

# بررسی رابطه بین مقابله مذهبی و ادراک حمایت اجتماعی با استرس ادراک شده دانشجویان دانشگاه

## پیام نور

فاطمه کهکی<sup>۱</sup>، سحر محسنی<sup>۲</sup>

۱. کارشناسی ارشد روانشناسی و عضو هیات علمی دانشگاه پیام نور واحد زاهدان، ایران (نویسنده مسئول،

(lale.kahaki@gmail.com)

۲. کارشناسی ارشد تحقیقات آموزشی و مدرس دانشگاه پیام نور واحد زاهدان

مجله پیشرفت های نوین در علوم رفتاری، دوره اول، شماره دوم، آذر ۱۳۹۵، صفحات ۳۵-۲۶

### چکیده

هدف از این پژوهش بررسی رابطه ی مقابله مذهبی و ادراک حمایت اجتماعی با استرس ادراک شده دانشجویان دانشگاه پیام نور می باشد. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی و جامعه آماری کلیه دانشجویان دانشگاه پیام نور زاهدان که در سال تحصیلی ۹۴ می باشند که تعداد دانشجویان در هر نیمسال ۳۰۰ نفر بوده است. حجم نمونه آماری با توجه به جدول مورگان ۱۷۰ نفر که به روش نمونه گیری تصادفی طبقه ای انتخاب شدند یعنی بر اساس جنسیت برای دو طبقه جداگانه حجم نمونه برآورد شد. ابزار گردآوری داده ها، سه پرسشنامه ی مقابله مذهبی افلاک سیر و جی.کلمن (۲۰۱۱)، مقیاس حمایت اجتماعی ادراک شده چند بعدی (۱۹۸۸) و مقیاس استرس ادراک شده کوهن و همکاران (۱۹۸۳) بود. داده های به دست آمده با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون مورد تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد که بین مقابله مذهبی با استرس ادراک شده رابطه مثبت و معناداری، بین حمایت اجتماعی ادراک شده و با استرس ادراک شده نیز رابطه منفی و معناداری مشاهده شد.

کلید واژه ها : مقابله مذهبی، ادراک حمایت اجتماعی، استرس ادراک شده.

## مقدمه

دانشگاه‌ها سازمان‌هایی هستند که هر ساله تعداد قابل توجهی از جمعیت جوان را جذب می‌کنند و طی زمان معینی توانمندی‌های علمی و عملی این اشخاص را پرورش می‌دهند و در نهایت نیروهای آموزش دیده و متخصص را در اختیار جامعه وسیع‌تر می‌گذارند. دوره تحصیلی دانشگاهی به واسطه حضور عوامل متعدد، دوره‌ای فشارزا است. در نتیجه با توجه به تشدید سطوح استرس در دوره تحصیلات دانشگاهی می‌توان انتظار داشت درصدی از دانشجویان که سطوح بالاتر آسیب‌پذیری را دارا می‌باشند، در معرض خطر ابتلا به بیماری‌های روانی خاص قرار می‌گیرند. آسیب‌پذیری را می‌توان به طرق مختلف صورت‌بندی کرد (بخشی پور رودسری و همکاران، ۱۳۸۲). استرس پدیده نوظهوری نیست بلکه از زمانهای بسیار دور نیز وجود داشته و تنها تفاوت آن در تنوع، استمرار و منابع استرس زاست. فشارهای عصبی از گذشته‌های دور نیز وجود داشته است ولی به تدریج شکل بروز و منابع آن تغییر کرده است فشارهای عصبی نیاکان ما را قادر می‌ساخت تا در مقابل تهدیدات محیط، خود را مسلح کنند و راه‌های گریز از این فشارها عمدتاً به دو صورت مبارزه یا فرار بود که از این طریق به حیات خود ادامه می‌دادند. آنان زمانی که با دشمنان خود روبه‌رو می‌شدند سریعاً واکنش نشان می‌دادند. بدین طریق که اگر خود را توان‌تر از دشمن می‌دانستند (اعم از انسان یا حیوانات وحشی) به آن حمله می‌کردند و اگر احساس ضعف و ناتوانی داشتند به سرعت از محیط فرار می‌کردند آنان در شناخت توانایی خود با دشمن از تغییراتی که در سیستم فیزیولوژیکی بدنشان اتفاق می‌افتاد بهره می‌جستند بدین ترتیب در واقع آنها با استرس زندگی نمی‌کردند بلکه استرس در حاشیه زندگی آنان بود (صائمیان، ۱۳۸۷). حمایت اجتماعی نیز مفهومی چند بعدی است که به اشکال و طرق مختلفی تعریف شده است. می‌توان آن را به عنوان یک منبع فراهم شده توسط دیگران، به عنوان امکاناتی برای مقابله با استرس، یا یک مبادله‌ای از منابع تعریف نمود (شولتز و شوارتز، ۲۰۰۴). مذهب نقش مهمی در مقابله با تنیدگی بازی می‌کند نماز و اعتقاد به خدا به عنوان دو نوع از عمومی‌ترین منابع مقابله همواره وجود داشته‌اند. همچنین شواهد نشان داده است که مذهبی بودن با تاثیر بر شناخت ممکن است اثراتی با اهمیت روی سلامتی و کاهش استرس داشته باشد (لوونتال و همکاران، ۲۰۰۰). به اعتقاد گروهی از پژوهشگران، مذهب به عنوان مجموعه‌ای از اعتقادات، بایدها و نبایدها و نیز ارزش‌های اختصاصی یا تعمیم یافته یکی از موثرترین تکیه‌گاه‌های روانی به شمار می‌رود که قادر است معنای زندگی را در لحظه لحظه عمر فراهم سازد و در شرایط خاص نیز با فراهم سازی تکیه‌گاه‌های تبیینی، فرد را از تعلیق و بی‌معنایی نجات دهد

