

مقایسه سازگاری چندگانه و نگرش اعتیاد در جوانان براساس مهارت‌های فراشناختی والدین

علی خادمی^۱

چکیده

هدف از این پژوهش مقایسه سازگاری چندگانه و نگرش اعتیاد در جوانان بر اساس مهارت‌های فراشناختی والدین بود. برای این منظور تعداد ۱۰۰ نفر پسر ۱۶-۲۵ ساله از جوانان مراجعه کننده به تماشای مسابقات ورزش والیبال و فوتبال ارومیه به روش نمونه گیری هدفمند انتخاب شدند. پرسشنامه فراشناختی توسط والدین و پرسشنامه سازگاری چندگانه بل (BAQ) و پرسشنامه نگرش اعتیاد توسط جوانان تکمیل شد. نتایج تجزیه و تحلیل آماری با آزمون تحلیل واریانس چند متغیری و خی دو نشان داد که: ۱. سازگاری خانوادگی، اجتماعی و هیجانی جوانان دارای والدین با مهارت فراشناختی بالا به طور معناداری نسبت به جوانان دارای والدین با مهارت فراشناختی پایین در سطح بالا است. ۲. میزان نگرش اعتیاد در جوانان دارای والدین با مهارت فراشناختی بالا به طور معناداری نسبت به جوانان دارای والدین با مهارت فراشناختی پایین کمتر است. نتایج این تحقیق نشان می دهد که برنامه ریزی های علمی و اصولی در زمینه آموزش مهارت‌های فراشناختی به والدین می تواند یک اقدام در راستای پیشگیری از شکل گیری آسیب های خانوادگی، هیجانی و اجتماعی در جوانان باشد.

واژه های کلیدی: مهارت فراشناختی؛ سازگاری چندگانه؛ اعتیاد؛ جوان

مقدمه

با توجه به مرور ادبیات مهارت‌های فراشناختی و سازگاری^۲ و آسیب‌های روانی- اجتماعی می توان رابطه آنها را از دو بعد پیشگیری و درمان مورد توجه قرار داد. فراشناخت^۳ را دانش ما درباره فرایندهای شناختی خودمان و چگونگی استفاده از آنها برای رسیدن به هدف های یادگیری، تعریف می کنند. همچنین، فراشناخت، دانش یا آگاهی فرد از نظام شناختی خود یا دانستن درباره دانستن نیز نامیده می شود (سیف، ۱۳۸۰). بیلر^۴ و براون^۵ (۱۳۸۰) بیان می کنند که فراشناخت به معنای تفکر درباره تفکر است. در بعدی دیگر، جنبه های فراشناخت شامل هرگونه دانش یا فعالیت شناختی است که یک موضوع شناختی را در بر می گیرد و یا یک فعالیت شناختی را نظم می دهد. از این بعد، فراشناخت عبارت است از دانش مردم، در مورد ماهیت مردم، به عنوان یک نظام شناختی؛ و نیز دانش در مورد ماهیت تکالیف شناختی متفاوت و همه چیزهایی که به فرایندها و تولیدات شناختی فرد مربوط باشد. این مفهوم همچنین مهارت های اجرایی نظارت و تنظیم فعالیت های شناختی را شامل می شود (فلاول^۶، ۱۹۷۹). بیلر و براون (۱۳۸۰) از دو نوع فراشناخت صحبت می کنند: الف) دانش درباره شناخت، شامل سه جنبه: اطلاعات فرد در مورد نظام شناختی

^۱ دانشیار گروه روانشناسی، واحد ارومیه، دانشگاه آزاد اسلامی، ارومیه: ایران dr_ali_khademi@yahoo.com

^۲ adjustment

^۳ metacognition

^۴ Beiler

^۵ Brown

^۶ Flavell

فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی

ویژه‌نامه اولین کنگره دوسالانه تازه‌های روان‌شناسی و علوم رفتاری دانشگاه تبریز ۱۶ و ۱۷ مهرماه ۱۳۹۸

خود، اطلاعات فرد از هدف و ویژگی‌های رفتار و اطلاعات مربوط به راهبردهای تسهیل‌کننده (ب) تنظیم شناخت و نظارت بر آن که شامل تنظیم و کنترل است و موجب هدایت فرایندهای تفکر و شناخت در فرد می‌شوند. تنظیم و کنترل فراشناختی، شامل موارد زیر است: طرح ریزی، راهبرد نظارت و راهبرد تنظیم. این راهبردهای فراشناختی موجب می‌شوند که فرد بتواند جنبه‌های آسیب‌زا را در خود و دیگران تشخیص داده و اقدامات بموقع را انجام دهد. موس^۱ (۱۹۹۰) مهمترین راهبردهای فراشناختی را شامل راهبردهای زیر می‌داند: ۱- پیش‌بینی پیامدها ۲- واریسی نتایج ۳- نظارت بر فعالیت ۴- آزمون واقعیت. هر کدام از این راهبردهای فراشناختی می‌تواند هم در مورد خود و هم در مورد فرزندان توسط والدین مطرح شود به گونه‌ای که توانایی‌های والدین از لحاظ نظارت، ارزیابی و کنترل فراشناختی رفتارهای خود و فرزندانشان فواید روانی - اجتماعی متعددی را به دنبال می‌آورد.

