

The Effectiveness of Family Resilience Training on Social Adjustment of Military Families

Hagi Aghanezhad. Y¹

*Zare Nistanak. M²

Tabatabaei. F S³

Dadashi haji. M⁴

1- *Ph.D. Student in General Psychology, Naein Branch, Islamic Azad University, Naein, Iran.*

2- (**Corresponding Author*)
Ph.D. Exceptional Child Psychology, Assistant Professor, Psychology Department, Naein Branch, Islamic Azad, Naein, Iran.
Email: zarehneyestanak@yahoo.com

3- *Ph.D. General Psychology, Assistant Professor, Psychology Department, Naein Branch, Islamic Azad, Naein, Iran.*

4- *Ph.D. Psychology, Assistant Professor, Department Social Sciences, Imam Ali Officer University, Tehran, Iran.*

Abstract

Introduction: The family resilience approach provides a practical and positive framework that strengthen the family to solve existing problems. It goes beyond problem solving and prevention, reforms families and prepares them to face future challenges.

Objective: The present study aimed to evaluate the effectiveness of family resilience training on social adjustment of military families in residential complex

Materials and Methods: This quasi-experimental consisted of control and experimental groups. Using the convenience sampling method, 60 people with the lowest resilience score were selected voluntarily and randomly assigned to the experimental and control groups. The experimental group was trained for ten sessions and the control group did not receive any treatment. In present study, researchers used Bell Social Adjustment Levels Questionnaire. The obtained data were analyzed by analysis of covariance.

Results: The results showed the effectiveness of family resilience training on military families' social adjustment ($F= 66.6$ and $E = P=0.53$).

Discussion and Conclusion: The present study indicated the effect of social adjustment training on promoting social adjustment components, and raising the awareness.

Keywords: Family Resilience, Families of Military Personnel, Social Adjustment

اثربخشی آموزش تاب‌آوری خانوادگی بر سازگاری اجتماعی خانواده‌های نظامی

یاسر حاجی آقازاد^۱، محمد زارع نیستانک^۲، فاطمه سادات طباطبائی^۳، مهدی داداشی حاجی^۴

چکیده

مقدمه: رویکرد تاب‌آوری خانواده چارچوب عملی و مثبتی فراهم می‌کند که به هدایت اقدامات برای تقویت خانواده جهت حل مشکلات موجود می‌پردازد. این رویکرد پا را فراتر از حل مشکل گذاشته و به پیشگیری از آن می‌پردازد؛ نه تنها خانواده‌ها را اصلاح می‌کند، بلکه آن‌ها را آماده می‌سازد تا با چالش‌های آینده نیز رو به رو شوند.

هدف: پژوهش حاضر با هدف تعیین تأثیر آموزش تاب‌آوری خانوادگی بر سازگاری اجتماعی خانواده‌های نظامی در یکی از شهرک‌های منازل سازمانی نظامی انجام گرفت.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر نیمه تجربی با گروه کنترل و آزمایش در سال ۱۳۹۹ انجام شد. با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس تعداد ۶۰ نفر که کمترین نمره تاب‌آوری را داشتند، انتخاب و به صورت تصادفی بلوکی در دو گروه آزمایش و کنترل تخصیص یافتند. سپس آموزش مؤلفه‌های تاب‌آوری خانوادگی برای گروه آزمایش به مدت ۱۰ جلسه در گروه آزمایش اجرا شد و گروه کنترل از هیچ‌گونه آموزشی برخوردار نشد. در این پژوهش از پرسشنامه سطوح سازگاری اجتماعی بل استفاده گردید و داده‌های به دست آمده به شیوه تحلیل کوواریانس تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج حاکی از اثربخشی آموزش مؤلفه‌های تاب‌آوری خانوادگی بر روی میزان سازگاری اجتماعی ($F=۶۶/۶$ ، $P=۰/۰۰۰$ Eta = $۰/۵۳$) خانواده‌های نظامی بود.

بحث و نتیجه‌گیری: یافته‌های پژوهش حاضر بیانگر آن بودند که کاربرد آموزش مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی در فضای کار برای خانواده‌های نظامی می‌تواند در ارتقاء مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی و همچنین افزایش آگاهی و بالا بردن میزان سازگاری اجتماعی آن‌ها اثربخش باشد.

کلمات کلیدی: تاب‌آوری خانوادگی، سازگاری اجتماعی، خانواده نظامی

مجله علوم مراقبتی نظامی ■ سال هشتم ■ شماره ۳ ■ پاییز ۱۴۰۰ ■ شماره مسلسل ۲۹ ■ صفحات ۲۵۴-۲۶۳
تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۴/۱۱
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۷/۱۴
تاریخ انتشار: ۱۴۰۰/۱۰/۱۹

مقدمه

تا با چالش‌های آینده نیز روبه‌رو شوند (۲). با ایجاد یک فرایند تاب‌آوری خانوادگی، خانواده‌ها در برخورد با مشکلات غیر منتظره و مقابله با آن کارآمدتر می‌شوند؛ بنابراین، در تقویت تاب‌آوری خانواده، هر مداخله یک اقدام پیشگیرانه نیز هست (۱). از مشاغل دارای تنیدگی بالا و پیچیدگی خاص، مشاغل نظامی هستند که در سرتاسر دنیا توأم با تنیدگی، مخاطرات جسمانی، دوری از خانواده و زندگی در شرایط سخت است (۳). در شرایط

رویکرد تاب‌آوری خانواده به جستجوی استعدادها و ناشناخته در شبکه روابط خانوادگی می‌پردازد (۱). رویکرد تاب‌آوری خانواده چارچوب عملی و مثبتی فراهم می‌کند که به هدایت اقدامات برای تقویت خانواده جهت حل مشکلات موجود می‌پردازد. این رویکرد پا را فراتر از حل مشکل گذاشته و به پیشگیری از آن می‌پردازد؛ نه تنها خانواده‌ها را اصلاح می‌کند، بلکه آن‌ها را آماده می‌سازد

۱- دانشجوی دکترای روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی، واحد نائین، دانشگاه آزاد اسلامی، نائین، ایران.

