



## بررسی رابطه بین تغییرات خانواده با شوخ طبعی در افراد متأهل

مونا بهنام فرد

کارشناس ارشد مشاوره خانواده

Monabehnamfard@gmail.com

ابوالفضل سعادت

دانشجوی دکتری مشاوره خانواده

saadaticounselor@gmail.com

### چکیده

پژوهش حاضر به منظور بررسی رابطه بین تغییرات خانواده با شوخ طبعی در متأهلین شهر تهران انجام شد. تحقیق فوق از نوع همبستگی بود و جامعه پژوهش شامل کلیه بزرگسالان متأهل در شهر تهران بود و نمونه گیری به صورت هدفمند و در دسترس انجام شد. تعداد افراد نمونه ۲۰۰ نفر و ابزار سنجش در این پژوهش پرسشنامه تغییرات و وقایع خانواده (مک کابین و تامپسون، ۱۹۹۱) و پرسشنامه شوخ طبعی خشوعی (۱۳۸۸) بود. داده های پژوهش پس از استخراج با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج پژوهش نشان داد که بین تغییرات خانواده با شوخ طبعی رابطه معناداری به صورت منفی و معکوس وجود دارد و هرچه تغییرات خانواده بیشتر باشد از میزان شوخ طبعی در افراد نمونه کاسته می گردد و بر عکس.

واژگان کلیدی: تغییرات خانواده، شوخ طبعی، تاهل



## مقدمه

خانواده نخستین نهاد زندگی اجتماعی و نقش بسیار مهمی در شکل گیری عادات و اندیشه های اعضای خانواده دارد. تأثیر نفوذ خانواده بر ابعاد مختلف رشد اجتماعی و عاطفی فرزندان فراوان است. پایه‌ی اولیه‌ی شکل گیری احساس خودارزشمندی<sup>۱</sup>، عزت نفس<sup>۲</sup>، خودانگاره<sup>۳</sup>، پرورش مهارت های اجتماعی، احساس مسئولیت و سایر جنبه های اجتماعی - عاطفی فرزندان در خانواده است (ورشورن<sup>۴</sup>، ۱۹۹۶). همچنین خانواده مهمترین سازمانی است که بستر ساز رشد و رفاه جسمی، روانی و اجتماعی فرزند و عامل رسیدن فرد به تعادل فیزیکی روانی و اجتماعی است (وود<sup>۵</sup>، ۱۹۹۶؛ به نقل از میرزایی علویچه و همکاران، ۱۳۹۲).

امروزه تلاش جهت ارتقای سلامت و پیشگیری از بیماری به سمت خانواده سوق یافته است (سازمان جهانی بهداشت، ۱۳۸۰). نقش خانواده در توسعه اجتماعی غیرقابل چشم پوشی است. اگر جامعه ای از خانواده های سالم و متعادل برخوردار نباشد، نمی تواند ادعای سلامتی کند، خانواده هایی که در آنها زن و شوهر با هم تفاهم دارند و از زندگی احساس رضایت و شادکامی می کنند، کارکرد مناسب تری دارند و نقش خود را بهتر ایفا می کنند (ساروخانی، ۱۳۸۵). خانواده در طول حیات خود دستخوش تغییر و تحولات و شرایط ناگوار می گردد که این شرایط می تواند در صورت عدم کنترل و مدیریت، عملکرد و کارکرد خانواده را مختل کند (خاقانی زاده، ۱۳۸۵).