ساترلند^۲ (۱۹۸۹) سازگاری را تغییراتی در رفتار یا فرایندهای اندیشه می‌داند که ارگانیزم را قادر می‌سازد بطور انطباقی با تغییرات محیط یا تغییرات حاصل در توانایی‌های خود کنار آید. سازگاری یعنی کنترل کردن خود در روبرو شدن با استرس‌ها و هدایت خود بنحوی که آنها (استرسورها) کمترین تأثیر را بنمایند. هدایت خود شامل هدایت فکر، هدایت عمل و رفتار و در صورت امکان هدایت دیگران نیز می‌تواند نشانگر سازگاری فرد روبرو شونده، با استرس باشد (لاوتون^۳، ۲۰۰۱). سازگاری یعنی هر نوع تلاش سالم یا ناسالم، هشیار یا ناهشیار برای جلوگیری، از بین بردن یا ضعیف کردن استرس‌زها یا تحمل اثرات آنها بطوریکه حداقل آسیب‌رسانی را داشته باشد (ریو^۴، ۱۳۷۸). آنچه در سازگاری مورد توجه است تسلط فرد بر محیط و احساس کنار آمدن با خودش است. عبارت دقیق‌تر، فرد باید بتواند موانع طبیعی را شناسایی و در جهت رسیدن به اهداف خود آنها را حذف کند. و محیط خود را به شیوه‌نوسازماندهی نماید. و از طرف دیگر با مسائل منفی درون خود که او را از اهداف خود منحرف می‌سازد نیز کنار آید (ساراسون و ساراسون^۵، ۱۳۷۶). بطور کلی، آنچه که در سازگاری می‌توان جمع‌بندی کرد شامل موارد زیر است: تطبیق یا وفق دادن شخص نسبت به محیط (ساعتچی، ۱۳۶۸)، تطبیق یا وفق دادن شخص با احتیاجات بوجود آمده (پورمقدس، ۱۳۷۶)، فعالیت‌هایی که نشان از رفع موانع و تضادها باشد. (شریعتمداری، ۱۳۷۷) و مهارت آموخته‌شده در جهت رابطه سالم میان خود و محیط اجتماعی (اسلامی‌نسب، ۱۳۷۳).

از لحاظ نظری، در دیدگاه شناختی، تفکر منطقی عقلانی که یک فرد زمینه آنرا دارد و می‌تواند در زندگی خود بکار گیرد، اگر بکار گیرد سازگاری است. بنابراین تفکر منطقی و عقلانی اساس سلامت شخصی و سازگاری است (شفیع آبادی و ناصری، ۱۳۷۸). در دیدگاه رفتارگرایی، متغیری که بعنوان ملاک سازگاری مطرح می‌شود یادگیری است. موجودی سازگاری است که رفتارهای مناسب را یاد بگیرد و خزانه یادگیری وی توانایی پاسخگویی به نیازهای وی را داشته باشد. موجودی که یادگیری وی در حد پایینی باشد در مقابل محرک‌ها پاسخی ضعیفی خواهد داشت و این میزان رفتارهای ناسازگارانه وی را افزایش خواهد داد (فانسلو و کیم^۶، ۱۹۹۴). نوفرودیدها از جمله آدلر فرد سازگار را کسی می‌دانند که با شور و شوق و آینده‌نگری جذب زندگی می‌شود و انرژی خود را در دفاع‌های طفره‌آمیز یا الگوهای روان رنجوری هدر نمی‌دهد. علاقه اجتماعی را گسترش دهد که امکان مشارکت در رفاه مشترک بشریت را بوجود می‌آورد و در جهت سلامت روانی و سازگاری وی کمک می‌کند (پروچاسکا و نورکراس^۷، ۱۳۸۱).

از لحاظ پیشینه عملی تحقیق، تئودور^۸ و همکارانش (۲۰۰۷) در بررسی خود جوانان ۱۷ - ۱۹ ساله را به عنوان آزمودنی‌های تحقیق انتخاب کردند و از گزارش‌های خود آنها و والدین استفاده کردند. نتایج نشان داد که خودتنظیمی پایین و والدین - تنظیمی

1 Moss

2 Saterland

3 Lawton

4 Reiw

5 Sarason & Sarason

6 Fanselow & Kim

7 Prochaska & Nocross

8 Theodore

فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی

ویژه‌نامه اولین کنگره دوسالانه تازه‌های روان‌شناسی و علوم رفتاری دانشگاه تبریز ۱۶ و ۱۷ مهرماه ۱۳۹۸

پایین با رفتارهای انحرافی جوانان رابطه معنادار دارد. محققان پیشنهاد آموزش‌های خودتنظیمی به جوانان و آموزش‌های فراشناختی به والدین را ارائه کردند. لوند و هایندمارش^۱ (۱۹۹۹) به وجود "فراشناخت بد" در والدین و جوانان بزهکار اشاره می‌کنند و در بررسی خود به این نتیجه رسیدند که بزهکاران و والدین آنها از فرایندهای فراشناختی ضعیف از جمله فقدان یا ضعیف بودن بازنگری خود، ارزیابی خود، خود مشاهده‌گری و سوال کردن از خود برخوردار هستند.

