

عوامل تنش‌زا و روش‌های مواجهه با آنها در کودکان ۳ ساله شهر قزوین

دکتر سید علی محمد موسوی* مرضیه یعقوبخانی غیاثوند** فاطمه پزشکیان***

A survey on stress and ways of coping with stress in 3-year old children in Qazvin

S.AM Moosavi✉ M Yaghubkhani Ghiasvand F Pezeshkian

دریافت: ۸۳/۱۲/۳ پذیرش: ۸۴/۱۱/۱۱

*Abstract

Background: Studying problems and daily hassles in young children can provide models and frames for stress and also the ways stress could be coped with.

Objective: To recognize and classify the stress and the ways of coping with 3-year old children in Qazvin.

Methods: The present study was basic in nature, and developmental. The study population consisted of 115, 3-year old children of Qazvin. Assessment instrument was a problem check list and demographic questions along with the main test, which included 4 pictorial stories in 4 stages. Results were interpreted both qualitatively and quantitatively.

Findings: Although the children used simple and ordinary responses, they also could use problem solving methods. Children's inappropriate and wrong responses could be considered as predisposing element of later disorders; an important subject to study, yet has gained little attention. The children's coping responses were frequently classified as non-effective however these are called positive responses spent upon developmental ones and proposed in the frame of adaptive strategies.

Conclusion: Finding a suitable model for stress and coping with children requires more thorough investigations.

Keywords: Stress, Child

* چکیده

زمینه: از طریق مطالعه مسائل و مشکلات روزانه کودکان خردسال، می‌توان به الگوها و چهارچوب عوامل تنش‌زا و روش‌های مواجهه‌ای کودکان دسترسی یافت.

هدف: مطالعه به منظور تعیین عوامل تنش‌زا و روش‌های مواجهه با آن در کودکان ۳ ساله شهر قزوین انجام شد.

مواد و روش‌ها: این مطالعه تحلیلی در سال ۱۳۷۸ بر روی ۱۱۵ کودک ۳ ساله ساکن قزوین انجام شد که به روش تصادفی ساده انتخاب شدند. ابزار سنجش، فهرست مشکلات، سؤال‌های جمعیت‌شناختی و آزمون اصلی شامل ۴ داستان مصور چهار مرحله‌ای بود. داده‌ها به دو شیوه کمی و کیفی تجزیه و تحلیل شدند که در سطح کمی از آزمون تی مستقل استفاده شد.

یافته‌ها: کودکان مورد مطالعه بیش‌تر از پاسخ‌های ساده و معمولی و گاهی نیز از شیوه مسأله‌گشایی استفاده می‌کردند. پاسخ‌های مواجهه‌ای کودکان، بیش‌تر در دسته ناکارآمد قرار داشت.

نتیجه‌گیری: بررسی کامل‌تر و تکمیلی این پژوهش می‌تواند به الگوی استرس و پاسخ‌های مواجهه‌ای کودکان منتج شود.

کلیدواژه‌ها: تنش، کودکان

* استادیار گروه روان‌شناسی دانشگاه بین‌المللی امام خمینی قزوین

** مربی و عضو هیأت علمی گروه روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی اهر

*** کارشناسی ارشد روان‌شناسی سازمان بهزیستی استان قزوین

آدرس مکاتبه: قزوین، دانشگاه بین‌المللی امام خمینی، دانشکده علوم انسانی، گروه روان‌شناسی، تلفن ۳۷۸۰۰۲۱

✉E.mail: mousavi 1957@yahoo.com

*** مقدمه :**

کافر نیز نقش خانواده، به خصوص مادر را در تنش‌های کودکی مورد تأکید قرار دادند.^(۱۴و۱۵و۱۶) پارک و وو رابطه مسأله‌گشایی و رشد روانی را مطرح کردند و به گسترش مسأله‌گشایی همسو با رشد روانی تأکید کردند.^(۱۷) البته تحقیق روس من و گامبل که از طریق داستان‌گویی، رابطه تنش و عواطف کودکان را مطالعه کردند، کامل‌تر بود و نشان داد مداخله والدین، به ویژه مداخله مادران برای کسب مهارت‌های بیش‌تر و بازنمایی مقابله‌های مناسب‌تر مؤثر است.^(۱۸)

