

«مقاله پژوهشی»

## نقش باورهای کاذب در پیش‌بینی تعارض کار-خانواده و بی‌معنایی زندگی زنان سرپرست خانواده

علی مصطفائی<sup>1\*</sup>، سیدعلی آزادمنش<sup>2</sup>، معصومه قنبری<sup>3</sup>

1. استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

2. مربی، گروه مشاوره و علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

3. کارشناسی ارشد، روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران

تاریخ دریافت: 1401/11/29 تاریخ پذیرش: 1401/12/29

### The Role of False Beliefs on Work-Family Conflict and the Meaninglessness of Lives of Female-Headed Households

A. Mostafaie<sup>1\*</sup>, S.A. Azadmanesh<sup>2</sup>, M. Ghanbari<sup>3</sup>

1. Assistant Professor, Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran

2. Lecturer, Department of Counseling and Educational Sciences, Payame Noor University, Tehran, Iran

3. MS.c. in Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran

Received: 2023/02/18 Accepted: 2023/03/20

#### Abstract

The purpose of this research was to explain the role of false beliefs on the work-family conflict and the attitude towards the meaninglessness of lives Female-Headed Households in Shirvan and its suburbs. The type of this research is applied based on the purpose and descriptive-correlation in terms of implementation method. The statistical population of the research include all female-Headed Households were covered by the Relief Committee of Shirvan and its suburbs, Using Morgan's table, the number of 200 people was estimated as the sample size. This number was selected using the available random sampling method. The research tools included false Jones belief questionnaires (1990), work-family conflict Carlson et al. (1989) and meaninglessness of life Steger et al. (2005). To analyze the data, statistical methods were used at the level of descriptive statistics (frequency, mean and standard deviation) and at the level of inferential statistics Pearson's correlation coefficient test and multiple regression were used in the Spss software environment. The results showed that there is a significant relationship between false beliefs and work-family conflict of Female-Headed Households, All dimensions of false beliefs can predict work-family conflict; Among the dimensions of false beliefs, excessive worry combined with anxiety is the most important predictor of work-family conflict. Also, all aspects of false beliefs have a significant relationship with the meaninglessness of the lives of female heads of households, Among the dimensions of false beliefs, Helplessness to change is the most important predictor of meaninglessness in the life of female heads of the household. Based on the findings of the research, it can be concluded that false beliefs predict the intensity and level of work-family conflict and the attitude towards the meaninglessness of the life of female -Headed Households.

#### Keywords

False Beliefs, Work-Family Conflict, Meaninglessness of Lives, Female-Headed Households

#### چکیده

هدف از اجرای این پژوهش تبیین نقش باورهای کاذب در پیش‌بینی تعارض کار-خانواده و نگرش به معنای زندگی زنان سرپرست شهرستان شیروان و حومه بود. نوع این پژوهش بر اساس هدف، بنیادی و از نظر روش اجرا، توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری پژوهش، کلیه زنان سرپرست خانواده تحت پوشش کمیته امداد شهرستان شیروان و حومه بود که با استفاده از جدول مورگان تعداد 200 نفر به عنوان حجم نمونه برآورد شدند که این تعداد با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شد. ابزار جمع‌آوری داده‌ها شامل پرسش‌نامه‌های باورهای کاذب جونز (1990)، تعارض کار-خانواده کارلسون و همکاران (1989) و معنایی زندگی استگر و همکاران (2005) استفاده شد برای تجزیه و تحلیل داده‌ها، از روش‌های آماری در سطح آمار توصیفی از (فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد) و در سطح آمار استنباطی از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه در محیط نرم‌افزار Spss استفاده شد. نتایج نشان داد که بین باورهای کاذب و تعارض کار-خانواده زنان سرپرست رابطه معنادار وجود دارد؛ تمامی ابعاد باورهای کاذب قادر به پیش‌بینی تعارض کار-خانواده است؛ در بین ابعاد باورهای کاذب، نگرانی زیاد توأم با اضطراب مهم‌ترین پیش‌بینی‌کننده تعارض کار-خانواده است. همچنین تمامی ابعاد باورهای کاذب با معنای زندگی زنان سرپرست رابطه معنادار وجود دارد؛ در بین ابعاد باورهای کاذب، درماندگی برای تغییر مهم‌ترین پیش‌بینی‌کننده معنای زندگی زنان سرپرست خانوار است. براساس یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که باورهای کاذب، شدت و میزان تعارض کار-خانواده و نگرش به معنای زندگی زنان سرپرست را پیش‌بینی می‌کند.

#### واژه‌های کلیدی

باورهای کاذب، تعارض کار-خانواده، بی‌معنایی زندگی، زنان سرپرست

## مقدمه

که در آن فشار نقشی حاصل از برخی جنبه‌های کار و خانواده به صورت دو جانبه ناسازگار می‌شوند. به این صورت که مشارکت در نقش کاری (یا خانوادگی) دشواری‌هایی را در مشارکت مناسب در نقش خانوادگی (یا کاری) موجب می‌شود (موکاودزی، 2005). تعارض کار- خانواده منجر به افزایش نارسایی شناختی در کار و بی‌معنایی زندگی می‌شود (لاپیر<sup>7</sup> و همکاران، 2012).

در نگاهی به تحقیقات اولیه در زمینه سازه تعارض کار- خانواده درمی‌یابیم که پژوهش‌های گذشته صرفاً بر مطالعه تعارض هنگامی که کار با خانواده تداخل می‌کرد متکی بودند و به این مسئله که هنگام تداخل خانواده با کار چه اتفاقی می‌افتد توجهی نداشتند. تحقیقات اخیر در زمینه تعارض کار خانواده رویکردی جامع در مفهوم‌پردازی مواجهه کار- خانواده را در پیش می‌گیرند. گر چه هر دو بعد این تعارض رابطه همبستگی قوی دارند، اما نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که هر کدام از آنها پیشایندها و پیامدهای خاص خود را دارند (سنت اونگه<sup>8</sup> و همکاران، 2002). از متغیرهای تاثیرگذار بر تعارض کار- خانواده، باورها و نظام اعتقادی فرد است.

عملکرد انسان متأثر از گرایش‌های شناختی، عاطفی، انتظارات، باورها و ارزش‌ها است. عنصر کلیدی برای اعمال کنترل و کارکردهای شخصی، باور انسان در مورد خود است (عبداللهی و عبدالرحیم، 1385). داشتن دانش، مهارت‌ها و دستاوردهای قبلی افراد پیش‌بینی‌کننده‌های مناسبی برای عملکرد آینده افراد نمی‌باشند، بلکه باور انسان درباره توانایی‌های خود در انجام آن‌ها بر چگونگی عملکرد خویش مؤثر است. مهارت‌ها می‌توانند به آسانی تحت تأثیر خود شکمی یا خود تردیدی براساس باورهای کاذب قرار گیرند، در نتیجه حتی افراد خیلی مستعد در شرایطی که باورهای ضعیفی نسبت به خود داشته باشند، از توانایی خود استفاده کمتری می‌کنند (بندورا<sup>9</sup>، 1998). به عقیده بک پاسخ‌های هیجانی فرد با ارزیابی تحریف شده فرد با واقعیت هماهنگ نیست. وقتی یک رویداد یا واقعه ناراحت کننده برای فرد اتفاق می‌افتد، خود آن رویداد، فرد را مضطرب نمی‌کند، بلکه

موضوع تضاد کار و زندگی به ویژه پس از جنگ جهانی دوم، زمانی که تعداد فزاینده‌ای از زنان وارد بازار کار شدند تا کمبود نیروی کار مرد را جبران کنند، به طور فزاینده‌ای افزایش یافت. از آن زمان به بعد، زنان نیز مانند مردان در توسعه اقتصادی و اجتماعی جوامع مشارکت زیادی داشتند (کلیهر، ریچاردسون، بویاریتسو، 2018). به علت ورود هر چه بیشتر زنان به بازار کار، شیوع تعارض کار- خانواده در بین جوامع صنعتی رشد چشم‌گیری داشته است (مارکس، باشم و رایان<sup>1</sup>، 2002). بسیاری از مشکلات خانواده‌ها به محل کار اعضای خانواده انتقال می‌یابند و مشکلات سازمان نیز کم و بیش خانواده کارکنان را تحت تأثیر قرار می‌دهند. از این رو، نقش‌ها در یک حیطه (کار یا خانواده) با نقش‌های حیطه دیگر تداخل پیدا می‌کنند. از آنجا که اکثر کارکنان در حال دست و پنجه نرم کردن با مشکلات مربوط به برقراری تعادل میان شغل منبع درآمدشان و مسئولیت‌های خانوادگی هستند، زمینه برای ایجاد تعارض و استرس مساعد می‌شود (تقی زاده و همکاران، 2021؛ کاسبونتورو و همکاران، 2020؛ شین و چین<sup>2</sup>، 2011).

علاوه بر این، تعارض کار- خانواده تحت تأثیر افزایش خانواده‌هایی که از کودکان و سالمندان نگهداری می‌کنند نیز رشد فزاینده‌ای دارد. این پدیده از نوع تعارض بین نقشی بوده که در آن فرد بین خواسته‌های نقش کاری خود و تقاضاهای نقش خانوادگی احساس تعارض کرده که منجر به فشار روانی می‌گردد. در نهایت، فشار روانی منفی شغلی زیاد منجر به افت چشم‌گیر ملاک‌های سلامتی فردی و اجتماعی می‌شود (موکاودزی<sup>3</sup>، 2005). تعریف رایج و مقبول این سازه ریشه در کارهای اصلی کان (به نقل از موکاودزی، 2005) دارد که در تحقیقات منسه، آمیسه، نسفول<sup>4</sup> (2018)، ژان فنگ<sup>5</sup> (2017) و کوکلن<sup>6</sup> و همکاران (2015) به آن اشاره شده است. بر این اساس، تعارض کار- خانواده این گونه تعریف شده است: نوعی تعارض بین نقشی است

1. Marchese, Bassham & Ryan
2. Shein, Chen
3. Mukaudzi
4. Mensah, Amisshah & Nsaful
5. Ya-Xuan Fang
6. Cooklin

7. Lapiere  
8. St-Onge  
9. Bandura

انسان و رضایت از زندگی است (هالاما و ددووا<sup>5</sup>، 2007؛ هو و همکاران، 2010).