صدیق سروستانی (۱۳۸۲) در تحقیق خود با عنوان "بررسی عوامل خطر ساز در آلودگی نوجوانان و جوانان ایرانی به سوء مصرف مواد" به این یافته اشاره می‌کند که همبستگی درون خانوادگی و کنترل خانوادگی پایین (بعنوان یک مولفه فراشناختی) با احتمال خطر همراه است.

علاوه بر این، محققان در تحقیقی با عنوان "بررسی میزان اضطراب، افسردگی، پرخاشگری و بزهکاری نوجوانان در خانواده‌های گسسته و پیوسته" اشاره می‌کنند که میزان بزهکاری و انحرافات اجتماعی در نوجوانان خانواده‌های گسسته بیشتر است. احتمالاً در خانواده‌های گسسته میزان مهارت‌های فراشناختی والدین پایین باشد (کاهنی و همکاران، ۱۳۷۹).

نتایج پژوهشی با عنوان "درمان هیجانی و خود تنظیمی و سازگاری در فرزندان طلاق" نشان داد آموزش مهارت‌های فراشناختی به والدین در معرض طلاق موجب رفع مشکل ناسازگاری آنان شده و سازگاری فرزندان را نیز بالا می‌برد (لنقوا، ۱۹۹۹). ویلیام و گاکونو (۲۰۰۰) در تحقیق خود درباره علت یابی اعتیاد الکل جوانان به مهارت‌های فراشناختی پایین در خود جوانان و والدین آنها دست یافته‌اند. بر این اساس، هدف از این پژوهش مقایسه سازگاری چندگانه و نگرش اعتیاد در جوانان بر اساس مهارت‌های فراشناختی والدین بوده است.

روش پژوهش

طرح تحقیق حاضر یک طرح توصیفی بود. جامعه مورد مطالعه در این تحقیق کلیه جوانان پسر مراجعه کننده برای تماشای مسابقات ورزش والیبال و فوتبال ارومیه بودند. جهت انتخاب نمونه با استفاده از شیوه نمونه‌گیری تصادفی تعداد ۱۰۰ نفر پسر در فاصله سنی ۱۶-۲۵ انتخاب گردیدند. بعد از انتخاب نمونه، پرسشنامه سازگاری بل و پرسشنامه اطلاعات شخصی در مورد اعتیاد در اختیار جوانان قرار داده شد تا خود آنها را تکمیل نمایند. همچنین، پرسشنامه فراشناختی هاتن و ولز به جوانان داده شد تا در اختیار یکی از والدین خود قرار داده و از آنها بخواهند که پرسشنامه را تکمیل نمایند و با تحویل هر سه پرسشنامه به آدرس تعیین شده یک ساک ورزشی به عنوان هدیه دریافت کنند.

ابزارهای اندازه‌گیری

پرسشنامه سازگاری بل (BAQ): این پرسشنامه در سال ۱۹۶۱ توسط بل تهیه شده است و شامل ۱۶۰ سوال برای ارزیابی سازگاری در ابعاد خانوادگی، جسمانی، تحصیلی، اجتماعی و هیجانی می‌باشد که در این تحقیق سه بعد خانوادگی، اجتماعی و هیجانی استفاده شده است. در این پرسشنامه برای هر بعد ۳۲ سوال وجود دارد و نمرات پایین نشانگر سازگاری بالا و نمرات بالا نشانگر سازگاری پایین می‌باشد. ضریب «اعتبار» این پرسشنامه با استفاده از فرمول اسپیرمن- براون برای ابعاد خانوادگی، جسمانی، تحصیلی، اجتماعی، هیجانی به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۸۱، ۰/۸۵، ۰/۸۸، ۰/۹۱ گزارش شده است.

ضریب همبستگی درونی بین ابعاد مختلف سازگاری از ۰/۱۱ تا ۰/۶۱ گزارش شده است (بل، ۱۹۵۳). جهت بررسی پایایی پرسشنامه سازگاری در پژوهش حاضر با استفاده از روش همسانی درونی ضریب آلفای کرونباخ آن بین ۰/۷۸ تا ۰/۸۹ به دست آمد.

¹ Lundh & Hindmarsh

فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی

ویژه‌نامه اولین کنگره دوسالانه تازه‌های روان‌شناسی و علوم رفتاری دانشگاه تبریز ۱۶ و ۱۷ مهرماه ۱۳۹۸

پرسشنامه مهارت‌های فراشناختی آنیل و عابدی: به منظور سنجش مهارت‌های فراشناختی یکی از والدین، از پرسشنامه آنیل و عابدی (۱۹۹۶) استفاده شده است. این پرسشنامه ۲۰ ماده دارد و هر آزمودنی به هر ماده به صورت چهار گزینه لیکرتی پاسخ می‌دهد. این گزینه‌ها به ترتیب (۱، ۲، ۳، ۴) یا برعکس (۴، ۳، ۲، ۱) با توجه به جهت سوال، نمره گذاری می‌شوند. به نظر می‌رسد که از لحاظ تفسیر نمرات، نمرات ۴۱-۸۰ نشانگر مهارت‌های فراشناختی بالا و تا ۴۰ نشانگر مهارت‌های فراشناختی پایین باشد. ضریب آلفای کرونباخ این پرسشنامه در دامنه‌ای از ۰/۷۲ تا ۰/۹۳ گزارش شده است. ضریب پایایی بازآزمایی آن بعد از یک ماه ۰/۷۳ است. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ آن برابر با ۰/۸۲ به دست آمد.

