



دانشگاه علوم پزشکی شاهرود

دانشکده پرستاری و مامایی

مجموعه آموزشی رابطین بهداشتی

(سلامت خانواده)

بر اساس رویکرد پرستاری بهداشت جامعه (خانواده محور)

کتاب دوم:

ساختار و بنیان خانواده

طراحی و تالیف:

اعضای هیات علمی دانشکده با مشارکت دانشجویان پرستاری

پاییز ۱۳۹۴



خانواده به عنوان اولین کانونی که فرد در آن قرار می گیرد دارای اهمیت قابل توجهی است. اولین تأثیرات محیطی که فرد دریافت می کند از محیط خانواده است تاثیر پذیری فرد از سایر محیطها می تواند نشأت گرفته از همین محیط خانواده باشد. خانواده بنیان گذار بخش مهمی از سرنوشت انسان است و در تعیین سبک و خط مشی زندگی آینده ، اخلاق ، سلامت و عملکرد فرد در آینده نقش بزرگی بر عهده دارد.

- هدف کلی خانواده در اسلام، سعادت مند کردن افراد آن است هم از نظر مادی و هم معنوی ، غرض ایجاد کانونی است که نمونه کوچکی از جامعه اسلامی مورد نظر باشد و اعضای آن دارای تقوی و مدافع شرف و انسانیت باشند.
- اسلام خانواده ای می خواهد که در آن وظیفه شناسی ، حقیقت دوستی و شجاعت اخلاقی وجود داشته و زمینه برای پرورش و گشایش همه ی جوانه های استعداد به صورت موزون و هماهنگ فراهم باشد.
- اسلام خانواده را کانون اخلاق ، مرکز آموزش انسانی و دفاع از فضیلت می داند .
- اسلام می خواهد خانواده کانونی باشد که در برابر فرهنگ ها و تمدن ها جنبه ارزیاب داشته و پس از تصفیه آن را بپذیرد و به آن عمل کند .
- اسلام می خواهد خانواده محیط شادابی و امنیت ، رضایت خاطر و آسایش و رفاه بوده و اعضای آن در برابر اجتماع به گونه ای اندیشیده که از مسائل روز آگاه و از مخاطرات بر حذر باشند .

(۱) نقش

مقدمه : طرح چندسوال مهم

- اهمیت نقش
- تعریف نقش و وظیفه
- انواع نقش و وظایف مربوطه
- حقوق فرزندان نسبت به والدین و بالعکس
- ارائه راهکارهای ایفای موفق تر نقش در خانواده
- چگونه بفهمیم که در خانواده نقش خود را خوب ایفا می کنیم؟

(۲) ارتباط

- یک واقعه تلخ در اثر یک ارتباط ناصحیح خانوادگی
- ارتباط در خانواده چیست؟
- ویژگی های یک رابطه صحیح در خانواده
- مشخصات خانوادگی دارای ارتباط موثر
- ارتباط خانواده با جامعه
- الگوی های رفتاری والدین با فرزندان
- آیا من میتوانم یک ارتباط موثر در خانواده بر قرار کنم؟

(۳) قدرت

- مقدمه
- قدرت یا تصمیم گیری در خانواده
- انواع تصمیم گیری در خانواده و پیامدهای آن

- دیدگاه اسلام در رابطه بامدیریت در خانواده
- چگونه بااستفاده ازدانستنی های فوق خانواده خود رابهتر مدیریت کنیم؟
- از میزان موفق بودن خانواده خود در تقسیم قدرت و نیز تصمیم گیری موثر و بجا آگاه گردید.
- یک داستان واقعی

۴) ارزش

- ارزش در خانواده به چه معناست؟
- ارزش های دینی
- انواع ارزش های موجود در خانواده
- سطوح ارزش ها
- ارزش های غایی و متعالی
- ارزش های ابزاری و واسطه ای
- ویژگی های ارزش در خانواده
- تاثیر ارزش ها بر دیدگاه افراد خانواده
- از وجود ارزش های صحیح در خانواده چگونه مطمئن گردیم؟

۱) نقش و وظیفه در خانواده

طرح چند سوال مهم:

- الف: آیا تا به حال به این فکر کرده اید که شما به عنوان یک مادر، پدر، همسر، خواهر و در خانواده چه وظایفی به عهده دارید؟؟؟
- ب: به نظر شما والدین امروزی چه انتظاراتی از فرزندان خود دارند؟

ج: به چه میزان از ایفای نقش های خود در خانواده رضایت دارید ؟

د: وقتی یک فرد چند نقش را همزمان بر عهده می گیرد چه تاثیری بر رفتار (احساس - خلق و خو و توانمندی ها و) خود و دیگران دارد ؟

برای مقایسه واقع بینانه تر پاسخ های خویش با آنچه که نظرات علمی است مطالب زیر را دنبال کنید:

۱- اهمیت نقش:

خیلی از مشکلاتی که برای ما در خانواده اتفاق می افتد به دلیل عدم آگاهی ما از نقش ها و وظایف خود و عمل نکردن به آنها می باشد. ما برای این که بتوانیم از موقعیت متناسب و مورد نیاز خود در خانواده برخوردار باشیم باید وظایف و مسئولیت هایمان را بشناسیم و به آنها عمل کنیم و در مقابل، وقتی با وظیفه شناسی زندگی خانوادگی را ادامه می دهیم ، باید آن طور که شایسته ماست مورد احترام و تکریم قرار گیریم

۲- تعریف نقش و وظیفه:

- ✓ رفتارهایی که ما انتظار داریم یک فرد به عنوان یک عضو اجتماع ان را ایفا نماید نقش اوست.
- ✓ در خانواده نقش شامل موقعیت های افراد در داخل خانواده و وظایف وابسته آنها می باشد.
- ✓ نقش عبارت است از مجموعه ای از رفتارهای کم و بیش هنجار و مقبول جامعه و مورد انتظار از فردی که یک جایگاه اجتماعی و خانوادگی (پدر ، مادر، معلم و...) را اشغال نموده است.

۳- انواع نقش و وظیفه:

الف: اصلی

همسری - والدی (مادری، پدری) - فرزند - خانه داری - اجتماعی کردن کودک، برادری، خواهری، خویشاوندی و..

