

بررسی رابطه میزان اضطراب و تاب آوری کودکان با سازگاری زوجین

لیلا وهابی

دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی، دانشگاه آزاد فیروز آباد، فیروز آباد، ایران

چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه میزان اضطراب و تاب آوری کودکان با سازگاری زوجین انجام شد. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه کودکان شهر فیروزآباد در گروه سنی ۷ تا ۱۱ سال بود. جهت انتخاب نمونه معرف جامعه از روش در دسترس استفاده شد. حجم نمونه از طریق فرمول کوکران ۱۰۰ نفر است. نمونه پژوهش تحقیق حاضر به سبب وجود متغیرهای مختلف به صورت روش تجزیه و تحلیل رگرسیون چند متغیره می‌باشد. برای سنجش میزان اضطراب از پرسشنامه اضطراب اسپنس (SCAS) برای ارزیابی کیفیت رابطه زناشویی از "مقیاس سازگاری زن و شوهر گراهام بی. اسپینر (۱۹۷۶) پرسشنامه و برای سنجش میزان تاب آوری کودکان از مقیاس تاب آوری کودک و نوجوان-۲۸ (CYRM-۲۸) (انگار ولیبیرگ، ۲۰۰۹) استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از روش رگرسیون انجام شد. نتایج نشان داد بین میزان اضطراب و تاب آوری کودکان با سازگاری زوجین رابطه معناداری وجود دارد. هر چه سازگاری زوجین بیشتر باشد میزان اضطراب کودکان کمتر و میزان تاب آوری کودکان بیشتر خواهد بود.

واژه‌های کلیدی: اضطراب، تاب آوری کودکان، سازگاری زوجین

مقدمه

ازدواج مبنای شکل‌گیری خانواده است که خود جزء مهم‌ترین اتفاقاتی است که در طی زندگی فرد رخ می‌دهد. ازدواج یعنی پیوند زندگی مشترک دو فرد با حفظ استقلال نسبی هر یک در جهت تکامل شخصیت طرفین. پیوند زناشویی به‌عنوان پیچیده‌ترین نوع روابط انسانی واجد چنان توان بالقوه‌ای در آزادسازی احساسات است که در کم‌تر روابط بین فردی دیگر می‌توان نظیر آن را یافت (صادق مقدم، عسکری، معروضی، شمس و طهماسبی، ۱۳۸۵).

در سال‌های اخیر کوشش‌های بسیاری صورت گرفته تا ثبات و کیفیت روابط زناشویی را با استفاده از مفهومی چون سازگاری زناشویی ارزیابی کند. باوجود اهمیت مفهوم ذکر شده، آنچه در ازدواج و یگانگی زن و مرد دارای نقش بسیاری است، سازگاری زناشویی است (شیخ محسنی، ۱۳۸۵). زوجین سازگار، زن و شوهرهایی هستند که توافق زیادی با یکدیگر دارند، از نوع و سطح روابطشان راضی هستند، از نوع و کیفیت گذران اوقات فراغت رضایت دارند و مدیریت خوبی در زمینه وقت و مسائل مالی خود اعمال می‌کنند (گریف، ۲۰۰۰). سازگاری زناشویی بر بسیاری از ابعاد زندگی فردی و اجتماعی انسان‌ها تأثیر می‌گذارد. در واقع سنگ زیربنای عملکرد خوب خانواده است و نقش والدینی را تسهیل می‌کند (امامی، ۱۳۸۲)، ایده‌آلها و آرزوهای والدین، میزان رضایت آنها از روابط زناشویی و سبک‌های فرزندپروری اتخاذ شده از جانب والدین همگی می‌توانند بر شکل دهی رفتار کودک و سلامت روان او نقش بسزایی داشته باشند (رضانیان، ۱۳۸۳).

مطالعه روابط والدین و کودک یکی از بخش‌های مهم روانشناسی را تشکیل می‌دهد. روابط بین کودکان و سایر اعضای خانواده را می‌توان به‌عنوان نظام یا شبکه‌ای از بخش‌هایی دانست که در ارتباط متقابل با یکدیگرند. کودک صرفاً تحت تأثیر یک جنبه از رفتار والدین با شخصیت آنها قرار نمی‌گیرد، بلکه تحت تأثیر ترکیبی از عوامل مختلف است (اسفندیاری، ۱۳۸۹).

اضطراب حالتی است که در آن، انسان احساس ناآرامی، بدآیندی و یا ترس می‌کند. اضطراب براساس دی‌اس ام ۵ عبارت است از یک حالت روانی یا برانگیختگی شد که ویژگی‌های آن عبارت است از ترس و تردید و نگرانی مفرط. اضطراب یک احساس و هیجان ناخوشایند است که به واسطه ادراک فرد از تنیدگی و تغییرات جسمانی بدن به وجود می‌آید. اختلال‌های اضطرابی از متداول‌ترین شکل‌های آسیب‌شناسی کودکان و نوجوانان به شمار می‌رود (پین، هلفیستاین، بارهیم، نلسون و فاکس، ۲۰۰۹). یکی از مهم‌ترین دلایل این موضوع عدم تشخیص دقیق علائم اضطرابی کودکان توسط والدین و نیز عدم توانایی کامل کودکان در بروز حالت‌های اضطرابی و گزارش آنها به درمانگر است (بالدوین و دادز، ۲۰۰۷). اغلب استرس و بروز شرایط ناگوار جزء جدایی‌ناپذیر زندگی است و علی‌رغم کوشش‌های زیاد نمی‌توان از بروز آنها پیشگیری کرد، ولی می‌توان با تغییر تفکر، نگرش و رفتار افراد در رابطه با شرایط ناخوشایند، تاب‌آوری را در برابر این وقایع آموزش داد (کاوه، ۱۳۸۸).