۲- دکترای روانشناسی کودکان استثنائی، استادیار، گروه روانشناسی، واحد نائین، دانشگاه آزاد اسلامی، نائین، ایران (*نویسنده مسئول).
آدرس الکترونیک: zarehneyestanak@yahoo.com

۳- دکترای روانشناسی عمومی، استادیار، گروه روانشناسی، واحد نائین، دانشگاه آزاد اسلامی، نائین، ایران.

۴- دکترای روانشناسی، استادیار، گروه علوم اجتماعی، دانشگاه افسری امام علی (ع)، تهران، ایران.

تغییر محیط اطراف برای رفع نیازها و رسیدن به مطلوب ایجاد شود. شرط بقای زندگی انسان جنبه اجتماعی آن است. رشد اجتماعی افراد در تعامل با دیگران و پذیرش مسئولیت‌های اجتماعی شکل می‌گیرد (۱۸، ۱۹).

در مروری جامع عوامل مؤثر در سازگاری اجتماعی را به شش دسته‌ی عمده تقسیم می‌کنند که هر یک از آن‌ها نیز به عوامل جزئی تری تقسیم شده‌اند، که شامل عوامل جسمی، روانی، تربیتی، می‌باشند. عوامل جسمی شامل محرومیت‌های جسمانی ناشی از نقص عضو، تغذیه‌ی نادرست و بد، محرومیت از خواب و خستگی روانی، فرایندهای عاطفی آسیب‌زا و آسیب‌های مغزی، عوامل روانی شامل تغییرات سریع و مهم اجتماعی نظیر بیکاری، جنگ، بلاهای طبیعی، از هم پاشیدگی کانون خانواده، فقر و اعتیاد، عوامل تربیتی نظیر الگوهای نادرست خانوادگی، فقدان رابطه‌ی والد و کودک، طرد کردن فرزندان، حمایت افراطی، محرومیت‌های عاطفی، خودمختاری بیش از حد کودک، انتظارات و خواسته‌های غیر واقع‌گرایانه‌ی والدین و کمبود ارتباط، عوامل ساختار خانوادگی ناسازگار از جمله خانواده‌های بی‌کفایت، از هم پاشیده، ضد اجتماعی و آسیب روانی اولیه و عدم ثبات عاطفی و روانی والدین بخصوص مادر، فشارهای ناشی از زندگی جدید صنعتی مانند رقابت‌های ناسالم، تقاضاهای شغلی و تحصیلی و پیچیدگی‌های زندگی جدید و عوامل ژنتیکی و ارثی نظیر اختلالات جسمی، روانی و عاطفی ارثی که زمینه را برای رفتارهای بزهکارانه و ناسازگاری اجتماعی فراهم می‌کنند (۲۰، ۲۱). مشکلات سازگاری اجتماعی می‌تواند روی تعهدات فردی و اجتماعی تأثیر بگذارد و موجب مشکلاتی در سلامت فردی و اجتماعی شود. زمانی که روابط اجتماعی گسسته شود، توانایی تنظیم و مدیریت رفتار نیز از بین می‌رود. کمبود یا نبود روابط اجتماعی که در نتیجه سازگاری اجتماعی نا مطلوب رخ می‌دهد، می‌تواند روی انگیزه و سلامت روان فرد تأثیر منفی بگذارد و موجب عملکرد روانی ضعیف مانند احساس گناه، خودپنداره منفی، ناامیدی، عزت نفس پایین، انزوا و رضایتمندی پایین از زندگی شود (۲۲).

علی‌رغم چالش‌های مربوط به شرایط اعزام، بعضی از خانواده‌های نظامی قادرند از این شرایط با سربلندی عبور کنند؛ اما عده‌ای از خانواده‌ها به حمایت‌های اضافی جهت غلبه بر استرس‌های

آسیب‌زا کارکرد خانواده و شبکه‌های حیاتی وابسته به آن ممکن است از هم گسیخته شوند. بخصوص اگر این امر با زندگی در جنگ یا نواحی پرتعارض تجربه شده باشد (۴). کشمکش‌های نظامی در دهه گذشته موجب افزایش استرس بر نظامیان و خانواده‌های آنان شده است. همچنین در دهه گذشته شاهد افزایش نرخ حوادث جرحی، افسردگی، اختلال استرس پس از ضربه و خودکشی در میان نظامیان بوده‌ایم (۳). مطالعات در زمینه تأثیر اعزام بر همسران نظامی نشان داد که در هنگام اعزام نظامیان به مأموریت، نرخ بالاتری از اختلال افسردگی، اضطراب، خواب، واکنش استرس حاد و اختلال سازگاری نسبت به افرادی که همسران آنان به مأموریت نرفته‌اند، وجود دارد (۵). در یک مطالعه روی نظامیان اعزامی و همسرانشان مشخص شد که حداقل ۳۲ درصد آنان نشانه‌هایی از آشفتگی‌های قابل توجه بالینی در قالب اضطراب و افسردگی را گزارش کرده‌اند (۶). این واکنش‌های اضطراب گونه می‌تواند عملکرد نظامیان را در خانه تحت تأثیر قرار دهد (۷). به طور مثال فردی با نشانه‌های افسردگی ممکن است بیش از اندازه خسته، بی‌خیال، تند مزاج بوده و از نگاه همسرش غیر قابل دسترس، غیر صمیمی یا تنبل و غیر مهیج به نظر آید (۸). جدایی فرد نظامی از خانواده، جزء ویژگی‌ها و الزامات شغلی نیروهای نظامی است. این جدایی علاوه بر خانواده و روابط زناشویی برای فرد نظامی نیز استرس‌آور است (۹). چنین استرس‌ها و تنش‌های فزاینده‌ای می‌تواند اثرات مخربی به دنبال داشته باشد (۱۰).

