

به نام خدا

سازگاری اجتماعی

مولفان :

شعله صادقی

معصومه صادقی

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۳)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

chaponashr.ir

سرشناسه: صادقی، شعله، ۱۳۵۷
عنوان و نام پدید آور: سازگاری اجتماعی / مولفان شعله صادقی، معصومه صادقی.
مشخصات نشر: ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۳.
مشخصات ظاهری: ۷۶ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۴۰۸-۰۰۲-۸
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
موضوع: سازگاری اجتماعی
شناسه افزوده: صادقی، معصومه، ۱۳۵۸
رده بندی کنگره: PN۲۱۴۳
رده بندی دیویی: ۸۰۹/۲۰۴
شماره کتابشناسی ملی: ۹۴۹۳۸۵۵
اطلاعات ر کورد کتابشناسی: فیبا

نام کتاب: سازگاری اجتماعی
مولفان: شعله صادقی - معصومه صادقی
ناشر: ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)
صفحه آرایی، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر
تیراژ: ۱۰۰۰ جلد
نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۳
چاپ: زبرجد
قیمت: ۷۶۰۰۰ تومان
فروش نسخه الکترونیکی - کتاب رسان:
<https://chaponashr.ir/ketabresan>
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۴۰۸-۰۰۲-۸
تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵
www.chaponashr.ir



فهرست مطالب

۵.....	فصل اول: کلیات
۵.....	مقدمه
۱۶.....	اهمیت موضوع
۲۱.....	فصل دوم: مبانی نظری
۲۱.....	مقدمه
۲۲.....	سبک های دل بستگی
۲۴.....	نظریه های دل بستگی
۳۱.....	سازگاری اجتماعی
۳۷.....	تحلیل فرایند سازگاری
۳۸.....	دلایل سازگاری
۳۹.....	ملاک و معیار سازگاری
۴۱.....	عوامل مؤثر در سازگاری
۴۳.....	عوامل مستعد کننده در اختلالات سازگاری
۴۳.....	نشانگان موضعی سازگاری
۴۴.....	دیدگاه های مطرح شده در مورد سازگاری اجتماعی
۴۴.....	دیدگاه زیستی - روانی - اجتماعی
۴۵.....	دیدگاه تحلیل روانی
۴۶.....	دیدگاه یادگیری اجتماعی
۴۷.....	دیدگاه مراجع محوری
۴۷.....	دیدگاه انسان گرایی
۴۸.....	دیدگاه روان شناسی شناختی
۴۹.....	مدیریت هیجان
۴۹.....	مفهوم هیجان
۵۱.....	تاریخچه هیجان
۵۱.....	اجزای هیجان
۵۲.....	انواع هیجان
۵۴.....	مفهوم مدیریت هیجان
۵۴.....	خانواده و مدیریت هیجان
۵۵.....	مداخلات والدین در مدیریت هیجان کودکان

۵۶ فضای هیجانی خانواده
۵۷ نظریه های هیجان
۵۷ نظریه ساختار و سینگر
۵۸ نظریه پسخوراند چهره
۵۸ نظریه واینر
۵۹ نظریه اکمن
۶۰ نظریه شبکه‌های جیمز- لانگه
۶۱ پیشینه کتاب
۶۹ منابع

فصل اول

کلیات

مقدمه

انسان محصول اجتماع است و در نتیجه تحت تأثیر نظام‌ها و فرهنگ‌های جامعه خود قرار می‌گیرد. در چنین شرایطی است که باید نیازهای خود را برآورده سازد و آرامش و تعادل خود را حفظ کند، بنابراین انسان باید با اجتماع سازگار شود. ابعاد سازگاری شامل: سازگاری جسمانی، روانی، اجتماعی و اخلاقی است که در رأس آن‌ها سازگاری اجتماعی قرار دارد. سازگاری اجتماعی برای این ضرورت متکی است که نیازها و خواسته‌های فرد با منافع و خواسته‌های گروهی که در آن زندگی می‌کنند، هماهنگ و متعادل شود و تا حد امکان از برخورد و اصطکاک مستقیم و شدید با منافع و ضوابط گروهی جلوگیری شود (مظاهری و همکاران، ۱۳۸۶).

