تحلیل‌های صورت گرفته شده مشخص شد که دو مولفه استرس شغلی و نیز خودتنظیمی هیجانی به خوبی توانستند دل‌زدگی زناشویی را پیش‌بینی نمایند و این پیش‌بینی تا حد ۴۱ درصد پیش‌بینی تغییرات واریانس دل‌زدگی زناشویی را داشتند. در همین راستا باید بیان نمود که بر اساس نظرات ارائه شده مشاهده شده است که استرس و عدم توانایی کنترل هیجانات می‌تواند آسیب‌های فراوانی در روابط میان افراد ایجاد نماید و در برخی موارد رفتارهایی ایجاد نماید که سبب دل‌زدگی و دوری عاطفی افراد از یکدیگر شود (Narimani et al., 2014). در این راستا باید بیان نمود که برخی مشاغل نظیر آتش‌نشانی، پلیس و ... از سطح استرس و هیجان بسیار بالایی برخوردار هستند که در صورت عدم مدیریت آن می‌تواند آسیب‌های روانی بسیاری برای افراد در زندگی زناشویی ایجاد نماید (Heydari, 2018).

در راستای بررسی ارتباط دل‌زدگی زناشویی با استرس شغلی نیز، مشاهده شد که مطالعاتی در این زمینه صورت گرفته شده است. Amiri Mousavi و Abbasi-Esfjir (۲۰۱۸) صورت دادند نشان دادند که استرس شغلی به صورت شدید بر روی کیفیت زندگی افراد و زوجین اثرگذاری داشته و به همین دلیل سبب خواهد شد به مرور دل‌زدگی زناشویی در میان زوجین تقویت گردد که این رابطه به صورت معنی‌داری تأیید گردید که همسو با نتایج پژوهش حاضر بوده است. در همین راستا Atai و Hosseini (۱۳۹۷) در رابطه با مشاغل پر استرس نظیر نیروهای انتظامی نشان داد که داشتن فعالیت در مشاغل پراسترسی نظیر پلیس، به تدریج زمینه‌های دل‌زدگی زناشویی را به دلیل وجود استرس شغلی شدید فراهم می‌نماید که محققین مذکور توانستند با استفاده از روش‌های آماری نیز این فرضیه را تأیید نمایند که همسو با نتایج به دست آمده در پژوهش حاضر می‌باشد. در همین راستا Narimani و همکاران (۲۰۱۴) نیز یافتند که قرار گرفتن در برابر عوامل استرس‌زا نظیر شغل، هیجانات کاذب و ... سبب خواهد شد که آسیب‌پذیری‌های مداومی در افراد ایجاد شده و پیوسته همراه فرد باقی بماند و این آسیب‌ها به مرور در زندگی زناشویی ورود کرده و به مرور سبب دل‌زدگی زناشویی گردد که همسو و تأیید کننده نتایج ارائه شده در پژوهش حاضر بود. نتایج ارائه شده در بخش یافته‌ها نشان داد که در سطح اطمینان ۹۵ درصد رابطه معنی‌داری بین استرس شغلی و دل‌زدگی زناشویی وجود داشت ($P < 0.05$). شدت همبستگی بین استرس شغلی و دل‌زدگی زناشویی برابر با ۰/۲۵۹ بود. جهت رابطه بین استرس شغلی و دل‌زدگی زناشویی مثبت بود و نشان داد افزایش استرس شغلی با افزایش دل‌زدگی زناشویی همراه بود.

در راستای بررسی ارتباط خودتنظیمی هیجانی با استرس شغلی، مشاهده شد که مطالعاتی در این زمینه صورت گرفته شده است که برخی از این موارد ارائه شده است. Shokri و همکاران (۲۰۲۱) صورت دادند بیان شد که بیان نمودند که خودتنظیمی هیجانی رابطه معنی‌داری با دل‌زدگی زناشویی ایجاد نموده است که البته هر دو متغیر می‌توانند توسط آموزش‌های زوج‌درمانی کنترل و بهبود یابند و بیان شده است که کنترل خودتنظیمی هیجانی نیز می‌تواند از بروز