<sup>1</sup> - Schulz & Schwartzberg

(بهرامی، ۱۳۸۰). مقدار مناسب استرس می‌تواند ما را به سوی آرای بهترین عملکردمان سوق دهد. اما اگر استرس‌های اطراف آنقدر تکراری و شدید شوند که پیوسته به منظور پاسخ‌دهی در حال رجوع به امکانات و توانایی‌های درونی خود باشیم در آن صورت استرس عامل ناتوان کننده می‌شود و بدن نمی‌تواند به راحتی پاسخگوی چنین تقاضایی باشد. داشتن استرس بیش از اندازه می‌تواند بر احساس سلامت و خوشحالی ما هم از نظر جسمی و هم از نظر روحی اثر مخرب بگذارد. استرس می‌تواند باعث کاهش تمرکز فکر و کاهش قدرت تصمیم‌گیری شود و از نظر هیجانی باعث خود‌انگاری، غیبت از کار، سوء مصرف مواد روان‌گردان و کاهش عزت نفس می‌شود (گیوریان، ۱۳۸۲). پاراگمنت<sup>۱</sup> (۱۹۹۵) معتقد است که باورهای مذهبی مانند یک سپر در برابر استرس‌های زندگی عمل می‌کنند و از این طریق به راهبردهای مقابله‌ای فرد کمک می‌کنند. همچنین یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های سلامت روان، حمایت اجتماعی ادراک شده است. مفهوم حمایت اجتماعی ادراک شده به حمایت از منظر ارزیابی شناختی فرد از محیط و روابطش با دیگران می‌نگرد. نظریه پردازان حمایت اجتماعی ادراک شده بر این امر اذعان دارند که تمام روابطی که فرد با دیگران دارد حمایت اجتماعی محسوب نمی‌شود به بیان دیگر روابط منبع حمایت اجتماعی نیستند، مگر آنکه فرد آن‌ها را به عنوان منبعی در دسترس یا مناسب برای رفع نیاز خود ادراک کند. شواهدی در دسترس است مبنی بر اینکه گاهی کمک‌هایی که به فرد می‌شود نامناسب و بد موقع است یا این که خلاف میل خود فرد است، لذا نه خود حمایت که بیشتر ادراک فرد از حمایت است مهم است. مقیاس‌های حمایت اجتماعی ادراک شده نیز بر روی ارزیابی شناختی فرد از محیطش و سطح اطمینان فرد به این که در صورت لزوم، کمک و حمایت در دسترس خواهد بود متمرکز هستند (قائدی و یعقوبی، ۱۳۸۷). بنابراین پژوهش حاضر به دنبال بررسی این سوال است آیا بین مقابله مذهبی و ادراک حمایت اجتماعی با استرس ادراک شده رابطه وجود دارد؟ آیا مقابله مذهبی و حمایت اجتماعی ادراک شده می‌تواند استرس ادراک شده را پیش‌بینی کند؟ بنابراین این پژوهش از این جهت مورد بررسی قرار می‌گیرد تا از میزان استرس دانشجویان آگاهی پیدا کرده و در پی یافتن نتایج مفید و ارزشمند در این زمینه بوده تا از این طریق کیفیت سلامت روانی دانشجویان را ارتقاء بخشیده و با ارائه راهکارهای صحیح میزان استرس دانشجویان را کاهش داده و موجب افزایش راندمان و بهره‌وری آنان گردد. بنابراین سوالات زیر مطرح می‌گردد:

