

نقش عوامل حمایت روانی اجتماعی بر انطباق پذیری دانش آموزان کنکوری در بحران زلزله

جواد چنگی آشتیانی^۱، سمیه کاظمیان^۲

چکیده

تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۲/۸ - تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۷/۸

هدف: هدف پژوهش حاضرشناسایی تجربه زیسته دانش آموزان کنکوری شهرستان سرپل ذهاب به منظور بررسی نقش عوامل حمایت روانی اجتماعی بر انطباق پذیری آن ها در شرایط بحران زلزله بود. **روش:** پژوهش با رویکرد کیفی و با روش تحلیل محتوا در سال ۱۳۹۷ در شهر سرپل ذهاب انجام شد. نمونه گیری به روش مبتنی بر هدف صورت گرفت و داده ها از طریق مصاحبه نیمه ساختاریافته، با ۱۱ دانش آموز کنکوری شهر سرپل ذهاب تا رسیدن به اشباع اطلاعاتی جمع آوری شد. **یافته ها:** نتایج حاصل از تحلیل یافته ها در ۵ طبقه اصلی «حمایت خانوادگی، حمایت از طریق خود، حمایت مشاوران، حمایت اجتماعی و حمایت معنوی» و با زیر طبقه های متعلق به هر طبقه بیان شد. **نتیجه گیری:** نتایج پژوهش نشان داد که دانش آموزان کنکوری که زلزله را تجربه کرده اند، بعد از مدتی دوری از درس خواندن حمایت خانوادگی، حمایت از طریق خود، حمایت مشاوران، حمایت اجتماعی و حمایت معنوی را دریافت کرده اند. در نتیجه، با تأمین حمایت روانی اجتماعی توانستند بازگشت دوباره به درس خواندن داشته باشند.

کلیدواژه ها: انطباق پذیری و دانش آموزان، زلزله، حمایت روانی اجتماعی، دانش آموزان.

۱. (نویسنده مسئول): دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره توانبخشی، دانشگاه علامه طباطبائی، ایران.

javadchangi@yahoo.com

۲. عضو هیأت علمی دانشکده روان شناسی و علوم تربیتی. گروه مشاوره، دانشگاه علامه طباطبائی، ایران.

مقدمه

بدون تردید یکی از بلایای طبیعی که زندگی انسان را در طول تاریخ تهدید کرده و از مخرب‌ترین پدیده‌های طبیعت محسوب می‌شود و گاه تمدن‌های بشری را منقرض نموده "زلزله" می‌باشد. این پدیده در هر زمانی از سال، روز و یا شب ممکن است رخ دهد، از مهم‌ترین ویژگی‌های این پدیده طبیعی، غیرقابل پیش‌بینی و ناگهانی بودن وقوع آن و همچنین کوتاه بودن زمان برای عکس‌العمل در مقابل آن می‌باشد. (عادلی، ۱۳۸۴). از طرفی سرزمین ما ایران نیز کشوری بلاخیز است و تاریخ نشان می‌دهد که هرچند وقت یک بار بخشی از کشور به خاطر بلایای طبیعی دچار خسارت شده است (صمدی میارکلایی، صمدی میارکلایی و بابایی، ۱۳۹۱). در زلزله و بحران‌های این‌چنینی در معنای وسیع، بحران یک مرحله حساس یا نقطه عطف در تاریخ زندگی یک سیستم اجتماعی است که در آن، سرنوشت سیستم رقم می‌خورد. به عبارت دیگر، بحران یک نقطه گسست در حیات سیستم اجتماعی است که در آن روند عملکرد روزانه یک سیستم از حالت عادی و باثبات خارج شده و رفتاری ناآشنا و غریب از آن نمایان می‌گردد. مشخصه اصلی این وضعیت « غافلگیری، تهدید بالای ارزش‌های اساسی و زمان کم برای تصمیم‌گیری » است. در این شرایط تعادل سیستم اجتماعی به هم می‌خورد، رابطه سه عامل زمان، وظیفه و منابع، مخدوش و دویا سه عامل فوق دارای کسری مهمی می‌گردند (امیری، ۱۳۹۱).

زلزله به عنوان یکی از مخاطرات طبیعی، ممکن است موجب تخریب ساختمان‌های مدارس و اختلال در عملکرد نظام‌های آموزشی شود که این موضوع مانع پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان و موجب کاهش دستاوردهای آموزشی خواهد شد (کانوو و بورکیو^۱، ۲۰۰۷). آمادگی دانش‌آموزان به عنوان بخش اعظم افراد در هر مدرسه بسیار حائز اهمیت است. همچنین سنجش سطح آگاهی دانش‌آموزان به عنوان یکی از آسیب‌پذیرترین

1. Kano, M., Bourque, L

طبقه های اجتماعی در صورت بروز زلزله می تواند رویکردی مؤثر برای کشف ضعف ها و در نهایت افزایش هشیاری و سطح ایمنی آن ها باشد (مهرآئین نزدیک، گلی و مهاجروطن، ۱۳۹۵). همین طور عواملی مانند شیوه های تربیتی، ارزش ها، اعتقادات حاکم بر فرد و جامعه، همسالان، خانواده و آموزش و پرورش در شکل گیری انطباق و سازگاری مؤثر می باشند (طولابی، صمدی و مطهری نژاد، ۱۳۹۲). همچنین سازگاری افراد می تواند در حیطه های مختلفی مطرح شود و ابعاد اجتماعی، خانوادگی، عاطفی، شغلی و... را شامل شود (صبری و خوشبخت، ۱۳۹۳). انطباق یا برون سازی به بیرون توجه دارد و می کوشد تا ساخت شناختی را متناسب با انتظارات محیط تغییر دهد. بدین ترتیب، تغییر یا انطباق ساخت های ذهنی باید با دنیای واقعی هماهنگی مستقیم داشته باشد (مارنات^۱، ۱۹۹۰ ترجمه شریفی و نیکخو، ۱۳۹۴).