فقدان وجود معنا در زندگی، یا سطوح پایین آن، با برخی عوامل فشارزای روانی نظیر افسردگی (هدایتی و خضری، 1393؛ وو و براون<sup>6</sup>، 2013؛ کوهن و کرنز<sup>7</sup>، 2012؛ کلفتاراس و پسر<sup>8</sup>، 2012؛ استگر<sup>9</sup> و همکاران، 2009؛ اونز<sup>10</sup> و همکاران، 2009) و اضطراب و تعارض (استیگر<sup>11</sup> و همکاران، 2009) رابطه مستقیم دارد. مطالعات نشان می‌دهد که مفهوم معنای زندگی ارتباط تنگاتنگی با سلامت، رفاه روان‌شناختی و عملکرد افراد دارد (ملتون و شولنبرگ<sup>12</sup>، 2008؛ راثی و راستوگی<sup>13</sup>، 2007).

شناخت درمانگران معتقدند نوع تعبیر و تفسیر غلط افراد از اتفاقات بیرونی باعث هیجانات منفی آنها می‌شود. این تعبیر و تفسیر غلط، خودکار و تحت عنوان تحریف‌ها یا خطاهای شناختی به ذهن ما خطور می‌کند (بک<sup>14</sup>، 1976). در ذهن بسیاری از مردم، مفروضه‌ها یا معیارهای غیر واقع‌بینانه‌ای نقش بسته است که باعث احساس شکست و بطالت زندگی آنها می‌شود (لیهی<sup>15</sup>، 2003).

آنچه در هستی انسان اهمیت دارد، سرنوشتی نیست که انسان انتظارش را می‌کشد؛ بلکه شیوه‌ای است که انسان سرنوشت را می‌پذیرد؛ و به اعتقاد فرانکل، در هر موقعیتی حتی به هنگام رنج و مرگ هم می‌توان معنایی یافت. فرانکل می‌گوید: زنده بودن یعنی رنج کشیدن، اما برای رنج خویش معنایی یافتن، یعنی ادامه هستی. فرانکل در این باره از نیچه نقل قول می‌آورد: «کسی که چرایی در زندگی دارد، با هر چگونه‌ای خواهد ساخت» (خوشدل، 1388). عصاره فلسفه معنا در زندگی این است که انسان به معنایی در زندگی نیاز دارد، به طوری که می‌خواهد برای این معنی و همچنین، آزادی برای انجام این کار به جستجو بپردازد. بدون معنی، زندگی تهی می‌شود و ما در یک خلاء

برداشت وی از آن رویداد است که منجر به ناراحتی می‌شود (اقامحمدیان و همکاران، 1393). بنابراین اولین قدم برای رسیدن به موفقیت، یافتن باورهایی است که ما را در جهت نتایج درست هدایت کند (کوهستانی و همکاران، 1392). نظام اعتقادی فرد، شامل مجموعه‌ای از اعتقادات و باورداشت‌های منطقی و غیرمنطقی است (الیس و کرافورد<sup>1</sup>، 2006).

باورهای کاذب، باورهای ناکارآمد، جزمی، متحجر و غیر واقع‌گرایانه بوده (امین پور و احمدزاده، 1390) که موجب بدفهمی و تعریف اشتباه واقعیت‌های بیرونی، محرک‌های محیطی و رفتارهای دیگران می‌شود. در نتیجه سازگاری فرد را مختل کرده و یا اجازه سازگار شدن را به فرد نمی‌دهد (دیوید<sup>2</sup> و همکاران، 2009). این باورها حول محور خود، دیگران و شرایط محیط می‌چرخند (الیس و کرافورد، 2006). باورها ارتباط نزدیکی با معنای زندگی دارد. معنای زندگی یکی از مقوله‌های مهم است که زنان سرپرست خانوار نبود یا کمبود وجود آن را در زندگی خود حس می‌کنند (دهداری و همکاران، 1392).

دغدغه معنا یا دغدغه دست‌یابی به زندگی معنادار یکی از اساسی‌ترین دغدغه‌های زندگی آدمی است (مروتی و بیرانوند، 1392). که از اعماق وجود انسان برمی‌خیزد. همان گونه که هایدگر<sup>3</sup> بیان می‌کند، «انسان تنها موجودی است که وجودش برای خودش مسئله است» (علی زمانی، 1386) و اساسی‌ترین دغدغه انسان این است که کیست، از کجا آمده است، به کجا می‌رود و راه رسیدن به هدف مطلوب چیست؟ (علی زمانی، 1386).

معنای زندگی، اشاره به نوعی از احساس ارتباط با خالق هستی، داشتن هدف در زندگی، تعقیب و نیل به اهداف باارزش و رسیدن به تکامل دارد. معنای زندگی، در اصل ماهیت شناختی دارد زیرا دربردارنده باورهای افراد در مورد وجود یک هدف غایی در زندگی، اعتقاد به معنویات و زندگی اخروی است (هو<sup>4</sup> و همکاران، 2010). در واقع، داشتن معنا در زندگی، یکی از پیش‌بینی کننده‌های رفاه

5. Halama & Dedova

6. Woo & Brown

7. Cohen & Cairns

8. Kleftras & Psarra

9. Steger

10. Owens

11. Steger

12. Melton & Schulenberg

13. Rathi & Rastogi

14. Beck

15. Leahy

1. Eliis & Krafournd

2. David

3. Heidegger

4. Ho

افراد، چگونگی رویارویی با مشکلات، سلامت هیجانی، تصمیم‌گیری، مقابله با استرس و افسردگی در زندگی و شغل تأثیر می‌گذارند. این باورها تعیین می‌کنند که افراد تا چه اندازه برای فعالیت‌های خود انرژی صرف کنند و به چه میزان در برابر موانع مقاومت نشان دهند (پاجارس و شونک<sup>6</sup>، 2001).

باورهای کاذب راه‌حل‌های نامناسبی هستند که فرد برای مشکلات شخصی و شغلی خود به کار می‌برد. این باورها در ذهن فرد رخ می‌دهد و زندگی فرد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. باورهای غیرمنطقی در دو شرایط منفی رخ می‌دهد در حالت نخست، رویدادهای خاصی که در زندگی فرد در حال وقوع است با اختلال‌های رفتاری و عاطفی همراه می‌شود و به عنوان باور غیر منطقی در زندگی فرد استقرار می‌یابد. در حالت دوم، یک باور غیرمنطقی جدید پدیدار شده در برابر یک رویداد منفی، ناشی از باور غیرمنطقی قبلی است. منظور این است که باورهای غیرمنطقی، ممکن است در محیط‌های منفی که خود فرد با تجارب خودش ساخته است یا در مجاورت با رویدادهای منفی که رخ داده است، پدیدار شوند (اوزر و آگونا<sup>7</sup>، 2015).

مطالعه رایان و دیسی<sup>8</sup> نشان داد که رفتار انسان نه بر پایه لذت‌گرایی نظریه فروید و نه بر پایه نظریه قدرت‌طلبی آدلر است، بلکه انسان در زندگی به دنبال یافتن معنا و دستیابی به مفهومی برای زندگی است. اگر فردی نتواند معنایی در زندگی خویش بیابد، احساس پوچی و ناامیدی به او دست می‌دهد و احساس ملامت، خستگی و فشارهای روانی تمام وجودش را در بر می‌گیرد و بهزیستی فرد کاهش می‌یابد. در مقابل، هدف یا معنا در زندگی پیامدهایی همچون احساس خشنودی و نگرش مثبت به زندگی را در فرد ایجاد می‌کند که این شرایط در زندگی به احساس بهزیستی بهتر و سلامت فرد کمک می‌کند (شوته<sup>9</sup> و همکاران، 2016).

روان‌شناسان معتقدند که زنان سرپرست خانوار هم از حیث مادی، روانی و عاطفی دارای مشکل هستند و هم

وجودی<sup>1</sup> سقوط می‌کنیم و امید به زندگی در افراد کاهش پیدا می‌کند (چاگس<sup>2</sup>، 2003).

معنای زندگی یکی از مقوله‌هایی است که انسان حقیقت جو در پی آگاهی یافتن به ماهیت آن است. معناداری زندگی، کاملاً به نگرش انسان به زندگی بستگی دارد. برای آن که زندگی معنادار شود، فرد باید معنای زندگی را درک نماید (لواسانی و همکاران، 1392). معنای زندگی در اصل ماهیت شناختی دارد و در برگیرنده باورهای افراد به یک هدف غایی در زندگی است. در واقع، داشتن معنا در زندگی، یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های بهزیستی انسان و رضایت از زندگی است. از نظر فرانکل جستجو برای معنا، شالوده سلامت روانی است. غنا و معنای زندگی به طور معمول به حس هدفمندی در زندگی فرد و حس رضایت مندی اشاره دارد. این ویژگی در حوزه ارزیابی نگرش و باور فرد است. دست یافتن به معنای زندگی به عنوان یک نیروی روانی باعث و بانی احساس مثبت، رضایت و حتی امنیت روانی می‌شود (لامبرت<sup>3</sup> و همکاران، 2010) و به دنبال این احساس فرد می‌تواند در برابر مسائل و شرایط پر استرس زندگی از این توانایی به عنوان یک محافظ قوی استفاده کند (براسای<sup>4</sup> و همکاران، 2010).

باورهای کاذب می‌توانند به عنوان پیش‌بینی‌کننده عملکرد شغلی در نظر گرفته شوند. طبق نظریه عقلانی-عاطفی-رفتاری<sup>5</sup>، تفکر اصلی در فرایند منطقی و غیر منطقی در رفتار بشر این است که انسان دارای خواسته‌ها، اهداف و ترجیحات اساسی متعددی هست که به آنها کمک می‌کند به این شکل تفکر کنند. بنابراین در این نظریه پیشنهاد می‌شود که انسان‌ها زمانی بهتر و موثرتر زندگی می‌کنند که دارای باورهای منطقی، حس خودکارآمدی و یا تسلط بر خود باشند (رضایت از خود)، در هدف‌گذاری موفق باشند (هدف و تحقق رضایت)، تأیید شوند و عدم تأیید کمتری از طرف افرادی که برایشان مهم هستند داشته باشند (عشق و تأیید رضایت) و صحیح و سالم باشند (رضایت از سلامت) (واسیل، 2012). این باورها بر طرز فکر

1. Existential vacuum

2. Chagas

3. Lambert

4. Brassai

5. Rational-Emotive-Behavioral Theory

6. Pajares & Schunk

7. Ozer & Akguna

8. Ryan & Deci

9. Schutte

روان و مهارت‌های مقابله‌ای در زنان سرپرست خانوار شهر بیرجند پرداختند. نتایج آنها نشان داد که اشتغال و تحصیلات با سلامت روان ارتباط دارد و به طوری که اختلال در کارکرد اجتماعی در زنان شاغل به طور معناداری بالاتر بود.