تاب‌آوری به معنای توانایی غلبه بر مشکلات و تبدیل آنها به فرصتی برای رشد و چارچوبی ارزشمند برای تعامل با افراد در موقعیتهای چالش‌برانگیز زندگی است (وارکر و دوپلی، ۲۰۱۲).

برخورداری از این خصوصیت باعث می‌شود تا افراد رفتار سازش یافته تری داشته باشند، رویارویی با مشکلات را برای آنها ساده تر می‌کنند امکان برخورد مؤثر با موانعی که در راه رسیدن به اهداف می‌باشد را افزایش می‌دهد (هالهان، کافمن و پولن، ۲۰۱۸). ارزشهای اجتماعی-هیجانی و تاب‌آوری متمرکز بر هیجان است و بر ماهیت سازگاران و کارکردی هیجانها تأکید می‌کند (گروس، از جمله راهکارهای افزایش سلامت روان و بهبود کیفیت زندگی که در کنار آمدن با حوادث استرس‌زا و تهدیدکننده زندگی، به افراد کمک کند، تاب‌آوری است در تعریف رزنیک (۲۰۱۱)، تاب‌آوری بیانگر توانایی فرد جهت سازش یافتگی مجدد در برابر غم، ضربه، شرایط نامطلوب و عوامل تنیدگی زای زندگی است. به اعتقاد زاوترا، هال و مورای (۲۰۱۰)

بهترین تعریفی که برای تاب آوری وجود دارد این است که آن را به عنوان سازگاری موفق با شرایط ناگوار در نظر بگیریم. دو مؤلفه ی مشهور در اغلب تعاریف تاب آوری وجود دارند. الف) فرد به موقعیت ناگوار پاسخی مثبت نشان می دهد، ب) فرد در این حین احساس قدرتمندی، کاردانی بیشتر، اعتماد بیشتر و رشد بالاتری داشته باشد (سیمون، مارفی و اسمیت ۲۰۰۵)، لذا تاب آوری علاوه بر سازگاری با حل مسئله، شامل تغییر یا رشد مثبت نیز می شود (پلاکسون، ۲۰۱۱)

بر اساس آنچه گفته شد و مطالعه میدانی این صورت گرفته در مقالات مرتبط با ناسازگاری زوجین و میزان اضطراب و تاب آوری کودکان می توان به این نتیجه رسید که این حیطة از مطالعات تاکنون مغفول مانده است و این رابطه بین مفاهیم ارائه شده تاکنون به صورت یک تحقیق منسجم و کامل ارائه نشده است همچنین برخی از مقالات به میزان اضطراب کودکان به تنهایی و برخی دیگر به ناسازگاری زوجین پرداختند میزان وابستگی اضطراب و تاب آوری کودکان را با ناسازگاری زوجین رابطه معناداری وجود دارد تحقیق حاضر تلاش دارد تا بررسی این متغیرها در کودک میزان وابستگی اضطراب و تاب آوری کودکان را با ناسازگاری زوجین بررسی نماید.

روش پژوهش

این پژوهش با توجه به هدف آن می توان برای مراکز مشاوره و آموزش و پرورش و سازمان های مخصوص کودکان و زوج ها مورد استفاده قرار گیرد و همچنین روش پژوهش از نوع توصیفی که زیرمجموعه آن همبستگی استفاده می شود یکی از قسمتهای مهم هر کار پژوهشی را جمع آوری اطلاعات تشکیل می دهد چنانچه این کار به شکل منظم و درست باشد کار تجزیه و تحلیل نمونه گیری از داده ها با سرعت انجام خواهد شد روش های گردآوری اطلاعات در این پژوهش به صورت کتابخانه ایی و میدانی است و برای انجام این کار از ابزار پرسشنامه ومصاحبه و فیش برداری استفاده می شود

جامعه ، نمونه و روش نمونه گیری

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه کودکان شهر فیروزآباد در گروه سنی ۷ تا ۱۱ سال بود. جهت انتخاب نمونه معرف جامعه از روش در دسترس استفاده شد حجم نمونه از طریق فرمول کوکران ۱۰۰ نفر بود.

ابزار اندازه گیری

در این تحقیق از متغیرهای تاب آوری کودک و اضطراب و سازگاری زوجین مورد بررسی خواهد گرفت واز پرسشنامه های: پرسشنامه اضطراب اسپنس (SCAS) نسخه کودکان از ۴۵ عبارت تشکیل می شود که ۳۸ عبارت آن نمره گذاری شده و شش عبارت آن که عبارت های پرسشی مثبت هستند ، محاسبه نمی شوند.

همچنین پرسشنامه اضطراب اسپنس (SCAS) دارای یک سوال باز است که کودک به طور تشریحی به آن پاسخ خواهد داد و برای سنین ۸ تا ۱۵ سال تهیه شده است.

پرسشنامه اضطراب اسپنس دارای زیر مقیاس هایی است که به شرح زیر می باشند.

۱- هراس و ترس از فضای باز

۲- اضطراب جدایی

۳- ترس از آسیب فیزیکی

۴- ترس اجتماعی (فوبی).

۵- وسواس فکری - عملی

۶- اضطراب عمومی.