از سوی دیگر هرگاه تعادل جسمی و روانی فرد به گونه ای دچار اختلال شود که ناخوشایندی به وی دست دهد، برای ایجاد توازن نیازمند به کارگیری نیروهای درونی و حمایت درونی و حمایت خارجی است، در این صورت اگر در به کارگیری سازوکارهای جدید موفق شود و مسئله را به نفع خود حل کند، فرایند سازگاری ایجاد شده است (رحیم نیا و رسولیان، ۱۳۸۵). حمایت شامل منابع اجتماعی است که افراد آماده دریافت آن هستند تا روابطشان را بهبود ببخشند (لورا، گراهام و ناامنی و رابرت^۲، ۲۰۰۷). حمایت اجتماعی به عنوان حمایتی تعریف می شود که فرد از خانواده، دوستان، سازمان ها و سایر افراد دریافت می کند. تعاملات فرد با خانواده و حمایتی که او از محیط و سایرین دریافت می کند، اثرات مثبتی بر وی دارد و سبب می شود پویایی های روان شناختی او افزایش یافته و به وی در جنبه های عاطفی، شناختی و جسمانی کمک کند (تمنائی فر، منصوری نیک، ۱۳۹۲، نقل از گیولاکتی، ۲۰۱۰). حمایت اجتماعی مفهومی چندبعدی است که به اشکال و طرق مختلف تعریف شده است. برای مثال، می توان آن را به عنوان

1. Marnat, M

2. Laurra, J., Graham, J., Naomi, S & Robert, C

یک منبع فراهم شده توسط دیگران، به عنوان امکاناتی برای مقابله با استرس، یا یک مبادله‌ای از منابع تعریف نمود (شولتز و شوارتزبرگ^۱، ۲۰۰۴). راه‌های مختلفی وجود دارند که از طریق آن‌ها اثرات مستقیم حمایت اجتماعی بر سلامتی افراد تأثیری می‌گذارد. برای مثال افرادی که دارای سطوح بالاتری از حمایت اجتماعی هستند، ممکن است احساس تعلق و عزت نفس آن‌ها بالاتر از کسانی باشد که دارای چینی مزیتی نیستند. این وضعیت منجر به یک چشم انداز مثبت و خوش بینانه می‌گردد که می‌تواند صرف نظر از میزان استرس تجربه شده توسط افراد، برای سلامتی آن‌ها سودمند باشد (سارافینو^۲، ۱۹۹۸). حمایت اجتماعی، صرف نظر از این که فرد تحت تأثیر استرس و فشارهای روانی باشد یا نه، باعث می‌شود فرد از تجارب منفی زندگی پرهیز کند و این امر، اثرات سودمندی بر سلامتی دارد. اثرات سودمند حمایت اجتماعی برای سلامتی افراد، تحت شرایط و موقعیت‌های پرتنش و یا آرام و کم استرس، یکسان و مشابه می‌باشند (سارافینو ترجمه سید علی احمدی، ۱۳۸۴). منابع گوناگونی برای دریافت حمایت اجتماعی وجود دارند که شاید بتوان گفت جنسیت، مذهب و طبقه اجتماعی از مهم‌ترین منابع کسب حمایت می‌باشند (لاندمن و کارلین و همکاران^۳، ۲۰۰۵). بررسی اثرات حمایت اجتماعی و دین داری به عنوان شیوه‌های انطباق با اضطراب، حاکی از آن است که سطوح بالاتر حمایت اجتماعی با سطوح پایین تر اضطراب همبستگی دارد و بیش‌ترین تأثیر دین داری در کاهش اضطراب، از طریق حمایت اجتماعی صورت گرفته که نشان دهنده نقش واسطه‌ای حمایت اجتماعی است (هوگز و همکاران^۴، ۲۰۰۴). افرادی که در شبکه‌های حمایتی قرار دارند، کمتر افسرده‌اند و عمدتاً سلامت روانی بهتری را نسبت به افراد فاقد چنین شبکه هاب حمایتی نشان می‌دهند (قدسی، ۱۳۸۲). فراگوزلو، رحیمی نژاد و رضازاده (۱۳۸۷) در پژوهشی نشان داده‌اند که بین سازگاری و

1. Schulz., & Schwartzberg, R
2. Sarafino, Exward. P.
3. Landman., & Karlien, M, et al.
4. Hughes, J, et al.

حمایت اجتماعی رابطه مستقیم و مثبت معناداری وجود دارد. مطالعات سیسیلا و بلگریو^۱ (۲۰۰۷) نشان داده است که رابطه حمایت اجتماعی و سازگاری معنادار است. سندرا^۲ و همکاران (۲۰۱۰) در مطالعه‌ای با عنوان ارتباط بین منابع متعدد ادراک اجتماعی پشتیبانی و سازگاری روان شناختی و علمی در اوایل نوجوانی انجام دادند یافته‌ها نشان داد که حمایت اجتماعی مخصوصاً از جانب خانواده تأثیر نسبتاً قوی در سازگاری روان شناختی نوجوانان دارد... قمیان، خدادادی زاده، جهانگیری و یوسف نژاد (۱۳۹۵) نشان دادند، براساس مصاحبه‌ها، درون مایه فروپاشی ناگهانی زندگی ارائه گردید که نشان دهنده ارزش مطالعات کیفی در رابطه با درک صحیح از مشکلات مصدومان و بازماندگان بلایای طبیعی به خصوص زلزله می باشد. در مطالعه‌ای در مرکز ملی اختلال استرس پس از سانحه (۱۹۹۹) به دنبال زلزله سال ۱۹۹۹ در کشور ترکیه انجام داد مشخص گردید که ارائه حمایت های روانی و اجتماعی به کودکان و نوجوانان موجب کاهش نشانه ها، بهبود کیفیت زندگی و افزایش سازگاری آنها گردید.

