

به نام خدا

رابطه بین سطح تحول و کیفیت زندگی

مولفان :

نسیم تیموری اصل

زری کنگاور نظری

زینب حسنلو

امیرعلی بازرگان

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۲)

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

chaponashr.ir

سرشناسه: تیموری اصل، نسیم، ۱۳۶۵-
عنوان و نام پدیدآور: رابطه بین سطح تحول و کیفیت زندگی / مولفان نسیم تیموری اصل،
زری کنگاور نظری، زینب حسنلو، امیرعلی بازرگان.
مشخصات نشر: ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری: ۶۵ ص.
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۷۰۰-۴
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
یادداشت: کتابنامه ص ۶۵-۵۹.
موضوع: سطح تحول - کیفیت زندگی
شناسه افزوده: کنگاور نظری، زری، ۱۳۵۴
شناسه افزوده: حسنلو، زینب، ۱۳۷۰
شناسه افزوده: بازرگان، امیرعلی، ۱۳۶۶
رده بندی کنگره: LC۴۷۱۱
رده بندی دیویی: ۳۷۱/۹۰۹۵۹
شماره کتابشناسی ملی: ۹۴۲۳۱۶۰
اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا

نام کتاب: رابطه بین سطح تحول و کیفیت زندگی
مولفان: نسیم تیموری اصل - زری کنگاور نظری - زینب حسنلو - امیرعلی بازرگان
ناشر: ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)
صفحه آرای، تنظیم و طرح جلد: پروانه مهاجر
تیراژ: ۱۰۰۰ جلد
نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۲
چاپ: زبرجد
قیمت: ۶۰۰۰۰ تومان
فروش نسخه الکترونیکی - کتاب‌رسان:
<https://chaponashr.ir/ketabresan>
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۳۳۹-۷۰۰-۴
تلفن مرکز پخش: ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵
www.chaponashr.ir



فهرست مطالب

۷.....	مقدمه
۱۲.....	اهمیت موضوع
۱۷.....	فصل دوم
۱۸.....	مقدمه
۱۸.....	مفهوم کیفیت زندگی
۲۳.....	شاخصهای کیفیت زندگی
۲۵.....	الگوهای کیفیت زندگی
۲۷.....	مفهوم مکانیسمهای دفاعی
۳۰.....	سطوح مکانیسم های دفاعی
۳۴.....	مکانیسمهای دفاعی و کیفیت زندگی
۳۵.....	سطح تحول من
۳۷.....	سطح تحول من از دیدگاه صاحب نظران
۴۱.....	دیدگاه های مختلف در مورد «من»
۴۵.....	سطح تحول من و مکانیسم دفاعی