یکی دیگر از ویژگی‌های مهم مشاغل نظامی جابجایی زیاد است. جابجایی زیاد موجب از دست دادن حمایت‌های اقوام، افزایش استرس، تغییر پی در پی دوستی‌ها، تجربه تغییرات فرهنگی و ارزشی می‌شود (۱۱). تغییرات ارزشی زمینه تعارضات یا ابهامات ارزشی را برای فرد به وجود می‌آورد که هر کدام از موارد یاد شده بر عملکرد خانواده تأثیر می‌گذارد (۱۲، ۱۳). افراد نظامی و همسران آن‌ها تعارض زناشویی بیشتری دارند (۱۴). در هنگام آماده باش نظامی، رضایت زناشویی باز هم کاهش پیدا می‌کند (۱۵، ۱۶). تاب‌آوری (Resilience)، سازگاری اجتماعی (Training Adaptations) جزئی از رویکرد روانشناسی مثبت‌گرا هستند (۱۷). سازگاری اجتماعی به معنای سازش شخص با محیط اجتماعی است که این سازگاری می‌تواند به وسیله وفق دادن خود با محیط یا

حمایت اجتماعی در سطح خرد، متوسط و کلان بهره‌مند شدند. (۲۸).

علی‌رغم تأثیر زیاد تاب‌آوری خانوادگی بر تحمل مشکلات خاصی که خانواده‌های نظامی با آن رو به رو هستند، هیچ‌گونه مطالعه در ایران به منظور اثر بخشی تاب‌آوری خانوادگی و بررسی دوره‌های مداخله‌ای و آموزشی آن بر خانواده‌های نظامی صورت نگرفته است. با توجه به این نواقص محقق درصدد برآمد تا با کمک استادان و متخصصان با بررسی برنامه‌های تاب‌آوری خانوادگی و مفاد آن‌ها، مخصوصاً برنامه‌هایی که برای خانواده‌های نظامی به کار گرفته شده را با توجه به ملاک‌های موجود بررسی کرده و یک برنامه تاب‌آوری خانوادگی نظامی اثر بخش و سودمند تدوین نماید. جامعه مورد مطالعه ما نیروی زمینی ارتش است که به فرموده حضرت امام خمینی (ره) و تأکیدات مقام معظم رهبری (مدظله عالی) به عنوان ستون فقرات ارتش و نوک پیکان مبارزه با دشمنان است. بر اساس آنچه گفته شد ضرورت پرداختن به تاب‌آوری خانوادگی جهت کشف فاکتورهای تأثیرگذار در مقاوم نمودن خانواده‌های نظامی اهمیت زیادی دارد. با توجه به این خلاء تحقیقاتی، هدف این مطالعه تعیین تأثیر آموزش تاب‌آوری خانوادگی بر سازگاری اجتماعی خانواده‌های نظامی می‌باشد.

مواد و روش‌ها

روش پژوهش، نیمه تجربی با پیش‌آزمون و پس‌آزمون و گروه کنترل بود. جامعه آماری تحقیق متشکل از کلیه خانواده‌های پرسنل نزاجا که در منازل مسکونی منتخب نزاجا مستقر می‌باشد انتخاب شدند که حجم نمونه ۶۰ خانواده‌ای که نمره آزمون تاب‌آوری والش (Valsh) را پایین (نمره ۶۶-۱۳۲) دریافت کردند به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به صورت تصادفی بلوکی در دو گروه آزمایش (۳۰ نفر) و گروه کنترل (۳۰ نفر) تخصیص یافتند. روند اجرای پژوهش به این‌گونه بود که ابتدا پیش‌آزمون بر روی حجم نمونه مورد مطالعه اجرا گردید، سپس ۱۰ جلسه آموزش مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی به مدت هر جلسه ۹۰ دقیقه برای گروه آزمایش اجرا شد. بعد از این مراحل پس‌آزمون اجرا شد و تمامی آزمودنی‌ها به ابزارهای پژوهش پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از روش آماری تحلیل کوواریانس چند متغیره به

مربوط به زندگی نظامی نیازمندند؛ اما نکته قابل توجه اینجاست که بیشتر مطالعات انجام شده در حوزه خانواده نظامی و غیرنظامی بر بسترهایی تمرکز داشته است که زمینه شکل‌گیری ناخرسندی، بدکارکردی، آسیب و فروپاشی خانواده را فراهم کرده است. این در حالی است که پرداختن به عوامل بستر ساز سلامت خانواده سهم نه چندان زیادی از پژوهش‌ها را به خود اختصاص داده است (۲۳). کمبود آگاهی خانواده‌های نظامی از تأثیر استرس بر زندگی‌شان منجر به گنجی، ناامیدی یا سرزنش‌های غیرمنطقی اعضای خانواده و یا دوری از خانواده می‌شود (۲۴). اگر به خانواده‌های نظامی آگاهی لازم در مورد شغل نظامی و شرایط کاری والدین نظامی‌شان داده شود، بهتر می‌توانند با مشکلات کنار آمده و راهکارهای حل مسئله بهتری را برای مقابله با آن‌ها برمی‌گزینند (۸). نتیجه برخی تحقیقات حاکی از این است که کمک به خانواده نظامی در آگاهی پیدا کردن از شرایط افراد نظامی، می‌تواند در سازگاری آن‌ها با شرایط دشوار متمر ثمر باشد. همچنین ادراک همسران نظامی از شرایط اعزام و مشکلات شغل نظامی می‌تواند در رضایت زناشویی‌شان تأثیر مثبت بگذارد (۸). یکی از مهم‌ترین دلایل بررسی تاب‌آوری خانوادگی در افراد نظامی، تأثیر آن بر مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی و خودکارآمدی آن‌ها می‌باشد. تاب‌آوری، توانمندی فرد در برقراری تعادل زیستی-روانی، در شرایط خطرناک است و افراد دارای تاب‌آوری بالا، در شرایط استرس‌زا و موقعیت‌های ناگوار، سلامت روانشناختی خود را حفظ می‌نمایند و دارای سازگاری روانشناختی هستند (۲۵). کریمی نژاد و همکاران به تدوین مدل تاب‌آوری خانوادگی به صورت کیفی بر اساس دیدگاه متخصصان خانواده پرداختند و به این نتیجه رسیدند که تاب‌آوری عامل مهمی در مقابله و سازگاری در طول بحران تأثیرگذار است (۲۶). پورفراهانی و همکاران به اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر سازگاری و تاب‌آوری زوج‌های جوان پرداختند و نتایج افزایش معناداری در سازگاری و تاب‌آوری داشته و بر این اساس مشخص شد آموزش مهارت‌های ارتباطی موجب افزایش سازگاری و تاب‌آوری زوج‌ها شده است (۲۷).