ب: فرعی

- تشویقی و ترغیبی : مادری که فرزند خردسالش را به مسواک زدن تشویق میکند
- میانجی و واسطه : مادری که اختلاف بین فرزندانش را با صحبت با آنها بهبود میبخشد

- تغییر دهنده محیط و شرایط : فرزندی که با صحبت کردن با مادرش نگرانی اش را کم میکند.
- ایثارگر : مادر جوانی که به دلیل مراقبت از فرزند خردسالش از ادامه تحصیل باز می ماند
- هماهنگ کننده : پدری که کارها را برای برگزاری یک مهمانی هماهنگ می کند.
- ارزیابی کننده : خواهر بزرگتری که موفقیت تحصیلی خواهر یا برادر کوچکتر خود را بر اساس معیارهای صحیح برای وی آشکار می سازد.
- و.....

۴- ابعاد نقش:

الف: احترام: چه نوع رفتار احترام آمیزی در رابطه با نقش بایستی نشان داد. (مثلاً؛ احترام کوچکتر به بزرگتر)

ب: عاطفی: که مشخص می کند زن و شوهر چگونه به هم علاقه داشته باشند و به فرزندان خود عشق بورزند

ج: اختیار: انجام هر نقش نسبت به دیگری تا چه حد دارای اختیار است. (مثال: تفاوت اختیارات والدین با فرزندان)

د: وظیفه: هر فرد وظایف مربوط به نقش خود را بداند و به خوبی آنها را ایفا کند.

۵- رفتار نقشی:

تناسب رفتارهای فرد با باورهای جامعه در نقش و وظیفه خود (مانند فرزندی که از پدر و مادر پیر خود به بهترین شکل مراقبت می کند).



۶- تضاد نقشی

وقتی فردی در یک زمان چند نقش را به عهده میگیرد که از عهده آنها بر نمی آید **تضاد نقشی** گفته می شود. مانند خانمی که نقش همسر داری، خانه داری و دانشجویی و اشتغال و.... را با هم به عهده دارد .

۷- کشش نقشی: فرد چند نقش را همزمان بر عهده گرفته و در انجام آنها دچار مشکل، احساس نگرانی و اضطراب و.... گردیده است.

۸- مشارکت نقشی: به مشارکت در انجام نقشها توسط اعضای خانواده می گویند مانند پدر و مادری که هر دو در تربیت فرزندان و مدیریت امور خانواده و.... نقش دارند.

حقوق متعارف فرزندان نسبت به والدین از نظر دینی:

- شیر دادن به نوزاد به مدت دو سال
- مشورت کردن با فرزندان و توجه به دیدگاه های آنان
- پرهیز از افراط در محبت
- توجه به آینده فرزندان و امنیت آنها
- برخورد دوستانه با فرزند به گونه ای که او اسرار خود را به آنها بگوید
- آموزش احکام شرعی
- امیدوار کردن فرزندان به حل مشکلات
- ارشاد و راه نمایی های فرزندان در برابر سهل انگاری ها
- آموزش رفتارها و روحیات صحیح اخلاقی
- انتخاب نام نیکو
- فراهم ساختن زمینه ازدواج فرزند
- آموزش فرزند و تعلیم او
- رعایت عدالت بین فرزندان
- و.....

حقوق والدین نسبت به فرزندان از نظر دینی:

- حرمت گزاری متناسب با شأن والدین
- تشکر و سپاسگزاری از والدین
- نگاه مهربانه به پدر و مادر
- پرهیز از آزار و اذیت والدین و عاق ایشان
- والدین را به اسم صدا نزدن و جلوتر از آنها راه نرفتن
- حفظ آبرو و حیثیت پدر و مادر
- استغفار و دعا برای والدین در زندگی و پس از مرگشان
- تقویت روحیه ایثار و گذشت در خانواده
- و.....

لطفاً با مطالعه بیشتر در زمینه حقوق خانواده در اسلام خصوصیات دیگری را به فهرست فوق اضافه نمایید.

با استفاده از راه کارهای زیر شما می توانید در ایفای نقش خود در خانواده موفق تر باشید:

۱. افزایش آگاهی از بایدها و نبایدهای مربوط به هر نقش و وظیفه در خانواده

۲. تلاش بیشتر و با میل و رغبت برای انجام هرچه بهتر وظایف

۳. برنامه ریزی برای جلوگیری از کشش نقشی

۴. درک متقابل و همکاری مداوم در بهبود ارتباطات بین اعضای خانواده

۵: مشارکت بیشتر با سایر اعضای خانواده در انجام امور خانواده

۶: همکاری و همدلی والدین در تربیت فرزندان

چگونه بفهمیم که نقش خود را در خانواده خوب ایفا می کنیم؟؟

لطفاً با توجه به مطالب یاد گرفته شده و کاربرد آنها در خانواده خود به سوالات زیر پاسخ دهید:

۱. من به عنوان عضوی از خانواده وظایف و نقش صحیح خودم را به درستی ایفا می کنم.

همیشه ☐ اغلب ☐ در حد معمول ☐ به ندرت ☐ هیچ وقت ☐

۲. سایر اعضای خانواده از من در قالب نقش خودم رضایت دارند.

همیشه ☐ اغلب ☐ در حد معمول ☐ به ندرت ☐ هیچ وقت ☐

۳. برای انجام کارهایم برنامه ریزی می کنم تا دچار کشش نقشی نشوم.

همیشه ☐ اغلب ☐ در حد معمول ☐ به ندرت ☐ هیچ وقت ☐

۴. با سایر اعضای خانواده در انجام امور مشارکت می کنم.

همیشه ☐ اغلب ☐ در حد معمول ☐ به ندرت ☐ هیچ وقت ☐

۵. با همسرم درباره مسائل مربوط به تربیت فرزندان مشورت و همکاری می کنم.

همیشه ☐ اغلب ☐ در حد معمول ☐ به ندرت ☐ هیچ وقت ☐

۶. من علی رغم جایگاه و نقشی که در خانواده دارم به سایر اعضای خانواده احترام می گذارم.

همیشه ☐ اغلب ☐ در حد معمول ☐ به ندرت ☐ هیچ وقت ☐

۷. من به عنوان عضوی از خانواده از نقش غیر رسمی خود (مشوق، میانجی گر، سپربلا بودن در خانواده...) رضایت دارم.

همیشه ☐ اغلب ☐ در حد معمول ☐ به ندرت ☐ هیچ وقت ☐

۸. من به عنوان عضوی از خانواده از نقش رسمی خود رضایت دارم.

