

## تدوین بسته آموزشی تاب‌آوری خانوادگی و تأثیر آموزش آن بر سازگاری اجتماعی و خودکارآمدی خانواده‌های نظامی

یاسر حاجی آقائزاد<sup>۱</sup>

محمدزارع نیستانک<sup>۲</sup>

فاطمه سادات طباطبائی<sup>۳</sup>

### چکیده

در این پژوهش از نوع اکتشافی آمیخته متوالی و دارای دو مرحله کیفی و کمی بود. در مرحله کیفی به منظور تدوین بسته آموزش تاب‌آوری خانواده‌های نظامی از روش تحلیل موضوعی (مضمون) و در بخش کمی از طرح نیمه آزمایشی دو گروهی با پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری استفاده شد. ۶۰ خانواده نظامی که از طریق روش‌های نمونه‌گیری هدفمند مبتنی بر ملاکهای ورود و خروج انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. محتوای جلسات از طریق تحلیل محتوا استخراج شد. همچنین برای بررسی (۱) پرسشنامه سازگاری اجتماعی بل (۱۹۶۱) استفاده شد. داده‌های بخش کیفی با استفاده از تحلیل موضوعی (مضمون) و داده‌های بخش کمی با استفاده از آزمون تحلیل واریانس یکطرفه مکرر مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

با توجه به نتایج به دست آمده، نشان داد که آموزش بسته تاب‌آوری باعث افزایش سازگاری اجتماعی و خودکارآمدی در گروه آزمایش شده است و تفاوت معناداری بین میانگین پیش‌آزمون و پس‌آزمون وجود دارد. میزان تاب‌آوری، سازگاری اجتماعی و خودکارآمدی گروه آزمایش بیشتر از گروه کنترل است و بسته تاب‌آوری خانواده اثر معناداری در اثربخشی میزان سازگاری اجتماعی و خودکارآمدی خانواده دارد.

**کلمات کلیدی:** خانواده‌های نظامی، بسته آموزش تاب‌آوری خانواده، سازگاری اجتماعی،

خودکارآمدی

۱ دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلام واحد نائین.

۲ استادیار روانشناسی کودکان استثنائی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد نائین، ایران

۳ استادیار روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد نائین، ایران

## مقدمه

تاب‌آوری خصوصیتی است که قدرت تحمل فرد در برابر مشکلات را بالا می‌برد و توان تفکر منطقی و حل مسئله را به صورت مثبت در فرد افزایش می‌دهد. برخی ویژگی‌ها به صورت بالقوه در افراد به ودیعه گذاشته شده است. اما ظهور و اعتلای آنها مستلزم شناخت دقیق‌تر، پرورش و به کارگیری است. تاب‌آوری در هر سن و سطحی رخ می‌دهد و سازه‌ای شناختی است که قابل آموزش است (۱).

مسئله فقط آسیب‌پذیری و تاب‌آوری فرد نیست، مهم‌تر از آن نظام خانواده است که در سازگاری و تاب‌آوری نهایی تاثیر گذار است. حتی افرادی که به طور مستقیم تحت تاثیر بحران قرار نمی‌گیرند، بواسطه پاسخ‌های خانواده و تبعات آن روی سایر روابط از آن متاثر می‌شوند. اینکه یک خانواده چطور با تجربه‌های مختل‌کننده مواجه شده و آن را کنترل می‌کند، سپر استرس می‌شود، خود را دوباره سازماندهی می‌کند و به حیات خود ادامه می‌دهد، بر انطباق مستقیم و بلند مدت همه اعضای خانواده و روی پا ماندن و سلامت واحد خانواده تاثیر می‌گذارد (۲).

خانواده نظامی به خانواده ای گفته می‌شود که حداقل عضوی از خانواده مشغول خدمت نظامی باشد و معمولاً "سرپرست خانواده یا فرزند خانواده را شامل می‌شود (۳). کمبود آگاهی خانواده‌های نظامی از تاثیر استرس بر زندگیشان منجر به گیجی، ناامیدی یا سرزنش‌های غیر منطقی اعضای خانواده و یا دوری از خانواده می‌شود (۴).

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 مساله بهتری را برای مقابله با آنها برمی‌گزینند. نتیجه برخی تحقیقات حاکی از این است که کمک به خانواده نظامی در آگاهی پیدا کردن از شرایط والدین نظامی، می‌تواند در سازگاری آنها با شرایط دشوار متمرثمر باشد (۵).

