

فصلنامه علمی - پژوهشی روانشناسی دانشگاه تبریز

سال چهارم شماره ۱۶ زمستان ۱۳۸۸

## مدلیابی روابط ساختاری بین صفات شخصیت، سبک‌های مقابله با تنیدگی و بهزیستی ذهنی دانشجویان دختر و پسر

علی خدائی - دستیار علمی دانشگاه پیام نور، مرکز بیجار  
امید شکری - دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی

### چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی روابط بین صفات شخصیت، سبک‌های مقابله و بهزیستی ذهنی در دانشجویان دختر و پسر بود. ۴۴۶ دانشجو (۱۶۷ پسر و ۲۷۹ دختر) به فهرست پنج عامل (BFI؛ جان، دوناهو و کنتل، ۱۹۹۱)، نسخه کوتاه فهرست مقابله با موقعیت‌های تنیدگی‌زا (CISS؛ اندلر و پارکر، ۱۹۹۰) و مقیاس‌های بهزیستی ذهنی پاسخ دادند. به منظور بررسی تفاوت‌های جنسیتی در صفات شخصیت، سبک‌های مقابله با تنیدگی و مقیاس‌های بهزیستی ذهنی از تحلیل واریانس چندمتغیری و به منظور ارزیابی روابط بین متغیرهای مکنون و اندازه‌گیری شده در الگوی مفهومی، از مدلیابی معادلات ساختاری استفاده شد. نتایج MANOVA نشان داد که به طور کلی، بین دو جنس از نظر عامل‌های برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی، سبک‌های مقابله

مسأله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی و مقیاس‌های عاطفه مثبت، عاطفه منفی و رضایت از زندگی تفاوت معنادار بود. نتایج SEM نشان داد که بهزیستی ذهنی بالا از طریق نمرات بالا در عامل برون‌گرایی و نمرات پایین در عامل روان‌رنجورخویی و سبک مقابله هیجان‌مدار، پیش‌بینی شد. همچنین، نتایج نشان داد که رابطه‌ی بین عامل‌های برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی تنها از طریق سبک مقابله هیجان‌مدار میانجی‌گری شد. در این الگو، تمام وزن‌های رگرسیونی از نظر آماری معنادار بوده و متغیرهای پیش‌بینی‌کننده‌ی الگو، ۰/۸۵ از واریانس بهزیستی ذهنی را تبیین کردند. نتایج پژوهش حاضر، ضرورت بازشناسی نقش ویژگی‌های شخصیتی و متغیر جمعیت‌شناختی جنسیت را در پیش‌بینی بهزیستی ذهنی دانشجویان مورد تأکید قرار می‌دهد. تلویحات یافته‌های پژوهش حاضر برای روان‌شناسان سلامت بحث می‌شود.

**واژگان کلیدی:** برون‌گرایی، روان‌رنجورخویی، سبک‌های مقابله، بهزیستی ذهنی، مدل-یابی معادلات ساختاری.

شادکامی<sup>۱</sup> چیست و چگونه تعیین شده یا حاصل می‌گردد؟ شادکامی در تعیین عوامل اثرگذار بر کنش‌وری روان‌شناختی بهینه، مؤثر است. بنابراین، مطالعاتی که به بررسی شادکامی و پیش‌بینی‌کننده‌های آن می‌پردازند از اهمیت شایان توجه‌ای برخوردارند. بر این اساس، اخیراً گستره قابل توجهی از مطالعات زمینه‌ی پاسخدهی به چنین سوالاتی را فراهم نموده‌اند (دینر<sup>۲</sup>، ۲۰۰۰؛ هاریس و لیستی<sup>۳</sup>، ۲۰۰۵؛ گلاگر و لا-برودریک<sup>۴</sup>، ۲۰۰۸؛ استیل، اسچمیت و شالتز<sup>۵</sup>، ۲۰۰۸). غالب اوقات در مطالعات تجربی، شادکامی به مثابه‌ی بهزیستی ذهنی عملیاتی می‌شود (گلاگر و لا-برودریک، ۲۰۰۸). به عبارت

---

1- happiness  
3- Harris & Lightsey  
5- Steel, Schmidt & Shultz

2- Diener  
4- Gallagher & Vella-Brodrick

دیگر، غالب مطالعات معاصر، شادکامی را به مثابه‌ی بهزیستی ذهنی - ارزیابی‌های افراد از خودشان درباره‌ی ابعاد به هم وابسته اما از نظر تجربی مستقل عاطفه‌ی مثبت، عاطفه‌ی منفی و رضایت کلی از زندگی - قلمداد می‌نمایند (استونس و کوزما، ۱۹۸۵؛ نقل از هاریس و لیتسی، ۲۰۰۵).