پرسشنامه اطلاعات شخصی در مورد اعتیاد: اطلاعات لازم در مورد اعتیاد جوانان به سیگار، مواد مخدر و الکل از طریق پرسشنامه محقق ساخته جمع‌آوری گردید. برای تحلیل داده‌های بدست آمده از آزمون‌های دو و نیز آزمون تحلیل واریانس چندمتغیره برای مقایسه میانگین ابعاد متغیرها استفاده گردید.

یافته‌ها

جدول ۱: شاخص‌های آماری متغیر مهارت فراشناختی یکی از والدین جوانان

شاخص‌های آماری گروهها	تعداد یکی از والدین	درصد	میانگین	انحراف استاندارد
والدین دارای مهارت فراشناختی بالا (نمرات ۶۱-۱۲۰)	۲۴ نفر	۲۴ درصد	۷۳	۴/۱۶
والدین دارای مهارت فراشناختی پایین (نمرات تا ۶۰)	۷۶ نفر	۷۶ درصد	۴۶	۵/۲۵

داده‌های جدول ۱ میزان مهارت‌های فراشناختی والدین گروه نمونه را نشان می‌دهد. بر اساس داده‌های این جدول ۲۴ درصد والدین جوانان، دارای مهارت فراشناختی بالا و ۷۶ درصد والدین جوانان، دارای مهارت فراشناختی پایین هستند.

جدول ۲: شاخص‌های آماری متغیر سازگاری جوانان

شاخص‌های آماری	میانگین جوانان پسر	انحراف معیار جوانان پسر	ابعاد سازگاری در دو گروه
سازگاری خانوادگی جوانان دارای والدین فراشناخت بالا	۱۰	۱/۶۸	
سازگاری خانوادگی جوانان دارای والدین فراشناخت پایین	۱۵	۲/۲۴	
سازگاری اجتماعی جوانان دارای والدین فراشناخت بالا	۶	۱/۲۵	
سازگاری اجتماعی جوانان دارای والدین فراشناخت پایین	۱۲	۲/۰۶	
سازگاری هیجانی جوانان دارای والدین فراشناخت بالا	۷	۱/۸۹	
سازگاری هیجانی جوانان دارای والدین فراشناخت پایین	۱۳	۲/۰۳	

داده‌های جدول ۲ میانگین و انحراف استاندارد متغیر سازگاری را در جوانان دارای والدین با مهارت فراشناختی بالا و پایین نشان می‌دهد. بر اساس داده‌های این جدول میانگین سازگاری خانوادگی، اجتماعی و هیجانی در جوانان دارای والدین با مهارت فراشناختی بالا کمتر از میانگین سازگاری جوانان دارای والدین با مهارت فراشناختی پایین است. لازم به ذکر است که در پرسشنامه بل نمرات پایین نشانگر سازگاری بالا و نمرات بالا نشانگر سازگاری پایین است.

فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی

ویژه‌نامه اولین کنگره دوسالانه تازه‌های روان‌شناسی و علوم رفتاری دانشگاه تبریز ۱۶ و ۱۷ مهرماه ۱۳۹۸

جدول ۳: شاخص‌های آماری متغیر اعتیاد جوانان

درصد جوانان	تعداد جوانان	شاخص‌های آماری	ابعاد اعتیاد
			پسر
۱۲/۵ درصد	۳		مصرف سیگار در جوانان دارای والدین فراشناخت بالا
۳۸ درصد	۲۹		مصرف سیگار در جوانان دارای والدین فراشناخت پایین
۰	۰		مصرف مواد مخدر در جوانان دارای والدین فراشناخت بالا
۱۳ درصد	۱۰		مصرف مواد مخدر در جوانان دارای والدین فراشناخت پایین
۴ درصد	۱		مصرف الکل در جوانان دارای والدین فراشناخت بالا
۲۱ درصد	۱۶		مصرف الکل در جوانان دارای والدین فراشناخت پایین

داده‌های جدول ۳ فراوانی اعتیاد به سیگار، مواد مخدر و الکل را در جوانان دارای والدین با مهارت فراشناختی بالا و پایین نشان می‌دهد. بر اساس داده‌های این جدول میزان اعتیاد در جوانان دارای والدین با مهارت فراشناختی بالا کمتر از میزان اعتیاد در جوانان دارای والدین با مهارت فراشناختی پایین است. لازم به ذکر است که در این تحقیق کسی معتاد به سیگار شناخته شده که در هر روز بیشتر از ۳ نخ سیگار مصرف کند. کسی معتاد به مواد مخدر شناخته شده که در هر هفته حداقل یک بار مواد مخدر مصرف کند. کسی معتاد به الکل شناخته شده که در هر هفته حداقل یک بار الکل مصرف کند.