مکانیسم تحول یافته، تحول نیافته و روان رنجوری و سطح تحول من ۴۸

جمع بندی فصل دوم ۵۵

پیشنهادهایی برای پژوهش‌های بعدی ۵۷

Error! Bookmark not defined. از فرضیات

منابع ۵۹

فصل اول

کلیات

مقدمه

در این فصل، بیان مساله مطرح و سپس اهمیت و ضرورت پژوهش اشاره گردیده، اهداف تحقیق عنوان می شود و بعد از آن سوالات و فرضیات پژوهش مطرح می گردند. در بخش بعدی به اختصار در مورد روش شناسی پژوهش، قلمرو تحقیق و تعاریف متغیرها، مدل مفهومی پژوهش و در نهایت جمع بندی از فصل اول ارائه می شود. کیفیت زندگی مفهومی است که در سه دهه گذشته، تلاش زیادی برای تعریف و اندازه گیری عینی آن انجام شده است. اما با وجود گستردگی تحقیقات انجام شده در این زمینه، هنوز تعریفی واحد و مورد توافق همگان درباره کیفیت زندگی ارائه نشده است. برخی از محققان، کیفیت زندگی را با ردیکرد عینی تعریف کرده و موارد آشکار و مرتبط با معیارهای زندگی از جمله سلامت جسمی، شرایط شخصی، ارتباطات اجتماعی، اقدامات شغلی یا دیگر عوامل اجتماعی و اقتصادی را با کیفیت زندگی معادل دانسته اند (پیترسیلو^۱، ۲۰۱۳، ۶۱۰). همچنین، اغلب صاحب نظران در این زمینه توافق دارند که کیفیت زندگی، حقایق مثبت و منفی زندگی را در کنار یکدیگر قرار داده و مفهومی ذهنی و پویا است. بنابراین، ذهنی به این معناست که به طور حتم باید توسط خود شخص و براساس نظر او و نه فرد جایگزین تعیین گردد و پویا یعنی در طی زمان تغییر خواهد کرد و لذا ضروری است در هر دوره ای اندازه گیری شود. به عبارتی، کیفیت زندگی با مثابه هدف، خط مشی اجتماعی و اقتصادی، دربرگیرنده تمام یا بخش عمده ای از حوزه های زندگی و زیرمجموعه های آن است و علاوه بر بهبود شرایط مادی و غیرمادی فرد، ارزش های جمعی را نیز در برمی گیرد (عیدی، ۱۳۹۷، ۸۶). از طرف دیگر، توجه به کیفیت زندگی

¹ Petrosillo et al

به مثابه یکی از مفاهیم جدید در مطالعات توسعه اجتماعی و رابطه این دو یک ضرورت می تواند در یک کار پژوهشی مورد توجه قرار گیرد. این امر در سازمان های آموزشی به ویژه آموزش و پرورش از اهمیت بیشتری برخوردار است. زیرا آموزش و پرورش نهادی فراگیر، پویا و تاثیرگذار بر رفتارها و هنجارهای آشکار و نهان همه جوانب اخلاقی آحاد جامعه است. بنابراین معلمان در مدارس، مراکز آموزشی، نقش بیار حیاتی در رشد و توسعه اجتماعی یک جامعه ایفا می کنند. در نتیجه آگاهی از کیفیت زندگی آنان از اهمیت بسیاری برخوردار است.

کیفیت زندگی، مفهومی چندبعدی و پیچیده است که تحت تاثیر مولفه هایی چون زمان، مکان، ارزش های فردی و اجتماعی قرار دارد و از این رو، معانی گوناگون برای افراد و گروه های مختلف بر آن مرتبط است. به تعبیر بالدوین، سازه کیفیت زندگی تا اندازه ی مبهم است. از یک سو، کیفیت زندگی فردی به عنوان پنداشتی از چگونگی گذران زندگی فرد مطرح می شود و از بعدی کلی تر، کیفیت موقعیت های زندگی حول یک عامل، موقعیت هایی نظیر محیط پیرامونی و یا فرهنگ در یک جامعه معین را شامل می شود. از منظری دیگر، می توان کیفیت زندگی را در دو سطح خرد و کلان تعریف کرد (براتی ویزدان پناه شاه آبادی، ۱۳۹۰). سطح خرد شاخص هایی نظیر ادراکات کیفیت زندگی، تجارب، ارزش های فردی و معرف های مرتبط مانند، رفاه، خوشبختی و رضایت از زندگی را شامل می شود و سطح کلان شامل، درآمد، اشتغال، مسکن، آموزش و پرورش و سایر شرایط زندگی و محیط است. در رویکردی عملی کیفیت زندگی به عنوان یک مفهوم کلی تعریف می شود که تمام ابعاد زیستی شامل؛ رضایت مادی، نیازهای حیاتی، به علاوه جنبه های انتقالی نظیر توسعه فردی، خودشناسی، بهره از اکوسیستم را پوشش می دهد (شربتیان، ۱۳۹۵).