از نقطه نظر دینر (۱۹۸۴؛ نقل از هاریس و لیتسی، ۲۰۰۵) نظریه‌های روان‌شناختی بهزیستی ذهنی بر اساس اینکه آنها نسبت به اثرات پایین - بالا<sup>۱</sup> (بیرونی / موقعیتی) یا اثرات بالا- پایین<sup>۲</sup> (صفات درونی و فرایندها) پیش‌بینی‌کننده‌های بهزیستی ذهنی تأکید می‌کنند، از یکدیگر متمایز شوند. در نظریه‌های پایین - بالا، بهزیستی ذهنی محصول مجموعه لحظات خوشایند و ناخوشایند است. به عبارت دیگر، از آنجا که فرد در مقایسه با لحظات ناخوشایند، لحظات خوشایند بیشتری را تجربه می‌کند، شاد به نظر می‌رسد (ریف، بوچر، جرج و لینک ۱۹۹۳؛ نقل از هاریس و لیتسی، ۲۰۰۵). همسو با یافته‌های پژوهش‌های دینر و لوکاس (۱۹۹۹)، دینر، سو، لوکاس و اسمیت<sup>۳</sup> (۱۹۹۹) و کییز، شموتکین و ریف<sup>۴</sup> (۲۰۰۲) نتایج مطالعه گانن و رازین<sup>۵</sup> (۲۰۰۵) نشان داد که ۳۴ درصد از واریانس بهزیستی ذهنی از طریق صفات شخصیت قابل تبیین است. نتایج مطالعات آرجیل (۲۰۰۱) و دینر و همکاران (۱۹۹۹) نیز نشان داد که بین ۸ تا ۲۰ درصد از واریانس بهزیستی ذهنی از طریق عوامل اجتماعی - جمعیت‌شناختی<sup>۶</sup> نظیر سن، درآمد، جنسیت و تحصیلات قابل پیش‌بینی است. به عبارت دیگر، همبسته‌های بیرونی بهزیستی ذهنی در مقایسه با همبسته‌های درونی توان پیش‌بینی‌کنندگی کمتری دارند (آرجیل، ۲۰۰۱). در رویکردهای بالا- پایین، بهزیستی ذهنی محصول صفات درونی و فرایندهای روان‌شناختی (دینر، ۲۰۰۰) از قبیل صفات شخصیت، حالات خلقی، اهداف، سبک‌های مقابله است (دینر و همکاران، ۱۹۹۹). با توجه به اهمیت موضوع، در این پژوهش سعی شده است با استناد به رویکردهای بالا- پایین در حوزه

1- bottom-up  
3- Suh, Lucas & Smith  
5- Gannon & Ranzijn

2- top-down  
4- Keyes, Shmotkin & Ryff  
6- sociodemographic

مطالعاتی بهزیستی ذهنی، نقش پیش‌بینی‌کننده‌ی صفات شخصیت و سبک‌های مقابله با تنیدگی در دانشجویان دختر و پسر مورد بررسی قرار گیرد.