در خلال چند دهه ی گذشته، ساختار و کارکردهای نهاد خانواده با تغییر و تحولاتی وسیع همراه بوده است. در این زمینه می توان به کاهش باروری و کوچک شدن بعد خانواده، گسترش خانوادگی هسته ای، به تاخیر انداختن ازدواج و فرزندآوری، افزایش طلاق و جدایی، ظهور اشکالی جدید از پیوند میان دو جنس، افزایش خانوارهای زن سرپرست، گذار از تنظیمات هنجاری سنتی ازدواج به انتخاب های فردی مدرن، تغییر روابط جنسیتی و بین نسلی، تغییر از مکمل بودن نقش زنان به سمت برابری و تغییر از روابط فرمان بردارانه به سمت مذاکره و غیره اشاره کرد. چنین تغییراتی در خانواده بعد جهانی دارد و علاوه بر جوامع غربی، در سایر جوامع نیز از گستره و شتابی چشم گیر برخوردار است (گود، ۱۹۶۳؛ تورنتون و همکاران، ۲۰۰۱ و ۲۰۰۴). گرچه گاهی به علت تفاوت های میان فرهنگی، این تغییرات دارای ماهیت نسبتاً متفاوتی هستند. در جامعه‌ی ایران نیز خانواده در طول چند دهه‌ی اخیر عمدتاً به دلیل اجرای سیاست های مبتنی بر برنامه های نوسازی و تغییرات فرهنگی متأثر از آن، شاهد تغییرات متعدد بوده است. در بستر فرایند نوسازی، انشقاق، گسستگی و تضعیف در بین عوامل همبسته‌ی اجتماع سنتی و نهادهای متعارف آن به وجود آمده که خود منجر به ایجاد تغییراتی در ساختار و کارکردهای نهادهای اجتماعی از جمله نهاد خانواده و خویشاوندی شده است (عباسی شوازی و صادقی، ۱۳۸۵). به همین دلیل خانواده به مثابه کوره تغییر تلقی می شود (تورن<sup>۶</sup>، ۲۰۰۳) زیرا بسیاری از تغییرات اتفاق افتاده در نظام اجتماعی بزرگ تر را منعکس می کند (محمد پور و همکاران، ۱۳۸۸).

از جمله تغییرات دیگری که در سال های اخیر بیشتر شاهد بروز آن در خانواده ها هستیم کاهش شادی و شادمانی خانواده و به تبع آن کاهش شوخ طبعی اعضای خانواده است. فرض بر این است که شوخی و شادی به عنوان یک مکانیزم مقابله ای بتواند نقش مفیدی در بین زندگی افراد داشته باشد و افسردگی ناشی از تغییرات و رویدادهای استرس زا در زندگی تا حد زیاد تعدیل کند (بهادری خسروشاهی و خانجانی، ۱۳۹۰).

بی شک انسان ها در طول زندگی روزمره خویش در شرایطی قرار می گیرند که ممکن است کنترل اعصاب و رفتار خود را از دست دهند و یا دچار شرایط ناگوار شوند و تمایل برای رهایی از چنین وضعیت هایی دارند که شوخ طبعی یکی از راه های گریز از این موقعیت ها است (خشوعی، ۱۳۸۶).

شوخ طبعی فعالیتی جهان شمول و مثبت است که افراد متعلق به بافت های اجتماعی و فرهنگی متفاوت در سراسر جهان آن را تجربه می کنند، این اصطلاح به کیفیتی از عمل و گفتار و نوشتار اشاره دارد که موجب تفریح و سرگرمی می شود (مارتین<sup>۷</sup>، ۲۰۰۷) به نقل از علی نیا کروی و همکاران، ۱۳۸۷). در واقع افرادی که از سلامت روان برخوردارند طیفی از احساسات خوب را تجربه می کنند و این احساسات را بروز می دهند، در واقع توانایی لذت بردن از زندگی در هر شرایطی، برای داشتن سلامت روان ضروری است (اسپاتز و پدرسون<sup>۸</sup>، ۲۰۰۵).

- 1 . Self-worth
- 2 . Self steem
- 3 . Self- consept
- 4 . Verschuren
- 5 . Woode
- 6 . Toren
- 7 . Martin
- 8 . Spotts & Pederson



البته شوخ طبعی یک مفهوم چندبعدی است که هم می تواند سلامت روان را بهبود بخشد و هم می تواند تهدیدکننده سلامت روان باشد. شوخ طبعی مکانیزم دفاعی توسعه یافته ای است که به افراد کمک می کند تا با تعارض های هیجانی یا عوامل فشارزای بیرونی از طریق اهمیت دادن به جنبه های طنزآمیز و سرگرم کننده مقابله کنند (راهنمای تشخیصی و آماری اختلال های روانی<sup>۱</sup>، ۱۹۹۴). به نقل از رف.آ. (۲۰۰۶)