بنابراین با وجود بلاخیز بودن کشور ما و احتمال وقوع دوباره بحران‌هایی هم چون زلزله در آینده و اهمیت در پرداختن به مسئله عوامل مؤثر حمایت روانی اجتماعی قشرهای مختلف همچون قشر دانش آموزان در بحران زلزله، امید است با وجود نبود پژوهش‌های کافی در رابطه با این مسئله، توجه بیشتری به این مسئله بشود. در نتیجه پژوهش حاضر به دنبال این است که بداند نقش عوامل مؤثر حمایت روانی اجتماعی بر انطباق پذیری دانش آموزان کنکوری در بحران زلزله چیست؟

روش

این مطالعه از نوع کیفی بود که با روش تحلیل محتوا^۳ در فروردین ماه ۱۳۹۷ در شهر سر

1. Cecilia, Z & Belgrave, F

2. Sandra, R., Christine, k., & Michelle, D

3. Content analysis

پل ذهاب انجام شد. دانش‌آموزان کنکوری برای پژوهش به صورت هدفمند انتخاب شدند. معیارهای ورود شامل داشتن سلامت روانی، حداکثر دو سال پشت کنکور بودن، دانش‌آموزان کنکوری ساکن سرپل ذهاب بودن و معیارهای خروج هم انصراف و عدم تمایل به شرکت در کنکور، دچار شوک روانی جدی بعد از زلزله بود. نمونه‌گیری به روش مبتنی بر هدف صورت گرفت و تا اشباع داده‌ها و تکمیل کدها و طبقات ادامه یافت. جهت جمع‌آوری داده‌ها از مصاحبه نیمه ساختاریافته با سؤال باز استفاده گردید. در آغاز مصاحبه برای راحتی طرفین و ایجاد صمیمیت بیشتر، هدف از تحقیق بیان گردید و معرفی طرفین انجام شد. سپس سؤال اصلی پژوهش بیان شد. در حین مصاحبه با شرکت‌کنندگان، سؤالات دیگری نیز استخراج و پرسیده شد. سؤالاتی نیز برای روشن شدن مفهوم براساس صحبت‌های شرکت‌کنندگان پرسیده شد.

متوسط زمان مصاحبه‌ها حدود ۳۰ دقیقه بود که توسط دستگاه ضبط دیجیتالی ضبط گردید. در کوتاه‌ترین زمان ممکن مصاحبه‌ها شنیده و کلمه به کلمه بدون هیچ تغییری روی کاغذ پیاده شد. برای تحلیل داده‌ها، روش تحلیل محتوای پنج مرحله‌ای مورد استفاده قرار گرفت. این مراحل شامل مراحل زیر بود: ابتدا کل مصاحبه مکتوب شد. متن کامل مصاحبه برای دریافت درک کلی از محتوا خوانده شد. واحدهای معنا و کدهای ابتدایی مشخص گردید. کدهای مشابه طبقه‌بندی و در طبقات کلی ترقرار گرفت و محتوای نهفته در داده‌ها تعیین شد. برای افزایش اعتبار داده‌ها، پس از تجزیه و تحلیل هر مصاحبه، دوباره به مصاحبه‌شوندگان مراجعه و درستی اطلاعات به دست آمده بررسی گردید و اصلاحاتی صورت گرفت. قسمت‌هایی از متن مصاحبه با کدهای آن و طبقات به دست آمده به یک نفر ناظر ارسال شد تا صحت تجزیه و تحلیل را بررسی نماید. بخش‌هایی از متون مصاحبه‌ها و کدها و طبقات مربوط برای یک استاد و همکار فرستاده شد تا تجزیه و تحلیل‌ها را بررسی نمایند و نظرات اصلاحی خود را بیان کنند.

برای رعایت ملاحظات اخلاقی، در آغاز مصاحبه به مشارکت‌کنندگان درباره هدف پژوهش، روش مصاحبه، اطمینان از محرمانه بودن اطلاعات و حق آن‌ها برای شرکت یا عدم شرکت در مطالعه توضیحات کامل ارائه شد. رضایت آگاهانه از مشارکت‌کنندگان اخذ گردید. زمان و محل مصاحبه نیز با هماهنگی و توافق مشارکت‌کننده مشخص شد تا اختلالی در زندگی روزانه آن‌ها رخ ندهد. اصل رازداری و محرمانه بودن تمامی اطلاعات در هر مرحله از پژوهش به‌طور دقیق رعایت گردید.

یافته‌ها

۱۱ نفر در پژوهش حاضر شرکت نمودند که ۵ نفر پسر و ۶ نفر دختر بودند. اطلاعات به‌دست‌آمده از مصاحبه با مشارکت‌کنندگان، محصول تجربه آن‌ها از زلزله سرپل ذهاب بود که بر اساس پایه علمی تحقیقات کیفی بیان گردید.