سازگاری اجتماعی به عنوان مهمترین نشانه سلامت روان از مباحثی است که در دهه‌های اخیر توجه بسیاری از جامعه‌شناسان، روان‌شناسان و به ویژه مربیان را به خود جلب کرده است. داشتن جامعه‌ای سالم مستلزم داشتن افرادی سالم است و هر چه میزان سازگاری اجتماعی افراد بالاتر باشد، سلامت جامعه نیز بالاتر خواهد بود. تلاش و کوشش دست‌اندرکاران تعلیم و تربیت کشورها برای رشد همه‌جانبه افراد است که پایه و اساس آن را کودکان

و نوجوانان تشکیل می دهند (مظاهری و همکاران، ۱۳۸۶). علاوه بر دست اندرکاران تعلیم و تربیت که نقش مهمی در رشد و افزایش سازگاری اجتماعی افراد و خصوصاً دانش آموزان دارند، خانواده و کارکرد خانواده نیز می تواند بر روی سازگاری اجتماعی دانش آموزان تأثیر مثبت یا منفی بگذارد.

کارکردهای خانواده هستند که ملاک‌هایی برای خانواده سالم به حساب می آیند. این کارکردها عبارتند از: تأمین نیازهای اقتصادی خانواده و رفع نیازهای مالی، روانی و عاطفی اعضا. روشن است که در جامعه ما ابتدا پدر و در درجه دوم مادر نیازهای اقتصادی خانواده را تأمین می کنند. ولی رفع نیازهای مالی، روانی و عاطفی اعضا، عملکرد کل نظام خانواده است. از کارکردهای بعدی خانواده می توان حمایت از اعضا در برابر بحران‌ها و فشارهای زندگی را نام برد. خانواده سالم ضمن تلاش برای به ثمر رساندن کارکردهایش، انعطاف پذیر نیز هست و به راحتی با تغییرات سازگار می شود (حسینی زاده مهدوی، ۱۳۸۵). یکی از مسائل و مشکلات دانش آموزان در محیط آموزشی ضعف در کنترل و مدیریت هیجانات می باشد. هیجان نقش اساسی در مطالعه‌ی رشد کودک دارد. واژه هیجان برای اشاره به یک احساس، فکر، حالت روانی و بیولوژیکی مختص آن احساس و دامنه‌ای از تمایلات شخص برای عمل کردن بر اساس آن، به کار می رود (تامپسون^۱، ۲۰۱۹). مدیریت هیجان^۲ به معنای تلاش افراد برای تأثیر گذاشتن بر روی نوع، زمان، چگونگی تجربه و بیان، تغییر طول دوره یا شدت فرایندهای رفتاری، تجربی و یا جسمانی هیجان‌ها است و به طور خودکار یا کنترل شده، هشیار یا ناهشیار و از طریق به کارگیری راهبردهای مدیریت هیجان انجام می - گیرد (هارل، هادسون و اشنیرینگ^۳، ۲۰۱۶). هر یک از این راهبردها شامل اقدامات متعددی است که می تواند برای هر دو حالت عاطفی مثبت و منفی اعمال شود و ممکن است انطباقی و یا غیر انطباقی باشند (مظاهری، شریفی و معین، ۱۳۹۸). هیجانات بسیاری از رفتارها و

1 Thompson

2 Emotion management

3 Hurrell, Hudson & Schniering

تجربیات کودک را سازماندهی می‌کنند و در اکثر روابط نقش اساسی دارند. بسیاری از موضوعات در روانشناسی تحولی دارای پایه هیجانی یا حداقل انعکاسی از آن هستند، مانند علاقه، کاوش، خلق و خو، پرخاشگری، دلبستگی، روابط دوستی با همسالان، کنجکاوی، حل مسئله، ارزیابی (غیاثوند، اسماعیلی نسب و اشرفی، ۱۳۹۹).

تجربه نشان داده است که شناسایی و ابراز هیجانات بر سیستم عصبی اثر آرام‌بخشی دارد و به کودکان کمک می‌کند زودتر از افسردگی خلاص شوند (یانگ، ساندمن و کراسک^۱، ۲۰۱۹). شناخت فرد از عواطف و هیجان‌های خود و دیگران و استفاده از آن‌ها برای ایجاد سهولت در تفکر و دستیابی به علل بروز هیجان‌ها و مدیریت مطلوب آن می‌تواند از پدید آمدن بسیاری از مشکلات در روابط افراد جلوگیری کند (خدایپناهی، ۱۴۰۰). تحلیل تازه و بسیار دقیق بیش از ۳۰۰ مطالعه نشان داده که برنامه‌هایی که برای افزایش مهارت‌های هیجانی طراحی می‌شوند به شکلی چشمگیر توانایی‌های اجتماعی و هیجانی و نیز عملکرد تحصیلی افراد را بهبود می‌بخشند (مک‌کین^۲ و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین تحقیقات حاکی از آن است که توانایی مدیریت هیجانات منفی برای حفظ سلامت و بهداشت روان یک فرآیند کاملاً صحیحی است (کوثری و اسماعیلی نسب، ۱۳۹۷).