مرور مطالعه‌های مذکور حاکی از ابراز دیدگاه‌های مختلف و نتایج متفاوت است، اما مشکلات روزمره دوره خردسالی بررسی نشده است. مطالعه حاضر به بررسی تنش‌ها و پاسخ‌های مواجهه‌ای کودکان ۳ تا ۴ ساله با هدف شناسایی و دسته‌بندی پاسخ‌های این کودکان پرداخته است. طرح روش‌شناسی جدید در مطالعه تنش‌های کودکان و استنتاج الگوی مقابله‌ای با تنش‌ها در کودکان قزوینی (ایرانی) نیز از دیگر اهداف پژوهش حاضر است.

*** مواد و روش‌ها :**

این مطالعه تحلیلی در سال ۱۳۷۸ بر روی کودکان ۳ ساله قزوین انجام شد. از ۶۰۰ کودک متولد تیر و مرداد ۱۳۷۵ و ساکن شهر قزوین، ۳۰۰ نفر به طور تصادفی ساده گزیده شدند. این تعداد بیش از حد مورد نیاز بود تا در صورتی که عده‌ای از کودکان مراجعه نکردند، نتایج پژوهش قابل استناد و معتبر باشد. در نهایت ۱۱۵ نفر در آزمون‌های اصلی و نهایی شرکت کردند که این تعداد حدود ۲۰ درصد جامعه هدف بودند.

برای جمع‌آوری داده‌ها از فهرست مشکلات کودکان و پرسش‌نامه جمعیت‌شناختی استفاده شد. آزمون اصلی شامل ۴ داستان مصور بود که طی ۴ مرحله طراحی و تکمیل شد. این آزمون، ۴ جنبه شناختی، رفتاری، اجتماعی و عاطفی را در بر داشت. هر داستان در ۴ کارت تنظیم شد. کودکان تصاویر هر داستان را مشاهده می‌کردند و به طور همزمان داستان مربوط نیز خوانده می‌شد. قهرمانان داستان

بحث درباره تنش در سه حوزه معنای تنش، مطالعه تفاوت‌های فردی در پاسخ به تنش و ارتباط تنش با رشد روانی فراگیر مطرح شده و رابطه تنش‌ها با رشد روانی انسان و بهداشت روانی نیز مد نظر قرار گرفته است.^(۱) بر مبنای جهت‌گیری جدید، تنش‌های موجود در کودکان خردسال و چگونگی مواجهه این گروه از کودکان مورد توجه قرار می‌گیرد. اما غالب این بررسی‌ها، دوره دوم کودکی یعنی حدود ۶ تا ۱۰ سالگی را در برمی‌گیرد. از این رو، وضعیت تنش در دوره اول کودکی (کم‌تر از ۶ سالگی) به وضوح معلوم نیست.

بحث درباره مواجهه با تنش‌ها به موضوع مسأله‌گشایی در حیطه روان‌شناسی شناختی مربوط می‌شود.^(۲) مواجهه با مشکلات روزمره نیز نوعی مسأله‌گشایی تلقی می‌شود که از حدود ۲ سالگی و با شروع فکر درباره پدیده‌ها و امکان بازنمایی ذهنی، امکان‌پذیر می‌شود.^(۳)

