



بررسی رابطه بین پردازش هیجانی و سلامت عمومی با الگوهای ارتباطی همسران در شهرستان لار

فرشید روزگار ، اطلس آنوش

کارشناسی مشاوره خانواده، دانشگاه آزاد مرودشت، فارس، ایران

آموزشگاه ابتدایی شاهد فرزند بنی زمانی لار

Farshidro۲@yahoo.com

چکیده

این پژوهش با هدف مطالعه رابطه ساده و چند گانه پردازش هیجانی و سلامت عمومی با الگوهای ارتباطی همسران در شهرستان لار انجام شد. این پژوهش از نوع همبستگی بوده و جامعه آماری آن شامل کلیه زنان متأهل مراجعه کننده به مراکز مشاوره در چهار ماهه اول سال ۱۳۹۰ بودند که به صورت تصادفی و یک درمیان انتخاب شدند و سه پرسشنامه الگوهای ارتباطی همسران CPQ و پردازش هیجانی EPS و سلامت عمومی GHQ در اختیار آنها قرار گرفته شد و توضیحات لازم نیز در خصوص نحوه پاسخگویی به سوالات توسط روانشناس بالینی ارائه شده است. برای تجزیه و تحلیل داده ها از آمار توصیفی شامل میانگین و ضریب همبستگی استفاده شد. نتایج این پژوهش نشان داد که بین پردازش هیجانی و سلامت عمومی با الگوهای ارتباطی همسران در شهرستان کهگیلویه در سطح $P < 0/05$ رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد. بین پردازش هیجانی و سلامت عمومی همسران در سطح شهرستان لار رابطه مثبت و معنی داری در سطح $(P < 0/001)$ وجود دارد. این پژوهش می تواند برای ارتقاء سطح سلامت عمومی همسران؛ شناسایی متغیرهای مرتبط با سلامت عمومی و سعی در ارتقاء این متغیرها تا نهایتاً با افزایش سلامت عمومی و ارتقاء کیفیت زندگی، در فضایی توأم با آرامش و اعتماد، الگوهای ارتباطی همسران نیز بهبود می یابد.

کلمات کلیدی: پردازش هیجانی، سلامت عمومی، الگوهای ارتباطی

مقدمه:

شواهد زیادی در رابطه با نقش زیاد پردازش هیجانی در اختلالات اضطرابی وجود دارد که نشان می دهد پردازش هیجانی سهم عمده ای در سازگاری با اضطراب دارد. علاوه بر آن پردازش هیجانی، از مدت ها قبل به عنوان اساسی ترین عنصر در متون بالینی اختلالات اضطرابی مطرح است. (بل و همکاران، ۲۰۱۰).

راچمن پردازش هیجانی را فرایندی می داند که به وسیله آن آشفتنگی عاطفی جذب و به اندازه ای کاهش می یابد که تجارب و رفتارهای دیگر بدون آشفتنگی می تواند صورت گیرد (باکر و همکاران، ۲۰۰۷).

در برخی از آسیب های روانی یک یا چند مؤلفه از مؤلفه های پردازش هیجانی دچار اختلال می شود. این نواقص به طور مثال در حیطه هایی همچون ادراک، حافظه و یا در بروز هیجانات رخ می دهند و به تبع آن توانایی بیماران برای انجام یک یا چند کارکرد هیجانی سازگارانة مختل می شود (فرگوس و همکاران، ۲۰۰۹).

مک لئوس و وارنا (۲۰۰۰) در پژوهشی به بررسی اثر افکار آرام بخش و مزاحم در پردازش هیجانی در فوبی ها پرداختند. نتایج این مطالعه نشان داد که نگرانی مانع پردازش هیجانی تصاویر هراسناک می شود. همچنین نگرانی و اضطراب می تواند راهبرد ناموفقی برای جلوگیری از فعالیت فیزیولوژیک مرتبط با پردازش هیجانی باشد.

مفهوم سلامت روان شامل آسایش ذهنی، احساس خودتوانمندی، خودمختاری، کفایت، درک همبستگی بین نسلی و شناخت توانایی خود در محقق ساختن ظرفیت های عقلی و هیجانی خویش است. به گونه ای دیگری می توان گفت: بهداشت روان حالتی از رفاه است که در آن فرد توانایی هایش را باز می شناسد و قادر است با تنش ها یا استرس های معمول زندگی مدارا کند، از نظر شغلی مفید و سازنده باشد، برای اجتماع خود نقشی ایفا کند و با دیگران مشارکت و همکاری داشته باشد. سلامت روان شامل افزایش توانایی های افراد و جامعه و قادر سازی آنها در دستیابی به اهداف مورد نظر می باشد (بوالهروی و همکاران، ۲۰۱۶). سازمان جهانی بهداشت، ضمن توجه