همیشه ☐ اغلب ☐ در حد معمول ☐ به ندرت ☐ هیچ وقت ☐

۹. به عنوان فردی که با این دانش در زمینه خانواده آشنا شدم قادر شده ام این مطالب را به دیگران نیز آموزش دهم

بله ☐ خیر ☐

۱۰. با توجه به اینکه رابطه ام روز به روز با سایر اعضای خانواده بهتر میشود می فهمم که نقشم را خوب ایفا میکنم.

بله ☐ خیر ☐

۱۱- احساس خود را در مورد ایفای تمامی نقش های رسمی و غیر رسمی که در خانواده به عهده دارید بین دو طیف زیر با گداردن (X) مشخص نمایید.

غرور و افتخار → ← گناه و پشیمانی

با مراجعه به جواب های ارایه شده و در صورت نیاز ضمن مشورت با یک کارشناس امید است در مجموع از شرایط خویش راضی بوده و برای پیشرفت بیشتر و کمک گرفتن از سایر اعضا برنامه ریزی نمایید.

۲) برقراری رابطه گرم و موثر در خانواده

مطالب ارائه شده :

- ۱- یک واقعه تلخ در اثر یک ارتباط ناصحیح خانوادگی
- ۲- ارتباط در خانواده چیست؟
- ۳- ویژگی های یک رابطه صحیح در خانواده
- ۴- مشخصات خانوادگی دارای ارتباط موثر
- ۵- ارتباط خانواده با جامعه
- ۶- الگوی های رفتاری والدین با فرزندان
- ۷- آیا من میتوانم یک ارتباط موثر در خانواده برقرار کنم؟

۱- یک حکایت تلخ در اثر یک ارتباط ناصحیح در خانواده

دختری ۱۵ ساله به نام مریم برای مشاوره به مرکز ما مراجعه کرد. مریم در خانواده ای ۵ نفره فرزند آخر است. پدری بسیار تعصبی دارد و به دلیل دعوای پی در پی پدر و مادرش، او و برادرانش نمی‌توانند شرایط خانه را تحمل کنند. می‌گوید اختلاف سنی اش با مادرش زیاد است و او را درک نمی‌کند و نمیتواند مشکلاتش را با او در میان بگذارد برای همین بیشتر تمایل دارد وقتش را با دوستانش در بیرون از خانه بگذراند. اخیراً به واسطه یکی از دوستانش با پسر ۱۸ ساله به نام رضا آشنا شده است. برای فرار از فشارهایی که در خانه تحمل میکند تصمیم گرفته با رضا ازدواج کند ولی خانواده مریم مخالفت میکنند و شرایط خانه را برای او سخت تر کرده اند به طوری که مریم هیچگونه راه حلی برای مشکلش پیدا نکرده و پایان دادن به زندگی اش را تنها راه حل میدانند.

به نظر شما آیا اختلاف سنی مریم با مادرش و اختلاف درنگرش های آنها و نیز تعصب پدرش در بوجود آمدن مشکلات مریم تاثیرگذار بوده است و آیا اگر امکان شکل گیری ارتباطی موثرتر در این خانواده وجود می داشت تصمیمات بهتری گرفته نمی شد؟

۲- ارتباط در خانواده چیست ؟

توانایی انتقال محتویات ذهنی و افکار توسط هریک از اعضای خانواده به دیگر اعضا جهت تاثیرگذاری می باشد.

ارتباط در خانواده زمانی شکل می گیرد که یکی از اعضای آن (فرستنده) بخواهد مطلبی (پیام) را به دیگری (گیرنده) منتقل نماید. که گاهی نیاز است که برای اثرگذاری بیشتر این مطلب از عکس، روزنامه، کتاب ، فیلم در حال پخش از تلویزیون و... (وسیله ارتباطی) استفاده شود.

هر یک از اعضای خانواده می توانند یک رابطه را از طریق صحبت کردن (کلامی) یا حرکات چهره (مثل اخم لبخند و شکلک و حرکات بدن مثل حرکات دست و چشم) که غیر کلامی گفته می شود برقرار کنند

۳- ویژگی های یک رابطه صحیح در خانواده

هر یک از اعضای خانواده لازم است برای حل مشکلات معمول با هم گفتگو نموده و مطالبی را جهت تصمیم گیری با یکدیگر در میان بگذارند. لطفاً با توجه به شرایط و جزییات آخرین ارتباطی که در خانواده شما شکل گرفته است با گذاشتن علامت در محل مورد نظر خود، جدول زیر را کامل کنید تا قادر شوید از درستی یا نادرستی ارتباط شکل گرفته در خانواده خویش آگاه گردید.

☐ حرف خود را با جدیت و از روی اعتقاد بیان می کرد ☐ به صورت واضح، روشن و قابل فهم صحبت می کرد ☐ حرف های درست دیگران در برابر سخنان خود را می پذیرفت ☐ صحبت های خود را به صورت دستوری بیان می کرد. ☐ توضیحات نا به جا در مورد موضوع ارائه می کرد. ☐ صفات منفی به اعضای خانواده (لج باز، بی نظم و...) نسبت می داد ☐ حرکات بجای چهره و وضعیت بدن فرد (لبخند، حرکات دست و چشم و...) تاثیر زیادی در نحوه درک و دریافت فرد مقابل می گذاشت	شرایط عضوی از خانواده (فرستنده پیام) که موضوع یا مطلبی را برای دیگران مطرح کرده است:
☐ منظور و محتوی مطلب ارائه شده را به خوبی درک کرد. ☐ از گوینده برای درک بیشتر مطلب توضیح می خواست. ☐ به صحبت های گوینده خوب گوش می کرد و توجه می نمود. ☐ احساسات و نگرش های گوینده را درک و با او همدلی برقرار کرد. ☐ بین صحبت ها ی ارائه شده و هدف گفتگو ارتباط برقرار می کرد. ☐ صحبت های گوینده را مکرر قطع می کرد ☐ به صحبت های گوینده اهمیت نمی داد ☐ نظم جلسه ی گفتگو را بهم می ریخت	شرایط و وضعیت هر یک از اعضای خانواده که شنونده موضوع مطرح شده (گیرنده پیام) بوده اند:
☐ مطلب به صورت کوتاه و واضح بود. ☐ مطلب بر اساس نیاز خود و دیگر اعضای خانواده بود. ☐ توضیحات اضافه و نا به جا در مورد موضوع وجود داشت ☐ مطالب گفته شده با موضوع اصلی گفتگو مرتبط بود ☐ مطلب مورد نظر برای اعضا قابل فهم بود.	ویژگی های مطلبی (پیام) که یک فرد در خانواده سعی در انتقال آن به دیگران داشته است:

❑ وسیله ی انتخابی را طرف مقابل می پسندید. ❑ وسیله مورد استفاده با شرایط خانواده سازگاری داشت. ❑ استفاده از این وسیله برای فهم بهتر موضوع دراعضا مفید بود	ویژگی های وسیله ای که شما برای رساندن بهتر منظور خود به دیگر اعضای خانواده از آن استفاده کرده اید: (نظیر فیلم، کتاب، عکس و...)
❑ پذیرفتن موضوع و تغییر در اعضا به دنبال صحبت های گوینده ❑ توضیح خواستن در مورد ابهامات مطلب (در صورت موجود بودن) ❑ رد کردن صحبت های گوینده و مخالفت کردن با وی	واکنش و وضعیت اطرافیان در برابر حرف های گوینده مطلب

به نظر شما کدامیک از موارد بالا بایستی از ارتباطات روزانه مان در خانواده حذف شوند تا رابطه های گرم تر و موثرتر برای تصمیم گیری خوب داشته باشیم

چند نکته مهم :

- ✓ اعضای خانواده از مطالب و واژه های واضح، قابل درک و روشن در گفتگوهای خود استفاده کنند. ضمناً از بکاربردن کلمات مبهم (غالباً، اکثراً، گاهی و) که سبب درک متفاوت اعضا در گفتگوها می شود پرهیز شود.
- ✓ حرکات چهره و وضعیت بدن فرد (مثل اخم، لبخند، شکلک، حرکات دست و چشم) تاثیر زیادی در نحوه درک و دریافت فرد مقابل می گذارد. (تحقیقات علمی نشان داده است که در بسیاری از موارد آنچه را که افراد در ظاهر، حرکات، چهره و.... خود نشان می دهند بسیار بیشتر از کلام اثرگذار است. مثل نگاه غضب آلود والدین به فرزندان بدون استفاده از بیان

برای تاکید بیشتر: اعضای خانواده شما جهت ارتباط بهتر نباید موارد زیر را در صحبت هایشان به کارگیرند :

- به جای دیگران صحبت نکردن : به طور مثال مادر در پاسخ به تقاضای فرزندش برای رفتن به مهمانی می گوید حرفش را زن پدرت اجازه نمی دهد.
- صفتی را به اعضای خانواده نسبت ندادن : شما همیشه ادم لجبازی هستی.
- بیان احساسات خود به صورت غیر واضح : مثل طعنه زدن

- امر و نهی و قضاوت نکردن : مثل تو باید بری خرید و یا تو توانایی انجام کاری را نداری
- بیان نکردن نیازها به طور روشن : مثال شما به عنوان مادر خانواده دائم از به هم ریختگی خانه شکایت می کنید در حالی که نیاز اصلی شما این است که اعضای خانواده در تمیز کردن خانه به شما کمک کنند.

تمرین در منزل : لطفا با در نظر گرفتن خانواده خود موارد زیر را شناسایی و در جدول زیر بنویسید.

زمانی که رابطه گرم و موثر است		زمانی که رابطه سرد و غیرموثر است	
تکیه کلام ها	حرکات و اشارات	تکیه کلام ها	حرکات و اشارات

امید است با شناسایی نقاط قوت و ضعف موجود در روابط بین اعضای خانواده خود در آینده روابط

بهتری را به وجود آورید

۴= مشخصات خانوادگی دارای ارتباط موثر:

(۱) ارتباط در خانواده فعال و نگهدارنده‌ی روابط مفید و متقابل است

(۲) تحمل اشتباه ها و خطاها را دارد تا اعضای خانواده به رشد و تکامل برسند

۳) در گفتار، صراحت و صداقت وجود دارد تا اعضا نیازها و روحیات یکدیگر را تشخیص دهند

۴) قضاوت سریع، پیشداوری و انتقادات غیرواقعی وجود ندارد.

۵) افراد نسبت به تغییرات انعطاف پذیری مناسبی دارند.

۶) در تعاملات، اختلافات فردی در نظر گرفته شده و مورد احترام واقع می شود.

۵- ارتباط خانواده با جامعه

خانواده ها از نظر ارتباط درونی و بیرونی با جامعه به سه دسته تقسیم می شوند:

الف: خانواده با مرز کاملاً بسته: خانواده هایی که فقط ارتباطشان مربوط به درون خانواده است و هیچ ارتباطی با جامعه ندارند در نتیجه خانواده بی ثبات شده، فقر ذهنی ایجاد شده و ابتکارات از بین می رود.

ب: خانواده با مرز کاملاً باز: خانواده هایی که ارتباط بدون کنترل و بدون حد و مرزی با جامعه دارند که به آن خانواده با مرزهای کاملاً باز گفته می شود. در نتیجه چنین خانواده هایی با مشکلات زیادی مواجه می شوند که قابل حل و فصل نمی باشد.

ج: خانواده با مرزهای باز و کنترل شده: خانواده ای که دارای ارتباط کنترل شده ای با جامعه می باشد

(خانواده ای خوب و سالم است که دارای مرزهای باز و کنترل شده باشد).

تمرین:

فرض کنیم فرزند شما قصد رفتن به مهمانی در خانه دوستش را دارد:

۱) خانواده ای که بدون داشتن شناخت از دوست فرزند و خانواده اش به وی اجازه ی رفتن می دهد و نسبت به رفت و آمد فرزندش بی تفاوت است.

۲) خانواده ای که به هیچ وجه اجازه ی رفت و آمد خانوادگی با دوستان را به فرزند خود نمی دهد.

۳) خانواده ای که ضمن شناخت قبلی درباره ی دوست فرزندش، خانواده اش و نوع مهمانی، او را تا محل مهمانی همراهی

شما رفتار کدام خانواده را می پسندید؟ در چنین موقعیتی از خود چه رفتاری را نشان می دهید؟

۶- الگوی های رفتاری والدین با فرزندان

رفتار توام با
توجه افراطی

محبت بیش از اندازه یا نوعی رفتار که متناسب با سن و شرایط کودک نیست. عدم محبت موجب مشکلات روانی می شود و محبت بیش از اندازه باعث عدم اتکا به نفس، پرخاشگری، عصبانیت، پر توقع بودن فرزندان می شود و در مواقع انتقاد، واکنش شدید نشان می دهند.