اهمیت پرداختن به موضوع زن ریشه در اهمیت نهاد خانواده دارد، چرا که نهاد مقدس خانواده رکن بنیادین اجتماع بشری است، اولین شرط داشتن جامعه‌ای سالم و پویا حفظ سلامت و پایداری خانواده است که این موضوع نیز در گرو نقش‌آفرینی سازنده زنان در خانواده است. در جامعه امروزی میزان حضور زنان در جامعه نشان دهنده درجه توسعه یافتگی یک کشور است، اکنون نگاه جهان به سوی افزایش فعالیت زنان و توسعه و پیشرفت آنها معطوف شده است. همچنین بررسی تحول‌های خانواده در مناطق مختلف جهان، حاکی از افزایش میزان خانوارهای زن سرپرست نسبت به کل جمعیت در سه دهه گذشته است. با وجود این بیش از نیمی از زنان سرپرست خانوار، احساس ضعف و ناتوانی می‌کنند. ترس و نگرانی از آینده مبهم و نامعلوم، نبود تضمین برای تامین نیازهای زندگی آتی، از مهم‌ترین دغدغه‌های زنان سرپرست خانوار است. با این همه، احتمال اینکه معنای زندگی این گونه زنان در معرض خدشه قرار گیرد، به طور قطع وجود دارد. افراد ناامید، افسرده و بی‌قرار و آنهایی که احساس تنهایی می‌کنند، غالباً از بی‌معنایی و پوچی زندگی شکایت می‌کنند. از این رو، پرداختن به بهزیستی روانی زنان سرپرست خانوار و پویایی این قشر عظیم دارای ضرورت و اولویت است. بدیهی است هر گونه نارسایی در بهداشت جسمی و روانی در محیط کار، اجتماع و خانواده در نتیجه کاهش توانایی‌های این قشر پرتحرک به گونه‌ای اجتناب‌ناپذیر به کندی پیشرفت در جامعه می‌انجامد. از سوی دیگر، عدم توجه به میزان باورهای کاذب و مؤلفه مرتبط با آن همچون تعارض کار-خانواده و بی‌معنایی زندگی آنها ممکن است در درازمدت بر سلامتی و بهزیستی تمامی آحاد جامعه اثر منفی گذارد. هنگامی که سرپرست خانوار، احساس تعارض کار-خانواده کنند و به این نتیجه برسند که توانایی انجام کار و مسئولیت خود را ندارد و تغییری در جهان موجود ایجاد نمی‌کنند و به باورهای کاذب در این زمینه برسد، احساس ناامیدی و کناره‌گیری از اجتماع می‌کنند و باعث کاهش فعالیت آنها در

استرس و اضطراب بیشتری را نسبت به سایر زنان تجربه می‌کنند و احتمال ابتلا به بیماری‌های روانی در زنانی که طلاق گرفته‌اند و سرپرستی خانواده را نیز بر عهده دارند از متاهلین و کسانی که تنها زندگی می‌کنند بیشتر است (پیترز<sup>1</sup>، 2010). در پژوهش استفان<sup>2</sup> و همکاران (2013) گزارش دادند که ارتباط مشخصی بین ویژگی‌های شخصیت و باورهای غیرمنطقی وجود دارد. علاوه بر این، پژوهش‌های گوردن، پاول و وینگمن<sup>3</sup> (2008) تأثیر مثبت‌نگری در افزایش خودکارآمدی و در کاهش باورهای غیرمنطقی نشان داده‌اند.

پاپاستیلیانو<sup>4</sup> و همکاران (2009) در پژوهش درباره تعارض شغلی و تعارض نقش در معلمان به این نتیجه رسیدند که ابهام نقش و تعارض نقش با خستگی عاطفی رابطه معنادار دارد و ابهام نقش و تعارض آن نقش پیش‌بینی کننده کاهش عملکرد شخصی و مسخ شخصیت است. همچنین مطالعات نشان می‌دهد که مفهوم معنای زندگی ارتباط تنگاتنگی با سلامت، رفاه روان‌شناختی و اجتماعی افراد دارد (ملتون و شولنبرگ<sup>5</sup>، 2007؛ راثی و راستوگی<sup>6</sup>، 2007). در واقع، معنادار بودن زندگی سبب پایین آمدن سطح عواطف منفی مانند اضطراب، افسردگی و تعارض و در نهایت سبب کاهش خطر ابتلا به بیماری‌های روانی می‌شود (فلدمن و اسنایدر<sup>7</sup>، 2005).

نیکولتا تورلیک و بولیگا<sup>8</sup> (2014) در پژوهشی به بررسی ارتباط تعارض کار-خانواده و رضایت شغلی و خانوادگی پرداختند. هدف از انجام این تحقیق تجزیه و تحلیل اثر تعارض کار-خانواده روی رضایت شغلی و رضایت زناشویی همچنین ادراکات عقلانی و غیرعقلانی به عنوان متغیرهای میانجی در رابطه تعارض و رضایت است. نتایج نشان داد که باورهای عقلانی به طور مستقیم و تعارض به طور مستقیم روی رضایت شغلی و خانوادگی اثرگذار است. در پژوهش عنایتی فر و همکاران (1399) به بررسی وضعیت سلامت

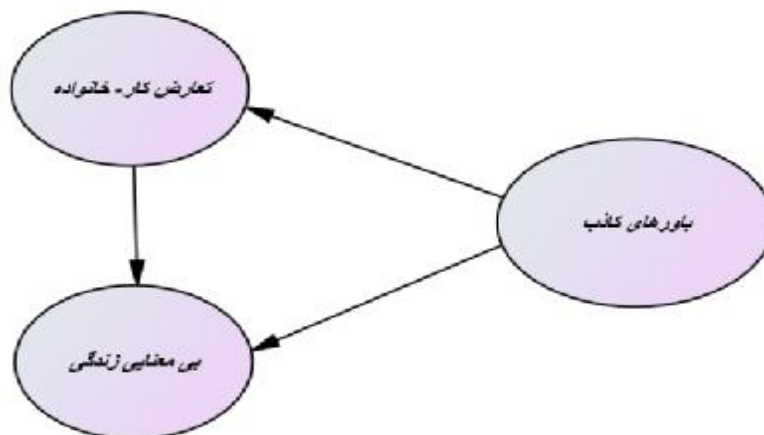
1. Pieters
2. Stephanie
3. Gordon, Paull, & Wing Man
4. Papastylianou
5. Melton & Schulenberg
6. Rathi & Rastogi
7. Feldman & Snyder
8. Nicoleta Turliuca & Buligaa

اجتماع و بی‌معنایی زندگی آنان می‌شود. باید زنان سرپرست خانوار به یکی از مؤلفه‌های مورد توجه برای افراد مسئول در جامعه باشند که خود می‌تواند پیامدهای جدی روانی برای خود، خانواده و جامعه ایجاد کنند. به‌ویژه در زنان سرپرست خانوار که با چندگانگی نقش روبه‌رو هستند، موجب تأثیرات منفی بر آن‌ها و فرزندان و افراد مرتبط می‌گردد.

همچنین پژوهش درباره خانوارهای زن سرپرست، به عنوان اقشار آسیب‌پذیر جامعه می‌تواند در شناسایی مؤلفه‌های تعارض کار-خانواده و معنای زندگی که دنباله‌رو باورهای کاذب هستند، موثر واقع شود؛ چرا که زنان به خصوص در جوامع سنتی در زمره آسیب‌پذیرترین گروه‌ها به شمار می‌آیند و از این رو زنان سرپرست خانوار، مجبور به ایفای نقش‌های چندگانه هستند که در تعارض با یکدیگر قرار دارند. این گروه از زنان از آن جهت امروزه اهمیت دارند که از یک سو در نتیجه پدیده‌ها و رخداد‌های مختلف که به آن اشاره شد، بر تعداد آنها افزوده می‌شود و از سوی دیگر در شرایط متحول زندگی جدید، معنای زندگی و وضعیت کاری آنها را به شدت متاثر می‌کند. از همین رو مطالعه باورهای کاذب با تعارض کار خانواده زنان سرپرست خانوار می‌تواند گامی مهم در مسیر شناخت نیازهای آنها و معنای زندگی این گروه باشد. دلیل دیگر انتخاب این گروه، لزوم توجه به سلامت باورهای روان‌شناختی زنان است که غفلت از آن، خطرات و آسیب‌های جبران‌ناپذیری به کانون گرم خانواده و زندگی اجتماعی وارد می‌کند. چرا که گروه عمده‌ای از این زنان با فقر، ناتوانی، بی‌قدرتی به‌ویژه در اداره امور اقتصادی خانواده و تعارض کار-خانواده روبه‌رو هستند. به طوری که سلامت روانی آنان را مختل، باعث کاهش معنای زندگی و همچنین افزایش باورهای کاذب در آنها و در نتیجه زمینه تعارض کار و خانواده را فراهم می‌سازد.