تاکنون پژوهش های بسیاری در خصوص شوخ طبعی انجام شده است. خشوعی (۱۳۸۶) نشان داد، افرادی که در شرایط سخت و رویدادهای تنش زا، شوخ طبعی را بکار می برند در مقایسه با افرادی که در شرایط و محیط آرام از شوخ طبعی استفاده می کنند به نظر از لحاظ هیجانی و روانی منعطف ترند. همچنین شوخ طبعی در ارتقای سلامت روانی و جسمانی افراد نقش مهمی ایفا می کند. دیویس و همکاران (۱۹۸۹) در پژوهش خود نشان دادند شوخ طبعی و شادی نه تنها عامل بالابرنده تعامل اجتماعی است بلکه کیفیت ارتباطات بین فردی را نیز بالاتر می برد و وقتی کیفیت روابط بین فردی بالا می رود فرد دچار انگیزه، علاقه و انرژی می شود و در نتیجه افسردگی نیز کاهش می یابد. مارتین و همکاران (۲۰۰۳) نشان دادند شوخ طبعی به عنوان راهی برای مواجه شدن با مشکلات و تغییرات زندگی و یک مهارت بقا برای فاصله گرفتن از یک مشکل است. همچنین ایبل (۱۹۹۸) در پژوهش خود نشان داد شوخی به عنوان مانعی در برابر آثار منفی استرس عمل می کند. مبتنی بر شواهد و پژوهش های فوق و باتوجه به بررسی های به عمل آمده توسط پژوهشگر، تاکنون پژوهشی در رابطه با بررسی رابطه بین تغییرات خانواده با شوخ طبعی یافت نشد و به همین دلیل این پژوهش در پی بررسی رابطه بین تغییرات خانواده با شوخ طبعی در افراد متأهل شهر تهران انجام شد که در پی پاسخ به این سوال است که آیا بین تغییرات خانواده با شوخ طبعی در افراد متأهل شهر تهران رابطه معناداری وجود دارد؟

## روش تحقیق

روش تحقیق حاضر توصیفی و از نوع همبستگی می باشد.

## جامعه آماری

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه افراد متأهل بین ۲۰ تا ۵۰ سال مراجعه کننده به خانه های سلامت منطقه ۸ شهر تهران می باشد که ملاک ورود آنان جوانان و بزرگسالان مراجعه کننده به خانه های سلامت، ۲۰ تا ۵۰ سال و متأهل و دارای سواد خواندن و نوشتن بود.

## روش اجرا

در مجموع ۲۳۰ پرسشنامه بین افراد متأهل توزیع شد که ۲۰۰ عدد پرسشنامه برگردانده شد. این در حالیست که به مسئولین خانه های سلامت در خصوص انجام این پژوهش و اهداف آن و نحوه پرکردن پرسشنامه ها توضیحات جامع هم شفاهی و هم کتبی داده شد و در نهایت خانه های سلامت همکاری لازم با محقق را داشتند و پرسشنامه ها توسط افراد مراجعه کننده متأهل با هدف همکاری در پروژه تحقیقاتی دانشگاهی تکمیل شد.

## حجم نمونه و روش نمونه گیری

برای برآورد حجم نمونه به جای استفاده از فرمول مورگان با ترکیبی از روش های ارائه شده در ششمین تجدید نظر کتاب روش تحقیق (سادمین به نقل از گال و بورگ<sup>۲</sup>، ۱۹۹۶) کمک گرفته شده است. بدین ترتیب که برای هر متغیر یا ابزار اندازه گیری  $n \geq 30$  در نظر گرفته شد. در اینجا برای ۲ متغیر پژوهشی ۱۲۰ آزمودنی و برای هر زیر مقیاس ۱۵ آزمودنی، که در مجموع ۲۰۰ نفر با روش نمونه گیری در دسترس و هدفمند انتخاب شد.