۱- بررسی رابطه بین مقابله مذهبی و استرس ادراک شده دانشجویان

۲- بررسی رابطه بین ادراک حمایت اجتماعی و استرس ادراک شده دانشجویان

۳- پیش بینی مقابله مذهبی و ادراک حمایت اجتماعی از استرس ادراک شده دانشجویان

### روش پژوهش (جامعه، نمونه آماری، روش نمونه گیری و ابزار)

پژوهش حاضر از نوع "کاربری" با توجه به ماهیت موضوع و هدف های پژوهش توصیفی از نوع همبستگی می باشد، در این پژوهش جامعه آماری، شامل کلیه دانشجویان دانشگاه پیام نور که در نیمسال تحصیلی بهمن ۹۴ مشغول به تحصیل می باشند که تعداد دانشجویان در هر نیمسال ۳۰۰ نفر بوده است. حجم نمونه آماری دانشجویان با توجه به جدول مورگان ۱۷۰ نفر می باشد. روش نمونه گیری از نوع طبقه ای تصادفی می باشد. یعنی ابتدا برای دو طبقه ی دانشجویان دختر و پسر به صورت جداگانه حجم نمونه برآورد شد و پرسشنامه های تحقیق در اختیار دانشجویان قرار گرفت. در این پژوهش برای جمع آوری داده ها از سه پرسشنامه حاوی ۳۷ سوال بسته پاسخ استفاده شده است.

۱) پرسشنامه مقابله مذهبی: به منظور سنجش مقابله مذهبی از پرسشنامه ایرانی که توسط افلاک سیر و جی. کلنن (۲۰۱۱) تهیه شده استفاده شده است، که مبنای آن پرسشنامه مقابله مذهبی پارگامنت می باشد. که در آن ۱۱ آیتم از پرسشنامه مقابله مذهبی پارگامنت که قابل کاربرد برای مسلمانان است اقتباس شده است. روایی محتوایی پرسشنامه مذکور توسط چند تن از اساتید مورد تأیید قرار گرفت. پرسشنامه ایرانی دارای ۲۲ سوال ۵ زیر مقیاس می باشد. در این پرسشنامه پاسخ هر سوال روی یک مقیاس لیکرت پنج درجه ای ارزیابی می شود.

۲) پرسشنامه ادراک حمایت اجتماعی: به منظور سنجش ادراک حمایت اجتماعی دانشجویان از پرسشنامه زیمت و همکاران (۱۹۸۸) استفاده شده است. این پرسشنامه دارای ۱۲ سوال و سه زیر مقیاس خانواده، دوستان و افراد مهم می باشد. در این پرسشنامه پاسخ هر سوال روی یک مقیاس هفت درجه ای از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم ارزیابی می شود.