رفتار طرد
گونه

رفتاری که کودک احساس طرد شدگی می کند مانند مقایسه کودک با دیگران بدون توجه به استعداد ها و توانایی های او. محبت نکردن، بهانه جویی، عدم تایید اعمال او، سرزنش در حضور سایر همسالان، غفلت و بی توجهی باعث می شود که فرزند احساس کند اولیایش او را نمی خواهند و احساس طرد شدگی و عدم اعتماد به نفس و اختلاف رفتاری (پرخاشگری، عصیان، خصومت، دزدی، اضطراب) از او سر می زند و از دوستان طرد می شود.

والدین
مسلط

کنترل شدید بر فرزندان در دستور کار قرار می گیرد. از کودکان فرمانبرداری فوری، دقیق و بدون چون چرا خواسته می شود. ویژگی های کودکان: بی اراده، بی ابتکار، وابسته، مطیع، ناتوان، بی لیاقت در دفاع از خود، شخصیت ضعیف، تسلیم شونده.

والدین بی
تفاوت

هیچ گونه الگوی تربیتی برای فرزندان وجود ندارد. فرزندان خود را مورد بی مهری قرار می دهند و در برابر رفتار پسندیده ی آنان نیز بی توجه اند. ساعات بیشتری را در بیرون از منزل به سر می برند. تنها بیرون و مسافرت می روند و راحت طلب هستند. بی اعتمادی به والدین و فرمان نبردن از آنان، زود تسلیم شدن در برابر مشکلات و آزادی برای هر کاری از ویژگی های فرزندان است

گفتارهای
ناهماهنگ
والدین

والدین از نظر تفکر و عقاید تفاهم ندارند و هر کدام کودک را به یک رفتار خاص تشویق می نمایند که از نظر دیگری پسندیده نیست. کودکان این گونه والدین مضطرب هستند و احساس گناه و تقصیر می کنند و تشخیص ارزشها از ضد ارزشها برایشان مشکل است.

والدین
پذیرنده

تمام نیازهای رشدی فرزند برآورده می شود مانند رشد جسمی، عاطفی، فکری و اجتماعی. تبعیضی در کار نیست، احساس امنیت و اعتماد، حس تشخیص و مسئولیت در فرزندان به وجود می آید
این خانواده ها، با مقدار زیادی محبت در درجه اول و مقدار کمی خشم و تنبیه در درجه دوم که بهترین نوع رابطه میان کودک و والدین است مشخص می شوند.

لطفا ضمن بررسی دقیق انواع الگوهای ارتباطی والدین با فرزندان در خانواده خود، نوع الگوی موجود را مشخص و چنانچه از نوع پذیرنده نبود با کمک از کارشناس (در صورت نیاز) نسبت به تغییر الگوی ارتباطی اقدام نمایید

۷- آیا من به عنوان عضوی از خانواده می توانم ارتباط کلامی موثر بر قرار کنم؟

پس از مطالعه مطالب گفته شده در مورد ارتباط صحیح در خانواده هر یک از اعضا قادر خواهند بود وضعیت خود را در این زمینه با پاسخگویی به سوالات زیر مشخص کنند.

الف) هنگامی که به عنوان عضوی از خانواده مطلبی را به دیگران ارائه می دهم (فرستنده پیام):

- | | | |
|---|-----|-----|
| ۱- حرفهای خود را به صورت جدی و با اعتقاد میزنم. | بلی | خیر |
| ۲- بیانی واضح، روشن و قابل فهم دارم. | بلی | خیر |
| ۳- از دیگران نظر می خواهم. | بلی | خیر |
| ۴- حرفهای درست دیگران را در برابر سخنان خودم می پذیرم | بلی | خیر |
| ۵- با سخنانم امر و نهی می کنم | بلی | خیر |

۶- به جای دیگران صحبت می کنم بلی خیر

۷- صفات منفی (لجباز و...) به اعضای خانواده نسبت می دهم. بلی خیر

در مجموع موقعیت خود را به عنوان فرستنده یک مطلب در خانواده چگونه ارزیابی می کنید لطفا در محور زیر علامت × بزنید.
بسیار ناموفق _____ بسیار موفق

ب) هنگامی که به عنوان عضوی از خانواده شنونده و دریافت کننده ی موضوع هستم (گیرنده پیام) :

۱- محتوای مطالب ارائه شده را به خوبی دریافت می کنم. بلی خیر

۲- از اعضای خانواده برای درک بیشتر توضیح می خواهم. بلی خیر

۳- به صحبت های عضوی از خانواده توجه و خوب گوش می کنم بلی خیر

۴- احساسات و نگرش های گوینده رادرک میکنم و با او همدلی می کنم بلی خیر

۵- صحبت های گوینده را قطع می کنم بلی خیر

۶- نظم جلسه گفتگو را به هم می ریزم بلی خیر

احساس خود را به عنوان شنونده و دریافت کننده موضوع در خانواده بین دو طیف زیر علامت × بزنید.

بسیار خشنود _____ ناخشنود

ج) مطلبی (پیام) را که شما به عنوان عضوی از خانواده سعی در انتقال آن به دیگران داشتید:

۱. به صورت واضح و کوتاه بود.

۲. بر اساس نیاز خود و دیگر اعضای خانواده بود. بلی خیر

۳. توضیحات اضافه و نا به جا در مورد موضوع وجود داشت بلی خیر

۴. با موضوع اصلی گفتگو مرتبط بود بلی خیر

۵. برای سایر اعضا قابل فهم بود. بلی خیر

د) وسیله ای را که شما برای رساندن منظور خود به دیگر اعضای خانواده ار آن استفاده کردید (فیلم

تلویزیون، روزنامه و ...) :

- | | | |
|--|-----|-----|
| ۱- باعلاق افراد مقابل متناسب بود | بلی | خیر |
| ۲- باشرایط خانواده سازگاری داشت | بلی | خیر |
| ۳- استفاده از این وسیله برای فهم بهتر موضوع در اعضا مفید بود (فیلم آموزشی،...) | بلی | خیر |
| ۴- استفاده از این وسیله برای اعضا جذاب و خوشایند بود. | بلی | خیر |

و) واکنش دیگران در برابر حرف های شما :

- | | | |
|--|-----|-----|
| ۱- از من درمورد مطالب ارائه شده سوال می شد. | بلی | خیر |
| ۲- درمورد ابهامات مطلب از من توضیح می خواستند. | بلی | خیر |
| ۳- صحبت های مرا رد و یا با آن مخالفت می کردند | بلی | خیر |
| ۴- صحبت های مرا می پذیرفتند. | بلی | خیر |

خلق شما در پایان گفتگوها در خانواده چگونه است؟ لطفا بین دوطیف زیر در محل مورد نظر علامت × بزنید.