ابزار گردآوری اطلاعات با ذکر روایی و پایایی آن ها:

پرسشنامه شوخ طبعی (SHQ)

1 . Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder (DSM-IV)

2 . Reff

۳ . Abel

4 . Gall & Borg



خشوعی (۱۳۸۸) پرسشنامه ای با ۲۵ سوال جهت اندازه گیری میزان شوخ طبعی افراد تدوین کرد، که مشارکت کنندگان به هر سوال روی یک طیف ۵ درجه ای از بسیار کم (۱) تا بسیار زیاد (۵) پاسخ می‌دهند. مجموع نمره هر آزمودنی در کل پرسشنامه حداقل ۲۵ و حداکثر ۱۲۵ و برای هر بعد حداقل ۵ و حداکثر ۲۵ است و ابعاد عبارتند از: لذت از شوخی با سؤالات ۱ تا ۵، خنده با سؤالات ۶ تا ۱۰، شوخی کلامی با سؤالات ۱۱ تا ۱۵، شوخ طبعی در روابط اجتماعی سؤالات ۱۶ تا ۲۰ و شوخ طبعی در شرایط استرس زا با سؤالات ۲۱ تا ۲۵، تشکیل شده است. بدین ترتیب، نمره بالا در این پرسشنامه نشان دهنده شوخ طبعی بیشتر است. بررسی های آماری داده های پژوهش نشان داد که SHQ دارای روایی و پایایی مناسبی است به منظور سنجش روایی سازه پرسشنامه از روش مولفه های اصلی و چرخش مولفه های از نوع واریماکس، استفاده شد. پایایی پرسشنامه نیز به وسیله محاسبه شاخص های پایایی (همسانی درونی و بازآزمایی) مورد سنجش قرار گرفت در سنجش پایایی پرسشنامه با روش همسانی، ضرایب همبستگی بین ۰/۷۴ تا ۰/۸۰ برای ابعاد و ۰/۹۲ برای کل پرسشنامه به دست آمد. همچنین پایایی پرسشنامه با روش بازآزمایی و در فاصله زمانی ۲۱ روز، بین ۰/۷۷ تا ۰/۸۹ برای ابعاد و ۰/۸۶ برای کل پرسشنامه بدست آمد. این یافته ها با سایر پرسشنامه ها و مقیاس های شوخ طبعی که توسط محققان دیگر (مارتین، ۱۹۹۶)، (تورسون و پاول، ۱۹۹۷)، (مارتین و همکاران، ۲۰۰۳) ساخته شده است هماهنگ و همسو است. آلفای کرونباخ این پرسشنامه در پژوهش حاضر معادل ۰/۷۸ محاسبه شد.

### پرسشنامه تغییرات و وقایع خانوادگی جوانان (YA-FILES)

مک کابین و تامپسون (۱۹۹۱) این پرسشنامه را به منظور سنجیدن استرس در بزرگسالان جوان تهیه کردند، یک ابزار ۴۶ سوالی است که برای اندازه گیری محرکهای تنش زا و فشار های جوانان تدوین شده است. این ابزار فرم اصلاح شده یک پرسشنامه ۳۱ سوالی است. اعتبار این آزمون با آلفای ۰/۸۵ از همسانی درونی خوبی برخوردار است. این مقیاس با همبستگی ۰/۸۵ در بازآزمایی، ثبات بسیار خوبی نیز دارد. پرسشنامه از روایی همزمان خوبی نیز برخوردار است. خانواده به گروهی از اشخاص اطلاق می شود که با ازدواج، خون یا فرزندخواندگی به هم پیوند خورده اند، خواه با هم زندگی کنند و یا از هم دور باشند. یک خانواده، ناپدری، نامادری، نایزادری، ناخواهری و مادرخوانده یا پدرخوانده را نیز شامل میشود. آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر معادل ۰/۸۲ محاسبه شد. شیوه نمره گذاری: نمره کامل پرسشنامه به راحتی با دادن نمره ۱ به تمام پاسخهای بله و جمع کردن کل پاسخ سؤالات بدست می آید. نمره بالا نشان از استرس بیشتر در خانواده است (ثنایی، ۱۳۸۷).