الگوی پنج عامل بزرگ شخصیت برای محققان علاقه‌مند به شناسایی تفاوت‌های فردی زیربنایی در شخصیت، به مثابه‌ی یک کشف بنیادی به نظر می‌رسد (کلدبرگ، ۱۹۹۳؛ نقل از کوروتکا و هانا<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴). در مجموع الگوی پنج عامل بزرگ یک ریخت‌شناسی فراگیر مشتمل بر پنج عامل نسبتاً پایدار پذیرش<sup>۲</sup>، وظیفه‌شناسی<sup>۳</sup>، برون‌گرایی<sup>۴</sup>، سازگاری<sup>۵</sup> و روان رنجورخویی<sup>۶</sup> است (کاستا و مک کری، ۱۹۹۲؛ نقل از کوروتکا و هانا، ۲۰۰۴). الگوی پنج عامل شخصیت از طریق مطالعات بسیاری که با استفاده از تحلیل عاملی و با محوریت صفات شخصیت انجام شده است به دست آمد (آنتونیونی، ۱۹۹۸؛ نقل از زانگ<sup>۷</sup>، ۲۰۰۶). بر این اساس، کاستا و مک کری (۱۹۸۵؛ نقل از هرن و میشل<sup>۸</sup>، ۲۰۰۳) با استفاده از تحلیل عاملی به این نتیجه رسیدند که می‌توان بین تفاوت‌های فردی در خصوصیات شخصیتی، پنج بعد عمده را منظور کرد. روان رنجورخویی به تمایل فرد برای تجربه اضطراب، تنش، ترحم‌جویی، خصومت، تکانش‌وری، افسردگی و عزت‌نفس پایین برمی‌گردد، در حالی که برون‌گرایی به تمایل فرد برای مثبت بودن، جرات‌طلبی، پرانرژی بودن و صمیمی بودن اطلاق می‌گردد. پذیرش به تمایل فرد برای کنجکاوی، عشق به هنر، هنرمندی، انعطاف‌پذیری و خردورزی اطلاق می‌شود، در حالی که سازگاری به تمایل فرد برای بخشندگی، مهربانی، سخاوت، همدلی و همفکری، نوع دوستی و اعتماددورزی همراه است. سرانجام اینکه وظیفه‌شناسی به تمایل فرد برای منظم بودن، کارآبودن، قابلیت اعتماد و اتکا، خودنظم‌بخشی، پیشرفت‌مداری، منطقی بودن و آرام بودن برمی‌گردد. به طور کلی، سبک مقابله به تلاش‌های شناختی و رفتاری برای جلوگیری، مدیریت

1- Korotkove & Hannah  
3- conscientiousness  
5- agreeableness  
7- Zhang

2- openness  
4- extraversion  
6- neuroticism  
8- Haren & Mitchell

و کاهش تنیدگی اشاره می‌کند (لازاروس و فولکمن، ۱۹۸۴؛ نقل از تامرس، جانکی و هلگسن<sup>۱</sup>، ۲۰۰۲). اندلر و پارکر<sup>۲</sup> (۱۹۹۰) بر اساس تحقیقی به منظور بررسی فرایند مقابله عمومی، افراد را برحسب سه نوع اساسی سبک مقابله‌ای متمایز می‌سازند: سبک مقابله مسأله‌مدار، سبک مقابله هیجان‌مدار و سبک مقابله اجتنابی. راهبردهای مقابله‌ای مسأله‌مدار شیوه‌هایی را توصیف می‌کند که بر اساس آن فرد اعمالی را که باید برای کاهش یا از بین بردن یک عامل تنیدگی‌زا انجام دهد، محاسبه می‌کند. رفتارهای مسأله‌مدار شامل جستجوی اطلاعات بیشتر درباره مسأله، تغییر ساختار مسأله از نظر شناختی و اولویت دادن به گام‌هایی برای مخاطب قرار دادن مسأله می‌شود. برعکس، راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار شیوه‌هایی را توصیف می‌کند که براساس آن، فرد بر خود متمرکز شده و تمام تلاش او متوجه کاهش احساسات ناخوشایند خود می‌باشد. واکنش‌های مقابله‌ای هیجان‌مدار شامل گریه کردن، عصبانی و ناراحت شدن، پرداختن به رفتارهای عیب‌جویانه، اشتغال ذهنی و خیال‌پردازی می‌باشد. بالاخره راهبردهای مقابله‌ای اجتنابی مستلزم فعالیت‌ها و تغییراتی شناختی است که هدف آنها اجتناب از موقعیت تنیدگی‌زا می‌باشد. رفتارهای مقابله‌ای اجتنابی ممکن است به شکل روی آوردن و درگیر شدن در یک فعالیت تازه و یا به شکل روی آوردن به اجتماع و افراد دیگر ظاهر شود (هالامان دریس و پاور، ۱۹۹۹).