مطالعه هایس پایل (Hayes Piel) و همکاران به بررسی رویکرد سیستم‌های بوم‌شناختی برای درک حمایت اجتماعی و تاب‌آوری در خانواده‌ها پرداختند و یافته‌ها نشان داد که خانواده‌ها از سطح

۰ و ۳۲ خواهد بود. نمرات سطح بالای افراد، نشانگر عدم سازگاری مطلوب و نمرات پایین از سازگاری بالا در افراد حکایت دارد. بل ضمن تأیید روایی محتوایی ابزار، پایایی ابعاد سازگاری اجتماعی و بهداشتی را با روش آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۶۷ و ۰/۶۲ گزارش کرد (۲۹). ذاکر دولت آبادی پایایی ابعاد سازگاری اجتماعی و بهداشتی را با روش آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۸ و ۰/۸۱ گزارش کرد (۳۰) این مطالعه در کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی اصفهان (خوراسگان) با کد IR.IAU.KHUISF.REC.۱۴۰۰.۱۳۸ به تصویب رسید.

یافته‌ها

میانگین سنی گروه آزمایش ۲۶/۸۶ و گروه کنترل ۲۸/۱۴ بود و به لحاظ سنوات خدمتی ۷ نفر از گروه آزمایش و ۶ نفر از گروه کنترل در ده سال اول خدمت، ۱۸ نفر از هر دو گروه بین سال یازدهم تا بیستم خدمت، ۵ نفر از گروه آزمایش و ۶ نفر از گروه کنترل در سال بیست و یکم تا سی‌ام خدمت بودند. سطح تحصیلات آزمودنی‌ها در گروه آزمایش عبارت بود از ۱۸/۳۳ درصد کاردانی و

کمک نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. معیارهای ورود به پژوهش شامل داشتن حداقل دو سال سنوات خدمتی، حضور در جلسات آموزش، عدم ابتلا به اختلالات روان‌شناختی و رضایت آگاهانه برای شرکت در جلسات می‌باشد. معیارهای خروج شامل، غیبت در ۲ جلسه متناوب و تمایل نداشتن به ادامه جلسات درمان بود. افراد گروه مداخله تحت درمان تاب آوری خانوادگی قرار گرفتند که این مهم در ده جلسه‌ی ۹۰ دقیقه‌ای (جدول ۱) به صورت آنلاین برگزار گردید. این در حالی است که اعضای گروه کنترل در لیست انتظار قرار داشتند و هیچ‌گونه آموزشی دریافت نکردند. در پایان به آزمون‌ها پاسخ دادند. در مطالعه حاضر برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه سازگاری اجتماعی بل که در سال ۱۹۶۱ ساخته شد، استفاده گردید. کل آزمون دارای ۳۲ سؤال می‌باشد این آزمون مبتنی بر ۳۲ پرسش است که ۵ زیر مقیاس اصلی شامل: سازگاری در خانه، سازگاری شغلی، سازگاری تندرستی، سازگاری عاطفی و سازگاری اجتماعی است؛ و گزینه‌های آن (بله و خیر و نمی‌دانم) می‌باشند؛ که گزینه بله ۱ نمره و خیر و نمی‌دانم صفر نمره دارد، که حداقل و حداکثر آن

جدول ۱- پروتکل آموزش مؤلفه‌های مبتنی بر تاب آوری خانوادگی

جلسه	عنوان	هدف
اول	آشنایی با بسته و معارفه اعضای گروه	آشنایی اعضای گروه با یکدیگر و با پژوهشگر
دوم	آشنایی با مفهوم استرس و استرس‌های ناشی از شغل نظامی و آموزش درباره مفهوم تاب آوری خانواده	آشنایی با مفهوم استرس، به ویژه استرس‌های ناشی از شغل نظامی
سوم	آموزش راهبردهای کنار آمدن با استرس	معرفی راهبردهای مختلف کنار آمدن و مقابله با استرس والدینی و کمک در به کار گرفتن راهبردهای مقابله‌ای مؤثر و مناسب در سازگاری اجتماعی
چهارم	آموزش شیوه‌های بازسازی شناختی و ایجاد الگوی تفکر سازنده و تاب آورانه	توضیح ارتباط بین افکار، رفتار و هیجان‌ها و آشنایی با سازگاری
پنجم	آشنایی با انواع سبک‌های تفکر خوش بینانه و بدبینانه سلیگمن	آشنا کردن اعضای با امید و خوش بینی، جایگزین کردن سبک تفکر خوش بینانه به جای سبک تفکر بدبینانه
ششم	آموزش دلگرم سازی و خود دلگرم سازی و دلگرم ساختن دیگران	معرفی دلگرم سازی، خود دلگرم سازی، آموزش دلگرم ساختن دیگران، تأکید بر این مفهوم که هیچ‌کس کامل نیست و تقویت سازگاری اجتماعی
هفتم	جستجو معنی، معنی خواهی و آموزش معنوی	معرفی رویکرد معنی درمانی و تأکید بر اهمیت نقش آزادی و داشتن حق انتخاب شیوه زندگی انسان
هشتم	مهارت‌های ارتباطی خانواده	فعال کردن ذهن خانواده‌ها در رابطه با اهمیت مهارت‌های ارتباطی
نهم	آمادگی و سلامت جسمانی	احساس خوب داشتن و شور و شوق و علاقه برای زندگی؛ برخوردار از سلامت جسمانی
دهم	جمع‌بندی، مرور و نتیجه‌گیری	جمع‌بندی و اجرای پس آزمون‌ها

جدول ۳- نتایج آزمون لوین برای آزمودن همگنی واریانس بین گروهی

آزمون همگونی واریانس داده‌ها		متغیرهای پژوهش
آزمون لوین	مقدار	
سطح معنی‌داری		
۰/۷۵۵	۰/۹۵	سازگاری در خانه
۰/۱۱	۲/۵	سازگاری شغلی
۰/۱	۲/۷۲	سازگاری تندرستی
۰/۵۴	۰/۳۸	سازگاری عاطفی
۰/۹۴	۰/۰۴	سازگاری اجتماعی

در سازگاری اجتماعی و همچنین آزمودن فرضیه‌های پژوهش، آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره انجام شد که نتایج آن در جدول شماره ۴، آورده شده است.