### روش تجزیه و تحلیل داده ها

#### آمار توصیفی و استنباطی:

به منظور توصیف یافته ها از جداول و نمودارهای فراوانی و جداول و همچنین جهت بررسی فرضیه ها از آزمون همبستگی پیرسون استفاده شد و از شاخص های مرکزی (میانگین، میانه، نما) و همچنین شاخص های پراکندگی بهره گرفته شد.

#### یافته ها

#### آمار توصیفی

در این قسمت به توصیف اطلاعات، از قبیل جداول شاخص های آماری مانند میانگین، انحراف استاندارد و ... پرداخته می شود.

جدول شماره ۱- توزیع نمونه ها از نظر جنسیت

متغیر	فراوانی	درصد
زن	۱۲۸	۰/۶۴
مرد	۷۲	۰/۳۶
جمع	۲۰۰	۱۰۰

جدول شماره ۱ توزیع فراوانی نمونه های تحقیق را از نظر جنسیت نشان می دهد. طبق داده های موجود ۰/۶۴ از افراد نمونه از زن و ۰/۳۶ از افراد نمونه را مرد تشکیل داده است.



جدول شماره ۲- توزیع نمونه‌ها از نظر سن

درصد	فراوانی	متغیر
۰/۲۳	۴۶	۲۰ تا ۳۰ سال
۰/۴۲	۸۲	۳۱ تا ۴۰ سال
۰/۳۵	۷۰	۴۱ تا ۵۰ سال
۰/۱۰۰	۲۰۰	جمع

جدول شماره ۲ توزیع فراوانی نمونه‌های تحقیق را از نظر سن نشان می‌دهد. طبق داده‌های موجود ۴۲٪ از افراد نمونه از سنین ۳۱ تا ۴۰ سال هستند که بیشترین درصد و فراوانی را به خود اختصاص داده‌اند. گروه سنی ۲۰ تا ۳۰ سال نیز با ۲۳٪ کمترین درصد و فراوانی را به خود اختصاص داد است. ۳۵٪ از افراد نمونه هم بالای ۴۱ سال سن دارند.

جدول شماره ۳- شاخص‌های توصیفی متغیر تغییرات خانواده و متغیر شوخ طبعی

مقیاس	خرده مقیاس متغیرها	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار
تغییرات خانواده	تغییرات خانواده	.00	22.00	6.7700	1.69467
شوخی طبعی	لذت از شوخی	6.00	25.00	14.4225	3.70438
	خنده	5.00	25.00	16.5881	4.06489
	شوخی کلامی	5.00	25.00	19.0510	5.13735
	شوخی طبعی در روابط اجتماعی	6.00	25.00	17.9450	4.78030
	شوخی طبعی در شرایط استرس آور	5.00	25.00	15.3375	3.65733
	کل		32.00	120.00	83.3441

بر اساس نتایج به دست آمده از جدول فوق میانگین متغیر تغییرات خانواده در افراد نمونه ۶/۷۷ با انحراف معیار ۱/۶۹ و میانگین متغیر شوخ طبعی در افراد نمونه ۸۳/۳۴ با انحراف معیار ۱۸/۸۲ ارزیابی شده است که در این میان، کمترین میانگین مربوط به زیر مقیاس لذت از شوخی با ۱۴/۴۲ و انحراف معیار ۳/۷۰ و بیشترین میانگین زیر مقیاس‌ها به شوخی کلامی با ۱۹/۰۵ با انحراف معیار ۵/۱۳ اختصاص دارد. بررسی نرمال بودن داد ها:

جدول ۴ - نتایج آزمون کولموگروف اسمیرنوف در بررسی نرمال بودن داد ها

شاخص آزمون	متغیرها	
	تغییرات خانواده	شوخی طبعی
مقدار Z	.980	.678
سطح معناداری	.293	.748

بر اساس نتایج به دست آمده با توجه به اینکه مقدار آزمون در سطح ۰/۰۵ معنادار نیست، بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که داده‌های مورد بررسی از شرایط نرمال بودن برخوردار هستند و شرایط برای استفاده از آزمون‌های پارامتریک آماده است.



### آمار استنباطی

فرضیه این پژوهش عبارت بود از: بین تغییرات خانواده و شوخ طبعی در افراد متأهل رابطه وجود دارد.