۷۳۲ کد اولیه از تجزیه و تحلیل داده‌ها حاصل شد که پس از بازبینی مجدد، به ۶۲۳ کد اولیه تقلیل یافت. پس از بررسی و تحلیل داده‌ها، ۲۹ طبقه استخراج شد. در پژوهش حاضر به درون‌مایه اصلی پرداخته شد. این درون‌مایه شامل "حمایت روانی اجتماعی" با طبقات اصلی "حمایت خانواده، حمایت از طریق خود، حمایت مشاوران، حمایت اجتماعی و حمایت معنوی" بود. طبقات فرعی عبارت است از "مسئولیت‌پذیری و از خودگذشتگی خانواده، نقش همدلانه خانواده، پشتیبان روحی، فکری و اقتصادی از سوی خانواده"، "انطباق‌پذیری با وضعیت بعد از زلزله، تلاش برای رسیدن به هدف، داشتن روحیه سخت‌رویی"، "انتقال عادی‌سازی وضعیت بعد از زلزله، پیگیری وضعیت روانی و درسی دانش‌آموزان"، "نقش شبکه ارتباطی با مردم، فامیل‌ها و دوستان، تأمین مکان امن و وسایل کمک‌آموزشی" و "تکلیف‌مداری در قبال خدا، داشتن فرصت دوباره برای زندگی از سوی خدا" بود (جدول ۱).

جدول ۱. طبقه اصلی و زیر طبقات درون مایه نقش عوامل مؤثر حمایت روانی

اجتماعی بر انطباق پذیری دانش آموزان کنکوری در بحران زلزله

کدهای استخراج شده	زیر طبقات	طبقه اصلی	درون مایه اصلی
آرزوی رسیدن به موفقیت برای فرزندان از سوی خانواده احساس مسئولیت خانواده در قبال فرزند پیگیری وضعیت درس خواندن فرزند از سوی خانواده از خودگذشتگی خانواده به منظور ایجاد مکان امن برای فرزند درک وضعیت فرزند از سوی خانواده	مسئولیت پذیری و از خودگذشتگی خانواده نقش همدلانه خانواده پشتیبان روحی، فکری و اقتصادی از سوی خانواده	حمایت خانوادگی	حمایت روانی اجتماعی دانش آموزان کنکور
داشتن روحیه خودباوری در وضعیت بحران برگشت دوباره به درس خواندن بعد از زلزله وفق دادن خود با وضعیت به وجود آمده قدر امکانات قبلی را دانستن در شرایط بحران رسیدن به فهم خوبی ها و بدی های زلزله از طریق کسب تجربه استقامت بیشتر از طریق تداعی تجربیات سخت زلزله تا خودت نخواهی اتفاقی نمی افتد	انطباق پذیری با وضعیت بعد از زلزله تلاش برای رسیدن به هدف داشتن روحیه سخت رویی	حمایت از طریق خود	
داشتن احساس مسئولیت پذیری در قبال دانش آموزان پیگیری وضعیت درس دانش آموزان دادن روحیه و ایجاد انگیزه در دانش آموزان تغییر نگاه دانش آموزان از شرایط بحران ایجاد امید برای دانش آموزان	انتقال عادی سازی وضعیت بعد از زلزله پیگیری وضعیت روانی و درسی دانش آموزان	حمایت مشاوران	
تهیه کانکس برای بهبود وضعیت درس خواندن دانش آموزان توسط خیرها تهیه کتاب برای بهبود وضعیت درس خواندن دانش آموزان توسط خیرها	نقش شبکه ارتباطی با مردم، فامیل ها و دوستان تأمین مکان امن و وسایل	حمایت اجتماعی	

کدهای استخراج‌شده	زیرطبقات	طبقه اصلی	درون‌مایه اصلی
تهیه اقلام و وسایل کمکی برای زندگی زلزله‌زدگان توسط خیرها کمک‌های مردمی همه‌ی ایران برای زلزله‌زدگان روحیه دادن و موردتوجه واقع شدن از طرف خانواده و دوستان توجه و ابراز همدردی همه‌ی مردم ایران به زلزله‌زدگان	کمک‌آموزشی		
زنده ماندن در زلزله، فرصتی دوباره برای زندگی کردن از طرف خدا تشکر از خدا به خاطر زنده ماندن پی بردن به بزرگی و حکمت خداوند در زلزله گرفتن چیزی و دادن چیزی دیگر از سوی خدا در زلزله یاد کردن خداوند در شرایط بحرانی اوایل زلزله	تکلیف‌مداری در قبال خدا داشتن فرصت دوباره برای زندگی از سوی خدا	حمایت معنوی	

بر اساس گفته‌های شرکت‌کنندگان، مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار در بازگشت دوباره به درس بعد از زلزله، حمایت خانواده، حمایت از طریق خود، حمایت مشاوران، حمایت اجتماعی و حمایت معنوی بود.

حمایت خانوادگی: یکی از مهم‌ترین موارد به دست آمده از درون‌مایه اصلی "حمایت خانوادگی" بود که با طبقات فرعی مسئولیت‌پذیری و از خودگذشتگی خانواده، نقش همدلانه خانواده، پشتیبان روحی، فکری و اقتصادی از سوی خانواده مشخص گردید.

مسئولیت‌پذیری و از خودگذشتگی خانواده در بازگشت دوباره دانش‌آموزان به درس خواندن یکی از مواردی بود که بارها توسط دانش‌آموزان کنکوری زلزله‌زده در مصاحبه بیان شد. "مثلاً یادمه روزهای اول بعد زلزله با پدرم که در چادر بودیم، نگران بود و همه‌اش می‌گفت من مطمئنم که جایی را برای درس خواندن درست می‌کنم تا اینکه بعد جایی فراهم شد و برای درس خواندن خیلی تشویقم کرد" (شرکت‌کننده ۱۰).

یکی دیگر از موارد ذکر شده نقش همدلانه خانواده بود. "پدر و مادر من خیلی بزرگوار هستند و شرایط را می فهمند چون این کانکس را اختصاصاً دادن به من و خودشان در چادر هستند تا من بتوانم در کانکس درس بخوانم" (شرکت کننده ۴).

