

بررسی نقش همجوشی شناختی والدین در خودکارآمدی فرزندان

میلاذ سعیدی^۱

ابراهیم نعیمی^۲

میلاذ محبوب زاده^۳

چکیده

همجوشی شناختی زمانی اتفاق می‌افتد که شخص در بافت فکری خود گرفتار شود. همجوشی شناختی از متغیرهای جدید در روانشناسی است. خودکارآمدی سازه اصلی تئوری اجتماعی و شناختی بندورا است و به برداشت افراد از توانایی‌های خود برای انجام کار و فعالیت اشاره دارد هدف این تحقیق بررسی نقش و همجوشی شناختی والدین در خودکارآمدی فرزندان است مطالعه حاضر یک مطالعه کیفی و از نوع زمینه‌ای یا مبنایی است نمونه‌گیری به روش هدفمند بود. جامعه‌ی مطالعه والدین و دانش‌آموزان دوره دوم مقطع متوسطه در سال ۹۷ بود. نتایج تحقیق نشان داد همجوشی شناختی والدین موجب صورت‌سپهر انگاری در امور درسی، مشکلات بین فردی، ارتباط متقابل مختل موجب عدم خودباوری در فرزندان شده است.

واژه‌گان کلیدی: همجوشی شناختی، خودکارآمدی، فرزندان.

۱- دانشجوی دکتری تخصصی مشاوره واحد علوم تحقیقات دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)
miladsaedi2@gmail.com

۲- استادیار مشاوره دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

۳- کارشناس ارشد مشاوره مدرسه دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

مقدمه

همجوشی شناختی زمانی اتفاق می‌افتد که شخص در بافت فکری خود گرفتار شود. همجوشی شناختی از متغیرهای جدید در روانشناسی است. به همین دلیل تعداد پژوهش‌های انجام شده در رابطه با آن کم است. نتایج مطالعات انجام شده در رابطه با همجوشی شناختی نشان داده است که همجوشی شناختی در درمان اضطراب و کیفیت زندگی (سمادیفارد^۱، ۲۰۱۶) نقش دارد. منظور از همجوشی شناختی این است که فرد طوری تحت تاثیر افکارش قرار گیرد که گویی کاملاً واقعی هستند و موجب می‌شود رفتار و تجربه بر دیگر منابع تنظیم رفتاری حاکم شوند و فرد نسبت به نتایج مستقیم، حساسیت کمتری پیدا می‌کند (گیلاندرز، سینکلار، مک‌لین و جاردین^۲، ۲۰۱۵). همجوشی شناختی مفهومی شناختی و اجتماعی است و چنان شخص را گیج می‌کند که پس از مدتی به عنوان تفسیر درست از تجارب شخصی تلقی شده و دیگر قابل تشخیص از تجارب واقعی فرد نیستند (زارع، ۱۳۹۳) نتایج تحقیق گیلاندرز و همکاران (۲۰۱۵) نشان داد که همجوشی شناختی در آن‌ها بالا باشد بیشتر مستعد اختلالات روانی خواهند بود. در بررسی تاثیر همجوشی شناختی مربوط به تصویر بدن با آسیب شناسی روانی خوردن، در یک نمونه ۳۴۲ نفری از بیماران، به این نتیجه رسیدند که همجوشی شناختی در درمان آسیب شناسی روانی غذا خوردن و نارضایتی از بدن اهمیت دارد (آینس و ترینداد^۳، ۲۰۱۴). برنت^۴ (۲۰۱۲)، به نقل از زارع، (۱۳۹۳) معتقد است که همجوشی شناختی از طیف همجوشی زیاد به گسلش شناختی اتفاق می‌افتد برای مثال: من افسرده ام (بسیار همجوش)، من احساس می‌کنم افسرده ام (تا حدودی همجوش)، من در حال افسرده شدن هستم (کمی همجوش)، من در حال حاضر حسی را تجربه می‌کنم که معمولاً به آن افسردگی اطلاق می‌شود.