اعتبار یا روایی با این مسئله سر و کار دارد که یک ابزار اندازه گیری تا چه حد چیزی را اندازه می گیرد که ما فکر می کنیم (سرمد و همکاران، ۱۳۹۰). روایی مقیاس اضطراب کودکان توسط اساتید و متخصصان این حوزه تأیید شده است. قابلیت اعتماد یا پایایی یک ابزار عبارت است از درجه ثبات آن در اندازه گیری هر آنچه اندازه می گیرد، یعنی اینکه ابزار اندازه گیری در شرایط یکسان تا چه اندازه نتایج یکسانی به دست می دهد (سرمد و همکاران، ۱۳۹۰). پایایی مقیاس اضطراب کودکان از روش آلفای کرونباخ بالای ۷۰ صدم به دست آمده است.

تفسیر پرسشنامه سازگاری زن و شوهر

برای ارزیابی کیفیت رابطه زناشویی از "مقیاس سازگاری زن و شوهر (م س ز ش)" استفاده می شود. این مقیاس که توسط گراهام بی. اسپینر (۱۹۷۶) ساخته شده است، یک ابزار ۳۲ سوالی است که می توان با به دست آوردن کل نمرات، از این ابزار برای اندازه گیری رضایت کلی در یک رابطه صمیمانه استفاده کرد. تحلیل عاملی نشان می دهد که این مقیاس چهار بعد رابطه را می سنجد. این چهار بعد از این قرار است: رضایت دو نفری، همبستگی دو نفری، توافق دو نفری و ابراز محبت (ثنایی، ۱۳۷۹).

نمره گذاری پرسشنامه سازگاری زن و شوهر

نمره کل مجموع تمام سوالات بین ۰ تا ۱۵۱ است

پایایی پرسشنامه سازگاری زن و شوهر

ثنایی (۱۹۷۹) جهت بررسی پایانی مقیاس از آلفای کرونباخ استفاده کرد. نتایج نشان داد که نمره کل مقیاس با آلفای کرونباخ (داخل فایل خریداری شده) از همسانی درونی قابل توجهی برخوردار است. همسانی درونی خرده مقیاس ها بین خوب تا عالی است: رضایت دو نفری = ۰/۹۴، همبستگی و نفری = ۰/۸۱، توافق دو نفری = (داخل فایل خریداری شده)، و ابراز محبت = ۰/۷۳. در پژوهش حاضر نیز همسانی درونی با روش آلفای کرونباخ بررسی می گردد.

روایی پرسشنامه سازگاری زن و شوهر

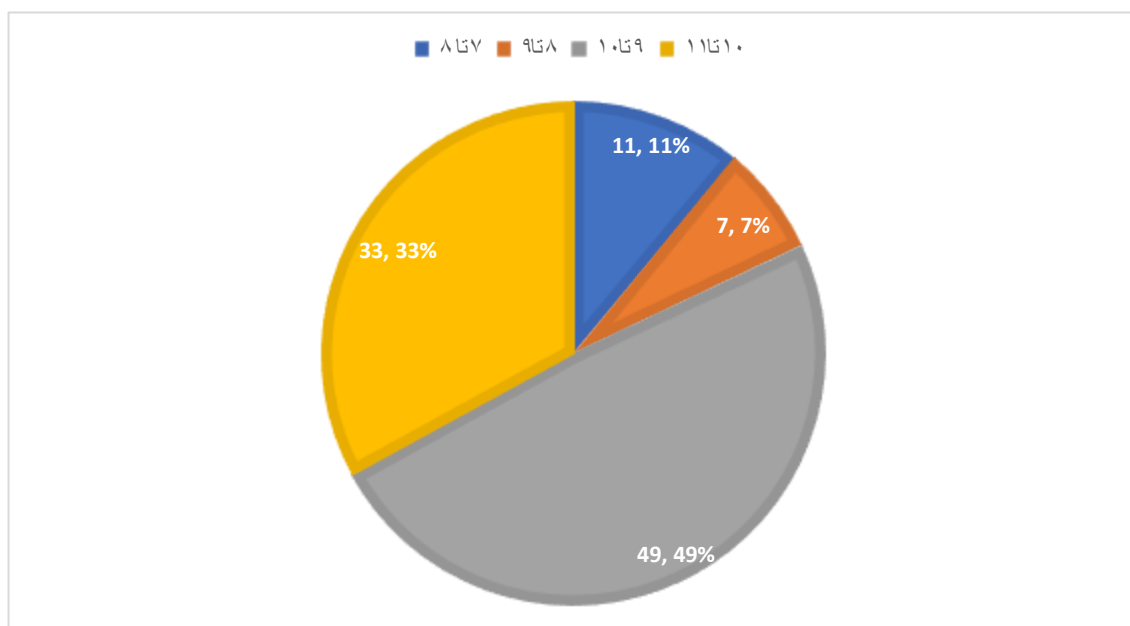
این مقیاس از روایی محتوای برخوردار است. بدین معنا که متخصصان، محتوای سازگاری زن و شوهر را با توجه به هدفی که این مقیاس دارد، مورد تأیید قرار داده و بیان داشته اند که تک تک آیت های این مقیاس با مبانی موجود در تئوری علمی منطبق می باشند. مقیاس سازگاری زن و شوهر با قدرت تمیز دادن زوج های متأهل و مطلقه در هر سوال، روایی خود را برای گروه های شناخته شده نشان داده است. این مقیاس از روایی همزمان نیز برخوردار است، و این با "مقیاس رضایت زناشویی لاک-والاس، همبستگی دارد (ثنایی، ۱۳۷۹).