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 (۶). در شرایط آسیب‌زا کارکرد خانواده و شبکه‌های حیاتی وابسته بدان ممکن است از هم گسیخته شوند. همچنان‌که این امر با زندگی در جنگ یا نواحی پر تعارض تجربه شده است (۷). کشمکش‌های نظامی در دهه گذشته موجب افزایش استرس بر نظامیان و خانواده

های آنان شده است. همچنین در دهه گذشته شاهد افزایش نرخ حوادث آسیب‌زا، افسردگی، اختلال استرس پس از ضربه و خودکشی در میان نظامیان بوده ایم. مطالعات بر روی تاثیر اعزام بر همسران نظامی نشان داد که در هنگام اعزام نظامیان به ماموریت، نرخ بالاتری از اختلال افسردگی، اضطراب، خواب، واکنش استرس حاد و اختلال سازگاری نسبت به افرادی که همسران آنان به ماموریت نرفته اند، وجود دارد (۸). در یک مطالعه روی والدین نظامی اعزامی و همسرانشان مشخص شد که حداقل ۳۲٪ آنان نشانه‌های آشفتگی‌های قابل توجه بالینی در قالب اضطراب و افسردگی را گزارش کردند (۹). این واکنش‌های اضطراب‌گونه می‌تواند عملکرد والدین را در خانه تحت تاثیر قرار دهد (۱۰). به طور مثال والدی 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 (۱۱).

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 استرس آور است. از این رو جدایی فرد نظامی از خانواده اش، یکی از استرس‌های نظامی‌گری محسوب می‌شود که همیشه شخص نظامی را به خود مشغول می‌کند (۱۲). چنین استرس‌ها و تنش‌های فزاینده‌ای می‌تواند اثرات مخربی به دنبال داشته باشد (۱۳). دوره‌های پرورش تاب‌آوری موجب می‌شود تغییراتی در جهت آگاهی از توانمندیهای شرکت‌کنندگان و وضعیت محیطی شان، بازگشت به وضعیت عادی پس از تجربه مشکلات و به کار بردن دانشهای کاربردی، مهارتها و نگرشهایی که در طی جلسات آموزشی کسب کرده اند، رخ بدهد. با توجه به تأکید صاحب نظران بر آموختنی بودن مهارت‌های گوناگون مربوط به تاب‌آوری، آموزش در حیطه تاب‌آوری به خانواده‌های نظامی، کمک می‌کند تا ضمن شناخت بهتر از افکار، باورها، نگرشها و احساسات خود، به راهبردها و توانمندیهای لازم برای تاب‌آوری و ایمنی روانی دست یابند (۱۴). از اینرو توانایی سازگاری و سلامت خانواده نظامی در طول اعزام به ویژگی تاب‌آوری بر می‌گردد (۱۵).

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 روبه‌رو شوند. با ایجاد یک فرایند تاب‌آوری

خانواده، خانواده ها در برخورد با مشکلات غیر منتظره و مقابله با آن کارآمدتر می شوند. بنابراین، در تقویت تاب آوری خانواده، هر مداخله یک اقدام پیشگیرانه نیز هست (۱۶).

نتایج تحقیقات عمده برای فراهم ساختن چارچوبی در جهت شناسایی توانایی ها و آسیب پذیری های خانواده، در قالب سه حوزه کارکرد خانواده تلفیق شده اند: نظام باورها، الگوهای سازمانی و فرایندهای ارتباطی. این چارچوب می تواند به عنوان نقشه مفیدی برای جلب کردن توجه متخصصان به عناصر مهم در کارکرد خانواده به کار رود و موجب انسجام در طرح مداخله شود. می تواند همان گونه مشکلات موجود مخاطب قرار داده می شوند، در هدف قرار دادن فرایندهای کلیدی برای تقویت تاب آوری خانواده به ما کمک کند (۱۷).

نظام باورهای خانواده، تحت تاثیر باورهای فرهنگی است و از طریق مذاکرات اجتماعی و خانوادگی ایجاد می شود. نظام باورها در تاب آوری خانواده می توانند در سه دسته سازمان داده شوند. این سه دسته شامل تلاشها برای ساختن معنی دهی به سختی، چشم انداز مثبت، و متعالی و معنویت هستند (۱۸).

الگوی خانواده منجر به عملکرد سالم و یا عملکرد ناسالم در خانواده می شود. خانواده هایی که از الگوی عملکرد سالم برخوردارند از نظر انسجام و انعطاف پذیری در حد متوسط هستند. تاب آوری خانواده به وسیله انعطاف پذیری، پیوند و منابع اقتصادی اجتماعی که با الگوهای عملکردی در تعامل اند، تحت تاثیر قرار می گیرد (۱۹).

فرایندهای ارتباطی با ایجاد شفافیت در موقعیت های بحرانی، تشویق ابراز آزاد هیجانها و پرورش حل مساله گروهی، تاب آوری تسهیل می کنند. باید به خاطر سپرده شود که هنجارهای فرهنگی بنابر مطرح کردن اطلاعات و ابراز هیجانی تا حد زیادی متفاوتند (۲۰).