۳) پرسشنامه استرس ادراک شده: به منظور سنجش استرس ادراک شده دانشجویان از پرسشنامه کوهن و همکاران (۱۹۸۳) استفاده شده است. این پرسشنامه دارای ۱۴ سوال و دو زیر مقیاس ادراک منفی از استرس و ادراک مثبت از استرس می باشد. در این پرسشنامه پاسخ هر سوال روی یک مقیاس پنج درجه ای از هیچ کدام تا خیلی زیاد ارزیابی می شود.

جدول (۱) نتایج آزمون ضریب همبستگی مقابله مذهبی و استرس ادراک شده

متغیر	فعالیت مذهبی احساسات منفی	ارزنجاری خیرخواهانه	مقابله منفعل	مقابله فعال	مقابله مذهبی	ادراک استرس	
						شده	از ادراک منفی
R	۰/۲۸	۰/۲۷	۰/۰۶	۰/۳۳	۰/۳۹	R	از ادراک مثبت
Sig	۰/۰۰	۰/۰۰	۰/۶۰	۰/۰۰	۰/۰۰	Sig	از ادراک مثبت
**	**	**		**	**	R	از ادراک مثبت
R	۰/۲۱	۰/۶۹	۰/۱۲	۰/۱۸	۰/۲۲	R	از ادراک مثبت
Sig	۰/۰۵	۰/۳۷	۰/۱۱	۰/۵۵	۰/۰۰	Sig	از ادراک مثبت
*	*	*			*	R	از ادراک مثبت
R	۰/۱۹	۰/۳۴	۰/۰۰	۰/۳۰	۰/۳۳	R	از ادراک مثبت
Sig	۰/۱۱	۰/۰۰	۰/۹۹	۰/۰۰	۰/۰۰	Sig	از ادراک مثبت
**	**	**	**	**	**	Sig	از ادراک مثبت

\*\* $p \leq 0/01$

\*\* $p \leq 0/05$

در جدول (۱) نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون نشان می دهد که بین فعالیت مذهبی، احساسات منفی، مقابله فعال و مقابله مذهبی با استرس ادراک شده همبستگی مثبت و معناداری و در سطح  $p \leq 0/01$  می باشد. همچنین فعالیت مذهبی با ادراک منفی از استرس همبستگی مثبت و معناداری در سطح  $p \leq 0/05$  و مقابله مذهبی با ادراک منفی از استرس همبستگی مثبت و معناداری در سطح  $p \leq 0/01$  می باشد. همچنین بین احساسات منفی، مقابله فعال و مقابله مذهبی با ادراک مثبت از استرس همبستگی مثبت و معناداری در سطح  $p \leq 0/01$  وجود دارد. بین سایر متغیرها رابطه معناداری وجود ندارد.

جدول (۲) نتایج آزمون ضریب همبستگی بین ادراک حمایت اجتماعی و استرس ادراک شده

متغیر	استرس ادراک شده	ادراک منفی از استرس	ادراک مثبت از استرس
خانواده	r	۰/۳۳	۰/۳۷
	Sig	**۰/۰۰	**۰/۰۰
دوستان	r	۰/۳۴	۰/۳۱
	Sig	**۰/۰۰	**۰/۰۰
افراد مهم	r	۰/۲۷	۰/۲۶
	Sig	**۰/۰۰	**۰/۰۰

\*\*p=0/05      \*\*p=0/01

در جدول (۲) نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون نشان می دهد که بین خانواده، دوستان، افراد مهم و حمایت اجتماعی ادراک شده با استرس ادراک شده همبستگی مثبت و معناداری در سطح  $p=0/01$  می باشد. همچنین بین حمایت اجتماعی ادراک شده و ادراک منفی از استرس همبستگی مثبت و معناداری در سطح  $p=0/05$  وجود دارد. بین خانواده و افراد مهم با ادراک مثبت از استرس همبستگی مثبت و معناداری در سطح  $p=0/05$  و بین دوستان و حمایت اجتماعی ادراک شده با ادراک مثبت از استرس همبستگی مثبت و معناداری در سطح  $p=0/01$  وجود دارد. بین سایر متغیرها رابطه معناداری وجود ندارد.