جدول ۴: آزمون t مقایسه متغیر مهارت فراشناختی بالا و پایین یکی از والدین جوانان پسر

شاخص‌های آماری	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	df	t محاسبه شده	t جدول در نتیجه آزمون	نتیجه
گروه مهارت بالا	۲۴	۷۳	۴/۱۶	۹۸	۲۸/۴۲	۲/۶۱	تفاوت معنادار
گروه مهارت پایین	۷۶	۴۶	۵/۲۵				

در جدول ۴ شاخص‌های آماری متغیر مهارت‌های فراشناختی والدین جوانان آمده و با آزمون t مقایسه شده اند. طبق نتایج به دست آمده، میزان t محاسبه شده برای مقایسه میانگین والدین با مهارت فراشناختی بالا و پایین از مقدار t جدول در سطح اطمینان ۹۹ درصد بزرگتر است. لذا تفاوت بین میانگین‌ها معنادار است. یعنی بین مهارت فراشناختی والدین تفاوت معنادار وجود دارد.

جدول ۵: نتایج آزمون M باکس برای بررسی یکسانی ماتریس کوواریانس

داده‌ها	شاخص‌های آماری
۱۶/۰۳	آماره M باکس
۲/۵۳	شاخص F
۶	Df1
۱۱۰۵۰/۲۲	Df2
۰/۰۲۱	سطح معناداری

جدول ۶: آزمون کرویت بارتلت برای بررسی همبستگی متعارف متغیرهای وابسته

داده‌ها	شاخص‌های آماری
۰/۰۰	نسبت احتمال
۲۱۴/۳۶	مقدار خی دو
۵	Df
۰/۰۰	سطح معناداری

فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی

ویژه‌نامه اولین کنگره دوسالانه تازه‌های روان‌شناسی و علوم رفتاری دانشگاه تبریز ۱۶ و ۱۷ مهرماه ۱۳۹۸

مندرجات جدول ۵ و ۶ پیش فرض‌های یکسانی ماتریس کوواریانس و همبستگی متعارف متغیرهای وابسته را برای آزمون تحلیل واریانس چند متغیری نشان می‌دهند. مطابق این جدول، نتایج آزمون باکس برای یکسانی ماتریس کوواریانس نشان داد که این مفروضه برقرار است. علاوه بر این، میزان معناداری آزمون باکس از ۰/۰۱ بیشتر است؛ لذا، نتیجه گرفته می‌شود که ماتریس واریانس-کوواریانسها همگن هستند. آزمون کرویت بارتلت هم برای بررسی همبستگی متعارف متغیرهای وابسته معنادار است.

جدول ۷: نتایج تحلیل واریانس چندمتغیره سازگاری خانوادگی، اجتماعی و هیجانی در ۲ گروه والدین با مهارت فراشناختی بالا و پایین

نام آزمون	ارزش	درجه آزادی	درجه آزادی خطا	F	سطح معناداری	مجذور اتا
اثر پیلایی	.۱۵۴	۳	۹۶	۳/۶۷	۰/۰۱۴	.۱۷۸
لامبدای ویلکز	.۸۲۳	۳	۹۶	۳/۶۷	۰/۰۱۴	.۱۷۸
اثر هتلینگ	.۱۹۶	۳	۹۶	۳/۶۷	۰/۰۱۴	.۱۷۸
بزرگترین ریشه روی	.۱۹۶	۳	۹۶	۳/۶۷	۰/۰۱۴	.۱۷۸

همانطوری که در جدول ۷، ملاحظه می‌شود تفاوت بین دو گروه در ترکیب متغیرهای وابسته معنادار است و میزان این تفاوت .۱۷۸/ است یعنی ۱۷/۸ درصد واریانس به اختلاف بین دو گروه در تأثیر متقابل متغیرهای وابسته مربوط است. این امر بیانگر آن است که بین گروههای والدین با مهارت فراشناختی بالا و پایین حداقل از لحاظ یکی از متغیرهای وابسته تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول ۸: نتایج تحلیل واریانس تک متغیره سازگاری خانوادگی، اجتماعی و هیجانی در ۲ گروه والدین با مهارت فراشناختی بالا و پایین

نام آزمون	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتا
سازگاری خانوادگی	۱۷۱۷.۳۵	۱	۱۷۱۷.۳۵	۱۰/۳۴	۰/۰۰۲	۰/۱۵۱
سازگاری اجتماعی	۱۶۴۳۴.۱۵	۱	۱۶۴۳۴.۱۵	۱۴/۴۹	۰/۰۰۱	۰/۲۰
سازگاری هیجانی	۱۹۷۱/۶۱	۱	۱۹۷۱/۶۱	۱۲/۵۶	۰/۰۰۱	.۱۷۸

جدول فوق نشان می‌دهد که سطح معناداری F در متغیرهای سازگاری خانوادگی، اجتماعی و هیجانی معنادار است. یعنی بین میانگین سازگاری خانوادگی، اجتماعی و هیجانی ۲ گروه تفاوت معنادار وجود دارد.