در حال حاضر تعداد خانواده‌های زن سرپرست، آسیب‌ها و مشکلات آنان به حدی رسیده که دیگر نمی‌توان از آن به عنوان پدیده‌ای استثنائی صحبت کرد. کشور ایران نیز مانند تمام کشورهای دنیا بی‌تأثیر از این تغییر و تحول در حوزه زنان نبوده است. در واقع امروزه بررسی وضعیت اجتماعی و روانی زنان سرپرست خانوار، هم از لحاظ نظری و هم از

لحاظ کاربردی حائز اهمیت بسیاری است، چرا که بسیاری از حقوق زنان با توجه به نقش خانواده و نقش سرپرست خانوار بودن آنها در تأمین نیازهای اصلی خود و اعضای آن نادیده گرفته می‌شود و با توجه به وجود تبعیض‌های جنسیتی زنان در بسیاری از جوامع سرخورده شده‌اند. در این شرایط، لزوم توجه به تأثیر باورهای کاذب که از اجتماع و خود فرد نشأت گرفته است بیش از پیش احساس می‌شود و نکته قابل توجه اینست که این پژوهش در پی دستیابی به چنین ضرورتی است و می‌تواند سیمایی کلی از وضعیت این زنان و به تبع آن، خانواده‌هایی که این زنان سرپرستی آن را برعهده گرفته‌اند، ارائه دهد و هم موجب شناخت دقیق وضعیت این قشر از جامعه جهت سیاست‌گذاری‌ها و برنامه‌ریزی‌های کلان می‌شود. از سویی دیگر، کاربست یافته‌های این پژوهش در عرصه اجتماعی و بهداشت عمومی به‌خصوص بهداشت محیط کار و خانواده اهمیت دوچندان اجرای این پژوهش را تضمین می‌کند. لذا، با توجه به پژوهش‌های انجام گرفته و شیوع زنان سرپرست خانواده به‌عنوان عاملی اجتماعی در خانواده، کار و فعالیت اجتماعی و معنای زندگی در این افراد و تحمیل هزینه‌های هنگفت بر جوامع ضرورت بررسی نقش باورهای کاذب در ارتباط با دو مؤلفه تعارض کار- خانواده و معنای زندگی زنان سرپرست خانوار به چشم می‌خورد. با توجه به اینکه این پژوهش در ایران انجام نگرفته و جنبه جدیدی دارد، به انجام پژوهش‌های آینده و پژوهشگران مراکز بهزیستی، روان‌شناسان و مددکاران اجتماعی کمک خواهد کرد. با توجه به مبانی نظری و برای روشن شدن ارتباط متغیرها با یکدیگر، مدل مفهومی تحقیق در شکل 1 ارائه شده است. براساس یافته‌های موجود، پژوهش حاضر با یک هدف اصلی انجام شده است: تعیین نقش باورهای کاذب بین دو مؤلفه تعارض کار- خانواده و بی‌معنایی زندگی زنان سرپرست خانوار و دو هدف فرعی: اول تعیین رابطه بین باورهای کاذب با تعارض کار- خانواده زنان سرپرست خانوار، دوم، تعیین میزان رابطه بین باورهای کاذب با بی‌معنایی زندگی زنان سرپرست خانوار مورد مطالعه اشاره کرد.



شکل 1. مدل مفهومی پژوهش

مجموع دو زیر مقیاس است که وجود معنا در زندگی و نیز جستجو برای یافتن معنا را ارزیابی می‌کند. این محققان برای ساخت این ابزار ابتدا 44 آیتم تهیه کردند و سپس با استفاده از تحلیل عاملی اکتشافی به دو عامل وجود معنا در زندگی و جستجوی معنا در زندگی با مجموع 17 آیتم دست یافتند. سپس در یک تحلیل عاملی تاییدی با حذف 7 گویه با ساختار مناسب دو عاملی با 10 گویه تقلیل یافت. این پرسش‌نامه براساس مقیاس لیکرت 7 درجه‌ای از 1؛ کاملاً نادرست تا 7؛ کاملاً درست نمره‌گذاری می‌شود. با توجه به درجه‌بندی پاسخ‌ها، نمره کل در این آزمون بین 10 تا 70 خواهد بود. مجموع نمره‌های سؤال‌های 2، 3، 7، 8 و 10 میزان تلاش فرد برای یافتن معنا و مجموع نمره‌های سؤال‌های 1، 4، 5، 6 و 9 میزان معنی‌داری زندگی فرد را مشخص می‌کند. طبق یافته‌های استگر، فریزر، اویشی و کلر (2006) اعتبار زیر مقیاس وجود معنا در زندگی 0/86 و زیر مقیاس جستجوی معنا 0/87 برآورد شده است. در ایران جمالی (1392) جهت بررسی اعتبار پرسش‌نامه، پایایی آن را با استفاده از فرمول آلفای کرونباخ، 0/91 به دست آورده است و همچنین در پژوهش مسرآبادی، استوار و جعفریان (1392) روایی سازه این پرسش‌نامه مورد بررسی قرار گرفت و مطلوب گزارش شده است. اشتهداد (1389) پایایی آزمون و باز آزمون این مقیاس را در ایران با دو هفته فاصله برای زیر مقیاس وجود معنا 84 درصد و برای زیر مقیاس جستجوی معنا 74 درصد به دست آورد. آلفای کرونباخ برای زیر مقیاس جست و جوی معنا 75 درصد و برای زیر مقیاس داشتن معنا 78 درصد محاسبه شد. ضرایب اعتبار این

### روش پژوهش

روش پژوهش حاضر از نظر هدف، کاربردی است و از نظر روش اجرا توصیفی همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه زنان سرپرست خانوار تحت پوشش کمیته امداد شهرستان شیروان و حومه به تعداد 395 نفر در سال 1401 است. از بین جامعه آماری مذکور، با توجه به ملاک‌های ورود به پژوهش (زنان در محدوده سنی 20-50 سال، نداشتن سرپرست دایم، دارای حداقل تحصیلات ابتدایی سیکل، ساکن در شهر شیروان و تحت پوشش کمیته امداد امام خمینی، داشتن رضایت کامل برای شرکت در پژوهش و امضای فرم رضایت‌نامه) و به روش نمونه‌گیری در دسترس 200 نفر انتخاب شد. روش انتخاب این 200 نفر بدین صورت بود که پس از برآورد حجم کل که شامل 395 نفر بود، با استفاده از جدول مورگان حجم نمونه 200 نفر تخمین زده شد. بدین منظور از بین جامعه مذکور، و براساس روش نمونه‌گیری در دسترس، تعداد 200 نفر انتخاب شدند. به منظور تحلیل داده‌ها از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون استفاده شد.

### ابزار پژوهش

پرسش‌نامه معنای زندگی: مقیاس معنای زندگی توسط استگر، فریزر، اویشی و کلر<sup>1</sup> (2006) جهت ارزیابی وجود معنا در زندگی ارائه شده است. مقیاس معنای زندگی شامل

1. Steger, Frazier, Oishi & Kaler

مقیاس در پژوهش حاضر به دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف به ترتیب 0/90 و 0/87 به دست آمدند.

**پرسش‌نامه تعارض کار-خانواده:** در پژوهش حاضر جهت سنجش تعارض کار-خانواده از پرسش‌نامه 18 ماده‌ای تعارض کار-خانواده کارلسون، کاکمار و ویلیامز<sup>1</sup> (2000) استفاده شد. پاسخ‌ها روی یک مقیاس لیکرت 5 درجه‌ای از 1 (کاملاً مخالفم) تا 5 (کاملاً موافقم) مشخص می‌شوند. نمره بالاتر در این آزمون، نشان دهنده تعارض کار-خانواده بیشتر است. ماده‌های این پرسش‌نامه هجده ماده‌ای، به شش مقوله سه ماده‌ای تقسیم می‌شوند. به این صورت که سه ماده اول، تعارض کار-خانواده مبتنی بر زمان (یعنی مدت زمانی که صرف انجام شغل می‌شود از صرف وقت برای فعالیت‌های خانوادگی می‌کاهد)، سه ماده دوم، تعارض خانواده-کار مبتنی بر زمان (یعنی مدت زمانی که صرف انجام فعالیت‌های خانوادگی می‌شود از صرف وقت برای شغل می‌کاهد)، سه ماده سوم، تعارض کار-خانواده بر مبنای توان‌فرسایی (یعنی میزان انرژی که صرف انجام شغل می‌شود از صرف انرژی برای فعالیت‌های خانوادگی می‌کاهد)، سه ماده چهارم، تعارض خانواده-کار مبتنی بر توان‌فرسایی (یعنی میزان انرژی که صرف انجام فعالیت‌های خانوادگی می‌شود از صرف انرژی برای شغل می‌کاهد)، سه ماده پنجم، تعارض کار-خانواده مبتنی بر رفتار (یعنی تداخل کردن رفتارها و هنجارهای خانوادگی) و سه ماده ششم، تعارض خانواده-کار مبتنی بر رفتار (یعنی تداخل کردن رفتارها و هنجارهای خانوادگی در رفتارها و هنجارهای کاری) را می‌سنجند. کارلسون و همکاران (2000) اعتبار این پرسش‌نامه را به روش آلفای کرونباخ مقادیری بین 0/78 تا 0/87 گزارش کرده‌اند. متشرعی (1390) ضریب آلفای 0/91 را برای این آزمون گزارش کرده است. وی همچنین با استفاده از تحلیل عاملی، ساختار عاملی پرسش‌نامه تعارض کار-خانواده را مورد تأیید قرار داد. ضرایب اعتبار این مقیاس در پژوهش حاضر به دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف به ترتیب 0/88 و 0/79 به دست آمد.

**پرسش‌نامه باورهای کاذب:** این آزمون توسط جونز<sup>2</sup> (1968) تهیه شد و یکی از پرکاربرترین ابزار اندازه‌گیری باورهای کاذب در جهان است. این آزمون براساس نظریه آلبرت الیس تهیه شده و انواع باورهای کاذب را مورد بررسی قرار می‌دهد. این آزمون دارای 100 سوال 5 گزینه‌ای (از به شدت موافقم تا به شدت مخالفم) به روش لیکرت نمره‌گذاری و در 10 مؤلفه است. این پرسش‌نامه شامل ده عامل موثر بر باورهای کاذب است: توقع تأیید از دیگران، انتظارات بیش از حد خود، آمادگی برای سرزنش، واکنش عاجزانه به ناکامی، بی‌مسئولیتی عاطفی، نگرانی زیاد توأم با اضطراب، اجتناب از مشکل، وابستگی، درماندگی در برابر تغییر و کمال‌گرایی است. هر مؤلفه دارای 10 سؤال است و یکی از باورهای غیر منطقی را می‌سنجد. نمره زیاد در این پرسش‌نامه نشانه تفکرات غیر منطقی و نمره کم نشانه تفکرات منطقی است. جونز (1968) همسانی درونی عامل‌های پرسش‌نامه را بین 0/45 تا 0/72، ضریب بازآزمایی را معادل 0/92 و روایی همزمان آن را با مشکلات روان‌پزشکی 0/61 گزارش کرده است. نیلسن و هوران<sup>3</sup> (1996) و سلیمانان (1995) پایایی آزمون باورهای کاذب را با استفاده از آلفای کرونباخ به ترتیب برابر با 0/81 و 0/70 و از طریق دو نیمه کردن 0/85 و 0/73 گزارش کرده‌اند. ضرایب اعتبار این مقیاس در پژوهش حاضر به دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف به ترتیب 0/84 و 0/75 به دست آمد.