پشتیبان روحی، فکری و اقتصادی از سوی خانواده یکی دیگر از عوامل حمایتی در حمایت روانی و اجتماعی دانش آموزان زلزله زده بود. "هیچ وقت نگذاشتند یک کمبود باشد که تحقیر بشوم پیش بقیه و انرژی زیاد گذاشتن تا اعتماد به نفسمان از بین نرود و حمایت زیادی خانواده کردند. خانواده من علی رغم اینکه کلاس خواستم بعد از زلزله کلاس ریاضی فرستادند، کتاب هایم هزینه زیادی داشتند و همین الانم که می گم کتابی که می خواهم فقط باید اسمش را بیاورم تا تهیه کنند و حتی فشار مالی هم که باشد تهیه می کنند و مهم نیست برای خانواده ام. خانواده ام هیچ وقت انرژی منفی نفرستادن و واقعاً بهم انرژی می دهند" (شرکت کننده ۸).

حمایت از طریق خود: در این زمینه پس از آنالیز مصاحبه ها، مهم ترین مواردی که به دست آمد، انطباق پذیری با وضعیت بعد از زلزله "بعد از زلزله پدرم، دوتا از خواهرام و پدر بزرگم فوت شدند و خانه مان تخریب شد و حدود یک ماه و نیم توشوک بودم، اصلاً بی خیال درس شده بودم که بعد دو ماه دوباره نشستم برای کنکور بخوانم و در این شرایط حالا شما خودت بخشی دیگه آن ها بر نمی گردند و شرایط بر نمی گردد و همین صحبت ها که انتهایش به امید ختم می شود خیلی تأثیرگذار هست و آدم را توفکر فرو می بره که دیگر کاری که شده آدم باید خوش را با این شرایط وفق بدهد و کاری که شده و کاری که از دست کسی بر نمی آید" (شرکت کننده ۱۱).

یکی دیگر از عوامل حمایتی از طریق خود تلاش برای رسیدن به هدف است. "ولی بیشتر خودم خواستم درس بخوانم تا اینکه بروم دانشگاه و آینده شغلی داشته باشم و درس بخوانم به خاطر اینکه به خانواده ام کمک کنم و اولش که بروم دانشگاه تا آینده شغلی داشته باشم برای خودم و اینکه به خانواده کمک کنم" (شرکت کننده ۳).

داشتن روحیه سخت رویی هم در بازگشت دوباره دانش‌آموزان کنکوری به درس خواندن مهم بوده است. "من خودم بعد از زلزله بیشتر درس خواندم فقط به خاطر کمبود امکانات بود. اتاق هم نبود و جایی شبیه اتاق خارج از شهر پیدا کردم می‌گفتم از همین هم استفاده کن، در این شرایط درس خواندن مثل این می‌ماند که یک نفر پاهایش را بگیرند و بگویند با پاهایت جایی برو و چند روز بدون پا راه برو و بعد از مدتی که پاهایش را بدهند تا سه روز فقط می‌دود می‌گوید این پایبی که دارم چه حلی می‌دهد. دقیقاً مشابهش دوباره شبیه‌سازی شد مکان دوباره برای درس خواندن دوباره انگار پام را پس دادن، من این پا را داشتم قبل از زلزله و بهش دقت نمی‌کردم ولی بعد از زلزله دارم باهاش می‌دوم" (شرکت‌کننده ۵).

حمایت مشاوران: این مضمون یکی از طبقاتی بود که در صحبت‌های بیشتر شرکت‌کنندگان به روش‌های گوناگون به آن اشاره شد. اصلی‌ترین کدها بعد از تجزیه و تحلیل مصاحبه‌ها شامل انتقال عادی سازی وضعیت بعد از زلزله، پیگیری وضعیت روانی و درسی دانش‌آموزان بود.

"مشاور علاوه بر برنامه ریزی درسی امید هم به ما می‌داد اینکه خودش چقد سختی کشیده در زندگی اش و به ما بعد از زلزله که شرایط سختی داشتیم تعریف می‌کرد و این مشاور مثل خواهر بزرگ تر پشت دخترها و پسرها بود یعنی شاید بگویم دخترها و پسرهایی که بودند پدر و مادرشان این قدر تأثیر نگذاشتند که مشاور به ما کمک کرد و هر وقت مشکل دارم و سؤال دارم خیلی زحمت می‌کشد و جواب می‌دهد" (شرکت‌کننده ۱).

"من واقعاً از مشاورم تشکر می‌کنم، من درس می‌خواندم. روزی ۳-۴ ساعت و مغزم نمی‌کشید و حوصله نداشتم فقط عمومی می‌خواندم و اختصاصی محال بود ولی مشاوره من به حدی تأثیرگذار بود که از ساعت مطالعه ۳-۴ ساعت رساندم به ۱۰-۱۲ ساعت در شرایط خیلی بدتر از قبل، یعنی یک کاری کرد مشاورم که اون ریتم تکرار را برگرداند، دو سه هفته گفت بخوانید و پیگیری می‌کرد. می‌گفتم دیگر نمی‌شود خواند می‌گفت یک روز دیگر تو می‌توانی، امروزم بخوان فردا هم بخوان که دیدم نه کارش درسته

واقعاً پیگیر بود، واقعاً از مشاور چقدر پیگیر بود و ساعت مطالعه ما را چک می کرد" (شرکت کننده ۵).