کودکی که نمی‌خواهد یا نمی‌تواند بیانات خشم یا ناراحتی‌اش را به سوی همسالان مدیریت کند در خطر طرد اجتماعی بعدی قرار می‌گیرد؛ همین‌طور کودک که به‌طور مناسب قادر به بیان همدردی یا خوشی به همسالانش است احتمالاً رابطه‌ی مثبتی با همسالان دارد (ورمزبار و امیری‌مجد، ۱۳۹۹).

از سوی دیگر اغلب کودکانی که در مدیریت هیجانات خود مشکل دارند رفتارهای ناسازگارانه‌ای را در مدرسه از خود بروز می‌دهند و با دیگران بد رفتار می‌کنند و در بیشتر مواقع معلمان و دانش‌آموزان آن‌ها را طرد و در نتیجه فرصت‌های آموزشی و یادگیری از آنان سلب می‌شود (مصلحی جویرای و میرهاشمی، ۱۳۹۶). در واقع می‌توان گفت که همه

1 Young, Sandman & Craske

2 MacCann

مشکلات هیجانی و رفتاری به یکدیگر مرتبط هستند. سازگاری در انسان یکی از ویژگی‌هایی است که نقش اساسی در تأمین سلامت روحی و جسمی دارد؛ زیرا مجموعه‌ای از اعمال، رفتارها و موقعیت‌های جدیدی را فراهم می‌کند که با ارائه پاسخ‌های مناسب، انسان را قادر می‌سازد راه کمال را طی کند و این پیشرفت در مقوله‌های روحی و جسمی قابل مشاهده است؛ زیرا در برنامه‌ها و وظایفی که فرد برای آنها اجتماعی شده است، کارکرد مؤثری دارد (موسی کاظمی، شفیع پور مطلق و موسی کاظمی، ۱۳۹۹). کودکان دارای اختلالات رفتاری رفتارهای ناسازگاری دارند، ویژگی این گونه رفتارها این است که اولاً تأثیر منفی بر فرآیند رشد و انطباق مناسب کودک با محیط دارد. ثانیاً مزاحمت برای زندگی دیگران و استفاده آنان از شرایط به وجود می‌آورد (رشید و همکاران، ۱۳۹۸).

متخصصان برای پیشگیری از مشکلات شایع دوران کودکی یا پیشگیری از تشدید آنها سعی کرده‌اند والدین را با رشد کودک و فنون مدیریت رفتار آشنا کنند. برنامه‌های آموزش والدین روز به روز متداول‌تر می‌شوند و روانشناسان می‌توانند با اجرا کردن این برنامه‌ها نقش مهمی در این خصوص ایفا کنند. در نگاه کلی، برنامه‌های آموزش والدین عمدتاً بر درمان رفتار ناسازگارانه کودکان متمرکزند. در این برنامه‌ها والدین هستند که باید برنامه‌ها را اجرا کنند یا رفتار خود و محیط را تغییر دهند تا فرزندانشان مهارت‌های جدید را بهتر یاد بگیرند و رفتارهای منفی را راحت‌تر کنترل کنند (بارلو، مالنی، ناولت، گاکلیش و بیلی^۱، ۲۰۱۶). مشکلات هیجانی و رفتاری کودکان طی دوره نوپایی، دبستان یا در اواسط یا اواخر کودکی منجر به افزایش خطر استفاده از مواد، مشکلات تحصیلی و ناسازگاری در بزرگسالی می‌شود. در مقابل، حمایت خانوادگی به عنوان یک عامل حمایت‌کننده از سازگاری مثبت در کودکان و بزرگسالان محسوب می‌شود (نجاتی‌فر، عابدی و قمرانی، ۱۳۹۹).

به طور کلی، نتایج پژوهش‌ها حاکی از آن است که رابطه‌های درون خانوادگی، در خانواده‌های دارای فرزند با اختلال‌های رفتاری و هیجانی، با سطوح بالایی از ناسازگاری و ناهمگنی