#### یافته‌ها

در بخش آمار توصیفی، ابتدا میانگین و انحراف استاندارد مربوط به متغیرهای پژوهش، یعنی باورهای کاذب، تعارض کار-خانواده و بی‌معنایی زندگی که توسط آزمون‌ها به دست آمده، در جدول 1 ارائه شده است.

براساس نتایج جدول 1 که نشان می‌دهد که میانگین در متغیرهای باورهای کاذب، تعارض کار-خانواده و بی‌معنایی زندگی زنان سرپرست خانوار بالا است.

2. Jones  
3. Nielsen & Horan

1. Carlson, Kacmar & Williams



جدول 1. میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

متغیر	زیر مقیاس	میانگین	انحراف استاندارد
توجه به زندگی	توقع تأیید از طرف دیگران	25/55	3/14
	انتظارات بیش از حد از خود	30/50	3/46
	سرزنش کردن خود	26/05	2/60
	واکنش به ناکامی با درماندگی	26/65	2/60
	بی‌مسئولیتی عاطفی	24/60	2/38
	نگرانی زیاد توأم با اضطراب	30/65	2/87
	اجتناب از مشکل	26/15	2/71
	وابستگی	31/90	3/00
	درماندگی برای تغییر	31/80	2/46
	کمال‌گرایی	29/80	2/04
توجه به کار	نمره کل	283/65	22/02
	تعارض کار-خانواده از نظر زمان	10/25	1/44
	تعارض کار-خانواده از نظر فشار	10/65	1/06
	تعارض کار-خانواده از نظر رفتار	8/95	1/07
	تعارض کار-خانواده	29/85	2/73
	تعارض خانواده-کار از نظر زمان	8/05	1/07
	تعارض خانواده-کار از نظر فشار	6/50	0/86
	تعارض خانواده-کار از نظر رفتار	7/50	0/977
	تعارض خانواده-کار	22/05	2/73
	وجود معنا در زندگی	27/65	1/82
توجه به خانواده	جستجوی معنا در زندگی	30/15	1/65
	بی‌معنایی زندگی	57/80	3/45

جدول 2. کشیدگی و چولگی متغیرهای پژوهش

متغیر	چولگی	کشیدگی
توقع تأیید از طرف دیگران	-0/283	-1/023
انتظارات بیش از حد از خود	-0/260	-0/767
سرزنش کردن خود	0/065	-0/158
واکنش به ناکامی با درماندگی	0/529	0/320
بی‌مسئولیتی عاطفی	0/213	-0/760
نگرانی زیاد توأم با اضطراب	-0/477	-0/857
اجتناب از مشکل	-0/556	-0/117
وابستگی	-0/946	0/396
درماندگی برای تغییر	-0/456	-0/386
کمال‌گرایی	-0/332	-0/322
باورهای کاذب	-0/336	-0/540
تعارض کار-خانواده از نظر زمان	0/056	-0/929
تعارض کار-خانواده از نظر فشار	0/233	-0/470
تعارض کار-خانواده از نظر رفتار	-0/146	-0/789
تعارض کار-خانواده	-0/020	-0/365
تعارض خانواده-کار از نظر زمان	-0/346	-0/696
تعارض خانواده-کار از نظر فشار	-0/233	-0/653
تعارض خانواده-کار از نظر رفتار	-0/163	-0/986
تعارض خانواده-کار	-0/335	-0/766
وجود معنا در زندگی	-0/118	-0/657
جستجوی معنا در زندگی	-0/175	-0/420
بی‌معنایی زندگی	-0/147	0/561

در ادامه یافته‌های استنباطی گزارش شده است. قبل از اجرای تحلیل و پاسخ به فرضیه‌ها، لازم است که مفروضه‌های آزمون مورد بررسی قرار گیرند. بر این اساس، در ابتدا مفروضه نرمال بودن توزیع متغیرها از طریق بررسی مقادیر کشیدگی و چولگی مورد ارزیابی قرار گرفته که نتایج آن در جدول 2 گزارش شده است. مقدار چولگی متغیرها در فاصله +2 تا -2 است که نشان می‌دهد که تمامی متغیرها دارای توزیع نرمال هستند.

بر اساس جدول 3 نتایج ماتریس ضریب مبستگی پیرسون نشان داد که بین متغیرهای باورهای کاذب (بیش‌بین، توقع تأیید از طرف دیگران، انتظارات بیش از حد خود، سرزنش کردن خود، واکنش عاجزانه به ناکامی، نگرانی زیاد توأم با اضطراب، اجتناب از مشکل، وابستگی، درماندگی در برابر تغییر و کمال‌گرایی) با تعارض کار-خانواده و بی‌معنایی زندگی رابطه معنادار وجود دارد. از آنجا که بین متغیرهای پژوهش رابطه معنادار وجود دارد این امر ادامه تحلیل را امکان‌پذیر می‌سازد.

به عنوان بخشی دیگر از بررسی مفروضه‌های آماری، وجود داده‌های پرت تک متغیری با استفاده از نمودار مستطیلی (باکس پلات<sup>1</sup>) مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد که در متغیرهای پژوهش، داده پرت وجود ندارد. علاوه بر آن یکسانی شکل توزیع متغیرها نیز با استفاده از نمودار مستطیلی بررسی شد. نتایج نشان داد که خط میانه برای اکثر متغیرها در وسط نمودار قرار دارد و شکل نمودارها به هم شبیه هستند. به منظور بررسی استقلال خطاها از آماره دوربین واتسون استفاده شد. نتایج نشان داد مفروضه استقلال برقرار است (برای تعارض کار-خانواده  $DW=2/264$  و بی‌معنایی زندگی  $DW=1/291$ ) به دست آمد، اگر این آماره بین  $1/5$  تا  $2/5$  باشد و می‌توان استقلال مشاهدات را پذیرفت و آزمون را دنبال کرد. مفروضه هم خطی چندگانه از طریق آماره تلرانس بررسی شد که نتایج برابر با  $1/039$  است و نشان می‌دهد که هم خطی چندگانه

1. Boxplot

جدول 3. نتایج ماتریس همبستگی پیرسون بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1. توقع تأیید از طرف دیگران	-												
2. انتظارات بیش از حد از خود	0/643	-											
3. سرزنش کردن خود	0/923	0/459	-										
4. واکنش به ناکامی با درماندگی	0/822	0/315	0/908	-									
5. بی‌مسئولیتی عاطفی	0/741	0/359	0/798	0/781	-								
6. نگرانی زیاد توأم با اضطراب	0/788	0/214	0/821	0/864	0/581	-							
7. اجتناب از مشکل	0/573	0/243	0/632	0/620	0/717	0/619	-						
8. وابستگی	0/654	0/496	0/707	0/728	0/880	0/704	0/704	-					
9. درماندگی برای تغییر	0/610	0/318	0/651	0/670	0/833	0/492	0/925	0/925	-				
10. کمال‌گرایی	0/689	0/343	0/710	0/715	0/834	0/449	0/948	0/880	0/948	-			
11. باورهای کاذب	0/925	0/456	0/936	0/907	0/801	0/906	0/817	0/792	0/862	0/817	-		
12. تعارض کار-خانواده	0/575	0/334	0/582	0/597	0/583	0/590	0/593	0/742	0/603	0/593	0/742	-	
13. بی‌معنایی زندگی	0/219	0/482	0/252	0/261	0/389	0/215	0/274	0/298	0/238	0/298	0/235	0/274	-

کار-خانواده و بی‌معنای زندگی است. نتایج حاصل از ضرایب بتا در جدول (6) ارائه شده است.

براساس نتایج به دست آمده، از بین متغیرهای پیش‌بین، توقع تأیید از طرف دیگران، انتظارات بیش از حد خود، سرزنش کردن خود، واکنش عاجزانه به ناکامی، نگرانی زیاد توأم با اضطراب، اجتناب از مشکل، وابستگی، درماندگی در برابر تغییر و کمال‌گرایی و باورهای کاذب پیش‌بینی کننده

بین متغیرهای مستقل وجود ندارد. با توجه به برقرار بودن مفروضه‌ها از تحلیل رگرسیون چندگانه به شیوه هم زمان استفاده شد.

نتایج جدول 4 نشان می‌دهد که ضریب همبستگی چندگانه بین متغیرها باورهای کذب با متغیر ملاک تعارض کار-خانواده 0/899 و ضریب تعیین 0/808 و متغیرها باورهای کذب با متغیر ملاک بی‌معنایی زندگی 0/950 و

جدول 4. خلاصه رگرسیون به روش هم زمان

ضریب همبستگی چندگانه ضریب تعیین	ضریب تعیین تعدیل شده	خطای معیار برآورد
0/899	0/798	2/165
0/950	0/898	1/105

معناداری برای متغیر تعارض کار-خانواده است. متغیرهای توقع تأیید از طرف دیگران، انتظارات بیش از حد خود، سرزنش کردن خود، واکنش عاجزانه به ناکامی، نگرانی زیاد توأم با اضطراب، اجتناب از مشکل، وابستگی، درماندگی در برابر تغییر و کمال‌گرایی و باورهای کاذب در سطح معناداری 0/01 به ترتیب با ضرایب بتا 0/31، 0/47، 0/48، 0/54، 0/60، 0/44، 0/32، 0/51، 0/45 و 0/908 به طور مثبتی تعارض کار-خانواده را پیش‌بینی کرده‌اند. ضرایب بتا نشانگر

جدول 5. خلاصه نتایج آزمون تحلیل واریانس

مجموع مجنورات	DF	میانگین مجنورات	F	Sig
3731/397	10	373/140	79/543	0/000
886/603	189	4/691		
4618/00	199			

ضریب تعیین 0/903 است. به عبارتی نتایج بیانگر آن است که متغیرهای پیش‌بین شامل باورهای کذب با متغیر ملاک تعارض کار-خانواده 79 درصد و بی‌معنایی زندگی 89 درصد واریانس مشترک دارند. بر این اساس متغیرهای باورهای کاذب، مجموعاً به میزان 79 درصد از واریانس تعارض کار-خانواده و 89 درصد بی‌معنایی زندگی را تبیین کرده‌اند.