نتایج مطالعات مختلف نشان می‌دهد که یادگیرندگان در مواجهه با عوامل تنیدگی‌زا، واکنش‌های متفاوتی در ابعاد رفتاری، شناختی، هیجانی و فیزیولوژیک نشان می‌دهند (هیروکوا، یاگی و میاتا<sup>۳</sup>، ۲۰۰۲). به عبارت دیگر، وقتی که یادگیرندگان با یک موقعیت تنیدگی‌زای مشابه مواجه می‌شوند، برخی در مقایسه با دیگران پاسخ‌های تنیدگی بیشتری نشان می‌دهند. با توجه به الگوی تعاملی اضطراب، تنیدگی و شیوه‌های مقابله‌ای (اندلر و پارکر، ۱۹۹۰)، تفاوت‌های افراد به فرایندهای ارزیابی شناختی و سبک‌های

1- Tamers, Janicki & Helgeson  
3- Hirokawa, Yagi & Miyata

2- Endler & Parker

مقابله‌ای آنها وابسته است. پاسخ فرد بر حسب آن که یک موقعیت ویژه به صورت تنیدگی‌زا ادراک شود یا خیر، تغییر می‌کند.

بررسی‌های به عمل آمده درباره صفات شخصیت و فرایندهای مربوط به تنیدگی همواره در صدد پاسخ به این سوال بودند که چگونه ابعاد شخصیت با استفاده از راهبردهای مقابله‌ای متفاوت رابطه نشان می‌دهد. پاره‌ای از مطالعات با تأکید بر نقش بلامنازع صفات شخصیت استفاده متمایز از راهبردهای مقابله‌ای مساله‌مدار و هیجان‌مدار را پیش‌بینی کرده‌اند (مک کری و کاستا، ۱۹۸۶؛ دلنگیس و هلتنس من، ۲۰۰۵؛ کاردام و کراییک، ۲۰۰۱؛ شکری، مرادی، فرزاد، سنگری، غنایی و رضایی، ۱۳۸۴؛ جعفرنژاد، مرادی، فرزاد و شکری، ۱۳۸۴). دلنگیس و هلتنس من (۲۰۰۵) خاطرنشان می‌سازند که الگوی پنج عامل بزرگ شخصیت در درک رفتارهای مقابله‌ای افراد از کارآمدی بسیار بالایی برخوردار است. مک کری و کاستا (۱۹۸۶) نشان دادند که روان‌رنجورخویی با استفاده از عکس‌العمل خصمانه، خیال‌بافی برای گریز از واقعیت، خودملامت‌گری، افسردگی، کناره‌جویی، تفکر آرزومندانه، منفعل بودن و تزلزل در تصمیم‌گیری و برون‌گرایی با آن دسته از سبک‌های مقابله که شامل اعمال منطقی، تفکر مثبت، جایگزین‌سازی و مهارت متوقف‌سازی است رابطه‌ی مثبت دارد. پارکز<sup>۱</sup> (۱۹۸۶؛ نقل از کاردام و کراییک، ۲۰۰۱) نیز خاطرنشان می‌سازد که برون‌گرایی بر سبک مقابله‌ای مساله‌مدار و روان‌رنجورخویی بر سبک‌های مقابله‌ای هیجان‌مدار اثر مثبت دارد.

بر این اساس، ضرورت توجه به بهزیستی افراد با تأکید بر نقش صفات شخصیت و سبک‌های مقابله با تنیدگی آنها همچون تحقیقات شکری و همکاران (۱۳۸۶ج)؛ هایس و جوزف (۲۰۰۳)؛ استینر، اریکسون، هماندیس و پاولسکی<sup>۲</sup> (۲۰۰۲)؛ هیروکاوا و همکاران همکاران (۲۰۰۲) اهمیت غیرقابل انکاری دارد. نتایج پژوهش هایس و جوزف (۲۰۰۳)