دل‌زدگی زناشویی جلوگیری به عمل آورد. در پژوهش مشابهی نیز Habibollahzadeh و همکاران (۱۳۹۹) نیز صورت دادند نشان داد که بهبود خودتنظیمی هیجانی سبب بهبود روابط در میان زوجین متقاضی طلاق و از بین رفتن دل‌زدگی زناشویی شده است که نشان از تأیید روابط ارائه شده در این پژوهش نیز می‌باشد. نتایج ارائه شده در فصل چهارم نشان داد در سطح اطمینان ۹۵ درصد رابطه معنی‌داری بین دو سبک پنهان کاری و تحمل با استرس شغلی مشاهده شد ($p < 0.05$)، اما بین سبک سازگاری و استرس شغلی رابطه معنی‌داری مشاهده نشد ($p > 0.05$). جهت رابطه بین سبک پنهان کاری و استرس شغلی مثبت بود و نشان داد افزایش سبک پنهان کاری با افزایش استرس شغلی همراه بود. جهت رابطه بین سبک تحمل و استرس شغلی منفی بود و نشان داد افزایش سبک تحمل با کاهش استرس شغلی همراه بود. قوی ترین همبستگی بین سبک پنهان کاری و استرس شغلی با ضریب همبستگی ۰/۲۴۷ مشاهده شد.

هر پژوهشی همواره دارای محدودیت‌هایی در راستای گردآوری داده و انجام پژوهش داشته است. اولین و مهم‌ترین محدودیت پژوهش حاضر، عدم قابلیت استفاده از نتایج برای جوامع آماری دیگر است؛ زیرا داده‌های این پژوهش از آتش‌نشانان تهران گردآوری شده است و برای استفاده برای سایر جوامع باید احتیاط به عمل آید. محدودیت دیگر که پژوهش حاضر با آن روبرو بود رسیدن به نمونه‌های موردنیاز پژوهش بود که به دلیل مشغله شغلی و نیز محدودیت‌های موجود سازمانی مراحل گردآوری داده‌ها را زمان‌بر نموده بود. لذا؛ پیشنهاد می‌توان بیان نمود که باتوجه به اینکه داده‌های پژوهش از میان آتش‌نشانان گردآوری شد، نمی‌توان تحلیل‌ها را برای سایر مشاغل استرس‌زایی نظیر پلیس، اورژانس و ... استفاده نمود، پیشنهاد می‌شود برای سایر گروه‌های شغلی مشابه نظیر موارد بیان شده نیز پژوهش مشابهی صورت پذیرد. همچنین، پیشنهاد می‌شود پژوهش حاضر همراه با مداخلات روان‌شناختی نظیر زوج‌درمانی مبتنی بر مداخلات ذهن‌آگاهی صورت پذیرد و بدین ترتیب اثرات این مداخلات روان‌شناختی بر روی دل‌زدگی زناشویی بررسی شود. پیشنهاد دیگری که می‌توان ارائه داد استفاده از روش‌های تصمیم‌گیری برای رتبه‌بندی معیارهای مهم در راستای جلوگیری از دل‌زدگی زناشویی صورت پذیرد. علاوه بر آن، پیشنهاد می‌شود از آنجایی که استرس شغلی بر روی دل‌زدگی زناشویی ارتباط معنی‌داری داشت، از طریق برگزاری دوره‌های کنترل استرس در خانواده از طریق مراکز بهداشت ایجاد همبستگی بیشتر میان زوجین را سبب شد و از دل‌زدگی زناشویی جلوگیری نمود.

ملاحظات اخلاقی و پیروی از اصول اخلاق پژوهش

در این پژوهش به شرکت کنندگان در مورد محرمانه ماندن اطلاعاتشان اطمینان داد شد و افراد داوطلبانه بدون هیچ اجباری به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند.

حامی مالی

هزینه‌های این مطالعه توسط نویسندگان مقاله تامین شد.

مشارکت نویسندگان

همه نویسندگان سهم یکسان در مقاله داشته اند.

تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان مقاله حاضر فاقد هرگونه تعارض منافع بوده است.