¹ Samadifard

² Gillanders, Sinclair, Maclean & Jardine

³ Ines & Trindade

⁴ Bernet

شود (گسلش شناختی). گسلش شناختی فرآیند تضعیف تدریجی کارکردهای تنظیم رفتاری و تأثیرات لفظی رویدادهای درونی است. همجوشی شناختی زمانی رخ می دهد که افکار فرد روی رفتار اثر گذاشته و باعث می شوند، فرد به جای توجه به فرآیند فکر (زمینه) به تولیدات فکر (محتوا) توجه نماید. زمانی که این فرآیند بر تجربه فرد غلبه داشته باشند منجر به انعطاف پذیری روانشناختی می گردند. فردی با یک پیشینه طولانی از عدم تایید در روابط بین فردی، شاید نتواند هرگز این فکر "کسی مرا دوست ندارد" را حذف نماید، اما اگر قادر باشد از آن فکر جدا شود، آن فکر منجر به رفتارهای انزوایی و در نتیجه بدتر شدن افسردگی نمی شود. هدف گسلش در درمان مبتنی بر تعهد و پذیرش این است تا به مراجع کمک نماید که ویژگی های پنهان زبان را که به همجوشی منجر می گردند را شناسایی نموده تا بتواند بین فکر و فکرکننده فاصله ایجاد نماید و رویدادهای درونی را آنطور که هستند، ببیند که فرآیند پذیرش را به نحو مطلوب تری فراهم می آورد (هیز و لیلیس^۱، ۲۰۱۲). طبق بیانات ماسودا^۲، هایس^۳، ساکت^۴، توهیگ^۵، (۲۰۰۴) پدیده همجوشی شناختی با زبان آدمی ارتباط دارد. در واقع از آنجا که فرآیندهای کلامی در برخی از ابعاد کم و بیش مفید می باشند، افرادی که قادرند به رویدادهای دارای ساختار کلامی چنانچه محسوس باشند، واکنش نشان دهند، تمایل دارند در همه جا از فرآیندهای کلامی استفاده کنند. در واقع زبان از لحظه ای که فراگرفته می شود و با ساختارهای واقعی ارتباط می یابد، پیوند محرک کلامی را با واقعیت افزایش می دهد (باررا^۶ و همکاران، ۲۰۱۵).

1 Hayes & Lillis

2 Masuda

3 Hayes

4 Sackett

5 Twohig

6 Barrera

خودکارآمدی^۱ به معنای ادراک افراد از توانایی تغییر رفتار، سطح انگیزتگی، الگوهای فکری و واکنش‌های احساسی است. خودکارآمدی سازه اصلی تئوری اجتماعی و شناختی بندورا است و به برداشت افراد از توانایی‌های خود برای انجام کار و فعالیت اشاره دارد (بندورا، ۱۹۹۹). افراد با سطوح بالای خودکارآمدی، توانایی مقابله با مشکلات را دارند و هر موفقیتی موجب افزایش اعتماد به خود در آن‌ها می‌شود. در مقابل افراد با سطوح خودکارآمدی پایین در توانایی‌های خود تردید می‌کنند و خود را در مقابله با محیط ناتوان می‌بینند. خودکارآمدی یکی از عوامل مهم در بهبود روابط اجتماعی سالم است که باعث می‌شود زندگی لذت بخش شود و افراد را قادر می‌سازد فشارهای طولانی مدت را تحمل کنند. در حقیقت احساس ایمنی و سلامتی برآمده از خودکارآمدی، فرد را به سوی رفتارهای مثبت اجتماعی هدایت می‌کند (بندورا، ۲۰۱۲). در واقع دانش آموزان خودکارآمدتر در یادگیری موفق ترند و در مقابل فشارهای اجتماعی و وسوسه رفتارهایی مانند بزهکاری، که تضعیف‌کننده موفقیت تحصیلی است، مقاومت می‌کنند (کارول^۲ و دیگران، ۲۰۰۹). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که نوجوانان خودکارآمدتر، بیشتر مورد پذیرش همسالان خود قرار می‌گیرند، رفتار شایسته‌تر با دیگران دارند، راه حل‌های متنوع‌تر برای مشکلاتشان جست‌وجو می‌کنند و روابط بین فردی آن‌ها با دیگران مثبت‌تر است (اکلوند، لوب، هانسن، آندرسون-والین^۳، ۲۰۱۲). پژوهش‌ها همچنین نشان می‌دهد که خودکارآمدی موجب کاهش افت تحصیلی، افسردگی، اضطراب، تنیدگی و مانند این‌ها می‌شود و موجبات پیشرفت و موفقیت فرزندان را فراهم می‌کند (زینعلی پور، زارعی و زندی‌نیا، ۱۳۸۸، جمالی، نوروزی و طهماسبی، ۱۳۹۲، عسکری، کهریزی و کهریزی، ۱۳۹۲). خودکارآمدی یعنی باورهای شخص درباره قابلیت‌هایش