در جدول شماره ۵، اطلاعات مربوط به آزمون آماری تحلیل کوواریانس چند متغیری روی نمره‌های پس‌آزمون مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی نشان داده شده است. همان‌طور که مشاهده می‌شود نتایج حاکی از این است که حداقل در یکی از متغیرهای وابسته بین دو گروه تفاوت معناداری وجود دارد. برای مشخص شدن تفاوت‌ها در آنکوا در متن مانکوا انجام شد که نتایج مربوط به این آزمون در جدول شماره ۵، آورده شده است.

با توجه به جدول شماره ۵، نتایج آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره نشان داد پس از حذف اثر پیش‌آزمون، بین دو گروه در میزان سازگاری اجتماعی تفاوت معنی‌داری وجود دارد این نشان

۲۳/۳۳ درصد کارشناسی و ۶/۶۶ درصد کارشناس ارشد و دکتری ۱/۶۶ درصد و در گروه کنترل عبارت بود ۱۶/۶۶ درصد کاردانی و ۲۱/۶۶ درصد کارشناسی ۱۰ درصد کارشناسی ارشد و دکتری ۱/۶۶ درصد بود.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها و آزمون آماری فرضیه، آزمون تحلیل کوواریانس چند متغیره به کار رفته است. معیار تصمیم‌گیری یا قاعده رد برای آزمون در سطح $\alpha = 0/01$ و $\alpha = 0/05$ در نظر گرفته شده است. میانگین و انحراف استاندارد نمره‌های زوجین گروه‌های آزمایش و کنترل در متغیرهای پژوهش در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون ارائه گردیده است.

جدول‌های شماره ۲ و ۳، میانگین و انحراف معیار نمره‌های کارکنان گروه آزمایش و کنترل را در متغیر انگیزش شغلی و مؤلفه‌های آن در مراحل پیش‌آزمون و پس‌آزمون نشان می‌دهد.

در ادامه به منظور بررسی معناداری تفاوت دو گروه آزمایش و کنترل از نظر ابعاد سازگاری اجتماعی از تحلیل کوواریانس استفاده شده است. برای تعیین همسانی و برابری واریانس‌ها از آزمون لوین استفاده شده است. نتایج آزمون لوین نشان داد که پیش‌فرض برابری واریانس‌ها در دو گروه برای نمره مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی برقرار است. جدول شماره ۳، نتایج آزمون لوین برای متغیر پژوهش نشان داد که فرض مورد نظر در تمامی حوزه‌ها در پیش‌آزمون و پس‌آزمون برقرار است.

جهت مشخص شدن میزان معنی‌داری تفاوت‌ها میان دو گروه

جدول ۲- شاخص‌های مرکزی و پراکندگی گروه آزمایش متغیرهای سازگاری اجتماعی قبل و بعد مداخله

متغیرهای پژوهش	پیش آزمون		پس آزمون	
	میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
سازگاری در خانه	۲/۸۶	۰/۷۳	۴	۰/۷۴
سازگاری شغلی	۲/۹۳	۰/۷۸	۴/۱	۰/۶۴
سازگاری تندرستی	۲/۹۱	۰/۶۲	۴/۲	۰/۶۶
سازگاری عاطفی	۲/۹	۰/۵	۴/۶۲	۰/۶۹
سازگاری اجتماعی	۲/۸۶	۰/۶	۴/۳۳	۰/۶۶
سازگاری در خانه	۲/۹۳	۰/۵۸	۲/۷۳	۰/۵۸
سازگاری شغلی	۲/۹۳	۰/۸۶	۲/۱	۰/۸۴
سازگاری تندرستی	۲/۹	۰/۶۹	۲/۸۳	۰/۶۶
سازگاری عاطفی	۳/۰۶	۰/۷۸	۲/۹۳	۰/۶۸
سازگاری اجتماعی	۳	۰/۷۸	۲/۸۶	۰/۷۳

جدول ۴- تحلیل متغیر چند راهه برای بررسی معناداری میانگین‌های دو گروه در متغیرهای وابسته

ارزش	سطح آماره	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معناداری	اندازه اثر
۰/۹۲	۶۱/۷۶	۱۰	۴۹	۰/۰۰۰	۰/۹۲
۰/۰۸	۶۱/۷۶	۱۰	۴۹	۰/۰۰۰	۰/۹۲
۱۱/۴۲	۶۱/۷۶	۱۰	۴۹	۰/۰۰۰	۰/۹۲
۱۱/۴۲	۶۱/۷۶	۱۰	۴۹	۰/۰۰۰	۰/۹۲

جدول ۵- نتایج آزمون تحلیل کوواریانس تک متغیره برای سازگاری اجتماعی

متغیر وابسته	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربعات	سطح آماره	سطح معناداری	اندازه اثر
نمرات تفاضلی سازگاری در خانه	مقایسه	۱	۲۴/۰۶	۵۲/۹۶	۰/۰۰۰	۰/۴۸
	خطا	۵۸	۸/۸۱۰			
نمرات تفاضلی سازگاری شغلی	مقایسه	۱	۲۱/۶	۳۴/۰۴	۰/۰۰۰	۰/۳۷
	خطا	۵۸	۲/۸۵۲			
نمرات تفاضلی سازگاری تندرستی	مقایسه	۱	۲۹/۴	۶۶/۶	۰/۰۰۰	۰/۵۳
	خطا	۵۸	۲/۸۵۲			
نمرات تفاضلی سازگاری عاطفی	مقایسه	۴	۲۶/۶۶	۵۵/۷۶	۰/۰۰۰	۰/۴۹
	خطا	۵۸	۲/۸۵۲			
نمرات تفاضلی سازگاری اجتماعی	مقایسه	۱	۳۲/۲۶	۶۶/۵۲	۰/۰۰۰	۰/۵۳
	خطا	۵۸	۲/۸۵۲			