از سوی دیگر، با توجه به دیدگاه اریکسون، سطح تحول من را می توان به عنوان محور شخصیت در نظر گرفت که به افراد کمک می کند، با تعارض ها و بحران های گوناگون زندگی سازش شوند و اجازه نمی دهد آن ها فردیت را به نیروهای هم سطح کننده جامعه ببازند. تحول من به صورت خودکار روی نمی دهد و وجود من در معرض آسیب پذیری های گوناگون قرار دارد. من برای غلبه کردن بر ناپختگی ها و آسیب پذیری، نسبت به این که تحت مهار کردن امیال غیر قابل قبول و خواسته های محیطی قرار می گیرد، باید منابع یا نیروهایی داشته باشند که یکی از این منابع، مکانیسم های دفاعی می باشد. زمانی که من مسیر تحولی را طی می کند، می توان شاهد چنین وضعیتی در مکانیسم های دفاعی نیز بود (نیومن^۲، ۲۰۰۵). با پیشرفت در سطح تحول من، مکانیسم های دفاعی نیز متحول شده و با افزایش پیچیدگی شناختی، ظرفیت و توانایی من در برقراری تعادل بین خواسته های درون و واقعیت های بیرونی بیشتر می شود (بشارت^۳، ۲۰۱۱).

مکانیسم های دفاعی براساس آن چه از نظریه های روان پویشی می دانیم، فرآیندهای درون روانی ناهشیاری اند که در موقعیت تنیدگی زا و تهدید برانگیز فعال می شوند و اثرهای نامطبوع و دل آزار را از هوشیاری می رانند. ادراک تهدید از منابع درونی و یا از جهان برونی از جانب من، ساختار اخیر را او می دارد تا جایی که می تواند از اضطراب برآمده از این حس تهدیدشدگی برهد و یا لاقلاً از شدت تاب نیارودنی آن بکاهد، اضطرابی که هشیاری آن را تاب نمی آورد. مکانیسم های دفاعی گرچه اضطراب را

² Newman

³Besharat

تخفیف می دهند. اما این جز به تحریف واقعیت به دست نمی آید و آن ها در کارزار مبارزه بین بن و من جانب من را گرفته و به بهای حفظ انسجام و وحدت یافتگی زادگاه خویش، واقعیت را تحریف می کنند.

بررسی مفهوم مکانیزم های دفاعی در روانشناسی با نخستین مقالات فروید در سال ۱۹۳۶ آغاز شد. وی مکانیزم های دفاعی را به عنوان عملیات ذهنی که افکار و احساسات دردناک را از حوزه آگاهی دور نگه می دارند، توصیف کرد (کازمی رضایی، ۱۳۹۷، ۶۸). همچنین، مکانیسم های دفاعی به تلاش های عمدتاً ناخودآگاه و یا خودکار اشاره دارد که برای حفظ ثبات روانی در مواجهه با عوامل تنش آور داخلی و خارجی از طریق اصلاح چگونگی درک واقعیت به کار می رود. افراد در مکانیسم های دفاعی خاصی که به کار می برند با هم اختلاف پیدا می کنند. به این تفاوت های خلق و خوی شناختی، سبک های دفاعی گفته می شود. اندروز، سینگ و باند (۱۹۹۳)، براساس طبقه بندی سلسله مراتبی وایلنت (۱۹۷۱)، در مورد مکانیسم های دفاعی، بیست مکانیسم را به سه سبک دفاعی رشد یافته، روان آززده وار و رشد نیافته تقسیم کردند. مکانیسم های دفاعی رشد یافته به منزله راهبردهای کنار آمدن انطباقی، به هنجار و کارآمد محسوب می شوند. در حالی که مکانیسم های دفاعی روان آززده وار و رشد نیافته، راهبردهای کنار آمدن غیرانطباقی و ناکارآمد هستند (بشارت^۴، ۲۰۱۱). همچنین، پیشینه های معتبری نشان می دهند که در بزرگسالی مکانیسم های دفاعی با متغیرهای شخصیتی و جنبه-هایی از سازش یافتگی و سازش نایافتگی مرتبط هستند. محققان اظهار داشتند، دفاع های تحول یافته با حرمت خود پایدار و پیامدهای مثبتی چون موفقیت شغلی و رضایت و کیفیت زندگی مرتبط هستند. روان تحلیل گری معاصر مکانیزم های دفاعی را بخشی

⁴Besharat