1 Self-efficacy

2 Bandura

3 Carroll

4 Eklund, Loeb, Hansen, Andersson-Wallin

برای مدیریت موقعیت هایی که در آینده پیش بینی خواهند شد (بندورا، ۱۹۹۷). با توجه به تجارب محققین سطوح پایین باورهای خودکارآمدی در ابعاد تحصیلی و هیجانی فرزندان ممکن است ناشی از مشکلات در خانواده باشد. بنابراین ارائه خدمات روانشناختی به هنگام برای ارتقاء سلامتی خانواده ها به ویژه فرزندان آن ها می تواند نقش موثری در تحکیم نظام ارزشی و باورهای خودکارآمدی فرزندان داشته باشد پس بنابراین این تحقیق به دنبال بررسی نقش شبکه های اجتماعی مجازی و همجوشی شناختی والدین در هیجانات تحصیلی و خودکارآمدی فرزندان می باشد.

روش

مطالعه حاضر یک مطالعه کیفی و از نوع زمینه ای^۱ یا مبنایی است که به بررسی نقش همجوشی شناختی والدین در خودکارآمدی فرزندان پرداخت. نمونه گیری به روش هدفمند بود. جامعه ی مطالعه والدین و دانش آموزان دوره دوم مقطع متوسطه در سال ۹۷ بود. بدین منظور با والدینی که به شرکت در مطالعه تمایل داشته مصاحبه انجام شد و تا زمان اشباع داده ها و عدم دستیابی به داده های جدید ادامه یافت. قبل از مصاحبه، با والدین در مورد اهداف مطالعه صحبت شد و از آنان رضایت آگاهانه جهت شرکت در مطالعه گرفته شد. معیارهای ورود به نمونه شامل ۱- والدین دارای تحصیلات دانشگاهی ۲- استفاده والدین از شبکه های مجازی (پیامرسان های داخلی و خارجی) ۳- والدین دارای فرزند دانش آموز. گردآوری داده ها با استفاده از مصاحبه های نیمه ساختار یافته مطرح شده توسط پژوهشگر انجام شد. مکالمات افراد بر روی فایل صوتی ضبط سپس بر روی کاغذ پیاده شد. جهت تجزیه و تحلیل این مطالعه از روش سیستماتیک اشتراوس و کرین^۲ (۱۹۹۸) استفاده شد که شامل کدگذاری مفاهیم و شکل دادن به یک نظریه

¹ Grande teory

² Straus & Corbin

است. منظور از کدگذاری فونونی هستند که اشتراوس و کرین (۱۹۹۸) پیشنهاد کرده اند و شامل خرد کردن داده های برآمده از مصاحبه و یادداشت های ایجاد مقوله ها و مفاهیم و در کنار هم قرار دادن مقوله ها به شکلی است که به وضوح ارتباط بین مقوله ها با همدیگر را توجیه کند. پیش از آغاز کدگذاری، مصاحبه های ضبط شده به صورت جزء به جزء روی کاغذ پیاده شده و کدگذاری باز، محوری و انتخابی انجام می شد. کدبندی و تعیین طبقات توسط محقق انجام می شد. محیط مصاحبه در مدارس بود. مصاحبه ها در اتاقی خلوت، به طوری که حریم افراد رعایت می شد، صورت گرفت. طول هر مصاحبه بسته به شرایط شرکت کنندگان از ۳۵ دقیقه تا ۵۰ دقیقه متغیر بود. از جمله ملاحظات اخلاقی رعایت شده در این مطالعه، ۱- رعایت اصل رازداری ۲- رعایت اصل رضایت آگاهانه ۳- رعایت اصل عدم ضرر رسانی به مراجعین و نبود هرگونه آسیب احتمالی در مطالعه ۴- تاکید بر حفظ هویت و حریم خصوصی مصاحبه شوندگان ۵- اولویت قرار دادن خواسته مصاحبه شوندگان در زمینه زمان و مکان مصاحبه.