---

1- Parkes

2- Steiner, Ericson, Hernandes & Pavelski

همسو با ادبیات پژوهش نشان داد که از بین پنج عامل بزرگ شخصیت برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های وضعیت بهزیستی افراد بودند. مطالعات اولیه کاستا و مک کری (۱۹۸۰؛ نقل از هایس و جوزف، ۲۰۰۳) نیز نشان داد که تجربه‌ی شادی با برون‌گرایی بالا و روان‌رنجورخویی پایین مرتبط است. یافته‌های به دست آمده از مطالعه استینر و همکاران (۲۰۰۲) همسو با یافته‌های قبلی نشان داد که راهبرد مقابله‌ای گرایشی (فعال) با شاخص‌های مشکلات سلامتی و رفتارهای خطرناک همبستگی منفی و در مقابل، راهبرد مقابله‌ای اجتنابی با این ابعاد همبستگی مثبت داشت. نتایج مطالعه هیروکاوا و همکاران (۲۰۰۲) نیز نشان داد که پس از گروه‌بندی مشارکت‌کنندگان به افراد با رفتارهای مقابله‌ای منفعلانه بالا و پایین، افراد با رفتارهای مقابله‌ای منفعلانه بالا در مقایسه با گروه دیگر نرخ پلک زدن، اضطراب و ناآرامی بیشتری گزارش کردند. در حالی که راهبردهای مقابله‌ای منفعلانه تشدید کردند، راهبردهای مقابله‌ای فعال اثر تعدیل‌کننده‌ای بر ناآرامی نشان دادند.

مرور ادبیات پژوهش نشان می‌دهد که علاقه‌ی فزاینده‌ای نسبت به توصیف و بررسی بهزیستی دانشجویان وجود دارد (کوک، بویک، بارکام، برادلی و آدین<sup>۱</sup>، ۲۰۰۶). نتایج مطالعه‌ی هاد، دوملا، اردمن-سیجر، ماری، فان، سوکاس و یوکوزوکا<sup>۲</sup> (۲۰۰۰) نشان داد که دانشجویان با تجربه‌ی تنیدگی بالا علاوه بر اجتناب از تمرین رفتارهای مربوط به سلامت؛ سطوح پایین‌تری از عزت نفس و ادراکات مرتبط با وضعیت سلامت را گزارش کردند. نتایج مطالعه‌ی انگ و هوان (۲۰۰۶) نیز در بررسی رابطه‌ی بین تنیدگی تحصیلی و عقاید خودکشی بر نقش میانجیگر افسردگی تاکید کرد. به عبارت دیگر، نتایج این مطالعه نشان می‌دهد که تنیدگی تحصیلی از طریق پیش‌بینی نمرات افسردگی افراد به طور غیرمستقیم بر عقاید خودکشی تأثیر می‌گذارد. پولاتاوسکی و فرارو<sup>۳</sup> (۲۰۰۳) در پژوهشی با هدف بررسی رابطه‌ی بین تجربه‌ی تنیدگی تحصیلی و

1- Cooke, Bewick, Barkham, Bradley & Audin  
3- Poltavski & Ferraro

2- Hudd, Dumalo, Erdmann-Sager, Murray, Phan, Soukas & Yokozuka

بیماری جسمی در دانشجویان دختر و پسر آمریکایی و روسی نشان دادند که دختران در مقایسه با پسران تنیدگی ادراک شده بیشتر و سطوح بالاتری از بیمارهای جسمانی را گزارش کردند. فراهانی، شکری، گراوند و دانشورپور (زیر چاپ) نیز در پژوهشی با هدف بررسی نقش میانجیگر سبک های مقابله در بررسی رابطه بین تنیدگی تحصیلی و بهزیستی ذهنی نشان دادند که از بین سبک های مقابله تنها سبک مقابله مسأله مدار به طور معناداری رابطه منفی بین تنیدگی تحصیلی و مقیاس عاطفه مثبت و از بین همین سبک ها تنها سبک مقابله هیجان مدار به طور معناداری رابطه منفی بین تنیدگی تحصیلی و مقیاس عاطفه منفی را کاهش دادند. همچنین، نتایج نشان داد که سبک های مقابله مسأله مدار و هیجان مدار به طور معناداری رابطه منفی بین تنیدگی تحصیلی و مقیاس رضایت از زندگی را کاهش دادند.