نتایج جدول 5 نشان می‌دهد که حداقل یکی از متغیرهای پیش‌بین شامل توقع تأیید از دیگران، انتظارات بیش از حد خود، آمادگی برای سرزنش، واکنش عاجزانه به ناکامی، بی‌مسئولیتی عاطفی، نگرانی زیاد توأم با اضطراب، اجتناب از مشکل، وابستگی، درماندگی در برابر تغییر و کمال‌گرایی و باورهای کاذب برای متغیر ملاک تعارض

**جدول 6.** نتایج ضریب رگرسیون چندمتغیری باورهای کاذب با تعارض کار-خانواده

متغیرها	B ضرایب غیراستاندارد	SE	B ضرایب استاندارد	T	Sig
توقع تأیید از طرف دیگران	0/379	0/291	0/317	2/617	0/008
انتظارات بیش از حد از خود	0/563	0/289	0/477	2/290	0/023
سرزنش کردن خود	0/558	0/294	0/481	3/428	0/002
واکنش به ناکامی با درماندگی	0/618	0/316	0/546	4/305	0/000
بی‌مسئولیتی عاطفی	-0/295	0/262	-0/195	-1/505	0/134
نگرانی زیاد توأم با اضطراب	0/685	0/353	0/606	4/773	0/000
اجتناب از مشکل	0/455	0/267	0/442	2/695	0/008
وابستگی	0/355	0/221	0/325	2/705	0/003
درماندگی برای تغییر	0/539	0/439	0/516	3/053	0/003
کمال‌گرایی	0/542	0/434	0/455	2/889	0/004
باورهای کاذب	0/521	0/243	0/508	2/969	0/003

متغیر درماندگی برای تغییر با ضرایب بتا بالاتر دارای شدت پیش‌بینی بالاتری برای متغیر بی‌معنایی زندگی است و به صورت مثبت منجر به شکل‌گیری افکاری مبتنی بر بی‌معنای زندگی می‌گردد.

آن است که متغیر نگرانی زیاد توأم با اضطراب با ضرایب بتا بالاتر دارای شدت پیش‌بینی بالاتری برای متغیر تعارض کار-خانواده است و به صورت مثبت منجر به شکل‌گیری افکاری مبتنی بر تعارض کار خانواده می‌گردد.

براساس جدول 7، از بین متغیرهای پیش‌بین، توقع تأیید

**جدول 7.** نتایج ضریب رگرسیون چندمتغیری باورهای کاذب با بی‌معنای زندگی

متغیرها	B ضرایب غیراستاندارد	SE	B ضرایب استاندارد	T	Sig
توقع تأیید از طرف دیگران	0/531	0/148	0/484	3/582	0/000
انتظارات بیش از حد از خود	0/691	0/148	0/621	11/447	0/000
سرزنش کردن خود	0/702	0/178	0/612	9/573	0/000
واکنش به ناکامی با درماندگی	0/721	0/161	0/618	10/672	0/000
بی‌مسئولیتی عاطفی	0/335	0/134	0/231	2/503	0/013
نگرانی زیاد توأم با اضطراب	0/890	0/180	0/741	4/941	0/000
اجتناب از مشکل	0/871	0/187	0/785	15/337	0/000
وابستگی	0/479	0/272	0/288	5/431	0/000
درماندگی برای تغییر	0/931	0/224	0/805	8/626	0/000
کمال‌گرایی	0/479	0/272	0/432	5/431	0/000
باورهای کاذب	0/654	0/124	0/524	10/321	0/000

از طرف دیگران، انتظارات بیش از حد خود، سرزنش کردن خود، واکنش عاجزانه به ناکامی، نگرانی زیاد توأم با اضطراب، اجتناب از مشکل، وابستگی، درماندگی در برابر تغییر و کمال‌گرایی و باورهای کاذب پیش‌بینی کننده معناداری برای متغیر بی‌معنایی زندگی است. متغیرهای توقع تأیید از طرف دیگران، انتظارات بیش از حد خود، سرزنش کردن خود، واکنش عاجزانه به ناکامی، نگرانی زیاد توأم با اضطراب، اجتناب از مشکل، وابستگی، درماندگی در برابر تغییر و کمال‌گرایی و باورهای کاذب در سطح معناداری 0/01 به ترتیب با ضرایب بتا 0/48، 0/62، 0/61، 0/61، 0/23، 0/74، 0/78، 0/28، 0/80، 0/43 و 0/52 به طور مثبتی بی‌معنای زندگی را پیش‌بینی کرده‌اند. ضرایب بتا نشانگر آن است که

### بحث و نتیجه‌گیری

زنان سرپرست خانوار به عنوان قشری از جامعه که رو به افزایش است دارای مسائل و مشکلاتی هستند که بیشتر از افراد عادی بوده و برخورد با این مشکلات می‌تواند کیفیت زندگی این افراد را تحت تأثیر قرار دهد. در این راستا، هدف از پژوهش حاضر بررسی نقش باورهای کاذب در ارتباط تعارض کار-خانواده با بی‌معنایی زندگی زنان سرپرست بود. یکی از یافته‌های پژوهش حاضر ارتباط باورهای کاذب با تعارض کار-خانواده زنان سرپرست بود که همسو با یافته‌های

احساسات و واکنش‌های عاطفی نقش اصلی را ایفا می‌کنند و هدف آن کاهش استرس است، استفاده کنند و آن نیز به نوبه خود باعث به‌وجود آمدن باورهای کاذب در زمینه خانوادگی و کاری می‌شود.

یافته دوم بین باورهای کاذب با بی‌معنایی زندگی زنان سرپرست رابطه معنادار وجود دارد که که همسو با یافته‌های براسای<sup>5</sup> و همکاران (2012)، استگر<sup>6</sup> و همکاران (2011)، امل<sup>7</sup> (2010)، ووس<sup>8</sup> (2012) و کودلا<sup>9</sup> و همکاران (2015) است.

در تبیین این یافته می‌توان گفت که باورها مشتمل بر حقایقی است که ما را در زندگی هدایت می‌کنند تا به شکل خاصی به زندگی واکنش نشان دهیم. این تفاسیر ذهنی پایه‌ای برای درک افراد از این که چه کسی هستند و خود را در چارچوب اجتماعی چگونه ادراک می‌کنند به دست می‌دهد. ارزش‌ها تداعی باورهایی است که به صورت وسیعی قابل قبول بوده و برگرفته از یک جامعه‌ی خاص در گذر زمان هستند این باورها شخص را در یک چارچوب اجتماعی- فرهنگی خاص قرار داده و در شکل گرفتن ساختار زندگی او کمک می‌کنند. ارزش‌ها و باورها، زیرسازهای منابع معنا بوده که متناسب با موقعیت‌های فرهنگی و اجتماعی افراد تغییر می‌کنند. توسل به عقاید و باورهای غیرمنطقی به اضطراب و ناراحتی روانی و پایین آمدن عملکرد منجر می‌شود. بنابراین اگر فرد خود را از این قیدها برهاند به احتمال قوی در جهت سلامت روان حرکت خواهد کرد. بررسی پیشینه پژوهشی نشان می‌دهد که باورهای کاذب مانند شنا کردن در دریای ناآرام است که افراد را در حوادث مختلف قرار می‌دهد و باعث افزایش اضطراب و افسردگی می‌شود و در معنای زندگی مؤثر است.

طبق نظر الیس، تفکرات و ساختار باورهای فرد، حلقه واسطی یا ارتباطی بین رویدادهای محیطی و رفتار فرد است و می‌توان انتظار داشت که افزایش باورهای کاذب که در شخص رخ داده است در نهایت به رفتارهایی منجر می‌شود که آن رفتارها با خودکارآمدی و زندگی فرد رقابت می‌کند و

گوردن<sup>1</sup> و همکاران (2008)، گارسنی<sup>2</sup> و همکاران (2013) و شارما<sup>3</sup> و همکاران (2015) است.

در تبیین این یافته می‌توان گفت که باورهای کاذب هرگونه فکر، هیجان و یا رفتاری است که منجر به تخریب نفس و از بین رفتن خود می‌شوند و پیامدهای مهم آن اختلال در بقاء، شغل، خوشحالی و شادمانی است (الیس<sup>4</sup>، 1977). به عبارتی باورهای کاذب عبارتند از افکار و اندیشه‌ها و عقایدی که در آنها اجبار، الزام، وظیفه و مطلق‌گرایی (به شکل افراطی) وجود داشته باشد و موجب بروز اختلالات عاطفی و رفتاری می‌گردد. این گونه باورها در برخورد با حوادث و محرک‌های خارجی پیامدهای عاطفی همچون ترس، اضطراب، تعارض، اندوه، خصومت و افسردگی ایجاد می‌کند. در حقیقت این باورهای انسان است که نوع وضعیت و شدت عاطفه و رفتار او را تعیین می‌کند، زیرا رفتار و عواطف انسان ناشی از باورها و اعتقادات اوست و همین باورها، طرز تفکر انسان را نسبت به خود، جهان هستی و دیگران موجب می‌شود. اضطراب، تعارض، غم و اندوه همگی ناشی از طرز تفکر و باورهای فردی نسبت به جهان و دیگران است. توسل به عقاید کاذب به اضطراب، تعارض و ناراحتی روانی منجر می‌شود، وقتی که فرد به چنین عقایدی توسل می‌جوید، در نگرش و برداشت‌های خود شدیداً بر اجبار و الزام تأکید دارد و خود را بی‌نهایت به وقوع امری خاصی مقید و پایبند می‌کند. بنابراین اگر فرد خود را از این قیدها برهاند به احتمال قوی در جهت سلامت روان، رشد شخصیت و اجتماعی حرکت خواهد کرد (شفیع آبادی، 1399). تبیین دوم از این یافته پژوهشی می‌توان گفت وظایف مضاعف زنان سرپرست خانوار جهت کسب درآمد برای خانواده، به صورت بالقوه باعث ایجاد تنیدگی در آنان شده و همین گستردگی نقش و تعارض بین مقتضیات شغلی و نگرانی‌های مربوط به درون خانواده باعث اختلال در باورها زنان سرپرست خانواده شده است. مشکل اصلی اکثر این زنان، شرایط بد اقتصادی آنان است، زنان سرپرست خانوار بیکار، نسبت به زنان شاغل به دلیل نداشتن منبع درآمد مشخص، ناچارند برای مقابله با شرایط موجود در زندگی خود از مهارت‌های هیجان محور که در آن کنترل

5. Brassai

6. Steger

7. Emel

8. Vohs

9. Kudla

1. Gordon

2. Garcini

3. Sharma

4. Ellis

سرپرست خانواده این نوع باورهای خود را بشناسند و راه‌های تصحیح این باورها کاذب را نیز بیاموزند و قسمتی از این مسئولیت متوجه سازمان‌های حمایت از زنان است.