در تبیین این نتایج می‌توان گفت که بر اساس نتایج این پژوهش و پژوهش‌های مشابه به نظر می‌رسد که برنامه‌های مبتنی بر تاب‌آوری، باعث ایجاد راهبردهای کنار آمدن و سازوکارهای دفاعی بهتر در افراد می‌شود که از این راه، آن‌ها می‌توانند تاب‌آوری خانواده و کیفیت زندگی زناشویی خود را افزایش دهند. پس تاب‌آوری به افراد توانایی می‌دهد تا با مشکلات و ناملازمات زندگی و شغلی رو به رو شوند و بدون اینکه آسیب ببینند و حتی از این موقعیت‌ها به عنوان فرصتی برای ارتقاء و رشد شخصیت خود استفاده کند (۳۱)؛ همچنین می‌توان گفت خانواده‌های نظامی که از قدرت ارزشیابی بیشتری برخوردار هستند به تناسب آن، میزان سازگاری بالاتری دارند. مجهز شدن به مهارت‌های تفکر انتقادی امکان آن را فراهم می‌کند تا افراد توانایی کنترل موقعیت‌های مسئله‌زا را به دست گیرند و از دخالت عوامل نامطلوب همچون یاس، ناامیدی، خستگی و عوامل منفی، فشار روانی اطرافیان و سایر عوامل مزاحم محیطی پیشگیری کنند (۳۲).

نتایج یافته‌های استنباطی حاکی از اثربخشی آموزش مؤلفه‌های تاب‌آوری خانوادگی بر روی میزان سازگاری اجتماعی ($F=۶۶/۶$) و

می‌دهد که عدم برابری میانگین نمرات سازگاری اجتماعی گروه‌ها در پس‌آزمون، تصادفی نیست؛ بلکه تفاوت ایجاد شده، به لحاظ آماری معنی‌دار است، به عبارت دیگر به نظر می‌رسد مداخله آموزش تاب‌آوری خانوادگی به گروه نمونه حاضر، باعث بهبود سازگاری اجتماعی کارکنان نظامی به‌طور معنی‌دار شده است، بنابراین فرض صفر رد و فرض خلاف پژوهش حاضر تأیید شد.

بحث و نتیجه‌گیری

این مطالعه با هدف تعیین تأثیر آموزش تاب‌آوری خانوادگی بر سازگاری اجتماعی خانواده‌های نظامی شهر تهران در سال ۱۳۹۹ انجام شد. مسئله سازگاری از مسائل مهم خانواده‌های نظامی است که یکی از دلایل آن دور شدن از خانواده و قرار گرفتن در موقعیتی جدید است. بنابراین این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی آموزش مؤلفه‌های تاب‌آوری بر سازگاری اجتماعی و تندرستی و شغلی خانواده‌های نظامی انجام شد. مطالعاتی که اثربخشی آموزش تاب‌آوری خانوادگی بر سازگاری اجتماعی خانواده‌های نظامی باشد بسیار محدود بوده لذا، مقایسه نتایج با محدودیت‌هایی مواجه بود.

ارتقاء کیفیت زندگی زناشویی و سلامت روان خانواده‌های نظامی عزیز مؤثر باشد و مطابق یافته‌های پژوهش در مرحله پیگیری نیز ثبات و پایداری مداخلات و آموزش حفظ شده است پس تأثیر با ثبات و پایدار را نشان داده است. همچنین آموزش تاب‌آوری خانوادگی باعث افزایش معنادار سازگاری اجتماعی، خانوادگی و شغلی شد. لذا، می‌توان گفت که این روش آموزش به عنوان روشی مؤثر در افزایش سازگاری، به ویژه سازگاری اجتماعی و شغلی قابلیت کاربرد در خانواده‌های نظامی دارد. بنابراین مشاوران و درمانگران خانواده‌ها می‌توانند برای بهبود سازگاری اجتماعی از روش آموزش مؤلفه‌های تاب‌آوری استفاده کنند. در نتیجه استفاده از روش آموزش مؤلفه‌های تاب‌آوری می‌تواند در افزایش سازگاری به خانواده‌های نظامی کمک کند.

از جمله محدودیت‌های پژوهش؛ وجود مشکلات خانوادگی و همچنین شرایط کاری ویژه، کرونا، تأخیر، عدم حضور و غیبت برخی از شرکت‌کنندگان در بسته آموزشی، نگرانی برخی از خانواده‌ها از نتایج تحقیق و ترس آنان از نشانه‌دار شدن (انگ خوردن) می‌توان اشاره کرد. همچنین، در این پژوهش، چون طرح پژوهش با پیش‌آزمون و پس‌آزمون و مرحله پیگیری انجام شده است، تأثیر عوامل مداخله‌گری مانند عوامل انگیزشی پاسخ‌دهندگان، عوامل زمینه‌ای و بافتی و فرهنگی در شهرستان محل پژوهش و حتی شخصیت درمانگر، بر نتیجه پژوهش تأثیر می‌گذارند و کنترل آن‌ها از عهده پژوهشگر خارج است و این عوامل از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر هستند.

پیشنهاد می‌گردد، با توجه به اینکه روش درمانی مورد استفاده در این پژوهش به ندرت به کار گرفته شده است و از سویی سابقه پژوهشی مشابه در مورد خانواده نظامی در کشور کم انجام شده است، در مطالعات آتی با کنترل این محدودیت‌ها، کارایی این روش درمانی به صورت گسترده‌تر و دقیق‌تر برای خانواده نظامی در سایر نقاط کشور مورد بررسی قرار گیرد.