References

- Abbasi-Esfjir, A. A., and Amiri Mousavi, S. Q. (2018). The relationship between occupational stress and quality of life and marital compatibility among female doctors in Amel city. *Women and Society (Sociology of Women)*, 9(3), 271-287. [\[Link\]](#) [In Persian]
- Alvi, S. M., Khan, S. H., & Bano, S. (2021). Predictors of Occupational Stress in Manufacturing Industries. *Journal of Management Practices, Humanities and Social Sciences*, 5(3), 35-42. [\[Link\]](#)
- Atai, Z., and Hosseini, S. A. (2017). Investigating the relationship between intimacy and job stress with marital heartbreak in married employees of the Kermanshah Police Force. *The third international*

- conference on modern researches in the field of educational sciences, psychology and social studies of Iran, Tehran. [\[Link\]](#) [In Persian]
- Basharat, M., Khalili-Khazarabadi, M., and Rezazadeh, S. (2015). The mediating role of emotion regulation difficulty in the relationship between primary maladaptive psychological structures and marital problems. *Family Psychology*, 3(2), 27-44. [\[Link\]](#) [In Persian]
- Commeey-Mintah, P., Adjei-Boateng, E., Boateng, F. K., Awoniyi, F. C., & Amponsah, K. D. (2023). Occupational stress and marital contentment in the COVID-19 era among married tutors of colleges of education. *Journal of Education and Learning (EduLearn)*, 17(1), 102-112. [\[Link\]](#)
- Habibollahzadeh, H., Shafi-abadi, A., and Qamari, M. (2021). The effectiveness of the self-regulation couple therapy approach on reducing the marital heartbreak of couples facing divorce. *Women and Family Studies*, 13(51), 31-48. [\[Link\]](#) [In Persian]
- Haddock, C. K., Jahnke, S. A., Poston, W. S. C., Jitnarin, N., & Day, R. S. (2016). Marriage and divorce among firefighters in the United States. *Journal of Family Issues*, 37(16), 2294-2308. [\[Link\]](#)
- Hajal, N. J & .Paley, B. (2020). Parental emotion and emotion regulation: A critical target of study for research and intervention to promote child emotion socialization. *Developmental psychology*, 56(3), 403. [\[Link\]](#)
- Hassanpour, A., Mousavi, E. A., & Mohammadipour, M. (2022). Investigating the mediating role of self-criticism between emotional self-regulation and students' shyness. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies (JAYPS)*, 3(2), 457-467. [\[Link\]](#)
- Heydari, N. (2019). The role of occupational stress and psychological well-being in marital heartbreak. *New inscription*. [In Persian]
- Heydari, N., and Naseri, A. (2018). Determining the relationship between job stress and psychological well-being with marital heartbreak among the teachers of Pol Dokhtar city in 2017. *National Conference of Psychology and Educational Sciences of Iran*, Jiroft. [\[Link\]](#) [In Persian]
- Hofmann, S. G., & Kashdan, T. B. (2010). The Affective Style Questionnaire: Development and Psychometric Properties. *Journal of psychopathology and behavioral assessment*, 32(2), 255-263. [\[Link\]](#)
- Hokemabadi, R., Sadeghi, H., Fasih Ramandi, F. and Karimi, A. (2022). Occupational stress and its effect on unsafe behaviors in fire service workers. *Safety promotion and injury prevention*, 10(4), 324-314. [\[Link\]](#) [In Persian]
- Khoshakhlagh, A. H., Al Sulaie, S., Mirzahosseinejad, M., Yazdanirad, S., Orr, R. M., Laal, F., & Bamel, U. (2024). Occupational stress and musculoskeletal disorders in firefighters: the mediating effect of depression and job burnout. *Scientific Reports*, 14(1), 4649. [\[Link\]](#)
- Körük, S., Aykaç, B., & Vapurlu, S. (2023). The Mediating Role of Psychological Flexibility in the Relationship between Job Satisfaction–Job-related Emotional Exhaustion and Dyadic Marital Adjustment. *Marriage & Family Review*, 59(7), 480-499. [\[Link\]](#)
- Madadzadeh, M., Barati, H., & Ahmadi Asour, A. (2018). The association between workload and job stress among nurses in Vasei hospital, Sabzevar city, Iran, in 2016. *Journal of Occupational Health and Epidemiology*, 7(2), 83-89. [\[Link\]](#)
- Martínez-Pampliega, A., Herrero, M., Cormenzana, S., Corral, S., Sanz, M., Merino, L., ... & Alvarez, I. (2021). Custody and child symptomatology in high conflict divorce: an analysis of latent profiles. *Psicothema*, 33(1), 95. [\[Link\]](#)
- Morman, M. T., Schrod, P., & Adamson, A. (2020). Firefighters' job stress and the (un) intended consequences of relational quality with spouses and firefighter friends. *Journal of social and personal relationships*, 37(4), 1092-1113. [\[Link\]](#)
- Narimani, M., Pourasameli, A., Hajlo, N., and Mikayili, N. (2014). Enduring vulnerabilities and marital distress among couples seeking divorce: the mediating role of stressful events. *Counseling and Family Psychotherapy*, 5(2), 23-49. [\[Link\]](#) [In Persian]
- National-Fire-Protection-Association. (2013). *Fire loss in the United States during 2.012*. [\[Link\]](#)
- Nazeran Z, Haghayegh S A, Raeisi Z, Dehghani A.. (2023). The relationship between marital attributions and marital burnout the mediating role of couple forgiveness. *Rooyesh*. 12(1), 187-196. [\[Link\]](#) [In Persian]
- Ngope, M. (2019). *The relationship between emotional intelligence and occupational stress amongst firefighters in a metropolitan municipality (Doctoral dissertation)*. [\[Link\]](#)
- Osipow, S. H., Doty, R. E., & Spokane, A. R. (1985). Occupational stress, strain, and coping across the life span. *Journal of Vocational Behavior*, 27(1), 98-108. [\[Link\]](#)
- Pamuk, U., & Yucesoy, C. A. (2015). MRI analyses show that kinesio taping affects much more than just the targeted superficial tissues and causes heterogeneous deformations within the whole limb. *Journal of biomechanics*, 48(16), 4262-4270. [\[Link\]](#)