یافته ها

جدول ۱. مقوله‌های استخراج شده از نقش شبکه‌های اجتماعی مجازی در هیجانات تحصیلی فرزندان

کدها	مقوله‌های باز	مقوله‌های محوری
۱	عدم انجام دادن تکالیف مدرسه	مقوله‌های محوری
۲	دیر رسیدن به کلاس درس	سهل انگاری در امور تحصیلی
۳	عدم مطالعه برای امتحانات	
۴	روابط خارج از محدوده با جنس مخالف	
۵	درگیری های کلامی با والدین	مشکلات بین فردی در خانواده و اجتماع
۶	بدرفتاری با یکدیگر	

۱-در هیچ کاری در منزل مشارکت ندارد.
۲-همواره میگوید که من نمی فهمم.
۳-ز تنهایی در خانه شاکی است.
۴-با دیگران بلد نیست صحبت کند.

جدول ۲. مقوله‌های استخراج شده از نقش همجوشی شناختی والدین در خودکارآمدی فرزندان

کدها	مقوله‌های باز	مقوله‌های محوری
۱	عدم خودارزشمندی	مقوله‌های شکست
۲	عدم اعتماد به نفس	
۳	تفکر تک بعدی	مشکلات ذهنی
۴	تفکر دگماتیسمی	
۵	عدم ارتباط متقابل	
۶	ارتباط خودمحورانه	مشکلات ارتباطی
۷	ارتباط تک سویه	

۱-دائم می گوید که دوسانم از من بیشتر بلد هستند.
۲-دائم می گوید که من که نمی توانم.
۳-فقط به بازی و فوتبال اهمیت می دهد.
۴-همه چیز فقط آگه از دید خودش درست باشه درست می داند.
۵-دوست صمیمی ندارد.
۶-حرف حرف خودش است.
۷-فقط مسائل خودش که برایش مهم است.

بحث و نتیجه گیری

تمایز یافتگی^۱ یک ویژگی کم و بیش پایا و موثر در کیفیت زندگی است که خود دربرگیرنده گروهی از شناسه‌ها است که هر یک به تنهایی می‌توانند برای داشتن روانی سالم و ایجاد روابط میان فردی درست و رشد و والایی آدمی از تاثیر بسزایی برخوردار باشند. بوئن این ویژگی را همتای نیرومند بودن ساختار شخصیتی ((من)) در عرف روان تحلیلگری سنتی به شمار آورده است (کر و بوئن^۲، ۱۹۸۸). تمایز یافتگی معلمان می‌تواند هم به عنوان یک فرآیند و هم به عنوان یک ویژگی شخصیتی تلقی شود. فرآیند تمایز فرد از خانواده اصلی اش ایجاب می‌کند. خودکارآمدی^۳ به معنای ادراک افراد از توانایی تغییر رفتار، سطح انگیزندگی، الگوهای فکری و واکنش‌های احساسی است. خودکارآمدی سازه اصلی تئوری اجتماعی و شناختی بندورا است و به برداشت افراد از توانایی‌های خود برای انجام کار و فعالیت اشاره دارد (بندورا^۴، ۱۹۹۹).

در تحقیق حاضر مشخص گردید که شبکه‌های مجازی در معنای اعم آن موجب افت تحصیلی فرزندان شده و هر بار این موضوع به شکلی نمایان شده است یکبار به صورت سهل انگاری در امور درسی بوده است و بار دیگر به صورت مشکلاتی که هم جنبه‌ی برنامه‌ای و آموزشی داشته و هم جنبه‌ی روانی را دارا بوده است. از طرفی اگر استفاده از این شبکه‌ها با امتزاج و همجوشی شناختی والدین همراه شود شاهد این موضوع خواهیم بود که مشکلات جنبه بین فردی پیدا کرده و ارتباط متقابل از بین رفته است و از طرفی دیگر در ساحت فردی تفکر فرزند به سمت و سوی خود محوری حرکت کرده است. و در طولانی مدت موجب عدم خودباوری در فرزندان شده است.