پرسشنامه و مقیاس تاب آوری کودک ونوجوان-۲۸ (CYRM-۲۸) (انگار و لیبینرگ، ۲۰۰۹) سازنده ابزار: انگار و لیبینرگ ۲۰۰۹ تعداد گویه/ سوال: ۲۸ مولفه / زیر مقیاس: ۳ زیر مقیاس: فردی، ارتباطی، بافتی مقیاس / طیف: ۵ درجه ای لیکرت نمره گذاری: تفکیک سوالات زیر مقیاسها را دارد تفسیر: حداقل و حداکثر امتیاز را دارد؛ هنجاریابی دارد؛ نقطه برش ندارد ۵-روش تجزیه و تحلیل داده ها

پژوهش حاضر به سبب وجود متغیرهای مختلف به صورت روش تجزیه و تحلیل رگرسیون چند متغیره می باشد.

جدول ۱- توزیع فراوانی کودکان بر اساس سن

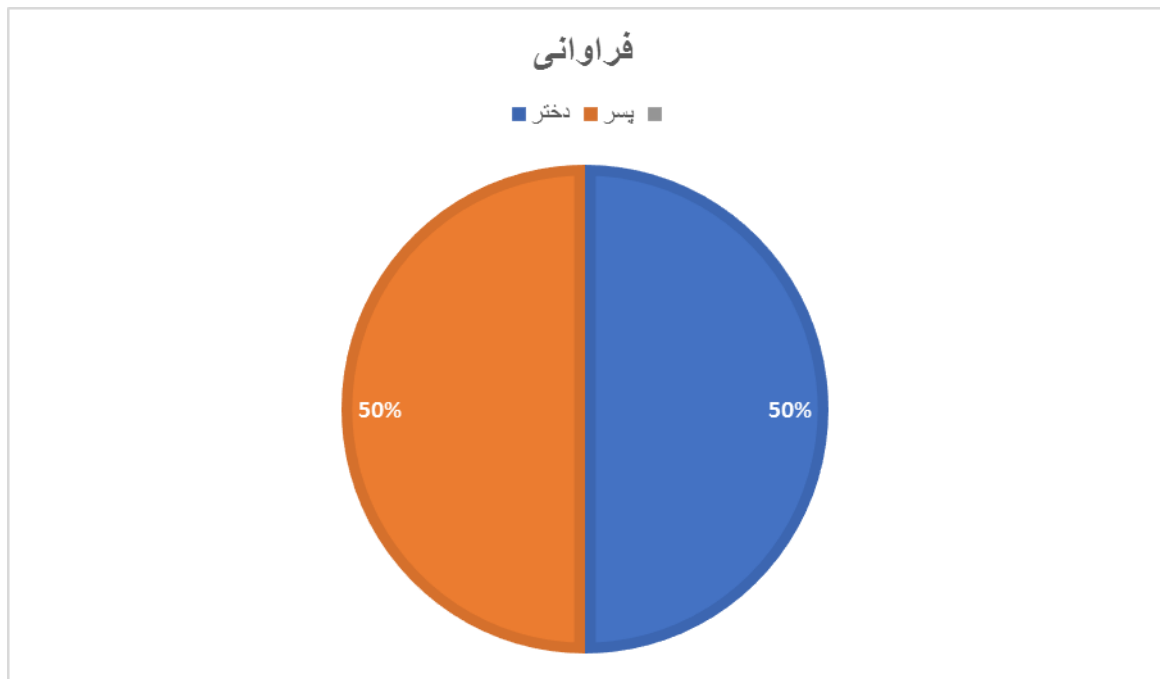
سن	فراوانی	درصد
۷ تا ۸ سال	۱۱	۱۱
۸ تا ۹ سال	۷	۷
۹ تا ۱۰ سال	۴۹	۴۹
۱۰ تا ۱۱ سال	۳۳	۳۳
کل	۱۰۰	۱۰۰



نمودار ۱- توزیع فراوانی کودکان بر اساس سن

جدول ۲- توزیع فراوانی کودکان بر اساس جنسیت

جنسیت	فراوانی	درصد
دختر	۵۰	۵۰
پسر	۵۰	۵۰
کل	۱۰۰	۱۰۰



نمودار ۲- توزیع فراوانی کودکان بر اساس جنسیت

بر اساس نتایج جدول ۳- میانگین متغیرهای ملاک میزان اضطراب و تاب آوری کودکان به ترتیب ۳۴/۰۱ و ۵۳/۶۶ بدست آمد. در جدول ۳- ضریب همبستگی بین متغیرهای پیش بین و ملاک گزارش شده است. بر اساس نتایج این جدول، میزان اضطراب و تاب آوری کودکان با سازگاری زوجین رابطه مثبت معنی دار ($P < 0.01$) دارد. جهت بررسی توانایی پیش‌بینی سازگاری زوجین در پیش‌بینی میزان اضطراب و تاب آوری کودکان از تحلیل رگرسیون چندگانه همزمان استفاده شد. بدین منظور تحلیل‌های اولیه به‌منظور اطمینان از عدم تخطی از مفروضه‌های طبیعی بودن، خطی بودن، چند هم خطی بودن و یکسانی پراکندگی پیش‌فرض‌های تحلیل رگرسیون انجام شد. مقادیر تحمل بیشتر از ۰/۰۱ نشان‌دهنده عدم وجود هم‌خطی و شاخص تورم واریانس برای تمامی مولفه‌ها کمتر از ۱۰ به دست آمد؛ لذا فرض استقلال متغیرها پذیرفته می‌شود.