برای بررسی این فرضیه از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد.

جدول ۵ - نتایج ماتریس همبستگی پیرسون در مورد رابطه تغییرات خانواده و شوخ طبعی در افراد متأهل

متغیر		۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
تغییرات خانواده	۱	1						
لذت از شوخی	۲	-.146*	1					
خنده	۳	-.220**	.722**	1				
شوخی کلامی	۴	-.180*	.748**	.778**	1			
شوخ طبعی در روابط اجتماعی	۵	-.132	.690**	.727**	.808**	1		
شوخ طبعی در شرایط استرس آور	۶	-.241**	.690**	.703**	.683**	.606**	1	
کل	۷	-.206**	.866**	.891**	.926**	.885**	.822**	1

\*\* معناداری در سطح ۰/۰۱.

با توجه به داده های جدول فوق چون مقدار ۲ در رابطه بین تغییرات خانواده با شوخ طبعی در زیر مقیاس لذت از شوخی (با مقدار ۰/۱۴۶- ) زیر مقیاس خنده (با مقدار ۰/۲۲۰-)، زیر مقیاس شوخی کلامی (بامقدار ۰/۱۸۰-) زیر مقیاس شوخ طبعی در شرایط استرس آور (با مقدار ۰/۲۴۱-) و نیز نمره کل شوخ طبعی (با مقدار ۰/۲۰۶-) در سطح ۰/۰۵ معنادار است، بنابر این فرض صفر (عدم وجود رابطه بین دو متغیر) رد و فرض تحقیق (وجود رابطه بین دو متغیر) تایید می گردد. به عبارت دیگر بین تغییرات خانواده در زیر مقیاس های یاد شده با شوخ طبعی رابطه معناداری به صورت منفی و معکوس وجود دارد و هرچه تغییرات خانواده بیشتر باشد، از میزان شوخ طبعی در افراد نمونه کاسته می گردد و بر عکس.



## بحث و نتیجه گیری

فرضیه پژوهش عبارت بود از: بین تغییرات خانواده و شوخ طبعی رابطه وجود دارد. نتایج بررسی فرضیه فوق نشان داد که رابطه بین تغییرات خانواده و شوخ طبعی معنادار است، بنابر این فرض صفر (عدم وجود رابطه بین دو متغیر) رد و فرض تحقیق (وجود رابطه بین دو متغیر) تایید گردید. به عبارت دیگر بین تغییرات خانواده و شوخ طبعی رابطه معناداری به صورت منفی و معکوس وجود دارد. به این معنی که، هرچه تغییرات خانواده بیشتر باشد، از میزان شوخ طبعی در افراد نمونه کاسته می گردد و بر عکس. یافته بدست آمده با نتایج تحقیقات، خشوعی (۱۳۸۷)؛ (مارتین و همکاران، ۲۰۰۳)؛ بهادری خسروشاهی و خانجانی (۱۳۹۰)؛ (ایبل، ۲۰۰۳)؛ مک گی (۲۰۰۲)؛ هال (۲۰۱۵) همسو می باشد. در تبیین این فرض هرچه تغییرات خانواده بیشتر گردد سلامت روان و انعطاف فرد را کاهش می دهد و این در حالی است که شوخ طبعی و داشتن روحیه ای شاد به عنوان راهی برای مواجه شدن با مشکلات و تغییرات و رویدادهای استرس زا در زندگی می تواند مهارتی برای بقا و فاصله گرفتن از یک مشکل باشد (مارتین، ۲۰۰۳). در واقع افرادی که در شرایط سخت و رویدادهای تنش زا شوخ طبعی را بکار می برند در مقایسه با افرادی که در شرایط و محیط پیرامون آرام از شوخ طبعی استفاده می کنند به نظر از لحاظ هیجانی و روانی منعطف تر و سازش پذیرترند (خشوعی، ۱۳۸۷) و شوخی به عنوان مانعی در برابر آثار منفی استرس و تغییرات عمل می کند (ایبل، ۱۹۹۸). بنابراین شوخی به عنوان فرصتی برای جست و جوی تغییرات شناختی در پاسخ به موقعیت های فشارزا و کاهش دهنده ی پیامدهای منفی تهدید های واقعی یا ادراک شده عمل می کند. از این دیدگاه شوخی، با مدل لازاروس و فولکمن (۱۹۸۴) هماهنگ است. بر طبق این مدل، فشار روانی رویدادهای استرس زا به ارزیابی شناختی فرد از حوادث و شرایط، توانایی برای مقابله و پیامد نهایی از تبادل شخص با محیط وابسته است و هرچه تغییرات تنش زا بیشتر شود شوخ طبعی افراد کاسته می شود و هر چه میزان شوخ طبعی افراد بالاتر رود، نه تنها رویدادها و حوادث فشارزای زندگی خود را به روش مثبت تری سازماندهی و ارزیابی می کنند، بلکه به این حوادث به عنوانی چالشی برای رشد شخصی خود نگاه می کنند (فرای، ۱۹۹۵). رویدادها و تغییرات تنش زا در خانواده سبب می شود پیامدهایی نظیر بی قراری، عدم انعطاف و تمرکز، مشکلات هیجانی و عاطفی، در فرد پدید آید و روحیه شوخ طبعی و شادی کاسته می شود در نتیجه فرد نمی تواند از مزایای شوخ طبعی بهره مند گردد، این در حالی است که اگر شوخ طبعی در اعضای خانواده بالا رود تغییرات و رویدادهای استرس زا، دیگر خطری برای فرد محسوب نمی شود و بجای عدم تمرکز و بی قراری در شرایط سخت، سازش پذیرتر و منعطف تر می گردد.