بسیار خشنود _____ بسیار ناخشنود

در صورت مطالعه دقیق سوالات مذکور و پاسخگویی مناسب به آن ها شما و سایر اعضای خانواده ضمن آشنایی با اجزا و نکات مهم در ارتباطی دو جانبه و چند جانبه موفق به ارزیابی خود در ارتباط موجود نیز خواهید شد

۳) قدرت و تصمیم گیری در خانواده

۱) قدرت یا تصمیم گیری در خانواده

۲) انواع تصمیم گیری در خانواده و پیامدهای آن

۳) دیدگاه اسلام در رابطه با مدیریت در خانواده

۴) از میزان موفق بودن خانواده خود در تقسیم قدرت و نیز تصمیم گیری موثر و بجا آگاه گردید.

آیا می دانید؛ توزیع عادلانه و منصفانه قدرت در خانواده و مدیریت مبتنی بر آن زمینه شادابی و نشاط و در نتیجه موفقیت را در این کانون مهم به همراه خواهد داشت.

۱) قدرت و تصمیم گیری در خانواده چیست؟

همه ما هر روزه و در زندگی فردی و اجتماعی خود با مسائل گوناگونی روبرو هستیم که برای حل آنها لاجرم باید تصمیم گیری کنیم. برخی از این تصمیمات بسیار کوتاه مدت هستند و تاثیر چندانی در زندگی ما ندارند مانند تصمیم برای انتخاب غذا برای ناهار یا خرید یک لباس. اما برخی دیگر ممکن است آینده زندگی کاری، خانوادگی و اجتماعی ما را تحت تاثیر قرار دهند مانند تصمیم برای ازدواج و انتخاب همسر یا انتخاب شغل. اما موضوع مهم در این زمینه این است که تصمیم در خانواده بر چه اساس و معیاری و با دخالت و مشارکت یک یا چند عضو از خانواده گرفته می شود.

۲) انواع مدیریت و قدرت در خانواده

الف) مدیریت مشارکتی یا دموکراتیک:

در این نوع مدیریت والدین و فرزندان به مشورت می پردازند و تصمیم گیری ها با رضایت همه یا اعضای خانواده می باشد.

در صورت بکارگیری این شیوه آثار زیر پدیدار می شود:

- (۱) سبب تفکر و تعقل در اعضای خانواده می شود.
- (۲) مسئولیت پذیری آموزش داده می شود.
- (۳) فرزندان استقلال رای می یابند.
- (۴) روحیه ی عدالت خواهی در خانواده ایجاد می شود.
- (۵) هر فردی سهم خود را در اشتباهات پیش آمده می پذیرد و بدون سرزنش به جبران می پردازد.

(ب) مدیریت مستبدانه یا دیکتاتوری:

در این نوع مدیریت پدر یا مادر یا هردو اداره خانواده را برعهده دارند و فرزندان فرمانبردار هستند و فرزندان دائم تحت کنترل بوده و کوچکترین اشتباه باعث آشفته گی والدین شده و با سرزنش و ملامت همراه است.

در صورت بکارگیری این شیوه آثار زیر پدیدار می شود:

- (۱) تا زمانی که فرزندان کودک هستند مطیع بوده ولی بعد از بزرگ شدن سر به طغیان می گذارند.
- (۲) باعث عدم اعتماد و ناباوری می شود.
- (۳) گاهی تضاد در شخصیت فرزندان پیدا می شود.
- (۴) بزرگترین ضربه به مدیر خانواده می باشد چون فرزندان در پی تلافی یا ترک والدین برمی آیند.

(ج) مدیریت بر اساس آزادی مطلق :

منظور از روش آزادی مطلق در مدیریت خانواده این است که هیچ یک از اعضا در کار دیگری دخالت و نظارت ندارند و هر فردی مطابق دلخواه خود و بدون در نظر گرفتن منافع خانواده و سایر اعضا عمل می کند برای مثال مادر غذا را آماده کرده و مشغول چیدن سفره میباشد و از فرزندان و پدر میخواهد برای خوردن غذا بیایند ولی آن ها بی تفاوت هر کدام مشغول کاری می باشند شاید این روش درست بنظر بیاید ولی در صورت بکارگیری این شیوه آثار زیر پدیدار می شود:

- (۱) بی نظمی و هرج و مرج در خانواده
- (۲) مدیریت دچار تزلزل شده و قدرت تصمیم گیری کمتر می شود.

(۳) احتمال انحراف های اخلاقی و قانون شکنی اجتماعی در اعضای خانواده به وجود می آید.

(۴) فضای گرم و محبت و صمیمیت خانه جای خود را به بی نظمی، بی بندوباری و خود کامگی می دهد.

(۳) اسلام در این زمینه توصیه های بسیار ارزشمندی به ما کرده است؟

- از نظر اسلام مدیریت صحیح خانواده بدون برنامه ریزی دقیق و مشورت اعضای خانواده امکان پذیر نمی باشد
- زن و شوهر با برخورداری از سه ویژگی؛ دانش، مهارت و اخلاق، خانواده را به بهترین شکل ممکن اداره می کنند.
- مدیریت اسلامی خانواده، پیوند محکمی با اخلاق و تربیت اسلامی دارد و به هیچ عنوان خانواده‌ی سختگیر را نمی پسندد.
- رعایت دستورات و توصیه های قرآن و سیره معصومین (ع) در خصوص انجام مشورت و هم فکری اعضای خانواده در تصمیم گیری ها، نویدبخش خانواده ای سعادتمند و انسانهایی رشد یافته است، که شکوفایی و اعتلای جامعه اسلامی را تضمین می کند.

احادیثی در این باب:

- بدترین مردم، سختگیر بر خانواده اند. شخصی پرسید: ای رسول خدا! مراد از سختگیری بر خانواده چیست؟ فرمود: مرد هرگاه وارد خانه شد همسرش بترسد و فرزندش بهراسد و بگریزد و هرگاه از خانه بیرون رفت همسرش بخندد.
- کار خویش را با توکل بر خدا انجام بده ولی مشورت را فراموش نکن و با مشورت با دیگران به آنها شخصیت بده.
- مشورت گرفتن باعث می شود اندیشه ها و خواسته های پنهانی فرد ظهور یابند.