تعداد قابل ملاحظه ای از مطالعات به منظور تبیین تفاوت در تجربه تنیدگی از طریق متغیرهای جمعیت شناختی بر نقش با اهمیت عامل جنسیت تأکید کرده اند (متیود، ۲۰۰۴). همچنین، این مطالعات نشان داده اند که تفاوت های جنسیتی در ادراک دانشجویان از تنیدگی و واکنش آنان به عوامل تنیدگی زا اثرگذار است. در همین راستا، برخی دیگر از پژوهش ها نشان داده اند که دانشجویان دختر اغلب به دلیل استفاده از شیوه های مقابله هیجان مدار، کاهش احساسات منفی را گزارش می کنند. در مقابل، دانشجویان پسر اغلب کنترل هیجانها، پذیرش مشکل و پرداختن به تلاش های حل مسأله را نشان می دهند (هاید و پلانز<sup>۱</sup>، ۱۹۹۵). به بیان دیگر، متغیر جنسیت در تبیین تفاوت در شیوه های مواجهه با عوامل تنیدگی زا نقش با اهمیتی ایفا می کند. در سطوح مشابه تنیدگی، زنان در مقایسه با مردان تنیدگی خود را به طور آشکارتری نشان می دهند (هاید و پلانز، ۱۹۹۵؛ توماس و ویلیامز<sup>۲</sup>، ۱۹۹۱).

نتایج مطالعه جامع کاستا، تراسیانو<sup>۳</sup> و مک کری (۲۰۰۱) با هدف بررسی نقش

---

1- Hyde & Plant  
3- Terracciano

2- Thomas & Williams



تفاوت‌های جنسیتی در صفات شخصیت نشان داد که زنان در مقایسه با مردان در صفات روان‌رنجورخویی و سازگاری نمرات بالاتری به دست آوردند. الگوی تفاوت‌های جنسیتی مشاهده شده در پنج عامل بزرگ شخصیت در مطالعه‌ی مک کری و همکاران (۲۰۰۵) با یافته‌های کاستا و همکاران (۲۰۰۱) همسو به دست آمد. نتایج مطالعات گودوین و گاتلیب<sup>۱</sup> (۲۰۰۴) و گلدبرگ، سیونی، مرندا و هاگس<sup>۲</sup> (۱۹۹۸) درباره الگوی تفاوت‌های جنسیتی در صفات شخصیتی روان‌رنجورخویی و سازگاری؛ یافته‌های مطالعات کاستا و همکاران (۲۰۰۱) و مک کری و همکاران (۲۰۰۵) را تکرار کرد. نتایج مطالعه‌ی باديو<sup>۳</sup> (۱۹۹۹) نیز نشان داد که زنان در مقایسه با مردان در عامل‌های روان‌رنجورخویی و سازگاری نمرات بالاتری نشان دادند. اسپمیت، ریالو، وراسک و آلیک<sup>۴</sup> (۲۰۰۸) در پژوهشی با هدف بررسی تفاوت‌های جنسی در بین ۵۵ فرهنگ نشان دادند که زنان در مقایسه با مردان در عامل‌های روان‌رنجورخویی، سازگاری و وظیفه‌شناسی نمرات بالاتری گزارش کردند. نتایج مطالعه شگری، کدیور و دانشورپور (۱۳۸۶) با هدف بررسی نقش تفاوت‌های جنسیتی با استفاده از تحلیل واریانس چندمتغیری نشان داد که دانشجویان دختر در مقایسه با دانشجویان پسر در عامل‌های روان‌رنجورخویی و سازگاری و دانشجویان پسر در مقایسه با دانشجویان دختر در عامل‌های برون‌گرایی، وظیفه‌شناسی و پذیرش به طور معناداری نمرات بالاتری گزارش کردند. در مطالعه دیگری شگری، دانشورپور و عسگری (زیر چاپ) به منظور بررسی تفاوت‌های جنسیتی در پنج عامل بزرگ شخصیت از تحلیل واریانس چند متغیری استفاده کردند. نتایج این تحلیل اثر اصلی متغیر جنسیت را نشان داد. به عبارت دیگر، دختران در مقایسه با پسران در عامل روان‌رنجورخویی و پسران در مقایسه با دختران در عامل برون‌گرایی نمره بالاتری به دست آوردند.

