



اثر زمان شروع قاعدگی بر به کارگیری راهبردهای مقابله ای در دختران نوجوان

الهام ایران نژاد^۱، محمد سلطانی زاده^۲

۱- دانشجوی کارشناسی ارشد دانشگاه پیام نور اصفهان

۲- استادیار دانشگاه پیام نور اصفهان

چکیده

نوجوانی یکی از مهمترین مراحل رشد است که در آن بلوغ تجربه می شود که بر رشد جسمانی، فیزیولوژیکی و روان شناختی اثر می گذارد. اولین قاعدگی به عنوان آخرین مرحله رشد فیزیکی زنان ناگهانی رخ می دهد و اغلب باعث طغیان هیجانی می شود که بسیاری دختران تا مدت ها به یاد می آورند و آثار آن می تواند تا مدت ها بر جا بماند. بررسی ها نشان دادند اگر نوجوان مجهز به راهبردهای کارآمد مقابله نباشد توانایی کمی برای درک هیجانهایی خود و دیگران داشته در برخورد با تنش های دوران نوجوانی توانایی لازم را نخواهد داشت و مشکلات روانی و رفتاری از خود نشان می دهد. راهبرد مقابله سازش یافته سبب می شود فرد احساس کند توان کنترل یا تغییر موقعیت را دارد و با سلامت روان افراد رابطه مستقیم دارد. این پژوهش با هدف بررسی تأثیر زمان اولین قاعدگی بر کاربرد راهبردهای مقابله ای در دختران نوجوان با طرح علی مقایسه ای انجام شد. نمونه گیری به صورت خوشه ای تصادفی در دبیرستان های نوبت دوم شهر بهارستان انجام شد. ۹۶ نفر پرسشنامه رفتارهای مقابله ای ییلینگز و موس (۱۹۸۴) را کامل پاسخ دادند. دانش آموزان بر حسب زمان شروع قاعدگی به ۲ گروه پیش از ۱۲/۵ و پس از ۱۲/۵ سالگی تقسیم و از نظر راهبردهای مقابله ای مقایسه شدند. نتیجه آزمون واریانس چند متغیری نشان داد بین دخترانی که قاعدگی آنها پیش و پس از ۱۲/۵ شروع شده با احتمال ۹۹ درصد در بکارگیری راهبردهای شناختی و حل مسأله تفاوت معنی داری وجود دارد. این نتیجه می تواند به این دلیل باشد که دختران کم سن تر زمانی که با مشکلات ناشی از قاعدگی روبرو می شوند برای حل آن راهبردهایی مانند جستجوی اطلاعات و مشورت با بستگان مانند مادر و خواهر، حفظ آرامش و اهمیت ندادن به موضوع و توجه به مسائل دیگر را فرا می گیرند که برای مشکلات دیگر زندگی می توانند از آنها استفاده کنند. **واژگان کلیدی:** قاعدگی، راهبردهای مقابله، نوجوان