حمایت اجتماعی: از جمله موارد به دست آمده از این طبقه اصلی نقش شبکه ارتباطی با مردم، فامیل ها و دوستان و تأمین مکان امن و وسایل کمک آموزشی بود. "و نقش دوستم که باهم درس می خوانیم هم خیلی مهم بوده، الان دوستم اگر هفته ای یک بار نصف روز برود خانه و برگردد مثلاً پدر و مادر و برادرانش را ببیند در آن نصف روز تا برگردد اصلاً نمی توانم درس بخوانم و اینکه یکی کنارم هست منم می خوانم و حوصلم سر نمی رود و عصبی نمی شوم" (شرکت کننده ۲).

"وقتی زلزله آمد یک ماه و نیم اصلاً کتاب باز نکردم چون کتاب نداشتم، کتاب بازکنم. بعد یکسری خیر از اصفهان آمدند اینجا کتاب ها را برای جمع آوری کردند و بعد شروع کردم به درس خواندن و اگر کتاب ها نبود من درس نمی خواندم این باعث شد دوباره درس بخوانم" (شرکت کننده ۶).

حمایت معنوی: در این طبقه اصلی پس از تجزیه و تحلیل مصاحبه ها، مهم ترین موارد به دست آمده، تکلیف مداری در قبال خدا "در کنار عوامل خانوادگی عوامل اعتقادی هم در درس خواندن مثبت بوده و فکراینکه یک شخص باسواد و با یک رتبه خوب همیشه دین و اعتقاداتم بهم کمک کرده و خودم را سرباز می دانستم که دارم وظیفه ام را انجام می دهم و باید خدمت کنم و به اعتقاداتم باور دارم و این بهم کمک کرده است" (شرکت کننده ۸).

"ساعت ۹:۴۱ دقیقه که زلزله آمد، مرگ را به چشمان خودمان دیدیم، عظمت خدا را دیدیم، معجزه خدا را دیدیم، دیدیم که اگر خدا بخواهد ما را در ۱۵ ثانیه زیر و رو می کند. حالا خدا را شکر سالم به دربردییم و حالا دیگر امیدمان به خداست و درس می خوانیم هر چی قسمت باشه" (شرکت کننده ۷).

بحث و نتیجه گیری

مطالعه حاضر حاصل یک پژوهش کیفی در مورد نقش عوامل مؤثر حمایت روانی اجتماعی بر انطباق پذیری دانش آموزان کنکوری شهر سرپل ذهاب در بحران زلزله بود. بدین ترتیب ابعاد خاصی از منابع حمایتی و کمک کننده به بازگشت مجدد دانش آموزان به درس خواندن مانند حمایت خانواده، حمایت از طریق خود، حمایت مشاوران، حمایت اجتماعی و حمایت معنوی در این بحران مشخص گردید.

حمایت خانوادگی که شامل مسئولیت پذیری و از خودگذشتگی خانواده، نقش همدلانه خانواده، پشتیبان روحی، فکری و اقتصادی از سوی خانواده است، نقش اساسی در ایجاد حمایت روانی اجتماعی دانش آموزان و بازگشتشان به درس خواندن در بحران زلزله داشته است. به طوری که نقش خانواده در ایجاد حمایت روانی اجتماعی در بحران زلزله را دانش آموزان کنکوری بارها اشاره کردند و با نتایج مطالعات افشانی و فرقانی (۱۳۹۶) همخوانی دارد. یکی دیگر از عوامل مهم حمایت روانی اجتماعی بر انطباق پذیری دانش آموزان کنکوری در شرایط زلزله حمایت از طریق خود شامل انطباق پذیری با وضعیت بعد از زلزله، تلاش برای رسیدن به هدف و داشتن روحیه سخت رویی بود. این موارد نشان از نقش بسیار پررنگ خود فرد در بازیابی مجدد و انطباق با وضعیت بحران در زلزله است که به عنوان یکی از عوامل کمکی مهم در ایجاد انطباق پذیری دانش آموزان کنکوری به منظور شروع مجدد بعد از مدتی دوری از درس خواندن بعد از زلزله بود. یکی از اظهارات قابل توجه دانش آموزان این بود که تا زمانی که خودت نخواهی اتفاقی نمی افتد و ما با وجود شرایط سخت بعد زلزله خواستیم دوباره برای رسیدن به هدفمان درس بخوانیم. وجود گروه های مشاوره ای به منظور ارائه خدمات روان شناختی در بحران زلزله از جمله موارد دیگری بود که به تقویت در حمایت روانی اجتماعی و انطباق پذیری دانش آموزان کنکوری کمک کرده بود و این حمایت در قالب انتقال عادی سازی وضعیت بعد از زلزله و پیگیری وضعیت روانی و درسی دانش آموزان بیان شد و گروه حمایت های روانی اجتماعی مقصود تیمی است متشکل از یک