اینکه چگونه می‌توان یک زندگی با معنا و سعادت‌مندانه را به انسان ارزانی داشت، موضوع مورد توجه همه پیامبران، حکیمان، اندیشمندان و روان‌شناسان بوده است. در پیشینه نزدیک به یک صد و سی ساله روان‌شناسی به غیر از سال‌های آغازین آن و به طور مشخص تا زمان جنگ جهانی اول که یکی از اهداف (و شاید مهم‌ترین) هدف این رشته دستیابی به خوشبختی و سعادت، عرضه یک زندگی همراه با آسایش و معنا و زندگی‌ای مبتنی بر فضیلت‌های انسانی اخلاقی تعریف شده بود. به رغم همه پیشرفت‌های علمی بشر، انسان قرن بیستم و هزاره سوم همچنان مأیوس راهی برای سعادت خود می‌جوید، راهی که او را به زندگی امیدوار کند و به وی اجازه دهد تا با اتکالی به توانمندی‌های درونی خویش و با فعلیت بخشیدن به آنها، به احساس ذهنی آسایش و آرامش هیجانی، روانی و اجتماعی دست یابد.

با توجه به این که بروز تعارض کار-خانواده در بین زنان سرپرست خانواده پدیده‌ای مسئله‌برانگیز و مشکل‌آفرین است لذا نحوه رویایی و مقابله با تعارض در راستای برقراری تعادل بین حیطه‌های کاری و خانوادگی باید انجام گیرد. یکی از مهم‌ترین عوامل تأثیر گذار بر کاهش تعارض کار-خانواده، باورهای کاذب که در ذهن زنان سرپرست وجود دارد. زنان سرپرست باید چگونگی مقابله با باورهای کاذب، از طریق شناخت بیشتر خود و محیط از طریق کلاس‌های آموزشی را یاد بگیرند. بهترین شیوه برای کاهش عواقب و اثرات این تعارض این است که ابتدا زنان را با انواع باورهای کاذب آشنا سازیم و دوره‌های آموزشی را برای مدیریت تعارض کار-خانواده در مراکز بهزستی و مراکز بهداشتی برگزار کنیم. تا بدین صورت بتوانیم اثرات منفی باورهای کاذب در تعارض کار-خانواده را به حداقل ممکن کاهش دهیم و گامی مهم در افزایش معنای زندگی زنان سرپرست در حیطه مهمی از نظام سلامت برداریم.

در حد یافته‌های پژوهش حاضر، می‌توان پیشنهادی زیر را به منزله پیامدهای پژوهش در دستور کار اقدامات آموزشی، بهداشتی و بالینی، مخصوصاً در چهارچوب امور زنان سرپرست قرار داد. بنابراین بهتر است مسئولان و دست‌اندرکاران مسائل بانوان راهکارهایی بیندیشند که در

باعث بی‌معنایی زندگی در افراد می‌شود. به عنوان مثال ممکن است یکی از مؤلفه‌های باورهای کاذب که انتظار تایید از دیگران است از طریق به جریان انداختن واکنش‌های ناکامی به ایجاد تعارض کار-خانواده منجر شود و آن نیز باعث بی‌معنایی زندگی شود. مطالعات نشان داده‌اند که افرادی که زندگی آنها معنای بیشتری دارد، بهتر می‌توانند با استرس و چالش‌های زندگی مقابله کنند، پردازش اطلاعات جدید برای آنها راحت‌تر بوده و چشم انداز وسیع‌تر و مثبت تری برای زندگی آینده خود دارند. داشتن معنا در زندگی، مهارت‌های مقابله‌ای مفیدی است که سبب می‌شود انسان بتواند از اوقات خوب خویش لذت برده و اوقات بد را تحمل کند (گارسنی و همکاران، 2013). باورهای منطقی یا تفکر هدفمند و منطقی و امیدوانه و آشنایی با مسیرهای لازم برای رسیدن به اهداف، سبب جستجوی بیشتر معنای زندگی می‌گردد و رضایت درونی افزون‌تری در پی خواهد داشت. از این رو برگزیدن هدف‌های مناسب و تلاش برای رسیدن به آنها همان چیزی است که می‌توان به آن تفکر هدف‌مدار و یا امیدبخش نام نهاد که باعث معنای زندگی می‌شود. تأکید بیش از حد بر تقدیر و سرنوشت، باعث می‌شود که انسان‌ها تلاش نکنند و شرایط را تغییر ندهند و یا اگر شرایط قابل تغییر نیست، خود را از محیط جدا نکنند. زمانی که ما بر تقدیر تأکید می‌کنیم، آنچه را که به هر دلیلی پیش آمده است، جبراً و الزاماً می‌پذیریم. بدون آنکه توجه کنیم که ما می‌توانیم شرایط و محیط را تغییر دهیم. تأکید بیش از حد بر تقدیر و سرنوشت، اختیار ما را نادیده می‌گیرد. در چنین فضایی هر آنچه که بر اختیار انسان‌ها تأکید می‌کند، کمتر مورد پذیرش واقع می‌شود.

از یک سو فقدان معنای زندگی می‌تواند ناشی از کاهش فعالیت‌های معنی دار و سوگیری‌های شناختی همچون باورهای کاذب باشد که دو نشانه آشکار بی‌معنایی زندگی به شمار می‌آیند. از دیگر سو طبق تحقیقات ملتون و شولنبرگ (2007) نبود معنا در زندگی از طریق افزایش ملال و حساسیت به فشارهای اجتماعی می‌داند. تقویت باورهای منطقی منجر به پیامدهای عاطفی و رفتار سازنده و منطقی در فرد خواهد شد و به رشد، بقا و حفظ سلامتی روانی، اجتماعی فرد کمک می‌کند. افرادی که خودکارآمدی بالا دارند، منبع کنترل خود را بر پایه تفکر کارآمد بنا می‌نهند و به سمت خودشکوفایی پیش می‌روند. بنابراین لازم است زنان

سطح تحول، سبک‌های مقابله معمول و مسلط، نیازها و مشکلات مقابله‌ای آزمودنی و تعیین شیوه‌های مطلوب به عنوان اهداف و اقدامات اساسی محسوب می‌شوند. اهمیت برنامه‌های پیشگیرانه وقتی برجسته می‌شود که مطابق یافته‌های موجود بر پیدایش هماهنگی شناختی محور و سلامت روانی افراد کمک نماید. همچنین از محدودیت‌های این مطالعه ناکافی بودن حجم نمونه به علت عدم دسترسی به کل جمعیت زنان سرپرست خانوار به طور همزمان در شهر شیروان است.

علی زمانی، امیرعباس (1386). معنای معنای زندگی. نامه حکمت، 5 (1)، 89-59

کوهستانی حسینعلی، قنبری هاشم آبادی، بهرام علی، و تاجی الهام (1392). نقش باورهای غیرمنطقی در پیش‌بینی سبک‌های مدیریت تعارض سازمان غیرانتفاعی. [پایان‌نامه کارشناسی ارشد]. مشهد: دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه فردوسی.

لواسانی غلامعلی، مسعود؛ اژه ای، جواد، محمد مصیری فرهاد (1392). رابطه معنای زندگی و خوش‌بینی با بهزیستی ذهنی. مجله روان‌شناسی، شماره 65، 17-3

مشرعی محمدحسین (1390). طراحی و آزمون مدل تعارض کار و خانواده در پرستاران بیمارستان‌های شیراز. اهواز: دانشگاه شهید چمران؛ پایان‌نامه کارشناسی ارشد

مسرآبادی، جواد، استوار نگار، جعفریان سکینه (1392). بررسی روایی و معناداری پرسش‌نامه در زندگی دانشجویان، مجله علوم رفتاری، دوره 7، شماره 1، 83-90

زمینه و کیفیت زندگی کاری، نه تنها پاسخگوی درک زن سرپرست از کار خود باشد، بلکه باورهای کاذب آنان را نیز در محیط کار کاهش دهد. با توجه به یافته‌های این مطالعه، برنامه‌های آموزش برای زنان سرپرست در زمینه مهارت‌های کنترل باورهای کاذب با توجه به بالاتر بودن سطح مشکلات خانوادگی و اجتماعی در آنان، ایجاد تنوع در نوع فعالیت کاری زنان سرپرست بپردازند. افراد را به راهبردهای مهارت‌های اجتماعی تجهیز کرد. این مهارت‌ها، مجموعه مهارت‌هایی هستند که تحت تأثیر آموزش و تجربه آموخته می‌شوند و نسبتاً قابل تغییرند. تدوین برنامه‌های آموزشی متناسب با

## منابع

اشتهاد، فرین (1388). بررسی گروه درمانی بر بهزیستی دانشجویان. پایان‌نامه کارشناس ارشد. تهران: انستیتو روان‌پزشکی امین پور حسن، احمدزاده یاسین (1390). بررسی و مقایسه باورهای غیرمنطقی در افراد معتاد و عادی. مجله اعتیاد پژوهی، 17 (5)، 107-120

جمالی، فریبا (1381). به بررسی رابطه بین نگرش‌های مذهبی، احساس معنای زندگی و سلامت روان دانشجویان در تهران. دانشگاه الزهرا

سلیمانیان، علی اکبر (1373). تأثیر باورهای غیرمنطقی (بر اساس رویکرد شناختی) ناراضی از ازدواج در دانشجویان معلمان متاهل دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت معلم

شفیع آبادی، عبدالله (1399). راهنمایی و مشاوره شغلی و نظریه‌های انتخاب شغل. تهران: انتشارات رشد

عبداللهی، بیژن، عبدالرحیم، نوه ابراهیم (1385). توانمندسازی کارکنان: کلید طلایی مدیریت منابع انسانی ویرایش دوم تهران: ویرایش.

Bandura, A. (1998). Self-efficacy. 4<sup>th</sup> ed. San Diego: Academic Press

Baron RM, Kenny DA. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. J Pers Soc Psychol. 51(6):1173-1182

Beck, A. (1976). Cognitive therapy and emotional disorder. New York: Basic Books.

Brassai L, Piko BF, Steger MF. (2010). Meaning in Life: Is It a Protective Factor for Adolescents' Psychological Health? Int J Behav Med. 18(1):44-51.

Brassai, L; Piko, B. F. & Steger, M. F. (2012). Existential Attitudes and Eastern European Adolescents' Problem and Health Behaviors: Highlighting the Role of the Search for Meaning in Life. Psychological Record, 62(4), 719.

Carlson D, Kacmar K, Williams L.(2000). Construction and initial validation of a multidimensional measure of work-family conflict. J Vocat Behav. 2000;56:76- 249.