جدول (۳) نتایج خلاصه رگرسیون پیش بینی مقابله مذهبی با استرس ادراک شده

گام	متغیر پیش بین	متغیر ملاک	R	R <sup>2</sup>	F	t	Sig
۱	ادراک شده استرس	مقابله منفعل	۰/۰۴	۰/۰۴	۰/۲۷	۴/۲	/۰۰

چنان که در جدول (۳) مشاهده می شود متغیر مقابله منفعل بیشترین پیش بینی را از استرس ادراک شده دانشجویان داشته است. این متغیر توانسته است (۰/۰۴) از تغییرات استرس ادراک شده را پیش بینی کند. ضریب بتای استاندارد نشان می دهد که در معادله رگرسیون متغیر منفعل دارای ضریب ۰/۰۴ می باشد. میزان t در سطح  $p=0/01$  معنادار می باشد.

جدول (۴) نتایج خلاصه رگرسیون پیش بینی حمایت ادراک اجتماعی با استرس ادراک شده

گام	متغیر پیش بین	$R^2$	R	F	t	Sig
۱	استرس ادراک شده	۰/۲۷	۰/۲۷	۱۴/۱	۳/۷	۰/۰۰

چنان که در جدول (۴) مشاهده می شود افراد مهم بیشترین پیش بینی را از استرس ادراک شده دانشجویان داشته است. این متغیر توانسته است (۰/۲۷) از تغییرات استرس ادراک شده را پیش بینی کند. ضریب بتای استاندارد نشان می دهد که در معادله رگرسیون متغیر افراد مهم دارای ضریب ۰/۲۷ می باشد. میزان t در سطح ۰/۰۱  $p$  معنادار می باشد.

### بحث و نتیجه گیری

در بررسی سوال (۱)، نتایج به دست آمده حاکی از آن است که بین فعالیت مذهبی، احساسات منفی، مقابله فعال و مقابله مذهبی با استرس ادراک شده همبستگی مثبت و معناداری می باشد. همچنین فعالیت مذهبی با ادراک منفی از استرس همبستگی مثبت و معناداری و مقابله مذهبی با ادراک منفی از استرس همبستگی مثبت و معناداری می باشد. همچنین بین احساسات منفی، مقابله فعال و مقابله مذهبی با ادراک مثبت از استرس همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد. بین سایر متغیرها رابطه معناداری وجود ندارد. بنابراین چنین استنباط می شود که مقابله مذهبی به عنوان مجموعه ای از اعتقادات، باید و نبایدها و نیز ارزشهای اختصاصی یا تعمیم یافته یکی از موثرترین تکیه گاه های روانی به شمار می رود که قادر است معنای زندگی را در لحظه لحظه عمر فراهم سازد و در شرایط خاص نیز با فراهم سازی تکیه گاه های تبیینی، فرد را از استرس نجات دهد. یافته های این پژوهش با نتایج یافته های موسوی (۱۳۷۶) که نشان داد از دانشجویان دارای باورهای مذهبی، مقابله ای موثرترین را در مواجهه با استرس به کار می برند. مختاری (۱۳۷۹) که نتیجه گرفت دانشجویان دارای جهت گیری درونی مذهبی در مقایسه با دانشجویان دارای جهت گیری بیرونی مذهبی، استرس کمتری را گزارش کرده اند. نصری (۱۳۸۰) که نشان داد بین میزان عوامل استرس زای دانشجویان و میزان نگرش مذهبی، و بین میزان مشکلات روانی و میزان نگرش مذهبی رابطه منفی و معناداری به دست آورد. ابوالقاسمی (۱۳۸۳) که نشان داد دانشجویان دارای باورهای مذهبی، مقابله ای موثرترین را در مواجهه با استرس به کار می برند.