فرایندهای کلیدی تاب آوری هم کوشی و تعامل متقابل دارند. برای مثال، دیدگاه ارتباط تاب آوری (نظام باورها) به اندازه مطرح کردن آزاد هیجانها و حل مساله مشارکتی (فرایندهای ارتباطی)، ارتباط (الگوهای سازمانی) را به وجود می آورد.

در میان عوامل تاثیر گذار بر سلامت انسانها، خانواده نقش بسیار مهمی دارد. خانواده نظامی است که بیش از همه بر فرد احاطه دارد و رفتارهای او را شکل می دهد. بوئن<sup>۴</sup> در زمینه رابطه مثبت بین تاب آوری و سلامت، بر ویژگی های اساسی افراد تاب آور که سلامت روان را

ارتقا می بخشد، مانند توان اجتماعی، توانمندی در حل مسئله، خودگردانی و احساس هدفمندی و باور به آینده‌های روشن تأکید دارد.

برقراری ارتباط مؤثر با طرف مقابل، عدم عصبانیت، حفظ استقلال فردی زن و مرد ضمن مشارکت با هم، ارزش قائل شدن به خواسته‌ها و علایق همسر، همراهی و همدلی، داشتن اهداف و آرمان مشترک، قبول سختی‌ها و آمادگی برای مواجهه با مشکلات زندگی و کنار هم بودن در روزهای خوشی و سختی و تأکید و توجه بر نکات مثبت شخصیت همسر، ابراز دوستی و اهمیت دادن به یکدیگر را از عوامل در استمرار زندگی مشترک و رضایت زن و مرد دانسته اند (۲۱).

## مواد و روش‌ها

روش تحقیق در این پژوهش از نوع اکتشافی آمیخته متوالی و دارای دو مرحله کیفی و کمی بود. در مرحله کیفی به منظور تدوین بسته آموزش تاب‌آوری خانواده‌های نظامی از روش تحلیل موضوعی (مضمون) و در بخش کمی از طرح نیمه آزمایشی دو گروهی با پیش‌آزمون، پس‌آزمون و پیگیری استفاده شد. جامعه مورد بررسی برای انتخاب گروه‌های آزمایش و کنترل شامل کلیه خانواده‌های نظامی بود. ۶۰ خانواده نظامی که از طریق روش‌های نمونه‌گیری هدفمند مبتنی بر ملاکهای ورود و خروج انتخاب و در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. محتوای جلسات از طریق تحلیل محتوا استخراج شد. همچنین برای بررسی متغیرهای تحقیق از پرسشنامه‌های تاب‌آوری خانواده والش (۲۲). مقیاس خودکارآمدی عمومی شوارتز و جرو سلم، پرسشنامه سازگاری اجتماعی بلااستفاده شد. داده‌های بخش کیفی با استفاده از تحلیل موضوعی (مضمون) و داده‌های بخش کمی با استفاده از آزمون تحلیل واریانس یکطرفه مکرر مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. روند اجرای پژوهش به این گونه بود که ابتدا پیش‌آزمون بر روی تمام جامعه نمونه اجرا گردید، سپس ۱۰ جلسه آموزش مؤلفه‌های سازگاری اجتماعی به مدت هر جلسه ۶۰ دقیقه برای گروه آزمایش اجرا شد. بعد از این مراحل پس‌آزمون اجرا شد و تمامی آزمودنیها به ابزارهای پژوهش پاسخ دادند. لازم بذکر است برای بررسی روایی محتوایی به شکل کمی، از دو ضریب نسبت روایی محتوا و شاخص محتوایی و روش کیفی از شاخص CVI و CVR استفاده شد. همچنین مقادیر آلفای کرونباخ حاکی از تایید پایایی پرسشنامه‌ای تحقیق داشتند. در نهایت داده‌ها با استفاده از روش آماری تحلیل واریانس یکطرفه مکرر چند متغیره به کمک نرم‌افزار Spss مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

## ۱- تدوین بسته تاب آوری خانواده

در تدوین بسته تاب آوری خانواده به منظور ارتقاء تاب آوری روانشناختی خانواده های نظامی، ضمن بهره مندی از محورهای برنامه های آموزشی مختلف تلاش شد تا محتوای برنامه متمرکز بر رویکرد تاب آوری خانواده والش باشد. همانطور که قبلا ذکر شد رویکرد تاب آوری خانواده والش مبتنی به سه اصل است: ۱- نظام باورهای خانواده؛ ۲- الگوهای سازمانی؛ ۳- فرایندهای ارتباطی، بنابراین برنامه آموزش تاب آوری خانواده های نظامی شامل؛ آشنایی با مفهوم استرس و استرسهای مختص شغل نظامی و راهبردهای کنار آمدن با آن، آموزش شیوه های بازسازی شناختی و و ایجاد الگوهای تفکر، آموزش دلگرم سازی و خود دلگرم سازی، جستجوی معنی و معنی خواهی، آموزش مهارتهای ارتباطی و در نهایت آموزش آمادگی جسمانی می شود. برای نخستین بار در ایران این برنامه بر اساس ملاکهای تدوین برنامه های مداخله ای از سوی متخصصان مورد ارزیابی قرار گرفته و سپس اجرا شد.