## منابع

- بهادری خسرو شاهی، جعفر؛ خانجانی، زینب. (۱۳۹۰). ارتباط شوخ طبعی و رویدادهای تنش زا با افسردگی در دانشجویان دانشگاه تبریز. *مجله تحقیقات علوم پزشکی زاهدان*. ۱۴(۲): ۱۰۰-۹۶
- ثنایی، باقر. (۱۳۸۷). مقیاسهای سنجش خانواده و ازدواج. تهران: انتشارات بعثت.
- خاقانی زاده، مرتضی؛ سیرتی، نیر. (۱۳۸۵). ارزیابی سلامت روان پرستاران شاغل در بیمارستانهای آموزشی وابسته به دانشگاه علوم پزشکی تهران. *فصلنامه اصول بهداشت روانی*، شماره ۳۱-۳۲، ۱۴۱-۱۴۸.
- خشوعی، مهدیه سادات. (۱۳۸۶). روانشناسی شوخ طبع . ی اصفهان . نشر کنکاش.
- خشوعی، مهدیه سادات. (۱۳۸۷). رابطه بین شوخ طبعی و اختلالات روانی دانش آموزان دوره پیش دانشگاهی شهر اصفهان. *فصلنامه علمی پژوهشی روانشناسی دانشگاه تبریز*، دوره ۳ شماره ۹، ۴۷-۶۷.
- خشوعی، مهدیه سادات؛ عریضی، حمیدرضا؛ آقایی، اصغر. (۱۳۸۸). ساخت و اعتبار یابی پرسشنامه شوخ طبعی (SHQ). *مجله پژوهش های روانشناختی*، دوره ۱۲ شماره ۱، ۲۶-۳۳.
- خشوعی، مهدیه سادات. (۱۳۸۸). رابطه شوخ طبعی با استرس و سبکهای مقابله ای در یادگیری دانشجویان دانشگاه اصفهان. *مجله مطالعات آموزش و یادگیری دانشگاه شیراز*، دوره اول، شماره اول، ۲-۵۶.
- سازمان جهانی بهداشت. (۱۳۸۰). طبقه بندی اختلالات روانی و رفتاری. ترجمه نیکخو و همکاران. تهران: انتشارات سخن .
- ساروخانی، باقر. (۱۳۸۵). مقدمه ای بر جامعه شناسی خانواده. تهران: انتشارات سروش.
- علی نیا کروی، رستم ؛ دوستی، یار علی؛ دهشیری، غلامرضا ؛ حیدری، محمد حسن. (۱۳۸۷). سبکهای شوخ طبعی، بهزیستی فاعلی و هوش هیجانی در دانشجویان. *فصلنامه روانشناسان ایرانی*. سال پنجم ۱۸، ۱۶۹، ۱۵۹.
- عباسی شوازی، محمد جلال؛ ترابی، فاطمه. (۱۳۸۵). سطح، روند و الگوی ازدواج خویشاوندی در ایران، نامه انجمن جمعیت شناسی ایران، شماره ۲، صص ۸۸ - ۶۱
- میرزایی علویچه، مهدی؛ نصیرزاده، مصطفی؛ اسلامی، احمدعلی؛ شریفی راد، غلام رضا؛ حسن زاده، اکبر. (۱۳۹۲). تاثیر عملکرد خانواده در وابستگی جوانان به مواد مخدر صنعتی. *فصل نامه علمی - پژوهشی آموزش و ارتقا سلامت*، سال اول، شماره ۲، صص: ۳۶ - ۱۹.
- محمدپور، احمد؛ صادقی، رسول؛ رضایی، مهدی؛ پرتوی، لطیف. (۱۳۸۸). مطالعه ی تداوم و تغییرات خانواده در اجتماع های ایلی با استفاده از رهیافت روش تحقیق ترکیبی. *پژوهش زنان*، دوره ی ۷. شماره ی ۴، زمستان ۱۳۸۸، ۹۳ - ۷۱.
- Abel, M . H (2002). Humor, stress and coping strategies. *International Journal of Humor research*, 15(4): 365-81.
- Abel, M. H(1998). Interaction of humor and gender in moderating relationship between stress and outcomes the *Journal of psychology*. 132:267-276.