1 Barlow, Mullany, Neault, Goklish, Billy

همراه است؛ زیرا این کودکان، از دستورات والدین و سایر اعضای خانواده پیروی نمی‌کنند، تکالیف را انجام نمی‌دهند و رفتارهای منفی بیشتری نسبت به همسالان خود دارند از طرفی این رفتارهای کودکان واکنش‌های منفی والدین را به همراه دارد. متخصصان بسیاری اذعان می‌دارند می‌توان با آموزش مهارت‌های ویژه‌ای را یاد داد که کانال‌های ارتباطی میان والدین و فرزندان آن‌ها را به شکل دوطرفه باز نگهداری و موجب شود، اختلافات و تعارض‌های میان والدین و کودک به شکل مؤثری از بین برداشته شود و از وخیم‌تر شدن روابط میان آنها جلوگیری کند (نوری پور و حسینیان، ۱۳۹۶). سبک دلبستگی، از عوامل موثر در تعاملات بین فردی است که در نتیجه‌ی روابط فرد با چهره‌های دلبستگی (والدین، همسالان و همسر) شکل می‌گیرد و به طور معناداری بر عملکرد و روابط فرد تاثیر می‌گذارد (باولبی^۱، ۱۹۶۹). روابط دوستانه، الگوهای ارتباطی و احساس رضایت از رابطه، موضوعاتی هستند که هم از جنبه‌ی اجتماعی و هم از جنبه‌ی روان‌شناسی بر روی رفتارهای بین فردی متمرکزند و موضوع اصلی هستند که از دوران کودکی آغاز می‌شوند (کاتلر و همکاران^۲، ۲۰۰۹).

تربیت فرزندان در کانون خانواده سالم مهمترین عامل در رشد سالم کودکان می‌باشد. ارتباط والدین و فرزندان از جمله موارد مهمی است که سال‌ها نظر صاحب‌نظران و متخصصان تعلیم و تربیت را به خود جلب کرده است. خانواده نخستین پایگاهی است که پیوند بین کودک و محیط اطراف او را به وجود می‌آورد. کودک در خانواده پندارهای اولیه را درباره‌ی جهان فرامی‌گیرد (سیف، ۱۳۸۷). یکی از مفاهیمی که از بطن خانواده شکل می‌گیرد، مفهوم دلبستگی^۳ است. سروف، ایگلند، کارلسون و کولینز^۴ (۲۰۰۵) دلبستگی را چنین تعریف می‌کنند: دلبستگی به طور کلی یعنی مأمنی از آسایش، امنیتی برای کاوش و جستجو کردن و منبعی برای اطمینان بخشی به کودک، زمانی که دچار پریشانی می‌شود. بالبی^۵ دلبستگی را

¹ Bowlby

² Cutler et al

³ Attachment

⁴ Sroufe, Egeland, Carlson & Collins

⁵ Bowlby

در قالب نظریه ای بزرگ مفهوم سازی کرد. از نظر بالبی (۱۹۷۳، ۱۹۶۹ و ۱۹۸۰؛ به نقل از گودوین^۱، ۲۰۰۳)، روابط دلبستگی همیشه موجودند و در سراسر چرخه زندگی فعال هستند، به طوری پیوندهای دلبستگی در زندگی بزرگسالی ایجاد می شوند و بر فعالیت های مهم دوران بزرگسالی موثرند. دلبستگی در نوجوانی و بزرگسالی را به عنوان روابط دوجه دویی تعریف می کنند که در آن، همجواری با یک شخص ویژه ترجیح داده شده و به دستیافتن به احساسی ایمنی یا حفظ آن منجر می شود. نتایج پژوهش های زیادی استمرار و تداوم سبک دلبستگی را در چرخه زندگی تایید می کنند (فریلی^۲، ۲۰۰۲، مین، کاپلان و کسیدی^۳، نافتل و شاور^۴، ۲۰۰۶).

بر اساس آزمایش های آینثورث (۱۹۸۷، لوی، بلات و شاور، ۱۹۹۸) روابط والد-فرزند در سه گروه ایمن^۵ اجتنابی^۶ و اضطرابی دوسوگرا^۷ طبقه بندی شد. فرزندان که در گروه ایمن دسته بندی شدند، بعد از پریشان شدن به سرعت برای رسیدن به آرامش پیش مادر برگشتند، سریعتر به آرامش رسیدند، سریعتر و کاملتر فعالیت های خود را از سرگرفتند. فرزندان که در گروه دو سوگرای اضطرابی دسته بندی شدند، واکنش های آمیخته ای به حضور مادر داشتند، از حضور مادر به آرامش نرسیدند و فعالیت های خود را از سرنگرفتند. در نهایت گروه با دلبستگی اجتنابی مادر خود را نادیده گرفتند، به انزوا و گوشه گیری پرداختند و شروع به انجام فعالیت هایی برای دور شدن از پریشانی کردند (رولز و سیمپسون^۸، ۲۰۰۴).

بلسکی و کاسیدی (۱۹۹۴)، به نقل از لوی و بلت و شاور، ۱۹۹۸) نشان دادند که گروه های سه گانه بدست آمده در محیط آزمایشگاهی توسط آینثورث (۱۹۷۸) در محیط طبیعی هم وجود

¹Goodwin

²Fraley

³Main, Kaplan & Cassidy

⁴Noftel & Shaver

⁵Secure

⁶Avoidant

⁷anxious-ambivalent

⁸Rholes, & Simpson