(۵) از میزان موفق بودن خانواده خود در تقسیم قدرت و نیز تصمیم گیری موثر و بجا آگاه گردید.

لطفا شیوه مدیریتی خانواده خود را بطور دقیق مورد مشاهده قرار داده و نوع آن را مشخص کرده و ویژگی های مثبت و منفی آن را در زیر توصیف نمایید.

.....

.....

.....

اطمینان داشته باشید که با بکارگیری شیوه های درست مدیریتی در خانواده، از نتایج مثبت و موثر آن

غافلگیر خواهید شد.

ارزش های خانواده

(۱) یک داستان واقعی

(۳) ویژگی های ارزش در خانواده

(۴) انواع ارزش های موجود در خانواده

(۵) سطوح ارزش ها

(۶) تاثیر ارزش ها بر دیدگاه افراد خانواده

(۷) از به کارگیری ارزش های حقیقی در خانواده چگونه مطمئن گردیم

(۸) لطفا به ارزش های حقیقی رایج در خانواده توجه کنید وبا خانواده خود مقایسه وقضاوت کنید

(۱) یک داستان واقعی (برگرفته از جراید خبری)

! حماقت مداوم

در طول زندگی چهل و هشت ساله ام تا به حال اینقدر بی سر و سامان نبوده ام. وقتی به پیشنهاد مادرم با او ازدواج کردم، فکر می کردم خوشبخت ترین مرد دنیا شده ام. تک دختر یک خانواده پولدار بود. لیسانس داشت پدرش مدیرکل اداره ای معتبر در

استان بود و برادرانش هر ۲ پزشک بودند و مادرش نویسنده بود. اینقدر مفتون شرایط خانوادگی شان شده بودم که اصلاً وی را فراموش کردم.

خیلی زود با کمک پدرم آپارتمانی گرفتیم و زندگی مشترکمان را آغاز کردیم. از اولش هم زندگیمان خوب نبود ولی این قدر این طرف و آن طرف سرمان گرم بود که متوجه نمی شدیم. مدتی گذشت و اولین اختلافاتمان به دعوا تبدیل شد. بسیار خودخواه و از خود راضی بود. درخانه خودشان حرف حرف او بود، به هیچ کس جز خودش اهمیت نمی داد. مادرم گفت: بچه دار که بشوید پایبند زندگی می شود، اما اینطور نشد. وقتی فرزندمان به دنیا آمد خیلی خوشحال بودم ولی او فقط گریه می کرد که گرفتار شده است و نمی تواند به علاقه مندی های شخصی اش برسد. ۸ سال همینطور زندگی کردیم تا اینکه تحمل من و نظراتم به قول خودش دیگر برایش امکان پذیر نبود. خیلی زود خانواده اش طلاق او را گرفتند. من هم به خانه پدرم باز گشتم؛ سرخورده و شکست خورده و تحقیر شده. خانواده اش با تکبری که داشتند زندگی مرا نابود کردند.

لطفا ارزش های نادرست و کاذب موجود در داستان بالا را لیست نموده و نظر خود را با یک اهل فن در میان بگذارید.

۲) ارزش در خانواده به چه معناست؟

ارزش در خانواده به عقاید رفتار و حالاتی گفته میشود که افراد خانواده به آنها اهمیت میدهند و برای دستیابی به آنها از قوانین خاصی در خانواده باید پیروی گردد.

۳) ویژگی های ارزش در خانواده

ثابت وبدون تغییر هستند.(ارزش های اخلاقی)

در سال های اولیه زندگی شکل می گیرند

بسیاری از ارزش ها در میان مردم مشترکند.

ارزش ها در خانواده شکل میگیرند وجامعه میتواند روی آن تاثیر داشته باشد.

۴) انواع ارزش ها در خانواده

الف) ارزش های دینی:

ارزش های دینی به مسائل معنوی در خانواده می پردازد و باید ها ونباید هایی را تعیین میکند. مثل نمازخواندن وروزه گرفتن در
hیک خانواده مسلمان

ب) ارزش های اجتماعی:

افراد خانواده برای رسیدن به آن باید قوانینی را در جامعه رعایت کنند. برای مثال جهت رسیدن به نظم در جامعه افراد خانواده
باید قوانین راهنمایی و رانندگی را رعایت کنند

ج) ارزش های فرهنگی:

به ارزش هایی که باعث رشد وپیشرفت انسان ها در خانواده میشوند ارزش های فرهنگی گفته میشود. مثل کتاب خواندن

د) ارزش های اخلاقی:

به ارزش های که رفتار اعمال واندیشه افراد خانواده رابه سوی اخلاق مداری هدایت میکند مثل رعایت احترام در مقابل بزرگترها

و) ارزش اقتصادی:

این ارزش به جنبه های مادی خانواده توجه دارد به عنوان مثال کسب روزی حلال

لطفا تمرین زیر را در خانه انجام دهید:

با کمک اعضای خانواده لیست کاملی از انواع ارزش های موجود و مورد قبول خانواده را بر اساس طبقه بندی فوق تهیه فرمایید تا
در عمل نسبت به ساختار ارزشی موجود خانواده آگاه گردیده و از این طریق به علل افکار و رفتار های اعضا واقف شوید.

آیا می دانید: در خانواده های امروزی به جای ارزش های صحیح و حقیقی که باعث پیشرفت و تکامل خانواده می
شود گاهها ارزش های کاذب و نادرست جایگزین شده اند. نظیر: پول و مادیات به عنوان تنها عامل خوشبختی و مدارک
تحصیلی به جای کسب دانایی و علم

امکان شکل گیری ارزش های جدید متناسب با زمان:

گاهی نیز ممکن است چیزهایی که برای ما ارزش نیستند در یک موقعیت خاص ارزش محسوب شوند. مثل اهدای عضو که در گذشته ارزش نبوده ولی هم کنون با توجه به نیاز جامعه هر روز بر ارزش آن تاکید میشود. در بعضی از خانواده ها تمامی اعضا خانواده کارت اهدا عضو دارند و این یک ارزش بزرگ انسانی محسوب می شود.

۵) سطوح ارزش ها

❖ ارزش غایی و متعالی:

ما در زندگی خود یک سری ارزش داریم که آنها اهداف اصلی زندگی ما هستند. مانند: زندگی راحت. صلح زیبایی. برابری و عدالت. رستگاری. امنیت. عقل و حکمت و.....