جدول ۹: آزمون خی دو مقایسه میزان اعتیاد جوانان پسر دارای والدین با مهارت فراشناختی بالا و پایین

شاخص‌های آماری ابعاد اعتیاد	تعداد	df	خی دو محاسبه شده	خی دو جدول در سطح ۰/۰۱	نتیجه آزمون
مصرف سیگار	۱۰۰	۱	۱۷/۲۰	۶/۶۴	تفاوت معنادار
مصرف مواد مخدر	۱۰۰	۱	۱۳/۹۰	۶/۶۴	تفاوت معنادار
مصرف الکل	۱۰۰	۱	۱۳/۲۱	۶/۶۴	تفاوت معنادار

در جدول ۹ نتایج آزمون خی دو از لحاظ مقایسه فراوانی‌ها در سه نوع اعتیاد آمده است. طبق داده‌های این جدول، فراوانی‌های مشاهده شده در هر سه نوع اعتیاد با فراوانی‌های مورد انتظار تفاوت معناداری دارد و این نشانگر آن است که میزان اعتیاد به سیگار، مواد مخدر و الکل در جوانان پسر دارای والدین با مهارت فراشناختی بالا نسبت به جوانان پسر دارای والدین با مهارت فراشناختی پایین به طور معناداری کمتر است.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج این پژوهش نشان داد که سازگاری خانوادگی، اجتماعی و هیجانی جوانان پسر دارای والدین با مهارت فراشناختی بالا به طور معناداری نسبت به جوانان پسر و دختر دارای والدین با مهارت فراشناختی پایین در سطح بالا است. همچنین، میزان اعتیاد به سیگار، مواد مخدر و الکل در جوانان پسر دارای والدین با مهارت فراشناختی بالا به طور معناداری نسبت به جوانان پسر دارای والدین با مهارت فراشناختی پایین کمتر است. این نتایج با تحقیقات انجام گرفته توسط صدیق سروسستانی (۱۳۸۲)، بروجنی و همکاران (۱۳۸۰)، کاهنی و همکاران (۱۳۷۹)، لوند و هایندمارش (۱۹۹۹)، لنقوا (۱۹۹۹)، ویلیام و گاکونو (۲۰۰۰)، هانگ و نیل^۱ (۲۰۰۱)، چانگ^۲ (۲۰۰۱)، لینونن، سولانتاوس و پاناماکی^۳ (۲۰۰۳) و تئودور و همکارانش (۲۰۰۷) همسو است. همانگونه که این محققان هم مطرح کرده اند از لحاظ سازگاری خانوادگی، مهارت‌های فراشناختی بالا در تک تک اعضای خانواده موجب می‌شوند که تنش‌های شکل گرفته در ابعاد مختلف خانوادگی از طریق ارزیابی شناختی و بازنگری و کنترل فراشناختی شناخته شده و بموقع رفع گردد و فرد را با انرژی مضاعف روانی و توان سازگاری بالا و همچنین مجهز به امکانات حل مشکلات، دوباره به صحنه خانواده برگرداند. اصلی‌ترین جنبه‌های سازگاری که به دنبال تقویت مهارت‌های فراشناختی در داخل خانواده شکل می‌گیرد از بین رفتن کینه‌های پنهان و لایه‌ای، لجبازی‌های زیرین و افزایش مشارکت خانوادگی است (چانگ، ۲۰۰۱). لینونن، سولانتاوس و پاناماکی (۲۰۰۳) سلامت روانی و شناختی والدین را از لحاظ تفکرات و ارزیابی‌ها و کنترل‌های درون خانوادگی به عنوان یکی از ملاک‌های سازگاری فرزندان مطرح کرده‌اند. همانطوریکه در این تحقیق به دست آمده ۷۶ درصد از والدین گروه نمونه دارای مهارت فراشناختی پایین هستند که این می‌تواند به عنوان یکی از جنبه‌های آسیب‌شناختی خانواده مطرح باشد. از لحاظ سازگاری اجتماعی، جوان به خاطر جنبه اجتماعی‌اش و نیاز به روابط متقابل با دیگران به طرف جمع‌ها و گروه‌های مختلف می‌رود و بعضی از تنش‌های خود را در آنها رها می‌کند. موقعیت‌های اجتماعی وجود دارد که جوان ناخواسته و ناآگاهانه یا به اقتضای موقعیت و شرایط، دچار اشتباه فکری و رفتاری می‌شود. وقتی که نتایج اعمال و رفتارهای جوانان واری فراشناختی می‌شوند، فرصت پیدا می‌شود که آنها دقت و صحت عملکرد شناختی خود را تصحیح نمایند. واری نتایج در چنین موقعیتی توسط خود جوان یا افراد معتبر از جمله والدین، ایراد کار را مشخص خواهد کرد و از ادامه آن جلوگیری خواهد نمود (موس، ۱۹۹۰).

از لحاظ سازگاری هیجانی، جوان علاوه بر نیازهای جسمانی که استمرار ذات او را موجب می‌شوند دارای نیازهای عاطفی از قبیل محبت، امنیت، احساس ارزش، تعلق به گروه، بیان و ابراز خود، پیشرفت، پذیرفته شدن و سایر نیازهای روانشناختی نیز می‌باشد. عدم ارضای این نیازها موجب بروز مشکلات شده و منشا اختلالات و نابسامانی‌های روانی شده و موجبات غلیان هیجانات درونی جوان را فراهم می‌آورد. در نتیجه این حالات افسردگی، خمودی، خستگی، پریشانی به فرد دست می‌دهد و او را در انجام امور محوله بی‌تفکر و کم‌کار و ضعیف می‌سازد. مهارت‌های فراشناختی والدین موجب می‌شود که با ارزیابی وضعیت عاطفی جوان، ارتباط صمیمانه لازم را با او ایجاد کرده و از تداوم مشکل عاطفی جوان جلوگیری کنند. والدین دارای مهارت فراشناختی پایین، مهارت‌های لازم برای تشخیص و ارزیابی وضعیت روانی جوان را نداشته و لذا از شکل‌گیری آسیب‌های روانی و اجتماعی جوان جلوگیری نمی‌کنند (هانگ و نیل، ۲۰۰۱).