روان‌پزشک، یک روان‌شناس و در صورت امکان یک مددکار اجتماعی (یا سایر متخصصین برحسب ضرورت) که عمده وظیفه مداخله در بحران و ارائه مداخلات روانی - اجتماعی را به عهده می‌گیرد و به صورت سیار به محل اسکان افراد آسیب‌دیده مراجعه نموده و پس از غربال‌گری آنان از نظر وجود علائم روانی ناشی از تروما، در قالب گروه‌های مشاوره‌ای، مداخلات روانی - اجتماعی لازم را ارائه می‌نمایند (یاسمی، مهدوی زاده، قربانی، کوهی حبیبی، امین اسماعیلی و همکاران، ۱۳۸۸) و با نتایج یافته‌های روستایی، اردکانی و رایگان (۱۳۹۵) همسو است. حمایت اجتماعی هم یکی دیگر از عوامل بیان شده توسط دانش‌آموزان کنکوری در ایجاد انطباق‌پذیری خاطر برای شروع دوباره‌شان به درس خواندن بود و این حمایت به منزله وجود کسانی که پشتیبان آن‌ها برای مقابله با بحران زلزله کمکشان می‌کنند، همراه بود که ویز^۱ (۲۰۰۲) نشان داده است حمایت اجتماعی تأثیر مثبتی بر سازگاری دارد. در نهایت حمایت معنوی هم از جمله مورد بسیار تسکین‌دهنده برای دانش‌آموزان در به وجود آمدن فرایند انطباق‌پذیری بعد از زلزله به منظور بازگشت دوباره به درس خواندن به عنوان اهرمی حمایتی بود که توجه به مسائل معنویت در ارتباط با ایجاد و تقویت فرایند انطباق‌پذیری در پژوهش‌های بسیاری از جمله در پژوهش شمس اسفند، رمضانی، متین نژاد و عطائیان (۱۳۹۴) و حسنی، احمدی و میردریکوندی (۱۳۹۰) به آن اشاره شده است.

بنابراین بحران‌ها در هر سطحی وضعیتی ناهمگون و آشفتگی را به دنبال دارد. با فهم از این مسئله لزوم رسیدگی به طبقات آسیب‌پذیر در بحران‌هایی همچون زلزله و توجه به قشر دانش‌آموزان کنکوری در بحران زلزله به منظور بازیابی مجددشان برای درس خواندن بسیار مهم است. لزوم پیشگیری، مدیریت شرایط بحرانی، پاسخ مناسب و بازگشت شرایط زندگی به قبل از بحران، شناخت درست بحران‌ها و اثرات آن‌ها برای طبقات آسیب‌پذیر در بحران‌هایی هم چون زلزله بسیار ضروری است و با وجود دانستن عوامل

1. Weiss, M

مؤثر حمایت روانی اجتماعی بر انطباق‌پذیری دانش‌آموزان کنکوری زلزله‌زده، می‌توان برنامه‌های جامع عملیاتی را به کار گرفت.

در اینجا این توضیح لازم است که این مطالعه کیفی بوده و سعی در کشف و شناسایی آنچه وجود دارد، داشته است. لذا اینکه این عوامل مؤثر حمایت روانی اجتماعی از چه فراوانی برخوردار است و یا با چه متغیرهایی ارتباط دقیق دارند، مشخص نمی‌کند. همچنین نبود مکان آرام و مشخص برای مصاحبه و انجام مصاحبه در چادر و کانکس از جمله مورد محدودکننده در اجرای پژوهش بود. در نتیجه پیشنهاد می‌شود بر اساس یافته‌های این پژوهش، برنامه‌های جامع عملیاتی را بر اساس عوامل مؤثر حمایت‌های روانی اجتماعی استخراج شده از پژوهش حاضر در فرایند انطباق‌پذیری و بازگشت مجدد به درس خواندن برای دانش‌آموزان کنکوری زلزله‌زده در مدیریت بحران به کار گرفت. امید است پژوهش حاضر آغازی بر شروع چنین مطالعاتی به صورت کیفی باشد تا جنبه‌های واقعی بحران برای طبقات مختلف آسیب‌پذیر در بحران‌ها مشخص گردد و با توجه به شناسایی مسئله از این مطالعات در برنامه‌ریزی و مدیریت به موقع و صحیح بحران‌ها برای بهبود وضعیت آسیب‌پذیری طبقات مختلف از جمله دانش‌آموزان کنکوری زلزله‌زده استفاده شود.

منابع

- افشانی، علیرضا و فرقانی، مهناز. (۱۳۹۶). مطالعه تطبیقی ارتباط سرمایه اجتماعی و احساس امنیت اجتماعی بین والدین و فرزندان ساکن شهریزد. فصلنامه پژوهش‌های امنیت و نظم اجتماعی. ۶ (۱): ۱۶-۱.
- امیری عبدالرضا. (۱۳۹۱). پژوهش‌نامه امنیت اجتماعی (مبانی و مسائل امنیت اجتماعی؛ رویکردی ایرانی). تهران: انتشارات پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.
- تمنائی‌فر، محمدرضا، منصوری نیک، اعظم (۱۳۹۲). پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس رگه‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی و بهزیستی معنوی. فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی، ۲۹ (۸): ۷۲-۹۲.
- حسنی، رمضانعلی، احمدی، محمد رضا و میردیکوندی، رحیم. (۱۳۹۰). بررسی رابطه بین خوش‌بینی اسلامی، خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن و امنیت روانی. فصلنامه روان‌شناسی و دین. ۴ (۴): ۱۰۲-۷۵.
- رحیم‌نیا، محسن، رسولیان، مریم. (۱۳۸۵). مقایسه مکانیزم‌های سازگاری نوجوانان کانون اصلاح و تربیت و