حسنی و همکاران (۱۳۸۴) و شعاع کاظمی (۱۳۸۸) که نشان داد بین باورهای مذهبی و سلامت روان رابطه معناداری وجود دارد، براون و همکاران (۱۹۹۰) که نشان داد بین نگرش های مذهبی استرس و آشفتگی های روان شناختی رابطه مثبت و معناداری می باشد، پولوما و پن دلتون (۲۰۰۲) اثر مثبت بر سلامت روان، کاهش علائم روان، کاهش علائم بیماری و کاهش ناراحتی و

آشفتگی را گزارش دادند و وجود یا رابطه مثبت بین مذهب و بهداشت روانی را تایید کردند. وتیر (۲۰۰۳) نشان داد که ۲۰ تا ۶۰ درصد متغیرهای سلامت روانی افراد بالغ توسط باورهای مذهبی تبیین می شود همسو می باشد.

در بررسی سوال (۲)، نتایج حاکی از آن است که بین خانواده، دوستان و افراد مهم با استرس ادراک شده همبستگی مثبت و معناداری می باشد. بنابراین می توان استنباط کرد روابط اجتماعی تقریباً در همه حال می تواند به عنوان سپری در مقابل حوادث و رویدادهای فشار آور عمل کند و شخص را در مقابل پیامدهای نا گوار مصون دارد و فقدان آن می تواند برای شخص استرس آور باشد و مشکلاتی را سبب شود. حمایت اجتماعی، روابط اجتماعی مهمی را در بر می گیرد، انزوا را کاهش می دهد و تاثیرات استرس زا را می کاهش دهد. نتایج این پژوهش با یافته های نیسی و همکاران (۱۳۸۰)، بخشی پور و همکاران (۱۳۸۴)، میرسمیعی و ابراهیم قوام آبادی (۱۳۸۶) که نشان دادند بین حمایت اجتماعی و سلامت روان دانشجویان رابطه معنی داری وجود دارد همسو می باشد. در بررسی سوال (۳)، نتایج بیانگر آن است که مقابله منفعل بیشترین پیش بینی را از استرس ادراک شده دانشجویان داشته است. بنابراین در توجیه این نتیجه می توان گفت، داشتن مقابله منفعل در هنگام رویارویی با رویدادهای تنش زا با افزایش استرس ادراک شده همراه است. همچنین در پیش بینی ادراک حمایت اجتماعی افراد مهم تنها متغیری است که وارد الگوی پیش بینی شده و توانسته بیشترین پیش بینی را از استرس ادراک شده داشته باشد. بنابراین می توان استنباط کرد که افراد مهم می توانند مستقیماً حمایت ملموسی به شکل منابع مادی در اختیار یک شخص قرار دهند و با پیشنهاد اقدامات متنوعی، فرد را از حمایت اطلاعاتی خود برخوردار سازند و این اقدامات متنوع می تواند به حل مشکلی که موجب تنیدگی و استرس شده کمک کند این پیشنهاد به شخص کمک می کند تا به مشکل از دیدگاه جدیدی نگاه کند، بدین ترتیب آن را حل کرده یا آسیب های ناشی از آن را به حداقل برساند. نتایج این پژوهش با یافته های ثمری و همکاران (۱۳۸۵) که نشان دادند بین حمایت اجتماعی دوستان بر استرس ادراک شده رابطه معناداری وجود دارد و کورنمان و همکاران (۲۰۰۳) که نشان دادند بین حمایت اجتماعی ادراک شده و آسایش روانی رابطه معنی داری وجود دارد همسو می باشد.

#### منابع

- ابوالقاسمی، عباس (۱۳۸۳). رابطه ساده و چندگانه استرسورهای دانشجویی با عملکرد تحصیلی در دانشجویان با توجه به نگرش های مذهبی، مجله علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، دوره ۳، سال ۱۱، شماره ۱-۲.
- باقری، شکوفه (۱۳۸۳). عوامل موثر بر استرس شغلی، توسعه مدیریت، شماره ۶۲.
- بخشی پور رودسری، عباس؛ پیروی، حمید و عابدیان، احمد (۱۳۸۴). بررسی رابطه بین رضایت از زندگی و حمایت اجتماعی با سلامت روان در دانشجویان، فصلنامه اصول بهداشت روانی، شماره ۲۷، دوره ۷، ۱۵۲-۱۴۵.
- بهرامی، احسان (۱۳۸۰). بررسی مقدماتی میزان اعتبار و قابلیت مقیاس جهت گیری مذهبی، مجله روان شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران، سال ۶، شماره ۳۱، شماره ۱. ۹۰-۶۷