جدول ۳-: آمار توصیفی و ماتریس همبستگی بین

متغیرها				
ردیف	متغیر	۱	۲	۳
۱	اضطراب	۱		
۲	تاب آوری کودکان	۰/۴۵**	۱	
۳	سازگاری زوجین	-۰/۳۲**	-۰/۱۲۶*	۰/۷۲۴**
	میانگین	۳۴/۰۴۱	۵۳/۶۵۹	۱۳/۶۴۹
	انحراف معیار	۶/۸	۶/۳۴۲	۴/۰۷۷
	واریانس	۱۰۲/۷	۴۰/۲۲	۱۶/۶

جدول ۴- پیش‌بینی میزان اضطراب بر اساس سازگاری زوجین							
متغیر پیش‌بین	ضریب استاندارد	t	P	R	R ² تعدیل شده	F	سطح معنی‌داری
سازگاری زوجین	۰/۱۲۷	۲/۷۹۱	۰/۰۰۶	۰/۷۵۱	۰/۴۶	۷/۲۱۹	۰/۰۰۱

جدول ۵- پیش‌بینی صفات تاب‌آوری کودکان بر اساس سازگاری زوجین							
متغیر پیش‌بین	ضریب استاندارد	t	P	R	R ² تعدیل شده	F	سطح معنی‌داری
سازگاری زناشویی	۰/۰۰۸	۰/۱۴۸	۰/۸۸۳	۰/۳۲۸	۰/۱۷۱	۲۳/۲۸۰	۰/۰۰۱

در جدول ۴- نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی میزان اضطراب بر اساس سازگاری زوجین ارائه شده است. بر اساس نتایج، مجذور ضریب تعیین تعدیل شده که نشان‌دهنده میزان تغییرات الگوی رگرسیون در کل متغیر ملاک است، برای الگو برابر ۰/۴۶ می‌باشد. به این معنی که الگوی ارائه شده ۴۶ درصد واریانس میزان اضطراب را پیش‌بینی می‌کند. همچنین بر اساس نتایج، میزان F محاسبه شده، معنادار می‌باشد ($F(۸ و ۳۷۸) = ۷/۲۱۹$ ؛ $P < ۰/۰۰۱$) و حاکی از این است که رگرسیون متغیرهای پیش‌بین به طرف متغیر ملاک از نظر آماری معنی‌دار است.

در جدول ۵- نیز نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی صفات تاب‌آوری کودکان بر اساس سازگاری زوجین ارائه شده است. بر اساس نتایج این جدول، مجذور ضریب تعیین تعدیل شده که نشان‌دهنده میزان تغییرات الگوی رگرسیون در کل متغیر ملاک است، برابر ۰/۱۷ می‌باشد. به این معنی که الگو ۱۷ درصد واریانس صفات تاب‌آوری کودکان را پیش‌بینی می‌کند. همچنین بر اساس نتایج، میزان F محاسبه شده معنادار می‌باشد ($F(۸ و ۳۷۸) = ۲۳/۲۸۰$ ؛ $P < ۰/۰۰۱$) و حاکی از این است که رگرسیون متغیرهای پیش‌بین به طرف متغیر ملاک از نظر آماری معنی‌دار است. بنابراین الگوی رگرسیونی از اعتبار لازم برخوردار می‌باشد.

بحث و نتیجه‌گیری

فرضیه اصلی: بین میزان وابستگی اضطراب و تاب‌آوری کودکان با ناسازگاری زوجین رابطه معناداری وجود دارد. یافته‌ها نشان داد بین میزان وابستگی اضطراب و تاب‌آوری کودکان با ناسازگاری زوجین رابطه معناداری وجود دارد. بنابراین این فرضیه تایید شد. این یافته با نتایج پژوهش‌های (کامینگ و اوریلی)، (وسترمن و ادگار، ۱۹۹۵)، (آماتو، ۱۹۹۳)، روتر (۲۰۰۶)، هنیسیا و لوین، (۱۹۷۹)، (ماستن، بورت و کاست وورث، ۲۰۰۶) و (لوی کن و گریس، ۲۰۱۰) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت: رفتار درمانگران، اضطراب را واکنشی می‌دانند که بر اساس قوانین یادگیری، قابل توجه توجیه است. به مشکلات رفتاری به منزله الگوهایی از پاسخ‌های نامناسب نگرسته می‌شود که احتمالاً در ارتباط با شرایط محرک‌های بیزار کننده آموخته می‌شوند و به علت آنکه در زمینه کمک به فرد برای اجتناب از پیامدهای نامطلوب کارایی دارند، حفظ می‌شوند. از دیدگاه رفتار