فینگولد<sup>۵</sup> (۱۹۹۴) خاطر نشان کرد که یافته‌های به دست آمده در مطالعات مختلف

1- Goodwin & Gotlib

3- Budeav

5- Feingold

2- Goldberg, Sweeney, Merenda & Hughes

4- Schmitt, Realo, Voracek & Allik

درباره‌ی تفاوت‌های جنسیتی در عامل‌های برون‌گرایی و پذیرش ناهماهنگ بوده است. برای مثال کاستا و همکاران (۲۰۰۱) در مطالعه الگوی تفاوت‌های جنسیتی در صفات شخصیت نشان دادند در حالی که مردان در برخی از وجوه عامل پذیرش از قبیل پذیرش عقاید جدید نمره بالایی به دست آوردند در مقابل، زنان در وجوه پذیرش زیباشناسی و احساسات از عامل پذیرش نمره‌ی بالاتری نشان دادند. علاوه بر این، در حالی که مردان در وجه هیجان‌خواهی در عامل برون‌گرایی نمره‌ی بالاتری به دست آوردند، زنان در وجه گرم بودن از بین وجوه عامل برون‌گرایی نمره بیشتری نشان دادند. همچنین نتایج مطالعه کاستا و همکاران (۲۰۰۵) نشان داد که بین دو جنس در عامل وظیفه‌شناسی و وجوه آن تفاوت معناداری مشاهده نشد.

متغیر جنسیت، هر یک از عناصر فرایند تنیدگی یعنی درون‌داد - تعیین اینکه آیا یک موقعیت تنیدگی‌زا ادراک شده است یا خیر- و برون‌داد - تأثیرگذاری بر پاسخ‌های مقابله‌ای و تلویحات مربوط به سلامت واکنش‌های تنیدگی - را تحت تأثیر قرار می‌دهد (متیود، ۲۰۰۴). اگرچه ادبیات پژوهش در بررسی رابطه بین جنسیت و تنیدگی نتایج متناقضی را نشان می‌دهد، برخی از محققان نشان داده‌اند که زنان در مقایسه با مردان تجارب تنیدگی‌زای بیشتری گزارش می‌کنند (مک دانوف و والترز<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱). از نظر محققان دیگر، زنان در مقایسه با مردان وقایع تهدیدکننده را با تنیدگی بیشتری ارزیابی کرده و بیشتر در معرض تنیدگی مربوط به «کارکرد نقش» قرار دارند (پتاسک، اسمیت و زاناس، ۱۹۹۲؛ نقل از متیود، ۲۰۰۴). نتایج مطالعه‌ی متیود (۲۰۰۴) نشان داد که زنان در مقایسه با مردان در سبک‌های مقابله‌ی هیجانی و اجتنابی نمرات بالاتری به دست آوردند. به بیان دیگر، نتایج نشان داد که مردان در مقایسه با زنان در مواجهه با موقعیت‌های تنیدگی‌زا «بازداری هیجانی»<sup>۲</sup> بیشتری نشان می‌دهند. همچنین نتایج نشان داد که زنان در مقایسه با مردان نمرات بالاتری را در نشانه‌های تنی و

1- McDonough & Walters

2- emotional inhibition

اختلالات روان‌شناختی به دست آورند. نتایج مطالعه شگری، مرادی، دانش‌پور و نقش (۱۳۸۷) نشان داد که دختران در سبک‌های مقابله اجتنابی و هیجان‌مدار و پسران در سبک مقابله مسأله‌مدار نمرات بالاتری کسب کردند. همچنین، نتایج این مطالعه نشان داد که دختران در مقایسه با پسران از نشانه‌های سلامت روانی پایین‌تری برخوردار بودند. نتایج مطالعه‌ی ویلسون، پاریتچارد و ریوالی<sup>۱</sup> (۲۰۰۵) نشان داد که بین دو جنس در نمرات نشانه‌های بهزیستی جسمانی و روان‌شناختی (خشم، افسردگی، تنش، هیجانات منفی) و همچنین نمرات سبک‌های مقابله‌ای تفاوت معنادار وجود دارد. علاوه بر این، نتایج این مطالعه نشان داد که رابطه بین نشانه‌های بهزیستی و سبک مقابله به طور معناداری در سطوح متغیر جنسیت متفاوت بود. اگرچه هم زنان و هم مردان جوان به استفاده از راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار تمایل نشان می‌دهند، تأکید بر نقش تفاوت‌های جنسیتی در تبیین بهزیستی افراد از طریق استفاده از راهبردهای مقابله‌ای مختلف ضرورتی انکارناپذیر است (پیکو، ۲۰۰۱؛ نقل از ویلسون و همکاران، ۲۰۰۵). برای مثال، بیرد و هریس (۱۹۹۰؛ نقل از ویلسون و همکاران، ۲۰۰۵) نشان دادند که مردان بیشتر پرخاشگر بوده و راغبند که احساسات خود را از طریق استفاده از دشنام دادن نشان دهند. در حالی که زنان بیشتر مایلند احساسات خود را درونی کنند (کاوس و همکاران، ۲۰۰۰؛ نقل از ویلسون و همکاران، ۲۰۰۵).