### اجرای بسته

این بسته حاوی ۱۰ جلسه آموزشی هفتگی و به مدت ۹۰ دقیقه برای یک گروه ۵۰ نفره از خانواده های نظامی که از مقیاس تاب آوری خانواده (که توسط محقق برای اولین بار در ایران ترجمه و هنجاریابی شد) کمترین امتیاز را کسب نموده بودند، با استفاده از روشهایی گوناگون مورد استفاده در این بسته شامل سخنرانی، بحث گروهی، مدل سازی توسط پژوهشگر، صحنه سازی و تمرین های ایفای نقش، مشارکت والدین و انجام تکالیف در منزل اجرا شد.

## جدول (۱) جلسات بسته تاب‌آوری خانواده

جلسه	خلاصه محتوای جلسات
اول	آشنایی با بسته و معارفه اعضای گروه
دوم	آشنایی با مفهوم استرس و استرس‌های ناشی از شغل نظامی و آموزش
سوم	درباره مفهوم تاب‌آوری خانواده
چهارم	آموزش راهبردهای کنار آمدن با استرس
پنجم	آموزش شیوه‌های بازسازی شناختی و ایجاد الگوی تفکر سازنده و تاب
ششم	آورا نه
هفتم	آشنایی با انواع سبک‌های تفکر خوش‌بینانه و بدبینانه سلیگمن
هشتم	آموزش دلگرم‌سازی و خود دلگرم‌سازی و دلگرم ساختن دیگران
نهم	جستجو معنی، معنی خواهی و آموزش معنوی
دهم	مهارت‌های ارتباطی خانواده آمادگی و سلامت جسمانی جمع‌بندی، مرور و نتیجه‌گیری

### ملاحظات اخلاقی

اطلاعات شخصی مشارکت‌کنندگان در این مطالعه، محرمانه بود و اطلاعات بیماران بدون نام، به نرم افزار اطلاعاتی وارد گردید. مجری، بر تمام مراحل مطالعه با حفظ شئون اخلاقی نظارت کرد. پروتکل مطالعه در کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی-واحد اصفهان (خوراسگان) بررسی و با شناسه اخلاق IR.IAU.KHUISF.REC. ۱۳۸.۱۴۰۰ مصوب گردید.

### ضرورت و اهمیت تحقیق

بر اساس پیش‌بینی‌های آماری منتشر شده از طرف سازمان ملل متحد در سال ۲۰۱۰، در صورتی که کاهش رشد جمعیت کشور ایران با نرخ فعلی ادامه یابد در ۸۰ سال آینده ایران جمعیتی حدود ۳۱ میلیون نفر خواهد داشت که نزدیک به نصف آن را افراد بسیار پیر تشکیل می‌دهند و در نتیجه با توجه به عدم وجود نیروی انسانی کافی عملاً کشور دستخوش تهدیدهای بزرگ امنیتی و اقتصادی خواهد شد. هم‌اکنون ایران یکی از ۱۰ کشوری است که

جمعیت آن به سرعت به سمت کهن سالی پیش می رود از آنجا که میزان پیشرفت و توسعه هر کشوری در سایه امنیت و ثبات فرهنگی، اجتماعی، رشد متوازن جمعیت و نسل جوان حاصل می شود لذا پرداختن به این پژوهش مهم و حیاتی است. وغفلت از آن می تواند ضررهای جبران ناپذیری به امنیت و قدرت ملی کشور وارد سازد مقام معظم رهبری در خصوص اهمیت موضوع فرمودند "این مسئله ی افزایش نسل و اینها جزو مباحث مهمی است که واقعاً همه ی مسئولین کشور - نه فقط مسئولین اداری - روحانیون، کسانی که منبرهای تبلیغی دارند، باید در جامعه درباره ی آن فرهنگ سازی کنند؛ از این حالتی که امروز وجود دارد - یک بچه، دو بچه - باید کشور را خارج کنند. رقم صد و پنجاه میلیون و دویست میلیون را اول امام گفتند - و درست هم هست - ما باید به آن رقمها برسیم".