طی چهار دهه گذشته، رابطه اتفاق‌های منفی با رشد روانی مورد توجه روان‌شناسان قرار گرفته، به طوری که کامپاز بررسی اتفاق‌های روزمره را بخش جدایی‌ناپذیر نظریه‌های رشد تلقی کرده است.^(۴) در همین دوره، مواجهه با تنش‌های خفیف و درگیری‌های روزانه نیز تبیین و مسأله‌گشایی در دیدگاه‌های دونالد سون، پیاز، برورنر و نظریه پردازش اطلاعات مطرح شد. اما دیدگاه‌های فرلکمن و لازاروس درباره رفتارهای مواجهه‌ای عمومیت و گسترش بیش‌تری یافتند.^(۵و۶و۷و۸و۹) بررسی‌های انجام شده در سال‌های ۱۹۷۰ تا ۱۹۹۹ نشان می‌دهد که تحقیق خاصی درباره تنش‌های کودکان خردسال و روش‌های مواجهه‌ای در کودکان ۳ تا ۴ ساله انجام نشده است. اما تحقیق کری و راس راهبرد رفتاری و شناختی را در کودکان معرفی می‌کند.^(۱۰)

تحقیق براون و همکاران به بزرگ‌نمایی جنبه‌های منفی توسط کودکان می‌پردازد.^(۱۱) باند و ویز تشابه روش‌های کودکان و بزرگ‌سالان را مدنظر قرار می‌دهند و اذعان می‌دارند که کودکان مانند بزرگ‌سالان در برابر تنش‌ها فعال هستند.^(۱۲) آلتشولر و رابل روش مواجهه کودکان را به دو نوع اجتناب و گرایش تفکیک کردند.^(۱۳) طی همین سال‌ها پولاری و بولاک رابطه مهاجرت و رشد روانی، اجدا کوویچ نقش خانواده در بروز تنش‌های کودکی و

در دو سطح کمی و کیفی تجزیه و تحلیل شدند که در سطح کمی از آزمون تی مستقل استفاده شد.

* یافته‌ها :

از ۱۱۰ کودک مورد مطالعه ۵۱ نفر (۴۶/۴ درصد) دختر و ۵۹ نفر (۵۴/۶ درصد) پسر بودند. کودکان دختر و پسر به لحاظ کارآمدی پاسخ‌ها تفاوت معنی‌دار نداشتند.

پاسخ‌های ناکارآمد به طور معنی‌دار و در سطح با درجه آزادی ۱۰۰ از پاسخ‌های کارآمد بیش‌تر بود. علاوه بر این تعدادی از پاسخ‌های کودکان به صورت رفع مسؤلیت و به شکل منفعل بود (جدول شماره ۱).

جدول ۱- میانگین و مقدار t پاسخ‌های کارآمد و فعال کودکان به تفکیک جنسیت

نوع پاسخ	جنسیت	تعداد	میانگین	مقدار t
نا کار آمد	دختر	۴۷	$1/37 \pm 1/64$	۰/۴۹۸
	پسر	۵۵	$1/25 \pm 1/51$	
کار آمد	دختر	۴۷	$0/49 \pm 0/36$	۰/۴۶۴
	پسر	۵۵	$0/63 \pm 0/31$	
نا کار آمد	دختر	۴۴	$0/93 \pm 1/20$	۰/۳۴۲
	پسر	۵۵	$1/30 \pm 1/27$	
کار آمد	دختر	۴۴	$0/76 \pm 1/55$	۰/۰
	پسر	۵۵	$1/05 \pm 1/55$	

کودکان برای مواجهه با مشکلات بیش‌تر از جنبه اجتماعی استفاده کرده بودند. پس از جنبه اجتماعی، جنبه رفتاری در رفتارهای مواجهه‌ای کودکان مورد استفاده قرار گرفته بود و جنبه‌های عاطفی و شناختی در رده‌های بعد قرار داشتند. بعضی از فرآیندهای مواجهه‌ای کودکان، جنبه آسیب‌زا و منفی داشتند. مانند گریه کردن، انکار مسأله و اجتناب و طرد. تفکر همگرا در بعد عاطفی و شناختی استفاده نشده و در بعد رفتاری ۲۸ مورد و در بعد اجتماعی ۱۷ مورد، استفاده شده بود (جدول شماره ۲).