ویلیام و گاکونو (۲۰۰۰) علت عمده‌ای که برای سوء مصرف الکل در جوانان ذکر می‌کنند، از یک طرف ضعیف بودن خودبازنگری و خودکنترلی و پایین بودن استدلال انتزاعی و تفکر آینده‌نگر در خود جوانان و از طرف دیگر ضعیف بودن میزان نظارت و ارزیابی والدین به عنوان یک بعد فراشناختی آنان است. مهارت فراشناختی پایین در والدین موجب می‌شود که اولاً آنها در مورد رفتارهای انحرافی خود از جمله مصرف سیگار، مواد مخدر و الکل از دانش فراشناختی و ارزیابی و کنترل فراشناختی برای تغییر رفتار خود استفاده نکرده و به رفتار انحرافی خود ادامه دهند؛ ثانیاً مهارت فراشناختی پایین والدین موجب می‌شود که در

¹ Hong & Neil

² Chang

³ Leinonen, Solantaus, & Punamak

فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی

ویژه‌نامه اولین کنگره دوسالانه تازه‌های روان‌شناسی و علوم رفتاری دانشگاه تبریز ۱۶ و ۱۷ مهرماه ۱۳۹۸

مورد جنبه‌های اعتیاد به سیگار، مواد مخدر و الکل در فرزندان‌شان نیز از حساسیت و توجه لازم برخوردار نبوده و نظارت و کنترل برای کاهش آسیب‌های دوره جوانی را از خود نشان ندهند.

در بررسی عوامل خطر ساز در آلودگی جوانان به مصرف سیگار و مواد مخدر، راهبردهای نظارت و تنظیم والدین به عنوان یکی از جنبه‌های فراشناختی، نقش محوری را در آسیب‌شناسی اعتیاد جوانان دارد (صدیق سروستانی، ۱۳۸۲). راهبرد نظارت شامل توجه به رفتار هنگام بروز آن، سوال کردن درباره مسائل رفتاری و نظارت کردن بر نوع رفتار و عکس‌العمل‌هایی است که در یک موقعیت وجود دارد. پاسخ به هر موقعیتی به این نوع نظارت‌ها نیاز دارد. شخصیتی که دارای اعتیاد است، معمولاً فاقد ویژگی‌های زیر است: الف) به رفتارش توجه نمی‌کند. ب) درباره رفتارش برای خود سوال طرح نمی‌کند، به این شکل که چرا من چنین رفتاری را انجام می‌دهم؟ ج) هیچ‌گونه نظارتی بر رفتار و عکس‌العمل‌های خود ندارد. راهبرد نظارت والدین به عنوان یک راهبرد فراشناختی می‌تواند در مقابل چنین رفتاری یک سوال ایجاد کند؛ و اگر پاسخ منطقی به آن سوال پیدا شود، آن وقت است که "بر رفتار نظارت می‌شود." رفتاری که بدون نظارت انجام گیرد، جنبه‌های آسیب‌زایی خواهد داشت. نظارت بر رفتار باعث تقویت و فعال شدن فعالیت‌های "من" یا "خود" شخصیت جوان خواهد گردید و اثر بخشی فعالیت "من" را در تنظیم منطقی رفتار افزایش خواهد داد. به دنبال راهبرد نظارت، راهبرد تنظیم رفتاری به صحنه می‌آید که در دو زمان ضرورت می‌یابد: الف) زمانی که فرد از رفتارهای فعلی خود نتیجه لازم را نمی‌گیرد. ب) زمانی که فرد رفتاری نابهنجار، بیهوده و بی‌ربط مثل اعتیاد را انجام می‌دهد. در چنین موقعیت‌هایی راهبرد تنظیمی والدین به فرد کمک می‌کند تا یک بازنگری در رفتار خود انجام داده و نقایص را درک و به موقع رفع نموده و چگونه رفتار کردن خود را اصلاح کند. راهبرد تنظیمی، رفتار را از حالت بی‌نظمی خارج کرده و به حالت منظم در می‌آورد. عدم استفاده از راهبردهای تنظیمی موجب می‌شود که افراد رفتارهای نابهنجار خود را قبول کرده و به اصلاح آنها اقدام نمایند. البته در کنار راهبردهای تنظیمی والدین، راهبردهای تنظیمی خود جوان اثربخشی بیشتری نشان خواهد داد. یک شخصیت معتاد معمولاً فاقد ویژگی‌های تنظیمی زیر است: الف) به این فکر نیست که علت نقایص خود را درک و رفع نماید. ب) به این فکر نیست که رفتار نابهنجار خود را اصلاح کند. در چنین شرایطی راهبردهای تنظیمی والدین لازم خواهد بود. ذکر این نکته ضروری است که استفاده از این مهارت‌های فراشناختی در وهله اول باید جنبه پیشگیرانه داشته باشند (هانگ و نیل، ۲۰۰۱).