- ثمری، علی اکبر؛ لعلی فاز، احمد و عسکری، عباسعلی (۱۳۸۵). بررسی منابع حمایتی و شیوه های مقابله با عوامل استرس زا در دانشجویان، دوره ۸، شماره ۳۲-۳۱، ۹۷-۱۰۷.
- شعاع کاظمی، مهرانگیز (۱۳۸۸). رابطه مقابله های مذهبی و سلامت روان در بیماران مبتلا به تصلب چندگانه بافت، فصلنامه روان شناسی کاربردی، شماره ۱، دوره ۳، ۶۸-۵۸.
- صائمیان، صدیقه (۱۳۷۸). روش های مقابله با استرس، نشریه مدیریت تدبیر، شماره ۹۴.
- گیوریان، حسن (۱۳۸۲). تنش های فردی و سازمانی، مجله تعاون
- محبی، پروین؛ رستگاری جعفری، لیلا و سپهری نیا، منصوره (۱۳۹۱). هوش معنوی دانشجویان دانشکده پرستاری و مامایی زنجان و ارتباط آن با برخی متغیرهای جمعیت شناختی، مجله مراقبت های پرستاری و مامایی، ۲(۲). ۵۶-۴۹.
- مختاری، عباس (۱۳۷۹). رابطه جهت گیری های مذهبی با میزان تنیدگی در دانشجویان، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس
- میرسمیعی، مرضیه و ابراهیم قوام آبادی، صغری (۱۳۸۶). بررسی رابطه بین خودکارآمدی، حمایت اجتماعی و اضطراب امتحان با سلامت روانی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه علامه طباطبایی، روان شناسی تربیتی، شماره ۷، دوره ۲، ۹۱-۷۳.
- موسوی، سید علی اکبر (۱۳۷۶). بررسی تاثیر باورهای اعتقادی در مقابله با استرس دانشجویان تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد، انستیتو روان پزشکی دانشگاه علوم پزشکی ایران
- نصری، صادق (۱۳۸۰). بررسی رابطه چند گانه استرسورهای، نگرش مذهبی و سلامت روانی در دانشجویان مراکز تربیت معلم تهران، شورای تحقیقات آموزش و پرورش تهران.
- نیسی، عبدالکازم؛ نجاریان، بهمن و پورفرخی، فرهاد (۱۳۸۰). مقایسه عملکرد تحصیلی، رواست روانی و جسمانی دانش آموزان پسر فاقد واحد پدر با توجه به نقش تعدیل کننده حمایت اجتماعی در پایه اول دبیرستان های شهرستان اهواز، مجله علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، دوره ۳، سال ۸، شماره ۳ و ۴.
- Corn man (2003). Social Ties and perceived support, *Journal of Aging & Health*, 15(4).
- Rosenthal & Macleod & old blatt & Lubitsch & Valentine (2000). Comfort and joy? Religion condition & mood in Protestants & Jews under stress, *Cognition Emotion*, 41.
- Pargament (1990). God help me: Toward a theoretical framework of coping for the *Psychology*; 56(4). ۲۵-32.

---

## The relationship between religious coping and perception Social support and perceived stress Students PNU

### Abstract

The aim of this study was to examine the relationship between religious coping and social support perceptional stress is perceived PNU students. Descriptive correlation research method and sample in this study consists of all the students in the academic year PNU Zahedan, the number of students per semester are ( 94) 300 people. The sample size according to Morgan table 170 that were selected by stratified random sampling method, the sample size was estimated on the basis of sex for two separate floors. Data collection tools, questionnaires spheres of religious coping process and Jy.klmn (2011), Multidimensional Scale of Perceived Social Support (1988) and the Perceived Stress Scale Cohen et al (1983), respectively. The data obtained were analyzed using Pearson correlation and regression. The results showed that a significant positive relationship between religious coping with perceived stress between perceived social support and perceived stress has significant negative correlation was observed.

**Keywords:** religious coping, perceived social support, perceived stress.