Chagas, L. (2003). The "Ultimate Meaning" of Logotherapy. A Demonstration Project in Partial fulfillment of Requirements for the Diplomat educator/ administrator credential Victor Frankl Institute of Logotherapy

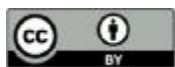
Cooklin AR, Westrupp E, Strazdins L, Giallo R, Martin A, Nicholson JM. (2015). Mothers' work-family conflict and enrichment: Associations with parenting quality and couple relationship. Child: care, health and development. Mar;41(2):266-77.

Cohen, K. & Cairns, D. (2012). Is searching for meaning in life associated with reduced subjective wellbeing? Confirmation and possible

- moderators. *Journal of Happiness Studie*, 13(2), 313-331.
- David D, Lymn S, Ellis A. (2009). Rational and irrational beliefs: research, theory and clinical practice. Oxford, USA:Oxford University press.
- Dehdari, Tahereh; Yarahmadi, Rasool; Sanctuary, Mohammad Hussein; Daneshvar, Reyhaneh and Ahmadpour, Jamal. (2013). The Relationship Between Life Meaning in Life with Stress, Anxiety, and Depression in Iranian University Students. *Journal of Health Education and Health Promotion*, 1 (3), 92-83
- Ellis A, Krafourd T.(2006). Intimate relations. Tehran:Rasa
- Ellis, Albert & R. Grieg. (1977). *Handbook of Rational Emotive Therapy*. New York: Park Avenue south.
- Elahe Enayatifar, MohammadReza Miri, Ensiyeh Norozi, Tayebeh Hosseini, Hakimeh Malaki Moghadam. (2019). A study on mental health status and coping skills in female household heads in Birjand. *Scientific-Research Journal of Shahed University/ 25th year/NO.135.p:12-21*
- Emel, A. (2010). Analysis of communication skill and interpersonal problem solving in preschool trainees. *Social Behavior and Personality*, 38,4,523-530.
- Frazier PA, Tix AP, Barron KE.(2004). Testing moderator and mediator effects in counseling psychology research. *J Couns Psychol*. 51(1):115-134
- Feldman, D. B.; Snyder C. R. (2005) "Hope and the Meaningful Life: Theoretical and Empirical Associations between Goal-directed Thinking and Life Meaning", *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24, 401-421
- Jones, R.G.A. (1968). Factored Measure of Ellis Irrational Belief System with Personality and Maladjustment Correlates. wichita, Ks. Test systems.
- Garcini LM, Short M, Norwood WD.(2013) Affective and motivational predictors of perceived meaning in life among college students. *The Journal of Happiness & Well- Being*, 1(2): 47-60.
- Gordon, L., Paull, H. & Wing Man, W. C. (2008). Perfection distress and irrational beliefs in High school student: analysis with an abbreviated survey of personal beliefs for adolescents. *Journal Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 26(3), 194-205.
- Halama P, Dedova M. (2007). Meaning in life and hope as predictors of positive mental health: Do they explain residual variance not predicted by personality traits? *Studia Psychologica*; 49: 191-200.
- Hedayatjal, M & Khazaei, M. (2014). An Investigation of the relationship between depression, meaning in life and adult hope. *Social and Behavioral Sciences*, 144, 589-601.
- Ho MY, Cheung FM, Cheung SF. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Pers Individ Diff*; 48: 658-663
- Klefaras G, Psarra E. (2012). Meaning in life, psychological well-being and depressive symptomatology: A Comparative Study. *Psycholo*, 3 (4): 337-345.
- Klefaras, G., and Psarra, E. (2006). Meaning in life, psychological well-being and depressive symptomatology: A Comparative Study, meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(4), 80-93.
- Khoshdol, Gati (2009), *Perfectionism, Healthy Personality Patterns* (written by Two It Schulz, 1986), Peykan Publishing
- Krause, A.E. (2003). *Work-family balance: The relationship between employment type, work-familyconflict and life satisfaction in women*. Unpublished Masters Dissertation in the Faculty of Arts. University of Witwatersrand: Johannesburg.
- Kudla, D; Kujur, J; Tigga, S; Tirkey, P; Rai, P. & Fegg, M. J. (2015). Meaningin Life Experience at the End of Life: Validation of the Hindi Version of the Schedule for Meaning in Life Evaluation and a Cross-Cultural Comparison between Indian and German Palliative Care Patients. *Journal of pain and symptom management*, 49(1), 79-88.
- Lapierre L, Hammer L, Truxillo D, Murphy L.(2012). Family interference with work and workplace cognitive failure: The mitigating role of recovery experiences. *J Vocat Behav*.81:35-227
- Lambert NM, Stillman TF, Baumeister RF, Fincham FD, Hicks JA, Graham SM.(2010). Family as a salient source of meaning in young adulthood. *J Posit Psychol*. 5(5):367-76.
- Li Hey, Robert (2003). *Cognitive Therapy Techniques* (translation by Hasan Hamidpur and Zahra Endouz, 2014). Tehran: Arjmand Publications
- Mensah AO, Amissah EF, Nsaful AA. (2018). Gender as a moderator between work-family conflict, job and family satisfaction. *AFRREV IJAH: An International Journal of Arts and Humanities*.7(3):1-2.
- Marchese M. C., Bassham, G. & Ryan, J. (2002); work-family conflict: A virtue ethics analysis *Journal of Business Ethics*; 40: 145-154.
- Mulaudzi, T. (2005). Work – family conflict, sense of coherence, coping resources and job satisfaction amongst women general practitioners,

- A dissertation Masters of Arts in Clinical Psychology, Johannesburg, August.
- Melton AM, Schulenberg SE.(2007). On the relationship between meaning in life and boredom proneness: Examining a logotherapy postulate. *Psychol Rep*; 101(2-3): 1016-22.
- Melton MA, Schuenberg SE. (2008). on the measurement of meaning: Logo therapys empirical contributions to humanistic psychology. *Journal Humanist Psychol*; 36: 31-44
- Moravvati, Sohrab and Biranvand, Zainab (2013). A Study of the Concept of Spiritual Man in the Thought of Martyr Motahhari. *Journal of Ethics Research*. 6, (19), 98-83.[Persian]
- Melton MA, Schuenberg SE. (2008). on the measurement of meaning: Logo therapys empirical contributions to humanistic psychology. *J Humanist Psychol*; 36: 31-44.
- Nicoleta Turluca, M., Buligaa, D. (2014). "Work-family conflict and job and family satisfaction: The mediating role of cognitions". *Social and Behavioral Sciences*, 159, pp:105-109.
- Nielsen, D. M. & Horan, J.J. (1996). Ana Attemp to Improve Self-esteem by modyfing specific orrational beliefs. *Journal of Cognitive Psychology*, 10,137-149
- Owens, G. P. Steger, M.F. Whitesell, A. A. Herrera, C. J. (2009). Posttraumatic Stress Disorder, Guilt, Depression , and Meaning in Life Among Military Veterans. *Journal of Traumatic Stress*, 22(6), 654– 657.
- Ozer, E, A., & Akguna, O. E. (2015). The effects of irrational belifs on academic motivation and academic sef-efficacy of Candidate teachers of computer and instructional technologies education department. *procedia- social and Behavioral Sciences*, 197, 1287-1292.
- Papastylianou A, Kaila M, Polychronopoulos M.(2009) Teachers' burnout, depression, role ambiguity and conflict. *Social Psychology of Education*. 12(3): 295-314.
- Pajares F, Schunk D. (2001). Self-beliefs and school success: Self-efficacy, self-concept and school achievement. In *International perspectives on individual differences: Self-perception*. In: Pajares F, Schunk D, Riding R, Rayner S, editors. Westport CT: Nablex Publishing.
- Pieters J. (2010). Education and household inequality change: a decomposition analysis for India. *J Dev stud*. 47:1909-24.
- Rathi, N.,and Rastogi, R. (2007) Meaning in Life and Psychological Well-Being in Pre-Adolescents and Adolescents. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 33(1), 31-38.
- Ryan RM, Deci EL. (2001). On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annu Rev Psychol*. 52:141-66.
- Schutte L, Wissing MP, Ellis SM, Jose PE, Vella-Brodrick DA. (2016). Rasch analysis of the Meaning in Life Questionnaire among adults from South Africa, Australia, and New Zealand. *Health Qual Life Outcomes*. 14:12.
- Shein J, Chen C.(2011). *Work-family enrichment*. Rotterdam. Sense Publishers.
- Sharma J, Dhar RL, Tyagi A.(2015). Stress as a mediator between work-family conflict and psychological health among the nursing staff: Moderating role of emotional intelligence. *Appl Nurs Res*; 2:53-8.
- Steger, M. F. Mannb, J.R. Michelsb. P, Cooper, T. C. (2009). Meaning in life, anxiety, depression, and general health among smoking cessation patients, *Journal of Psychosomatic Research*, 67, 353- 358
- Steger MF, Frazier P, Oishi S, Kaler M.(2006), The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *J Counsel Psychol*. 53(1): 80-93.
- Steger, M. F; Oishi, S. & Kesebir, S. (2011). Is a life without meaning satisfying? The moderating role of the search for meaning in satisfaction with life judgments. *The Journal of Positive Psychology*, 6(3), 173-180.
- St-Onge, S., Renaud, S., Guérin, G. & Caussignac, É. (2002). Vérification d'un modèle structurel à l'égard du conflit travail-famille. *Relations industrielles/Industrial relations*, 57(3), p. 491-516.
- Stephanie M, Kate E. Walton MC. Bermut(2013). Personality traits predict irrational beliefs. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 37(4), 231-242.
- Woo, C.S & Brown E. j. (2013). Role of Meaning in the Prediction of Depressive Symptoms Among TraumaExposed and Non trauma-Exposed Emerging Adults, *journal of Clinical psychology*, 69(12), 1269– 1283.
- Vasile, C. (2012). Rational/irrational beliefs dynamics in adults. *Journal of Procedia Social and Behavioral Sciences*, 69, 2108-2113
- Vohs, K.D. (2012). Bad is stronger than good. *Review of General Psychology*, 5, 323–370.
- Ya-Xuan Fang. (2017). Burnout and work-family conflict among nurses during the preparation for reevaluation of a grade A tertiary hospital, *Chinese Nursing Research* 4, 51-55

## COPYRIGHTS



© 2022 by the authors. Licensee PNU, Tehran, Iran. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY 4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>)