بطور کلی نتایج این تحقیق نشان داد که بین مهارت‌های فراشناختی والدین و سازگاری خانوادگی، اجتماعی و هیجانی و نیز میزان گرایش به اعتیاد در جوانان رابطه معنادار وجود دارد. این امر القا کننده برنامه ریزی‌های علمی و اصولی در زمینه آموزش مهارت‌های فراشناختی به خانواده‌ها است تا از شکل‌گیری آسیب‌های خانوادگی، روانی و اجتماعی جلوگیری شود. محدودیت مهم پژوهش حاضر استفاده از جوانان علاقمند به مسابقات ورزش‌های والیبال و فوتبال در شهر ارومیه به عنوان نمونه پژوهش می‌باشد که در تعمیم یافته‌ها لازم است به آن توجه شود.

فصلنامه پژوهش‌های نوین روان‌شناختی

ویژه‌نامه اولین کنگره دوسالانه تازه‌های روان‌شناسی و علوم رفتاری دانشگاه تبریز ۱۶ و ۱۷ مهرماه ۱۳۹۸

منابع

- اسلامی‌نسب، علی. (۱۳۷۳). *روانشناسی سازگاری*. تهران: چاپ و نشر بنیاد پورمقدس، علی. (۱۳۶۷). *روانشناسی سازگاری*. اصفهان: انتشارات مشعل
- پروچاسکا، جیمز. او؛ و نورکراس، جان. سی. (۱۳۸۱). *نظریه‌های روان‌درمانی*، ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران، انتشارات رشد
- دلاور، علی. (۱۳۸۱). *احتمالات و آمار کاربردی در روانشناسی و علوم تربیتی*. تهران، انتشارات رشد.
- ریو، جان مارشال. (۱۳۸۵). *انگیزش و هیجان* (ویرایش سوم). (ترجمه یحیی سیدمحمدی). تهران: ویرایش. (تاریخ انتشار اثر به زبان اصلی ۲۰۰۱).
- ساعتچی، محمود. (۱۳۶۸). *اصول روانشناسی*. تهران: انتشارات امیرکبیر
- سیف، علی اکبر. (۱۳۸۰). *روانشناسی پرورشی: روانشناسی یادگیری و آموزش* (ویرایش سوم). تهران، آگاه.
- شفیع آبادی، عبدالله؛ و ناصری، غلامرضا. (۱۳۷۸). *نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی*. نشر دانشگاهی
- صدیق سروستانی، رحمت اله. (۱۳۸۲). بررسی عوامل خطرساز در آلودگی نوجوانان و جوانان ایرانی به سو مصرف مواد. *نامه علوم اجتماعی*، شماره ۲۲، صص ۱۰۱-۱۱۸.
- کاهنی، سیما؛ حسن آبادی، محسن؛ و سعادتجو، علیرضا. (۱۳۷۹). بررسی میزان اضطراب، افسردگی، پرخاشگری و بزهکاری نوجوانان در خانواده‌های گسسته و پیوسته. *مجله دانشکده علوم پزشکی سبزوار (اسرار)*. شماره ۴. صص ۲۲-۲۸.
- Bell, H.M. (1958). *The Adjustment Inventory, Adult form*. Stanford_junior university.
- Chang, E.C.(2001). Life stress and depressed mood among adolescents: Examining a cognitive-affective mediation model. *clin psychol*. 20(3), 416-429.
- Fanselow, M.S., & Kim, J.J.(1994). The acquisition of contextual pavlovian fear conditioning is blocked by application of an NMDA. *Behavior neurosci*. 108, 210-221.
- Flavell, J.H.(1979). Metacognition and cognitive monitoring. A new area of cognitive developmental inquiry. *American psychologist*, 34, 906-911.
- Hong, E. & O'Neil, H.F. (2001). Construct validation of a trait self-regulation model. *Psychol*. 36, 186-194.
- Jahoda, M.(1988). Adjustment in students. *Journal of the American Psychological Association*. 47, 111-120.
- Leinonen, J.A, Solantavs, T.S. & Punamaki, R.L.(2003). Parental mental health and children adjustment. *child psychol psychiatry*. 44, 2, 227-241.
- Lundh, L.G., & Hindmarsh, H. (2002). A pilot study of a cognitive emotional self-observation task. *Journal of behavioral and cognitive psychotherapy*. 30, 233-236.
- Moss, E. (1990). Social interaction and metacognitive development in gifted preschoolers. *Gifted child quarterly*. 34,1, 16-20.
- Theodore, W.G., Thomas, J.D. & Arin, M.C. (2007). Adolescent self-regulation as resistance to antisocial Behaviour within the Deviant peer context. *Journal of Abnormal Child Psychology*. 36, 273-284.
- William, H.R., & Gacono, C. (2000). Treatment of antisocial personality, psychopathy and other characterologic antisocial syndromes. *Journal of Behavioral Sciences & the Law*, 18, 647-662.