### تجزیه تحلیل آماری

بسته آموزشی تدوین شده برای گروه آزمایش توسط محقق اجرا و برای بررسی توصیفی متغیرهای وابسته از شاخص های آماری چون فراوانی، درصد، میانگین و انحراف معیار و به منظور تجزیه و تحلیل آماری داده ها.

روشهای آماری استنباطی و توصیفی می باشد و با استفاده از روش توصیفی از (میانگین های مرکزی و پراکندگی، شاخص و انحراف معیار) و در بخش استنباطی، از تحلیل واریانس یک طرفه مکرر مربوط به سه متغیر مورد ارزیابی قرار گرفت.

### یافته های پژوهش

داده ها با استفاده از تحلیل واریانس یکطرفه مکرر در سطح معناداری ( $P \geq 0.01$ ) نتایج در بخش کمی بیانگر آن بود که کاربرد آموزش مؤلفه های تاب آوری در فضای کار برای خانواده های نظامی می تواند در ارتقاء مؤلفه های تاب آوری، سازگاری اجتماعی و خودکارآمدی و همچنین افزایش آگاهی و بالا بردن میزان تاب آوری، سازگاری اجتماعی و خودکارآمدی آن ها موثر باشد. هدف اصلی این پژوهش، بررسی اثر آموزش بسته تاب آوری خانواده به عنوان سطوح متغیر مستقل روی متغیر سازگاری اجتماعی و خودکارآمدی خانواده های نظامی به عنوان متغیر وابسته می باشد. در این راستا در این پژوهش، محقق دو گروه ۳۰ نفری آزمایش و کنترل را مطابق حجم نمونه از خانواده های نظامی پایور نزاچا انتخاب نموده است و از افراد هر دو گروه قبل از حضور در دوره آموزشی تاب آوری خانواده، پیش آزمون تاب آوری خانواده، خودکارآمدی

و سازگاری اجتماعی اخذ کرده است. در ادامه محقق دوره آموزشی تاب‌آوری خانواده را در قالب ۱۰ برنامه آموزش برای گروه آزمایش برگزار نموده و در پایان از هر دو گروه آزمایش و کنترل پس از آزمون اخذ کرده است. در این تحقیق که به روش آمیخته انجام شده است، ابتدا، مولفه‌های بسته آموزشی تاب‌آوری مبتنی بر روش کیفی احصاء و پس از تایید روایی و پایایی به بررسی تاثیر این بسته آموزش بر سازگاری و خودکارآمدی در نیروهای نظامی از طریق روش‌های کمی پرداخته شد.

در این مطالعه ابتدا مفاد بسته آموزشی تاب‌آوری خانوادگی با مطالعه دقیق و وسیع بسته‌های آموزشی مختلف موجود، مخصوصاً بسته تاب‌آوری خانواده که برای خانواده نظامی تدوین شده‌اند، جمع‌آوری شد. سپس این مفاد توسط خبرگان و با استفاده مقیاس سنجش یک بسته آموزشی، مورد سنجش قرار گرفت. در قسمت کیفی، تجزیه و تحلیل متن مصاحبه‌ها با متخصصان در کدگذاری باز ۱۴۰ مقوله که در کدگذاری محوری بر اساس شباهت موضوعی در ۱۴ دسته (ملاک) و در نهایت در کدگذاری گزینشی در یک مقوله هسته‌ای یا اصلی تحت عنوان تاب‌آوری خانواده‌های نظامی ارائه گردید



شکل (۱): مدل تدوین شده تاب آوری خانواده نظامی بر اساس مصاحبه با متخصصان.

جهت نرمال بودن داده ها از آزمون اسمیرنوف کولموروف و جهت همگونی واریانس داده‌ها برای تحلیل واریانس یک طرفه مکرراز آزمون لوین استفاده کردید. نتایج تحلیل واریانس با تکرار سنجش در طرح آمیخته مورد نظر در بخش درون آزمودنی برای عامل تاب آوری (پیش

آزمون، پس آزمون، و پیگیری)، بدون توجه به سطوح گروه معنادار بدست آمد  $P < 0/018$ ،  $F = 24/441$  که نشان دهنده رد فرض صفر پژوهش است. همانطور که در جدول اطلاعات سطح معناداری کمتر از  $0/05$  است یعنی می‌توان پذیرفت که وضعیت تاب‌آوری در سه مرحله در دو گروه آزمایش و کنترل با هم تفاوت معناداری وجود دارد.