¹ differentiation

² Kerr & Bowen

³ Self-efficacy

⁴ Bandura

والدین و مدرسه‌ها با افزایش میزان کالای فرهنگی به‌عنوان بعدی از سرمایه فرهنگی، خودکارآمدی تحصیلی دانش‌آموزان را می‌توانند افزایش دهند. خانواده‌ها و مدارس با تشویق رفتارهای فرهنگی، به خودکارآمدی اجتماعی دانش‌آموزان می‌توانند کمک کنند و با افزایش دسترسی دانش‌آموزان به کالاهای فرهنگی و تشویق آنان به انجام رفتارهای فرهنگی، خودکارآمدی عاطفی آنان را می‌توانند ارتقاء بخشند.

امروزه جذابیت شبکه‌های اجتماعی و از طرفی جذب جوانان توسط این شبکه‌ها و از بعدی مشاغل والدین موجبات تسلط این طیف فناوری بر نوجوانان و جوانان شده است از یک سو شاهد سهل‌انگاری آنان در امور تحصیلشان هستیم و همین‌طور با این مسئله مواجه هستیم که بین سه ساحت فرد، خانواده و اجتماع روابط امتزاج یافته و میدانیم که نتیجه‌ای جز مشکلات روانی برنامه‌ای تحصیلی و همچنین مشکلات روانی درونی بین فردی پدید آمده است. و چون ارتباط سالم و سیال بین خانواده وجود ندارد افراد با طرحواره شکست مواجه هستند که در نهایت به مشکلات ذهنی خواهند رسید.

منابع

- ۱) اکبری تبار، علی اکبر (۱۳۹۱). مطالعه شبکه های اجتماعی مجازی: مطالعه موردی شبکه های دوره ویو ۲۴. پایان نامه کارشناسی ارشد جامعه شناسی. دانشگاه تربیت مدرس.
- ۲) جمالی، مکیه، نوروزی، آزیتا و طهماسبی، رحیم (۱۳۹۲). «عوامل موثر بر خودکارآمدی تحصیلی و ارتباط آن با موفقیت تحصیلی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بوشهر»، مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، ۱۳(۸)، صص ۶۴۱-۶۲۹.
- ۳) زارع، حسین (۱۳۹۳). «هنجاریابی مقیاس اجتماعی همجوشی شناختی گیلاندرز براساس الگوی بوهرنستات»، فصلنامه پژوهش های روان شناسی اجتماعی، ۴(۱۵)، صص ۲۸-۱۷.
- ۴) زینعلی پور، حسین، زارعی، اقبال و زندی نیا، زهره (۱۳۸۸). «خودکارآمدی عمومی و تحصیلی دانش آموزان و ارتباط آن با عملکرد تحصیلی»، پژوهش نامه مطالعات روان شناسی تربیتی، ۶(۹)، ۲۸-۱۳.
- ۵) صدیق، بنای (۱۳۸۷). آشنایی با شبکه های اجتماعی. مرکز مطالعات و تحقیقات رسانه ای روزنامه همشهری.
- ۶) عسکری، سعید، کهریزی، سمیه و کهریزی، مریم (۱۳۹۲). «نقش خودکارآمدی و رضایت از زندگی در پیش بینی عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر سال سوم دوره متوسطه شهر کرمانشاه»، مجله روان شناسی مدرسه ۲(۲)، ۱۲۳-۱۰۷.
- 7) Artino, A.R. & Jones II, K.D. (2012). Exploring the complex relations between achievement emotions and self-regulated learning behaviors in online learning. *Internet and higher education*.
- 8) Bandura, A. (1999). A social cognitive theory of personality. *Handbook of personality*. New York: Guilford Press.
- 9) Bandura, A. (2012). On the functional properties of perceived self-efficacy revisited. *Journal of Management*, 38(1) 9-44.
- 10) Bandura, A. (1997). Self-efficacy. *The exercise of control*. New York: Freeman.
- 11) Barrera, T.L., Szafranski, D.D., Ratcliff, C.G., Garnaat, S.L., & Norton, P.J. (2015). An experimental comparison of techniques: cognitive defusion, cognitive restructuring and in-vivo exposure for social anxiety.
- 12) Carroll, A., Houghton, S., Wood, R., Unsworth, K., Hattie, J., Gordon, L., & Bower, J. (2009). Self-efficacy and academic achievement in Australian high school students: the mediating effects of academic aspirations and delinquency. *Journal of Adolescence*, 32(4), 797-817.
- 13) Eklund, J., C., Hansen, E.M., & Anderson-Wallin, A.C. (2012). Who cares about others? Empathic self-efficacy as an antecedent to prosocial behavior. *Current Research in Social Psychology*, 20(3), 31-41.