با توجه به اینکه مداخلات آموزشی مؤلفه‌های روان‌شناختی حاصل از این پژوهش می‌تواند در تاب‌آوری خانواده‌های نظامی مؤثر واقع شود، پیشنهاد می‌شود آموزش این عوامل در بسته آموزش خانواده‌های نظامی قرار گیرد و در قالب دوره‌های تخصص تکمیلی و یا دوره‌های تخصصی کوتاه‌مدت برنامه‌ریزی و به اجرا درآید.

در مطالعه‌ی شمیرانی و همکاران (۳۴) اثر بخشی بسته آموزشی تاب‌آوری مبتنی بر بازی بر سازگاری اجتماعی کودکان بررسی شد و نتایج نشان داد که با توجه به یافته‌های به دست آمده از این مطالعه می‌توان از بسته آموزشی تاب‌آوری برای افزایش سازگاری اجتماعی کودکان تحت سرپرستی بهزیستی استفاده کرد و به عبارتی هر چه تاب‌آوری خانواده بیشتر باشد باعث افزایش سازگاری اجتماعی می‌شود که با نتایج پژوهش حاضر همخوانی دارد.

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که رابطه مثبت و معناداری بین تاب‌آوری خانواده و سازگاری آن وجود دارد. در پژوهش هنری (۳۵) اصلاح مدل انعطاف‌پذیری خانواده را برای توضیح تنوع سازگاری خانواده‌ها با مراقبت از اعضا را بررسی کرد و نتایج این پژوهش نشان داد که حمایت، آسیب‌پذیری و سازگاری از طریق خانواده باعث ارتقاء تاب‌آوری خانواده می‌شود که با نتایج پژوهش حاضر همخوانی دارد.

به طور کلی یافته‌ها بیانگر آن است که آموزش تاب‌آوری بر کیفیت زناشویی تغییرات معناداری را در نمرات ابعاد کیفیت زناشویی خانواده نظامی گروه آزمایش در مرحله پس‌آزمون ایجاد کرده است این یافته‌ها بدین معناست که نمرات کیفیت زناشویی خانواده‌های نظامی در ابعاد توافق، رضایت و انسجام پس از آموزش افزایش یافته است. پس آموزش تاب‌آوری تأثیر معنی‌داری در ابعاد کیفیت زندگی زناشویی خانواده‌های نظامی ایجاد کرده است و مداخله، نتیجه بخش بوده است. در مجموع، برنامه آموزش تاب‌آوری می‌تواند بر تاب‌آوری خانواده افراد و بر

زمینی محوری ارتش جمهوری اسلام ایران قرار گیرد.

تشکر و قدردانی

این مقاله برگرفته از پایان‌نامه دکتری رشته روانشناسی عمومی می‌باشد که در دانشگاه آزاد اسلامی واحد نائین با شماره ۳۰۶۸ در تاریخ ۱۴۰۰/۶/۲۳ ثبت شده است. از کلیه خانواده‌های نظامی که در این پژوهش با نویسندگان همکاری داشتند، تشکر می‌کنند.

تضاد منافع

بدین وسیله نویسندگان تصریح می‌نمایند که هیچ گونه تضاد منافی در خصوص پژوهش حاضر وجود ندارد.

References

- Walsh F. Strengthening family resilience third edition. The Guilford press. 370 Seventh Avenue, Suite 1200, New York, NY 10001; 2016.
- Osofsky J. D., Osofsky, H. J. Challenges in building child and family resilience after disasters. *Journal of Family Social Work*. 2018; 21(2): 115-28. <https://doi.org/10.1080/10522158.2018.1427644>
- Meyer, E. G., & Wynn, G. H. The importance of US military cultural competence. *Military and veteran mental health*; 2018, 15-33.
- Oprins, E. A., Bosch, K. V. D., & Venrooij, W. Measuring adaptability demands of jobs and the adaptability of military and civilians. *Military Psychology*; 2018, 30(6), 576-89. <https://doi.org/10.1080/08995605.2018.1521689>
- De Burgh, H T, White C J, Fear N T, Iversen A C. The impact of deployment to Iraq or Afghanistan on partners and wives of military personnel. *Int Rev Psychiatry*; 2011; 23(2): 192-200. <https://doi.org/10.3109/09540261.2011.560144>
- Saltzman, W R, Lester P, Beardslee W R, Layne C M, Woodward K, Nash W P. Mechanisms of risk and resilience in military families: Theoretical and empirical basis of a family-focused resilience enhancement program. *Clin Child and Fam Psychol Rev*; 2011; 14(3): 213-30. <https://doi.org/10.1007/s10567-011-0096-1>
- Bartley S R, Ingram N. Parental modelling of mathematical affect: Self-efficacy and emotional arousal. *Mathematics Education Research Journal*; 2017; 30(3): 277-97. <https://doi.org/10.1007/s13394-017-0233-3>
- Fuchs CA, Mermin ND, Schack R. An introduction to obism with an application to the locality of quantum mechanics. *American Journal of Physics*. 2014; 82(8): 749-54. <http://dx.doi.org/10.1119/1.4874855>
- Pexton, S, Farrants J, Yule W. The impact of fathers military deployment on child adjustment. The support needs of primary school children and their families separated during active military service: A pilot study. *Clin Child Psychol Psychiatry*. 2018; 23(1): 110-24. <https://doi.org/10.1177/1359104517724494>. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28875713>
- McNulty PAF. Adaptability and resiliency of military families during reunification: Initial results of a longitudinal study. *Federal Practitioner*; 2010; 18-27.
- Burke J, Miller A R. The effects of job relocation on spousal careers: Evidence from military change of station moves. *Economic Inquiry*; 2018, 56(2), 1261-77. <http://dx.doi.org/10.1111/ecin.12529>
- Burke J, Miller A R. The effects of job relocation on spousal careers: Evidence from military change of station moves. *Economic Inquiry*; 2018, 56(2), 1261-77. <https://doi.org/10.1111/ecin.12529>
- Ahmadi K, Fathi Ashtiani A, Habibi M. Mental health assessment in the families of military pilots. *Journal of Behavioral Sciences*. 2008, 2(4): 308-05. (Persian)
- McLeland K C, Sutton, G W, Schumm W R. Marital satisfaction before and after deployments associated with the global war on terror. *Psychol Rep*. 2008; 103(3): 836-44. <https://doi.org/10.2466/pr0.103.3.836-844>. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19320220>
- Allen E, Knopp K, Rhoades G, Stanley S, Markman H. Between- and within-subject associations of PTSD symptom clusters and marital functioning in military couples. *J Fam Psychol*; 2018; 32(1): 134-44. <http://dx.doi.org/10.1037/fam0000363>. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/29543488>
- Ponder W. Marital Satisfaction: Veterans from operation Iraqi freedom (OIF) and operation enduring freedom (OEF)