جدول شماره (۲) - نتایج آزمون کلموگروف - اسمیرنوف در مورد پیش فرض نرمال بودن توزیع نمرات متغیرهای تحقیق

آزمون نرمال بودن داده‌ها		
متغیرهای پژوهش		
سطح معناداری	کولموگروف اسمیرنوف Z	
۱/۲۸	۰/۰۷۴	تاب‌آوری
۱/۱۹	۰/۱۱۴	سازگاری اجتماعی
۱/۱۷	۰/۱۲۷	خودکارآمدی

جدول شماره (۳) - بررسی آزمون لوین جهت همگونی واریانس داده‌ها برای تحلیل واریانس یک طرفه مکرر

آزمون همگونی واریانس داده‌ها		
آزمون لوین		
سطح معنی داری	مقدار	متغیرهای پژوهش
۰/۵۴	۰/۳۸	تاب‌آوری
۰/۱۱	۱/۵	خودکارآمدی
۰/۱	۱/۲۷	سازگاری اجتماعی

نتایج تحلیل واریانس با تکرار سنجش در طرح آمیخته مورد نظر در بخش درون آزمودنی برای عامل سازگاری اجتماعی (پیش آزمون، پس آزمون، و پیگیری)، بدون توجه به سطوح گروه معنادار بدست آمد  $[F = 24/44, P < 0/000]$ . که نشان می‌دهد که پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری با هم تفاوت معناداری دارد. همچنین اثر تعامل سازگاری اجتماعی و گروه

نشان داد که اثر متقابل ما را در تفسیر اثر مستقیم هدایت می کند، معنادار بدست آمد [  $F = ۱۳/۰۸, P < ۰/۰۰۰$  ] که نشان دهنده رد فرض صفر پژوهش است. همانطور که در جدول اطلاعات سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵ است یعنی می توان پذیرفت که وضعیت سازگاری اجتماعی در سه زمان در دو گروه آزمایش و کنترل با هم تفاوت معناداری وجود دارد.

تحلیل واریانس با تکرار سنجش در طرح آمیخته مورد نظر در بخش درون آزمودنی برای عامل خودکار آمدی (پیش آزمون، پس آزمون، و پیگیری)، بدون توجه به سطوح گروه معنادار بدست آمد [  $F = ۱۱/۸۲, P < ۰/۰۰۰$  ]. که نشان می دهد که پیش آزمون، پس آزمون و پیگیری با هم تفاوت معناداری دارد. همچنین اثر تعامل خودکارآمدی و گروه نشان داد که اثر متقابل ما را در تفسیر اثر مستقیم هدایت می کند، معنادار بدست آمد [  $F = ۱۰/۵۲, P < ۰/۰۰۰$  ] که نشان دهنده رد فرض صفر پژوهش است. همانطور که در جدول اطلاعات سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵ است یعنی میتوان پذیرفت که وضعیت خودکار آمدی در سه زمان در دو گروه آزمایش و کنترل با هم تفاوت معناداری وجود دارد.

## نتیجه گیری

با توجه به نتایج به دست آمده، نشان داد که آموزش بسته تاب‌آوری باعث افزایش سازگاری اجتماعی و خودکارآمدی در گروه آزمایش شده است و تفاوت معناداری بین میانگین پیش آزمون و پس آزمون وجود دارد. یعنی این که تفاوت نمره ناشی از خطا نبوده بلکه تغییر واقعی صورت گرفته است و میزان تاب‌آوری، سازگاری اجتماعی و خودکارآمدی گروه آزمایش بیشتر از گروه کنترل است و بسته تاب‌آوری خانواده اثر معناداری در اثربخشی میزان سازگاری اجتماعی و خودکارآمدی خانواده دارد.

جدول شماره ۴- نتایج تحلیل واریانس با تکرار سنجش در گروه‌های آزمایش و کنترل (طرح آمیخته)

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
تاب آوری	۲۷۴۲/۲	۲	۱۳۷۱/۱	۲	۰/۰۰۰
تعامل تاب * گروه	۱۰۳۵/۳۷۵	۲	۵۱۷/۷	۴	۰/۰۰۶
خطا	۱۱/۲۴۱	۱۱۶	۹۶/۹	۵/	

جدول شماره ۵- نتایج تحلیل واریانس با تکرار سنجش در گروه‌های آزمایش و کنترل (طرح آمیخته)

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
سازگاری اجتماعی	۱۱۵/۲	۲	۵۷/۷	۱۶ ۴۳۸	۰/۰۰۰
تعامل سازگاری اجتماعی * گروه	۱۰۲/۶	۲	۵۱/۳	۱۹ ۳۸۹	۰/۰۰۰
خطا	۱۵/۲۶۷	۱۱۶	۰/۱۳۸		

جدول شماره ۶- نتایج تحلیل واریانس با تکرار سنجش در گروه‌های آزمایش و کنترل (طرح آمیخته)

منبع تغییرات	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
خودکار آمدی	۸۲۲/۰۴	۲	۴۱۱/۰۲	۸۲ ۱۱/۲	۰/۰۰۰
خودکار آمدی * گروه	۷۳۲/۱۳	۲	۳۶۶/۱	۵۲ ۱۰/۹	۰/۰۰۰
خطا	۴۰۳۳/۲	۱۱۶	۳۴/۸		