درمانگران بسیاری از حالات غیر عادی روانی، به خصوص حالات افراد روان نژند، پاسخ‌های شرطی هستند که به نحوی تقویت می‌شوند و ادامه می‌یابند. در این شیوه اعتقاد بر آن است که علائم مرضی معادل با بهبودی است. از نظر ولپی، رفتار روان نژندی هر نوع عادت پایدار از رفتار ناسازگار است که در ارگانیزمی که از نظر فیزیولوژی طبیعی است از راه یادگیری حاصل می‌شود. اضطراب جزء سازنده معمولی و یا هسته‌ای رفتار روان‌نژندی به شمار می‌آید. اضطراب یا ترس، نامطبوع است و فرد را از انجام فعالیت‌های روزمره باز می‌دارد و یا او را به سوی رفتاری محدودتر و ناسازگارتر سوق می‌دهد. گرچه اضطراب رفتار روان‌نژندی در نظر بعضیها رفتاری آموخته شده به حساب می‌آید، عده‌ای از رفتار درمانگران معتقدند که علاوه بر آن اضطراب و رفتاری مناسب زیر باشد و فرد اصولاً پاسخ‌های لازم را نیاموخته باشد (پاول و انرایت، ۱۹۶۰). از نظر سالتز، ریشه مشکلات مردم منع است، و نوروز ماحصل ممانعت از تحریک‌های طبیعی است که به وسیله اطرافیان، والدین و اقوام انجام می‌گیرد. دولارد و میلر، که سعی کرده‌اند نظریه روانکاوی را در قالب واژه‌های یادگیری به کار گیرند، معتقدند که رفتار نوروتیک بر یک کشمکش عاطفی ناآگاه مبتنی است که معمولاً از دوران کودکی سرچشمه می‌گیرد. به اعتقاد آنها کشمکش‌های روان‌نژندی به وسیله والدین آموزش داده می‌شود و کودکان آن را فرا می‌گیرند. از این رو، تجربیات دوره کودکی را در پیدایش رفتار نوروتیک موثر می‌دانند. نوروز را معمولاً محصول نوروز معمولاً محصول کشمکش و تعارض کششهایی می‌دانند که از موقعیتهای و تغذیه، آموزش نظافت، آموزش جنسی و موقعیتهای خشم و اضطراب ناشی می‌شود. نوروز را در اصل یک کشمکش و گرایش و پرهیز می‌دانند که در آن معمولاً تمایل به اجتناب و پرهیز شدیدتر از تمایل به گرایش است. فرد روان نژند فردی است که تمایلات شدیدی به پرهیز دارد. فرد روان نژند از حل مشکلات عاطفی عاجز است، زیرا به وضوح از آن آگاه نیست و از علائم و نشانه‌های مرزی زیاد رنج می‌برد. به اعتقاد دولارد و میلر، در درمان، بجای آنکه سعی شود تمایلات گرایشی بیمار افزایش داده شود، باید سعی شود که تمایلات او به پرهیز کاهش یابد (پاول و انرایت، ۱۹۶۰).

تاب آوری به عنوان فرآیندهای تحولی مداوم از دوران کودکی به بزرگسالی تعریف شده است، یعنی این که کودکان و نوجوانان قادرند در مواجهه با شرایط ناگوار منابع درونی و بیرونی را شناسایی و از آنها استفاده کنند. بررسی فرآیندهای تاب آوری در دوره‌ای نوجوانی ممکن است برای دوره‌ای بزرگسالی حیاتی باشد (جکسون و همکاران، ۲۰۰۷). بلوک و کرم (۱۹۹۶)، بیان می‌دارند که تاب آوری یک صفت شخصیتی است که فرد را قادر می‌سازد بر استرس‌های درونی و بیرونی غلبه نماید. این حالت به وسیله‌ای مکانیسم‌های دفاعی همچون حمایت‌های خارجی به وجود می‌آید. تاب آوری در طول دوران زندگی فرد هم می‌تواند حضور داشته باشد و هم حضور نداشته باشد. سازه تاب آوری به توانایی افراد برای سازگاری موفقیت آمیز در مواجهه با استرس‌های حاد، وقایع آسیب‌زا، شرایط ناگوار مزمن، حفظ یا به دست آوردن سریع بهزیستی روان‌شناختی و تعادل حیاتی، مربوط است (چارنی، ۲۰۰۴).

سازگاری زناشویی، احساس عینی از خشنودی، رضایت و لذت تجربه شده‌ی زن و مرد با توجه به تمام جنبه‌های رابطی زناشویی است. به عنوان یکی از مهمترین مؤلفه‌های ثبات عاطفی زوجین به حساب می‌آید (فیشر و مکنالتی، ۲۰۰۸). روابط رضایتبخش در بین زوجین از طریق علاقه متقابل، میزان مراقبت از همدیگر و پذیرش و تفاهم یکدیگر قابل سنجش است (سینها و مکرچی، ۱۹۹۰). سازگاری زناشویی در واقع یک ارزیابی کلی از وضع فعلی ارتباط، ارائه می‌دهد. یکی از رایجترین مفاهیم برای تعیین و نشان دادن میزان شادی و میزان پایداری رابطه، رضایت و سازگاری زناشویی است (دنیل و بارالد، ۱۹۹۹). مهمترین مسئله در ازدواج و تشکیل خانواده، آرامشی است که فرد بدست می‌آورد. مطلوبیت زندگی، خشنودی از آن، و

کیفیت و میزان سازگاری زناشویی نیز مانند سازگاری زندگی مجردی از عوامل مختلفی تأثیر می‌پذیرد که ارزیابی آنها در افراد و روابطشان، بخشی از ادبیات مشاوره، ازدواج و خانواده است (درویزه و کهکی، ۱۳۸۷).