- نوجوانان دبیرستانی. مجله روانپزشکی و روان شناسی بالینی ایران. ۱۲ (۱): ۲۹-۳۵.
- روستایی صدرآبادی، حمید، جماعتی اردکانی، راضیه و رایگان، محمود. (۱۳۹۶). تأثیر اصل صحت بر امنیت روانی فرد و جامعه. فصلنامه حکومت اسلامی. ۲۲ (۱): ۱۶۰-۱۳۹.
- سارافینو اودارد. (۱۳۸۴). روان شناسی سلامت، ترجمه سید علی احمدی، تهران، انتشارات رشد.
- شمس اسفندآباد، حسن، رضائی خوراسگانی، مریم، متین نژاد، اعظم و جاهد عطائیان، پندار. (۱۳۹۴). ابعاد مختلف دینداری و امنیت روانی. فصلنامه تازه‌های روان درمانی. ۲۰ (۷۵ و ۷۶): ۶۴-۳۴.
- صبری، مصطفی؛ خوشبخت، فریبا. (۱۳۹۳). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و سازگاری اجتماعی: نقش واسطه‌ای هوش هیجانی. فصلنامه روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی، ۱۱ (۴۲): ۱۸۱-۱۹۴.
- صمدی میارکلاهی، حمزه، بابایی، عباس و صمدی میارکلاهی، حسین. (۱۳۹۱). ضرورت و اهمیت نقش هلال احمر در حوادث و بلایای طبیعی در مدیریت بحران. فصلنامه امداد و نجات، ۴ (۳): ۹۶-۱۰۶.
- طولایی، زینب؛ صمدی، سعید؛ مطهری نژاد، فاطمه. (۱۳۹۲). بررسی نقش میانجی عزت نفس و خودکارآمدی در رابطه بین سبک زندگی اسلامی و سازگاری اجتماعی جوانان شهر مشهد. فصلنامه مطالعات جامعه‌شناختی جوانان، ۳ (۹): ۱۱۵-۱۳۲.
- عادلی، علیرضا. (۱۳۸۴). ارزیابی عملکرد ناجا در برقراری نظم و امنیت شهرستان بم، پایان نامه کارشناسی ارشد، دافوس ناجا.
- قدسی، علی محمدی. (۱۳۸۵). ارتباط حمایت اجتماعی با ساختارهای ایمنی بدن در افراد سالم: بررسی مدل تأثیر کلی، مجله روانپزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران (اندیشه و رفتار). ۱۲ (۲): ۱۳۹-۱۳۴.
- فراگوزلو، فاطمه، رحیمی نژاد، عباس، و رضازاده، محمدرضا. (۱۳۸۷). بررسی رابطه حمایت اجتماعی خانواده و دوستان با سازگاری آموزشی دانشجویان. مجموعه مقالات سومین کنگره ملی آسیب-شناسی خانواده. تهران. ایران. اردیبهشت، دانشگاه شهید بهشتی، ۲۳-۲۶.
- قمیان، زهره، خدادای زاده، علی، جهانگیری، کتابیون و یوسف نژاد، صادق. (۱۳۹۵). تجربه زلزله بم، فروپاشی ناگهانی زندگی در چند ثانیه: یک مطالعه کیفی. مجله تحقیقات کیفی در علوم سلامت. ۶ (۴): ۴۲۶-۴۰۴.
- مارنات، گری گراث. (۱۹۹۰). راهنمای سنجش روانی: برای روان‌شناسان بالینی، مشاوران و روانپزشکان. (جلد اول)، ترجمه: شریفی، حسن پاشا. نیکخو، محمدرضا. (چاپ چهارم). (۱۳۹۴). تهران: انتشارات سخن.
- مهرآیین نزدیک، زهرا، گلی، علی و مهاجر وطن، علی. (۱۳۹۵). ارزیابی سطح آگاهی دانش‌آموزان متوسطه اول شهر شیراز برای مواجهه با مخاطره‌ی زلزله، فصلنامه دانش مخاطرات، ۳ (۴): ۳۳۱-۳۴.
- یاسمی، محمد تقی؛ مهدوی هزاوه، نیلوفر؛ قربانی، بهزاد؛ کوهی حبیبی، لاله؛ امین اسماعیلی، معصومه؛ محسنی فر، ستاره. (۱۳۸۸). حمایت‌های روانی - اجتماعی در بلایا و حوادث غیر مترقبه (کتابچه پزشکان عمومی)، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی معاونت سلامت، دفتر سلامت روانی - اجتماعی و اعتیاد اداره سلام روان.

- Cecilia, Z. M. Belgrave, F.(2007). Stress, social support, and college adjustment among Latino students. *Cultural Diversity and Mental Health*. 2(3): 193-203.
- Hughes, et al. (2004). Social support and Religiosity as coping Strategies for Anxiety in Hospitalized Cardiac Patients, *Annual Behavior Medicine*, Vol. 28 (3): pp 179 – 185.
- Kano, Megumi; Bourque, Linda B. (2007). “Experiences with and preparedness for emergencies and disasters among public schools in California”. *Journal of NASSP Bulletin*. 91(3): 201-218.
- Landman-Peters, Karlien M.C. et al., (2005). Gender differences in the relation between social support, problems in parent-offspring communication, and depression and anxiety, *Social Sciences & Medicine*, 60, pp 2549-59.
- Laurra, J., Graham, J.; Naomi, S. & Robert, C. (2007). Social support, self-esteem, and stress as predictors of adjustment to university among first-year under graduates, *Journal of college Student Development*, 48 (3). 259-2740.
- National center for Post Traumatic Stress Disorder, "Turkey Earthquake in 1999 & posttraumatic stress". (2000). Department of Veterans Affairs, Anational center for PTSD fact sheet.
- Sandra Yu Rueger; Christine Kerres Malecki; Michelle Kilpatrick; Demara.(2010). Relationship between Multiple Sources of Perceived Social Support and Psychological and Academic Adjustment in Early Adolescence: Comparisons across Gender. *Journal of outh and Adolescence*, 39(1).47-6
- Sarafino, Exward. P. (1998). *Health psychology*, third Edition, New York john wiley and sons.
- Schulz, Ute & Schwartzberg, Ralf (2004). Long – term of spousal support on coping with cancer after surgery, *Journal of social and clinical Psychology*, 23 (5), pp 716 – 32.
- Weiss, M. J. (2002). Hardiness and social support as predictors of stress in mothers of typical children, children with autism, and children with mental retardation *Autism*. 6: 115-130.