بسته آموزش تاب‌آوری خانواده باعث افزایش راهبردهای مقابله‌ای مؤثرتر می‌گردد و بدینوسیله تاب‌آوری خانواده را افزایش می‌یابد. (همچنین آموزش سرسختی روان‌شناختی باعث افزایش سطح سرسختی روان‌شناختی افراد می‌گردد. از طرفی ولی اسکھیل (۲۱) به این نتیجه دست یافت که برخلاف فرضیه تحقیق شرکت در بسته تاب‌آوری خانواده در افزایش تاب‌آوری و بهزیستی و کاهش ناراحتی‌های روان‌شناختی نوجوانان تأثیری نداشته است. چنین تناقضی ممکن است به خاطر تفاوت در جامعه پژوهشی باشد.

در تبیین اهداف فرعی پژوهش نتایج یافته‌های استنباطی حاکی از اثربخشی آموزش بسته تاب‌آوری خانوادگی بر تاب‌آوری خانواده نظامی اثر بخش است. اثر بسته تاب‌آوری نشان داد که

میزان تاب‌آوری در گروه آمایش در پیش‌آزمون با پس‌آزمون با پیگیری تفاوت معنا داری وجود دارد ( $F=17/4, P<0/01$ ) یعنی میتوان پذیرفت وضعیت تاب‌آوری در سه مرحله، در دو گروه آمایش و کنترل تفاوت معنا داری وجود دارد. بر این اساس نتایج حاصل از پژوهش حاضر با گزارشهای محققان مذکور برنارد (۲۲)، گارمزی (۲۳)، سیبیرت (۲۴)، ریچاردسون و وایت (۲۵)، به نقل از محمدی و شمیرانی (۲۶)، همسو است.

نتایج یافته‌های استنباطی حاکی از اثربخشی آموزش مؤلفه‌های تاب‌آوری خانوادگی بر روی میزان سازگاری اجتماعی ( $F=21/064, P=0/000$ ) خانواده‌های نظامی بود. 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. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که رابطه مثبت و معناداری بین تاب‌آوری خانواده و سازگاری آن وجود دارد. در پژوهش‌های محترمی زاده (۲۷)، هنری (۲۸) 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.

و در نهایت نتایج یافته‌های استنباطی حاکی از اثربخشی آموزش مؤلفه‌های تاب‌آوری خانوادگی بر روی میزان سازگاری اجتماعی ( $F=10/529, P=0/000$ ) خانواده‌های نظامی بود. 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.

## منابع

محمدی شمیرانی سمانه، سعدی پور اسماعیل، درتاج فریبرز، ابراهیمی قوام صغری، فیلسوف نژاد محمدرضا. اثربخشی بسته آموزشی تاب آوری مبتنی بر بازی بر سازگاری اجتماعی کودکان. تحقیقات علوم رفتاری. ۲۰۲۰؛ ۱۸ (۲): ۲۲۶-۲۱۳. موجود در: [.&slc\\_lang=۱&sid=۱-۹۶-۱۰](https://www.rbs.mui.ac.ir/browse.php?a_code=A-)

محترمی، س، و زاده محمدی، ع. رابطه سازگاری اجتماعی و تاب آوری در برابر استرس: نقش واسطه ای هوش هیجانی در نوجوانان، همایش ملی علم و فناوری روانشناسی، علوم تربیتی و روانشناسی جامع ایران، تهران. ۱۳۹۵. (به فارسی). موجود در: [.&slc\\_lang=fa۱&sid=۵۶۰](https://psj.umsha.ac.ir/browse.php?a_id=۵۶۰)

Hawkins JD, Catalano RF, Miller JY. Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescence and early adulthood: implications for substance abuse prevention. *Psychological bulletin*. 1992;1(1):64. DOI: 10.1037/0033-2909.112.1.64

Schramm DG, Marshall JP, Harris VW, Lee TR. Religiosity, homogamy, and marital adjustment: An examination of newlyweds in first marriages and remarriages. *Journal of Family Issues*. 2012;33(2):246-68. <https://doi.org/10.1177/0192513X11420370>

Basham KK, Miehl D. Transforming the legacy. *Transforming the Legacy: Columbia University Press*; ۲۰۰۴. DOI: ۱۰.۴۲۳۶/jmp.۲۰۱۸.۹۶۰۷۱

Ritchie EC, Watson PJ, Friedman MJ. Interventions following mass violence and disasters: Strategies for mental health practice: Guilford Publications; ۲۰۱۵.