- Panahi, D., Pirposhteh, E. A., Moradi, B., Poursadeqiyan, M., Sahlabadi, A. S., & Kavousi, A. (2022). Effectiveness of educational intervention on reducing oxidative stress caused by occupational stress in nurses: A health promotion approach. *Journal of Education and Health Promotion*, 11(1), 273. [[Link](#)]
- Pirmoradi, S., Amini, N., Keykhosrovani, M., & Shafiabadi, A. (2023). Effectiveness of Solution-Focused Brief Therapy on Marital Commitment and Marital Burnout among Couples with Marital Conflicts: A Randomized Trial. *Journal of Midwifery & Reproductive Health*, 11(1). [[Link](#)]
- Pourhejazi, M., Khaltabari, J., Gurban-Shirodi, Sh., and Khodabakhshi-Kolai, A. (2019). Effectiveness of transpersonal therapy training package based on McMaster's model, compassion-focused therapy and mindfulness on emotional divorce and marital heartbreak: a pilot study. *Social Health*, 8(1), 65-77. [[Link](#)] [In Persian]
- Salehi Federdi, Javad, Rezaei, Marzieh, Ritz Schulte, Godola, Karsheki, Hossein, and Sepehari Shamlou, Zohra. (2024). Predicting marital satisfaction based on strategies to realize the fundamental psychological motivation of self-development and management. *Cultural-Educational Quarterly of Women and Family*, 19(66), 185-202. [[Link](#)] [In Persian]
- Salimi, H., & Sodani, M. (2023). The Effectiveness of Solution-Focused Brief Couple Therapy on Increasing Couples' Marital Self-Regulation and Emotional Distress Tolerance. *Research in Clinical Psychology and Counseling*, 13(1), 5-24. [[Link](#)]
- Shi, Y., & Whisman, M. A. (2023). Marital satisfaction as a potential moderator of the association between stress and depression. *Journal of Affective Disorders*, 327, 155-158. [[Link](#)]
- Shokri, M., Rahmani, M., and Abolghasemi, Sh. (2021). The effect of emotion-oriented couple therapy on forgiveness, emotional self-regulation and marital heartbreak of couples applying for divorce referring to family social emergencies. *Islamic lifestyle centered on health*, 5(1), 86-96. [[Link](#)] [In Persian]
- Tashvigi, M, Rezaei Molajq, R, Nisi, S, and Tayari, E. (2021). Developing a model of marital satisfaction based on self-compassion and emotion regulation: the mediating role of psychological flexibility. *Cultural Psychology*, 6(2), 65-82. [[Link](#)] [In Persian]
- Yousefi, N, Nasiri Hanis, G, & Jafari, M. (2017). Investigating the relationship between organizational climate, job stress and job affiliation with the psychological and spiritual health of prison employees in Kurdistan province. *Organizational Behavior Studies*, 7(4), 281-316. [[Link](#)] [In Persian]