فرضیه فرعی اول: بین میزان وابستگی اضطراب کودکان با سازگاری زوجین رابطه معناداری وجود دارد. یافته‌ها نشان داد بین میزان وابستگی اضطراب کودکان با سازگاری زوجین رابطه معناداری وجود دارد. بنابراین این فرضیه تأیید شد. این یافته با نتایج پژوهش‌های (کامینگ و اوریلی)، (وسترمن و ادگار، ۱۹۹۵)، (آماتو، ۱۹۹۳)، روتر (۲۰۰۶)، هنیسیا و لوین، (۱۹۷۹)، (ماستن، بورت و کاست وورث، ۲۰۰۶) و (لوی کن و گریس، ۲۰۱۰) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت: بر طبق تحقیقات انجام شده، رضایت زناشویی نقش والدین را تسهیل میکند، عمر زن و شوهر را طولانی‌تر و باعث افزایش سلامت جسمانی و روانی، پیشرفت اقتصادی و رضایت از زندگی می‌گردد. روابط رضایتبخش بین زوجین از طریق علاقه متقابل، میزان مراقبت از همدیگر، پذیرش یکدیگر و تفاهم، قابل ارزیابی است (سینها و م کرجی، ۱۹۹۰). در زندگی روزمرگی زوجهای سازگار، پویایی و تحرکی وجود دارد که از افکار و احساسات منفی درباره ی یکدیگر که همه زوجها دارند) و علیه این افکار بر احساسات مثبت، بازدار می‌کند. این زوجها زندگی زناشویی هوشمندانه و عاطفی دارند (گاتمن، ۱۹۹۹). اگرچه در تعریف اضطراب مشکلاتی وجود دارد که به سادگی نمی‌توان آنها را حل کرد، اما در تقسیم بندی اضطراب تقریباً توافق نظر همگانی وجود دارد. در واقع روان شناسان و دیگر متخصصان علوم رفتاری اضطراب و سایر حالات را به دو نوع خفیف و شدید یا طبیعی و بیمارگونه تقسیم می‌کنند. هر چند بعضی از این تقسیم‌های دوگانه مجدداً به زیر مجموعه‌های تقسیم می‌شود. همچنین، متخصصان مذکور عقیده دارند که حالت خفیف هر یک از هیجانهای انسان نه فقط الزاماً بد و مخرب نیست، بلکه می‌تواند سودمند باشد. برای مثال گفته اند: «هیجانها در زندگی آدمی دارای اهمیت فراوانی می‌باشند به این جهت وظیفه اصلی پرورشگران آموختن واکنش‌های هیجانی به یادگیرندگان است. با توجه به نکته اخیر، باید گفت که: بندرت می‌توان باور کرد کسی هیچ وقت دچار اضطراب نشود، زیرا زندگی در هر مرحله و دوره و مکان و زمانی سرشار از انواع فراز و نشیب و مملو از تجربیات تلخ و شیرین و انتظارات مطلوب دلواپسی‌های متعدد است که هر کدام به دلیلی یا به طریقی می‌تواند از اضطراب شود و رفتارهای گاه نامعقول از او سر بزنند. «اما همیشه به این رفتارها نابهنجار نمی‌گویند و چنین کسی ناسازگار نمی‌خوانند» بنابراین آنچه مسئله ساز باقی می‌ماند نوع شدید و دیرپای اضطراب است و گرنه حالت خفیف و زودگذر آن تقریباً برای ادامه حیات و بهزیستی انسان ضرورت دارد با این حال، چنانچه اضطراب شدید باشد و تا مدتها ادامه پیدا کند، به طور معمول «حالت خاص عصبی ایجاد می‌کند و در فعالیت طبیعی و روزمره زندگی اختلال ایجاد می‌کند زیرا افراد مضطرب خطاهای بیشتری مرتکب می‌شوند.» (کرم گشتی، ۱۳۷۸).

فرضیه فرعی دوم: بین میزان تاب آوری کودکان با سازگاری زوجین رابطه معناداری وجود دارد. یافته‌ها نشان داد بین میزان تاب آوری کودکان با ناسازگاری زوجین رابطه معناداری وجود دارد. بنابراین این فرضیه تأیید شد. این یافته با نتایج پژوهش‌های (کامینگ و اوریلی)، (وسترمن و ادگار، ۱۹۹۵)، (آماتو، ۱۹۹۳)، روتر (۲۰۰۶)، هنیسیا و لوین، (۱۹۷۹)، (ماستن، بورت و کاست وورث، ۲۰۰۶) و (لوی کن و گریس، ۲۰۱۰) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت: محققان مفهوم تاب آوری را با عنوان یک فرآیند یا نیرویی که تحمل شخص در شرایط ناگوار و هنگام نگرانی را افزایش می‌دهد، به حساب می‌آورند. مک آلیستر و مک اینون (۲۰۰۹) تاب آوری را به عنوان یک توانایی برای بهبود در شرایط ناگوار و غلبه بر مشکلات در زندگی افراد، توصیف کرده‌اند. آنها همچنین معتقدند افراد گروه‌هایی که از خود تاب آوری نشان می‌دهند تمایل دارند تا مجموعه‌ای از ویژگی‌های و خصوصیات را به دست آورند که این ویژگی‌ها و خصوصیات آنها را برای غلبه بر مشکلات موجود در زندگی

مجهز می‌کنند. تاب آوری شامل تعامل بین محرک تنش زاء، محیط و ویژگی های شخصی است (جوکار، ۱۳۸۶). گارمزی و ماستن (۱۹۹۱) تاب آوری را «یک فرآیند، توانایی، یا پیامد مقابله موفقیت آمیز با شرایط تهدیدکننده»، تعریف نموده اند. به بیان دیگر تاب آوری، مقابله مثبت در واکنش به شرایط ناگوار است (والر، ۲۰۰۱). البته تاب آوری، تنها پایداری در برابر آسیب ها یا شرایط تهدید کننده نیست و حالتی انفعالی در رویارویی با شرایط خطرناک نمی باشد، بلکه شرکت فعال و سازنده در محیط پیرامونی خود است. می توان گفت تاب آوری، توانمندی فرد در برقراری تعادل زیستی - روانی، در شرایط خطرناک است (بشارت، ۱۳۸۷).