جدول ۲- روش‌های مسأله‌گشایی کودکان به تفکیک چهار حیطه شناختی، رفتاری، عاطفی و اجتماعی

نوع پاسخ	عاطفی	شناختی	رفتاری	اجتماعی	جمع
حل کردن مسأله با استفاده از ابزار موجود در تصویر	-	۱۳	۱	-	۱۴
حل کردن مسأله با استفاده از ابزار و وسایلی که در تصویر نیست	-	۱۷	۲۹	۱۶	۶۲

حیوان‌هایی مانند خرگوش، موش، سگ، گربه و گنجشک بودند. وقتی قهرمان داستان با مشکل یا مشکلاتی مواجه می‌شد از کودک سؤال می‌شد، قهرمان چه می‌کند.

شیوه اجرای آزمون به این ترتیب بود که در همان اتاقی که کودک به داستان گوش می‌داد و پاسخ وی ثبت می‌شد، مادر وی نیز حضور داشت اما فاصله مادر به حدی بود که هیچ‌گونه دخالتی در پاسخ کودک ایجاد نمی‌کرد. داستان توسط یک پژوهشیار خوانده می‌شد و پاسخ‌های کودک به وسیله پژوهشیار دوم یادداشت می‌شد. علاوه بر پاسخ‌های کودک، زمان واکنش برای بروز اولین پاسخ و کل پاسخ‌ها ثبت می‌شد.

کلیه پاسخ‌های کودکان به طور موردی بررسی شد. هر پاسخ در ۴ حیطه شناختی، عاطفی، رفتاری و اجتماعی تحلیل و در نهایت ۴۹ طبقه پاسخ دسته‌بندی شد. ارائه راه حل منطقی، عدم تشخیص مسأله، حل کردن مسأله با استفاده از ابزار موجود در تصویر از جمله پاسخ‌هایی بودند که در این طبقات منظور شدند.

پاسخ‌های کودکان از نظر نوع مسأله‌گشایی بررسی و در چهار حوزه عاطفی، شناختی، رفتاری و اجتماعی تحلیل شدند. بنابراین احتمال این که یک پاسخ از یک جنبه بیش‌تر برخوردار باشد و جنبه دیگر را در بر نداشته باشد، وجود داشت.

پاسخ‌های دسته‌بندی شده در قالب کارآمد، ناکارآمد و فعال، غیرفعال طبقه‌بندی شدند. یعنی یا پاسخ منتج به راه حل بود که کارآمد تلقی می‌شد یا به راه‌حل نمی‌رسید که ناکارآمد نامیده می‌شد. اگر آزمودنی در پاسخ خود نقشی را برای خود یا قهرمان در نظر می‌گرفت، پاسخ فعال نام‌گذاری می‌شد اما چنانچه نقشی به خود یا قهرمان نسبت نمی‌داد، غیرفعال نام‌گذاری می‌شد. داده‌ها

۱۷۰	۲۹	۳۶	۵۹	۴۶	ارائه راه حل منطقی
۷	۵	۱	-	۱	تفکر واگرا
۵۵	۱۷	۲۸	-	-	تفکر همگرا
۵۸	۱۳	۳۹	۶	-	پاسخ نامتعارف
۳۴	۱۲	۷	۹	۶	مکتب، بعد پاسخ
۴۱	۱۵	۱۳	۱۳	-	وسعت دادن به محیط تصویر
۶۶	۲۵	۹	۳۰	۲	تنوع پاسخ
۱۶	۴	۳	۳	۶	تفکر جادویی
۵۸	۶	۱۳	۲۹	۱۰	عدم تشخیص مسأله
۴۰	۱۱	۱۹	۲	۸	پاسخ متعارض
۴۵	۹	۲۹	۶	۱	بی سازمانی در پاسخ
۱۱	۲	۳	۶	-	استفاده نابجا از اعضای بدن
۳۸	۶	۱۶	۱۰	۶	اضافات نامربوط به داستان برای مسأله گشایی
۱۱	۱	۴	۱	۵	جاندار پنداری و کمک از اشیاء بی جان
۲۴	۱۲	۵	۳	۴	طرح یک راه حل
۲۴	۲۳	۱	-	-	تشخیص صحیح صورت مسأله
۴	۴	-	-	-	استفاده از ابزارهای فکری و ذهنی برای مسأله گشایی