- 14) Frenzel, A.C. Goetz, T., Pekrun, R. & Wartha, S. (2006). Antecedents and effects of teacher enjoyment and anger paper presented at the annual meeting of the American Educational Research Association, San Francisco, CA.
- 15) Gillanders DT, Sinclair AK, Macklean M, Jardinek. (2015). Illness cognition fusion, avoidance and self-compassion as predictors of distress and quality of life in a heterogeneous sample of adults, after cancer. *J contextual behav sci*: 4: 300-311.
- 16) Hawkins, D. & Best, R. & Coney, A. (2001). *Consumer behavior: building marketing strategy*, network, MC Graw, Hill.
- 17) Hayes, S.C., Lillis, J. (2012). *Acceptance and commitment therapy*. Washington, DC, American Psychological Association.
- 18) Ines A, Trindade cf. (2014). The impact of body image-related cognitive fusion on eating psychology. *Eat behav*: 15(1): 72-75.
- 19) Linnenbrink-Garcia, L. (2007). Promoting post-secondary students interest in science: A focus on classroom influences. Duke center for science Education.
- 20) Masuda, A.; Hayes, S.C.; Sakett, C.F. & Twohig, M.P. (2004). Cognitive defusion and self-relevant negative thoughts: examining the impact of a ninety year old technique. *Behavior research and therapy*, 42(4), 472-485.
- 21) Pekrun, R. (2009). Emotions at school. In K.R. Wentzel & A. Wigfield (Eds). *Handbook of motivation at school* (pp.575-604) New York: Routledge.
- 22) Pekrun, R. (2006). The control-value theory of achievement emotions: Assumptions, corollaries, and implications for educational research and practice. *Educational Psychology Review*. 18(4), 315-341.
- 23) Pekrun, R., Goetz, T.H., Titz, W. & Perry, R.P. (2002). Academic Emotions in students self-regulated learning and Achievement: A program of qualitative and qualitative Research. *Educational Psychologist*, 37(2), 91-106.
- 24) Samadifard HR (2016). The relationship between cognitive fusions with social anxiety among spouses. *International conference on psychology, educational sciences and life style with international approach*. Iran, Mashhad.
- 25) Samadifard HR (2016). The relationship between self-compassion and cognitive fusion with quality of life among students. *The international congress of psychology Iran*, Tehran.
- 26) Wells, T.L. (2005). *Emotion and culture in a collaborative learning environment for engineers*. Doctoral Dissertation of Philosophy, University of Texas. Austin.
- 27) Wentzel, K.R., (1999). Social-motivational processes and interpersonal relationship: implications for understanding motivation at school, *Journal of Educational Psychology*, 91(1), 76-97.

- 28) Zare H. (2014). Standardizing of the social scale of cognitive fusion Gillanders based on bohrnstedt model. *Social psychology Research: 15(4): 16-28.*(Persian).
- 29) Zeinder, M. (2007). Test anxiety in educational contexts: concepts, finding, and future directions. In P.A. Schultz & R. Pekrun (Eds.), *Emotion in education* (pp.165-184) sandiego, CA: Academic press.