آنچه در ازدواج مهم است سازگاری زناشویی و رضایت از ازدواج میباشد. برای توصیف سازگاری از اصطلاحات متعددی مانند رضایتمندی، سازش، خشنودی، موفقیت و کیفیت زناشویی استفاده شده است. با این وجود اغلب محققان دربارهی تعریف سازگاری اتفاق نظر ندارند. سازگاری به مذاکره مداوم، ارتباط و فرایند سازش مربوط میشود، درحالیکه رضایتمندی زناشویی بیشتر سطح ارزشیابی زودگذر در مقطعی از زمان است؛ سازگاری زناشویی را میتوان به عنوان منبع نظام خانواده یا حتی بخشی از نیروهای تأمین حیات و احیا کننده خانواده دانست. به عبارتی سازگاری زناشویی نتیجهی فرایند زناشویی و شامل عواملی مانند ابراز محبت و عشق همسران، احترام متقابل، روابط جنسی، تشابه نگرش و چگونگی ارتباط و حل مسئله است (مال زاده، ۱۳۸۱). مطالعات نشان داده است که سازگاری زناشویی بر بسیاری از ابعاد زندگی فردی و اجتماعی انسانها تأثیر میگذارد. سازگاری زناشویی وضعیتی است که در آن زن و شوهر در بیشتر مواقع احساس خوشبختی و رضایت از یکدیگر را دارند و روابط زناشویی رضایتبخش، سنگ زیربنای عملکرد خوب خانواده است که به طور مستقیم یا غیرمستقیم، والدین مؤثر بودن را تسهیل میکند، روابط فرزندان را با یکدیگر و با والدین بهبود می بخشد و باعث رشد شایستگی و توانایی سازگاری و انطباق در بین کودکان میشود. به عبارت دیگر ازدواج-هایی که در آنها توافق حاکم است، ارتباط مادر-کودک و پدر-کودک مثبت است و احتمال بیشتری وجود دارد که پدر و مادر نقشهای مشابه، شراکتی و همکاری متقابل داشته باشند، زیرا برای یک زوج سخت است که زن و شوهر خوبی نباشند و بخواهند والدین باکفایتی باشند (کامینگ ۱، ۱۹۹۷؛ به نقل از احمدی و همکاران، ۱۳۸۴). نتایج نشان داد بین میزان اضطراب و تاب آوری کودکان با سازگاری زوجین رابطه معناداری وجود دارد. هر چه سازگاری زوجین بیشتر باشد میزان اضطراب کودکان کمتر و میزان تاب آوری کودکان بیشتر خواهد بود.

منابع

- آرین فرن و اعتمادی، ع. (۱۳۹۶). تأثیر زوج درمانی تلفیقی مبتنی بر خودتنظیم گری_دلبستگی بر سازگاری. دانش پژوهشی در روانشناسی کاربردی. ۱۸(۲): ۶۱-۷۱
- پورشریفی، ح و دانشگاه تهران، باباپور، ج و محمودعلیلو، م و خنجانی، ز و دانشگاه تبریز، زینالی، ش و روانشناسی. (۱۳۹۶). طراحی و آزمون مدلی برای اضطراب کودکان بر اساس متغیرهای والد و کودک. روانشناسی خانواده. ۴(۱): ۱۷-۲۸
- سلم آبادی، م و رضایی، ر و صفری، ه. اثربخشی آموزش مهارت های زندگی بر افزایش تاب آوری کودکان پسر ابتدایی. مجموعه مقالات همایش ملی آموزش ابتدایی. (۳۴)
- شیرالی نیا، خ و ایزدی، م و اصلانی، خ. (۱۳۹۸). شعر واسطه ای استرس فرزند پروری کیفیت رابطه مادر_کودک و سلامت روان مادر در رابطه بین فرزندپروری ذهن آگاهانه و مشکلات رفتاری کودکان. فرهنگ مشاوره و روان درمانی. ۱۰(۳۸): ۱۳۵-۱۴۶

۵. عاشوری، م و یزدانی پور، م. (۱۳۹۸). بررسی ویژگی های روانسنجی نسخه فارسی مقیاس ارزشهای اجتماعی_هیجانی و تاب آوری در کودکان عادی و ناشنوای پیش دبستانی. نشریه توانمندسازی کودکان استثنایی. ۱۰(۳): ۱۰۹-۱۲۴
۶. کازرونی زند، ب و سپهری شاملوز و میرزائیان، ب. (۱۳۹۲). بررسی ویژگی های روانسنجی مقیاس تاب آوری کودک و نوجوان ۲۸ در جمعیت ایرانی: روایی و پایایی. نسیم تندرستی. ۲(۳): ۱۵-۲۱
۷. مرتضی پور، م و اسدزاده، ح و کردمیرزا، ع. (۱۳۸۹). آموزش مبتنی بر تاب آوری در کاهش اضطراب دانش آموزان دختر مقطع متوسطه منطقه ۱۹ شهر تهران. فصلنامه فرهنگ مشاوره. ۱(۳): ۱-۳
۸. مشهدی، ع و سلطانی ثال، ر و میردورقی، ف و بهرامی ب. (۱۳۹۱). ویژگی های روانسنجی مقیاس چند بعدی اضطراب کودکان. روانشناسی کاربردی. ۶(۱): ۸۷-۷۰
۹. نجومی، س و بهرام، ه. (۱۳۹۲). نقش صفات شخصیتی در پیش بینی تاب آوری دانشجویان نظامی. فصلنامه علمی پژوهشی ابن سینا/اداره بهداشت ناجا. ۱۵(۳): ۴۴
۱۰. همتی، پ و کریمی ثانی، پ. رابطه بین سازگاری زناشویی و فرهنگ، سبک فرزند پروری با سلامت روانی دانش آموزان دبیرستان شهرستان شبستر. گروه روانشناسی شهرستان شبستر دانشگاه آزاد

11. Hemati,p,karimisani,p.(2017).RelationshipbetweenMaritalAdjustmentandCulture of parenting style withMental HealthofIslamicAzadUniversity.schoolStudents of Shabestar.

12. NamvaranGermi,k,moradi,A,farzad,v,zanvakark.(2017).Identifying the dimensions of maritalAdjustment in Iranian couples:aQualitative study.universityKharazmi