پاسخ‌دهی به مسائل ساده‌تر و معمولی‌تر، انگیزه بیش‌تری دارند.^(۵) همچنین فیشر، لازارسن و پیازه یادگیری روش‌های شناختی را سخت‌تر از روش‌های اجتماعی و رفتاری می‌دانند.^(۹،۷) بنابراین، نتایج تحقیق حاضر با یافته‌های نظریه‌پردازان مذکور، همسویی و مطابقت دارد.

روش‌های مسأله‌گشایی در کودکان خردسال نشان داد که در سنین خردسالی نیز توانایی قابل توجهی برای مسأله‌گشایی وجود دارد. اما این توانایی، کامل و بدون نقص نیست. علاوه بر آن پاسخ‌های منفی یا نامناسب کودکان می‌تواند زمینه‌ساز اختلال‌های و مشکلات روانی بعدی باشد. یعنی پاسخ‌های مناسب یا نامناسب کودکان قابل تمیز هستند. این یافته از یک سو مبتنی بر نظریه کیس، دونالدسون، اندرسون و برونر است و از سوی دیگر مؤکد این نکته است که پیازه توانایی‌های کودکان را کم‌تر از حد واقعی تشخیص داده است.^(۲ و ۷ و ۸)

در بعضی از پاسخ‌ها، فرآیندهای مثبت و فعال قابل تشخیص بودند. در واقع منفی یا مثبت بودن پاسخ‌ها را می‌توان ملاکی برای زمینه‌های مرضی یا بهنجار تلقی نمود. تحلیل کیفی پاسخ‌ها نشان داد که پاسخ‌های کودکان را می‌توان از سالهای آغاز زندگی مبتنی بر دو جنبه مسأله‌مدار و هیجان‌مدار تفکیک نمود که جنبه هیجان‌مداری زمینه‌های ناهنجاری را نشان می‌دهد.

* بحث و نتیجه‌گیری :

تحلیل نتایج کمی حاکی از آن است که کودکان در مواجهه به شیوه اجتماعی، از تنوع پاسخ‌های بیش‌تری برخوردار بودند و تنوع پاسخ‌های شناختی، محدودتر از بقیه حیطه‌ها است. به نظر می‌رسد درک ساده‌تر مسائل اجتماعی از یک سو و نیاز یا گرایش کودکان به ارتباط‌های اجتماعی از سوی دیگر، موجب می‌شود که مسائل مربوط به پدیده‌های اجتماعی بیش‌تر از بقیه موارد کارایی و استفاده داشته باشند. این موضوع در نظریه دونالدسون نیز مطرح شده که کودکان برای

1. Gore S F, Eckenrode J. Context and process in research on risk and resilience. In: Haggerty & others, (eds). Stress, risk and resilience in children & adolescents. Cambridge(London): University Press, 1994, 2-14
2. Anderson J. Cognitive psychology and its Implications. 3rd ed, USA, W H Freeman Co, 1990, 239-41
3. Sternberg R J, Berg G A. Intellectual development. New York, Cambridge University Press, 1992
4. Compas B F et al. Coping with stressful events in children and young adolescents. Journal of Counseling and Clinical Psychology 1988; 56(3): 405-11
5. Donaldson M. Early childhood development & education. Massachusetts, Basil Black Well Inc, 1991,
۶. جینزبرگ ه، اوپر س. رشد عقلانی کودک از دیدگاه پیاژه، ترجمه ف حقیقی و ف شریعتی، تهران، انتشارات فاطمی، ۱۳۷۱، ۹-۳۳۳
7. Papalia D E, olds S W. Human development: New York Mc Graw-Hill, 1998
8. Case R. Intellectual development. New York, Academic press, 1985, 105-28
9. Folkman S, Lazarus R.S. Personal control and stress and coping processes: a theoretical analysis. Journal of Personality and Social Psychology 1984; 50(3): 571-9
10. Curry S L, Russ S W. Identifying coping strategies in children. J Clin Psych 1985; 14(1): 61-9
11. Brown J M et al. Developmental changes in childrens cognition to stressful and painful situations. Journal of Pediatric Psychology 1986; 11(3): 343-57
12. Band J R, Weisz E B. How to feel better when it feel bad: childrens perspective on