❖ ارزش ابزاری و واسطه ای:

برای رسیدن به ارزش های اصلی (غایی)، خانواده برای خود یک سری ارزش های کوچک و جزئی تر تعیین می کند که این ارزش ها ابزار و وسیله ای برای رسیدن به هدف های نهایی خانواده می باشند. مانند؛ شجاع بودن. پاکیزگی. شاد و بشاش بودن. مودب بودن. عشق ورزی. فداکاری و گذشت. صداقت و...

۶) تاثیر ارزش ها بر طرز فکر و نگرش افراد خانواده

ارزش ها تاثیر مستقیمی بر دیدگاه افراد خانواده دارد. در واقع ارزش ها می توانند نگرش افراد را به موضوعات مختلف تغییر دهند. به عنوان مثال اگر پول در خانواده به عنوان یک ارزش در نظر گرفته شود. نگرش تمام افراد خانواده در جهت رسیدن به هدف اصلی که همان پول است تغییر می کند. بنابراین ارزش ها دیدگاه افراد خانواده را می سازند و این دیدگاه باعث بروز رفتارهایی در جهت رسیدن به هدف اصلی می شوند.

۷) با کسب اطلاعات فوق به توانمندی زیر دست خواهیم یافت.

- ❖ ارزش های درست و حقیقی را از ارزش های نادرست تشخیص می دهیم.
- ❖ انواع ارزش های مورد نیاز را به افراد خانواده آموزش می دهیم.
- ❖ دیدگاه خود را مطابق با ارزش های صحیحی که برای خانواده تعیین کرده ایم تغییر می دهیم.

۸) لطفا براساس ضرورت وجود ارزش های حقیقی زیر ، وضعیت خانواده خود را مقایسه و در صورت نیاز اقدام مناسب در جایگزینی این ارزش ها انجام دهید:

خانواده:

- ✓ به آموزش و انتقال ارزش های درست از دوران کودکی توجه دارد و مانع از ورود ارزش های نادرست و کاذب به درون خود می شود.
- ✓ در زمینه افزایش قدرت شناخت خویش درخصوص تمایز ارزش صحیح از ارزش کاذب مطالعه دارد.
- ✓ ارزش های ابزاری را به خوبی می شناسد و از آنها جهت رسیدن به ارزش های غایی استفاده می کند.
- ✓ همواره اعضای خود را نسبت به شناخت دقیق حقوق مردم جامعه و رعایت مسئولانه آنها جهت می دهد.
- ✓ دیدگاه صحیح را متناسب با ارزش های خانواده در خود به وجود می آورد و عملیاتی شدن آنها را پیگیری می کند.
- ✓ ساده زیستی را به عنوان یک ارزش دینی، انسانی و عقلانی در خانواده دنبال می نماید.
- ✓ توجه صرف به منفعت طلبی شخصی را به عنوان یک ضد ارزش در نظر داشته و همه اعضا را در جهت منفعت گروه خانواده و اجتماع جهت می دهد.
- ✓ همه اعضای خود را به رعایت ادب و احترام به هم و به ویژه افراد بزرگتر تشویق نموده و اجرای آن را در خانواده، بین بستگان و محیط اجتماع دنبال می کند.
- ✓ اخلاص و رضای خدا را به عنوان یک هدف والا و اساسی برای خود در نظر گرفته و در جهت رسیدن به آن تلاش می کند
- ✓ و.....

لطفا تعداد دیگری از ارزش های درست و مورد لزوم برای زندگی مطلوب خانوادگی را به این فهرست فوق اضافه کنید.

منابع:

- (۱) حسینی وحیده ، جعفری ورجوشانی نسرین (مترجم) پرستاری بهداشت جامعه دو لانکستر، چاپ سوم، نشر سالمی و جامعه نگر، ۱۳۹۱
- (۲) حمیدزاده آریایی یوسف ، حسینی میرمحمد (مترجم)، درسنامه پرستاری بهداشت جامعه (بی تی باساوانتایا)، تهران، نشر و تبلیغ بشری تحفه ۱۳۸۲، فصل ۶
- (۳) حلم سرشت پیوش ، دل پیشه اسماعیل ، پرستاری بهداشت جامعه جلد دوم، چاپ اول، انتشارات چهر، پاییز ۱۳۸۶
- (۴) ارشدی فرخ سهیل و همکاران، پرستاری بهداشت جامعه ۱، ۲، ۳، تهران اندیشه رفیع، ۱۳۸۲، فصل ۴

- (۵) انوشه آمنه و همکاران، پرستاری بهداشت جامعه، انتشارات ارجمند، چاپ تابستان، ۱۳۷۵
- (۶) کیوی مروت (مترجم)، پرستاری بهداشت جامعه/ الیزابت تی آندرسون، جودیت مکفارلین، نشر و تبلیغ بشری، ۱۳۸۹
- (۷) هرو آبادی شفیقه و همکاران، پرستاری بهداشت جامعه (خانواده محور)/ باربارا بریان لوگان، سی سیلیا ای، داو کینز، تهران علوم پزشکی ایران، ۱۳۸۲
- (۸) اعظم پرچم و همکاران، اصول مدیریت خانواده در اسلام، پژوهش های اجتماعی اسلامی، دوره ۲۰، شماره ۱، بهار ۱۳۹۳
- (۹) سراج زاده حسن، سلوک اخلاقی شوهر با همسر در اندیشه اسلامی، اخلاق، دوره ۳، شماره ۳، پاییز ۱۳۹۲
- (۱۰) بروجردی علوی مهدخت و همکاران، روابط خانوادگی از منظر تفسیر المیزان، انتشار آنلاین از تاریخ، خرداد ۱۳۹۴
- (۱۱) ظهیری هوشنگ، فتحی سروش، مدیریت خانواده در نظریه های جامعه شناسی در مقایسه با نظریه علامه طباطبائی، پژوهشنامه قرآن و حدیث، دوره - شماره ۸، بهار و تابستان ۱۳۹۰
- (۱۲) گروسی سعیده، آدینه زاده راحله، بررسی رابطه عوامل اجتماعی با تعارض نقش های شغلی و خانوادگی در بین زنان شاغل، علوم اجتماعی (دانشکده ادبیات و علوم انسانی مشهد)، دوره ۷، شماره ۲، بهار و تابستان ۱۳۸۹