- [Dissertation]. Texas University; 2009.
- 17- Schumm WR, Bell DB, Gade PA. Effect of a military overseas peacekeeping deployment on marital quality, satisfaction, and stability. *Psychol Rep.* 2000; 87(3 Pt 1): 815-21. <https://doi.org/10.2466/pr0.2000.87.3.815>. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11191394>
 - 18- Resnick B. The relationship between resilience and motivation. *Resilience in Aging*; 2018, 221-44. https://doi.org/10.1007/978-3-030-04555-5_12
 - 19- Li S, Zizzi S. A case study of international student's social adjustment, friendship development, and physical activity. *Journal of International Students*; 2018, 8(1), 389-408. <http://jistudents.org/doi:10.5281/zenodo.1134317>
 - 20- Moll K, Gobel SM, Gooch D, Landerl K, Snowling MJ. Cognitive risk factors for specific learning disorder: Processing speed, temporal processing, and working memory. *J Learn Disabil.* 2016; 49(3): 272-81. <http://dx.doi.org/10.1177/0022219414547221>. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25124507>
 - 21- Rostami S, Nazmfar H, Jahani E. Identification of social factors affecting false driving behaviors (Case study: Ardabil city) (Doctoral dissertation, university of Mohaghegh Ardabili). 2018 .
 - 22- Graham S. Race/ethnicity and social adjustment of adolescents: How (not if) school diversity matters. *Educational Psychologist*; 2018; 53(2): 64-77. <https://doi.org/10.1080/00461520.2018.1428805>
 - 23- Moore S, Diener E, Tan K. Using multiple methods to more fully understand causal relations: Positive affect enhances social relationships. 1-17 ;8 ;2018 .
 - 24- Mancini J A, O'Neal C W, Martin J A, Bowen G L. Community social organization and military families: Theoretical perspectives on transitions, contexts, and resilience. *Journal of Family Theory & Review*, 2018; 10(3), 550-65. <https://doi.org/10.1111/jftr.12271>
 - 25- Kalisch R, Muller MB, Tuscher OA. Conceptual framework for the neurobiological study of resilience. *Behav Brain Sci*, 2015; 38: e92. <https://doi.org/10.1017/S0140525X1400082X>. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25158686>
 - 26- Moll, K, Gobel, SM, Gooch D, Landerl K, Snowling MJ. Cognitive risk factors for specific learning disorder: Processing speed, temporal processing, and working memory. *Journal of Learning Disabilities*, 2016; 49(3), 272- 81. <https://doi.org/10.1177/0022219414547221>. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25124507>
 - 27- Kariminejad H, Sadeghi M, Gholamrezaei S. Development of a qualitative family resilience model based on the views of family experts. *Quarterly Journal of New Psychological Research*, 2017, 12 (47): 155-80. (Persian)
 - 28- Pourfarahani M, Moradian N, Zamani Nia F, Kimiaee A, Aghamohammadian Sharbat HR. The effectiveness of communication skills training on adaptation and resilience of young couples. *J Women and Culture Quarterly*, 2019; 11 (40): 95-108. (Persian)
 - 29- Piel M H, Geiger J M, Julien Chinn F J, Lietz C A. An ecological systems approach to understanding social support in foster family resilience. *Child & Family Social Work*, 2017; 22(2), 1034-43. <https://doi.org/10.1111/cfs.12323>
 - 30- Narimani M, Yaghuti Zargar H, Abolghasemi A, Nasrollahi A, Ahmadi V, Dadfar R, et al. Study the effect of Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) on the enhancement of social, affective and health adjustment of prisoners. *Journal of Ilam University of Medical Sciences*. 2014; 22(1): 52-8. (Persian)
 - 31- Zaker S D. The relationship between body image with adjustment and loneliness among girl students of high school in Mashhad, [Dissertation]. Ghoochan Iran: Islamic Azad University of Ghoochan Branch; 2015.
 - 32- Momeni k, Jalili Z, Mohseni R, Karami J, Saeedi M, Ahmadi SM. Symptoms reduction on anxiety of adolescence with heart disease. *J Clin Research in Paramed Sci.* 2015 4(2): 112 -9.
 - 33- Sheykholeslami A, Omidvar A. The effectiveness of critical thinking training on students' efficient and inefficient problem solving style. *Journal of School Psychology.* 2017; 6 (2), 83-99. (Persian)
 - 34- Mohtarami S, Zadeh Mohammadi A. The relationship between social adaptation and resilience to stress: The mediating role of emotional intelligence in adolescents, national conference on psychology science and technology, educational sciences and comprehensive psychology of Iran, Tehran. 2016. (Persian)
 - 35- Mohammadi Shemirani S, Saadipour I, Dartaj F, Ebrahimi Ghavam S, Philosopher Nejad M R. The effectiveness of play-based resilience training package on children's social adjustment. *Behavioral Science Research.* 2020; 18 (2): 226-13.
 - 36- Henry C S, Hubbard R L, Struckmeyer K M., Spencer T A. Family resilience and caregiving. In *family caregiving*, Springer, Cham. 1-26 ;2018. https://doi.org/10.1007/978-3-319-64783-8_1