تفاوت‌های جنسیتی در پاسخ‌های کودکان مشهود نبود که نشان می‌دهد تفاوت‌های جنسیتی موجود در سنین بالاتر، ناشی از مداخله‌های فرهنگی، تربیتی و آموزشی است. بنابراین یافته تحقیق با نتایج براون و همکاران مشابه است.^(۱)

میانگین پاسخ‌های ناکارآمد کودکان به طور معنی‌داری بیش‌تر از پاسخ‌های کارآمد بود. در تبیین این یافته می‌توان نقش تحول‌روانی را مدنظر داشت، زیرا پاسخ‌های ناکارآمد کودکان در این مقطع سنی، پاسخ مناسب یا مبتنی بر رشد تلقی می‌شود. هر چه سن کودک بالاتر می‌رود، کارآمدی پاسخ‌های او بیش‌تر می‌شود و از روش‌های بهتر و راهبردهای مناسب‌تر بهره می‌گیرد. این موضوع در نتایج تحقیق باند و همکاران نیز اشاره می‌شود که شیوه‌های مواجهه‌ای کودکان تابعی از سن کودک است و ایجاد روش‌های مقابله‌ای ثانویه نیز با افزایش سن، بیش‌تر می‌شود.^(۱۲)

در نتیجه‌گیری کلی می‌توان گفت که در الگوهای مطرح شده برای مقابله با تنش‌ها، الگوی معروف به مسأله‌مدار و هیجان‌مدار از یک سو و الگوی اجتناب در برابر گرایش از سوی دیگر، الگوهایی هستند که در تبیین پاسخ‌دهی کودکان مورد استفاده قرار می‌گیرند حال آن که به نظر می‌رسد در الگوهای پاسخ‌دهی کودکان لازم است راهبردهای انطباقی از راهبردهای غیرانطباقی متمایز شوند.^(۱۹) تحقیق حاضر را می‌توان یکی از گام‌های اولیه برای رسیدن به این هدف دانست. یعنی در پرتو این نوع تحقیقات، الگویی از مقابله در سنین اولیه کودکی ارائه می‌شود که رفتارهای مواجهه‌ای سازگار را از ناسازگار تفکیک می‌نماید و مشخص می‌کند که کدام رفتارها هر چند که از نظر مقابله ناکارآمد باشند، ناشی از ویژگی‌های رشدی کودکان هستند.

* مراجع :

being of refuge children. *International Review of Psychiatry* 1998; 10(3): 186-95

16. Conner D B et al. Mothers and fathers scaffolding to their 2 years olds during problem solving and literacy interactions. *British Journal of Developmental Psychology* 1997; 15(3): 323-38

17. Park K, Woo N H. Relationship between problem solving & emotional stability in preschool children. *Korean Journal of Child Studies* 1997; 18(2): 267-82

18. Rossmen B B R, Gamble W C. Preschoolers. *Children Health Care* 1997; 26(2): 77-96

19. Fields L, Prinz F L. Coping and adjustment during childhood and adolescence. *Clinical Psychology Review* 1997; 17(8): 937-76

coping with everyday stress. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory & Cognition* 1987; 2247-53

13. Altshuler J 1, Ruble D N. Developmental changes in children awareness of strategies for coping with uncontrollable stress. *Child Development* 1989; 60: 1337-49

14. Pollari J, Bullack J R. When children move: some stressors & coping strategies. *Early Childhood Development & Care* 1988; 41: 113-29

15. Ajdukovic M, Ajdukovic D. Impact of displacement on the psychological well-