Beardslee WR, Solantaus TS, Morgan BS, Gladstone TR, Kowalenko NM. Preventive interventions for children of parents with depression: international perspectives. *Medical Journal of Australia*. 2012;196(7):23.

Osofsky JD, Osofsky HJ. 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>

Oprins EA, Bosch Kvd, 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 HT, White CJ, Fear NT, Iversen AC. The impact of deployment to Iraq or Afghanistan on partners and wives of military personnel. *International Review of Psychiatry*. 2011;23(2):192-200. <https://doi.org/10.3109/09540261.2011.560144>

Saltzman WR, Lester P, Beardslee WR, Layne CM, Woodward K, Nash WP. Mechanisms of risk and resilience in military families: Theoretical and empirical basis of a family-focused resilience enhancement program. *Clinical child and family psychology review*. 2011;14(3):213-30. <https://doi.org/10.1007/s10567-011-0096-1>

Bartley SR, Ingram N. Parental modelling of mathematical affect: Self-efficacy and emotional arousal. *Mathematics Education Research Journal*. 2018;30(3):277-97. DOI:10.1007/s13394-017-0233-3

Beardslee WR. *Out of the darkened room: When a parent is depressed: Protecting the children and strengthening the family*: Hachette UK; 2009. DOI:<https://doi.org/10.1097/00004583-200310000-00020>

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. *Clinical child psychology and psychiatry*. 2018;23(1):110-24. <https://doi.org/10.1177/c1359104517724494>

McLeland KC, Sutton GW, Schumm WR. Marital satisfaction before and after deployments associated with the global war on terror. *Psychological Reports*. 2008;103(3):836-44. DOI: 10.2466/pr0.103.3.836-844

De Beer A. The effects of resilience training as a component of strengths-focussed training on team performance: a case study in the food and beverages manufacturing industry 2006. DOI:10.1002/9781119206422

.Masten AS. Ordinary magic: Resilience processes in development. American psychologist. 2001;56(3):227. . <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.3.227>

Walsh F. Family resilience: A framework for clinical practice. Family process. 2003;42(1):1-18. DOI: 10.1111/j.1545-5300.2003.00001.x

Walsh F. Crisis, trauma, and challenge: A relational resilience approach for healing, transformation, and growth. Smith College Studies in Social Work. 2003;74(1):49-71.

.Walsh F. Strengthening family resilience (Third). New York: The Guilford Press; 2016.

Hardy KV, Laszloffy TA. Couple therapy using a multicultural perspective. 2002

Walsh F. Traumatic loss and major disasters: Strengthening family and community resilience. Family process. 2007;46(2):207-27.

Skehill CM. Resilience, coping with an extended stay outdoor education program, and adolescent mental health. Canberra: University of Canberra: Dissertation for the Degree of Honors. 2001.

Barnard CP. Resiliency: A shift in our perception? The American Journal of Family Therapy. 1994;22(2):135-44.

Garnezy N. Resiliency and vulnerability to adverse developmental outcomes associated with poverty. American behavioral scientist. 1991;34(4):416-30.

Siebert A. The resiliency advantage: Master change, thrive under pressure, and bounce back from setbacks: Berrett-Koehler Publishers; 2005.

Richardson GE. The metatheory of resilience and resiliency. Journal of clinical psychology. 2002;58(3):307-21.

Henry CS, Hubbard RL, Struckmeyer KM, Spencer TA. Family resilience and caregiving. *Family caregiving*: Springer; 2018. p. 1-26. DOI:10.1007/978-3-319-64783-8\_1

## **Developing a family resilience training package and its impact on social adaptation and self-efficacy of military families**

Yaser Haji-Aqa-Nezhad, Mohamad zare neystanak, Fatemeh Sadat Tabatabai

### **Abstract**

In this research, it was a sequential mixed exploratory type and had two qualitative and quantitative stages. In the qualitative phase, in order to formulate the resilience training package for military families, thematic analysis method was used, and in the quantitative part, a two-group semi-experimental design with pre-test, post-test and follow-up was used. 60 military families who were selected through targeted sampling methods based on entry and exit criteria They were selected and assigned to two experimental and control groups. The content of the sessions was extracted through content analysis. It was also used to examine (1) Bell's (1961) social adjustment questionnaire. The data of the qualitative part were analyzed using thematic analysis and the data of the quantitative part were analyzed using the repeated one-way analysis of variance test.

According to the obtained results, it showed that resilience package training has increased social adaptation and self-efficacy in the experimental group and there is a significant difference between the pre-test and post-test averages. The level of resilience, social adaptation and self-efficacy of the experimental group is higher than the control group and the family resilience package has a significant effect on the effectiveness of the level of social adaptation and self-efficacy of the family.

**Keywords:** military families, family resilience training package, social adaptation, self-efficacy