- Camisón, César. And Villar-López, Ana. (2011). Non-technical innovation: Organizational memory and learning capabilities as antecedent factors with effects on sustained competitive advantage. *Industrial Marketing Management*. 40 (2011). 1194-1304
- Davis, A., & kleiner, B. H. (1989) . the value of humor in effective leader ship . leader ship and organizational. development *Journal* ;10(1);1-3.
- Fry, P. S. (1995). Perfectionism, humor and optimism as moderators of health outcomes and determinants of coping styles of women executives. *Genetic, Social & General Psychology Monographs*, 121 (2), 111-126.
- Hall. J. (2015). Laughter, then love: study explores why humor is important in romantic attraction. Available: <http://news.ku.edu> or [kunews@ku.edu](mailto:kunews@ku.edu).
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.
- Martin, R. A. (2007). *The psychology of humor: An integrative approach* (Chapter 1 and 7). Burlington, MA: Elsevier Academic Press.
- Martin, R. A., Puhlike-Doris, P., Larsen, G., Gray, J., Weir, K. (2003). Individual difference in uses of Humor and their relation to psychological well-being: Development of the humor styles Questionnaire. *Journal Res Press.*; 37 (1): 48-75.
- Mc Cubbin, H. I. & Thompson , A. I. (eds). (1991). *Family Assessment Inventorise for Research and Practice* . Madison ,University of Wisconsin.





- McGhee, P. (2002). Understanding and promoting the development of children's humor. New York: Kendall/Hunt. :213-256.
- Reff, R. Ch. (2006). Developing the humor styles questionnaire-revised: A review of the therapeutic alliance. unpublished PhD thesis. Ohio State University. www.ndltd.ir. pp.5-31.
- Spotts, E. L., & Pederson, N.L. (2005). General effect on woman positive mental health and social support matter. Journal of family psychology, 19:339-349.
- Thorson, J. A., Powell, F. C., Sarmany-Schuller, I. and Hampes, W. P.(1997). Psychological Health and Sense of Humor, Journal of Clinical Psychology, 53(6), 605-619.
- Toren, N(2003) Tradition and Transition: Family change in Israel, Journal of Gender Issues, Vol. 21, Pp. 60-76.
- Verschuren, K. (1996). The Internal Working mode of self, and competence in Five years old. Journal of child development. Vol 67 (5) 2493-2511.