به نظر می‌رسد که تفاوت‌های جنسیتی در نشانه‌های جسمانی وابسته به تنیدگی با تفاوت‌های جنسیتی در راهبردهای مقابله‌ای رابطه دارد (میرز و همکاران، ۱۹۸۴؛ جیک و میتز، ۱۹۸۵؛ فرازر، ۱۹۸۶؛ هازارد، ۱۹۸۶؛ سولومون و راتبلم، ۱۹۸۶؛ نولن - اکسیما، ۱۹۹۱؛ نقل از ویلسون و همکاران، ۲۰۰۵). برای مثال، زنان در مقایسه با مردان سردردهای بیشتر (لینت، استوارت، سلنتانو، زیگلر و اسپریچر، ۱۹۸۹؛ استانگ و آسترهاوس، ۱۹۹۳؛ نقل از ویلسون و همکاران، ۲۰۰۵)، در حالی که مردان بیشتر سوء

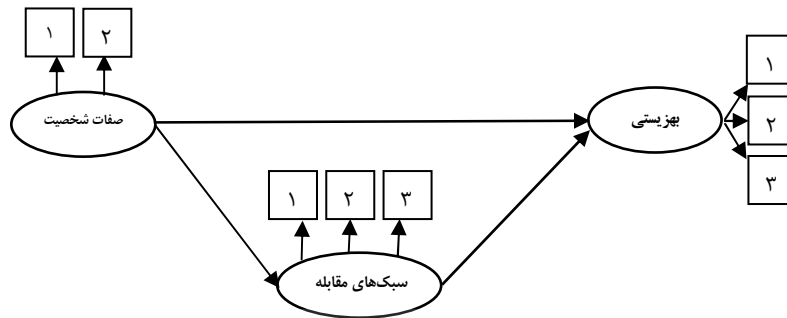
1- Wilson, Pritchard & Revalee

مصرف مواد و رفتار ضداجتماعی را گزارش می‌کنند (میرز و همکاران، ۱۹۸۴؛ نولن - اکسیما، ۱۹۹۱ نقل از ویلسون و همکاران، ۲۰۰۵). همچنین زنان در مقایسه با مردان سطوح بالاتری از اضطراب و تجربه‌ی دوره‌های افسردگی را گزارش کردند (کاوس و همکاران، ۲۰۰۰؛ میرز و همکاران، ۱۹۸۴؛ نولن - اکسیما، ۱۹۹۱؛ نقل از ویلسون و همکاران، ۲۰۰۵). علاوه بر این زنان نسبت به مردان سلامت عمومی پایین‌تر، بیماری جسمی بیشتر و مراجعه بیشتر به پزشک نشان دادند (وربراگ، ۱۹۸۹؛ ماسینتری، هانت و سوییتینگ، ۱۹۹۶؛ نقل از ویلسون و همکاران، ۲۰۰۵). نتایج مطالعه شگری، دستجردی، دانشورپور، غنایی، زین‌آبادی و گراوند (زیر چاپ) همسو با یافته‌های مطالعات ریف و کیز (۱۹۹۵) و ولوراس و بوسما<sup>۱</sup> (۲۰۰۵) با هدف بررسی تفاوت‌های جنسیتی در مقیاس‌های بهزیستی روان‌شناختی ریف با استفاده از روش آماری تحلیل کواریانس و پس از کنترل متغیر سن نشان داد که بین دو جنس در مقیاس‌های رشد فردی و روابط مثبت با دیگران از نظر آماری تفاوت‌های معناداری وجود دارد. به عبارت دیگر، دختران در مقایسه با پسران در مقیاس‌های رشد فردی و روابط مثبت با دیگران نمرات بالاتری گزارش کردند، در حالی که در مقیاس‌های استقلال، تسلط محیطی، هدف در زندگی و پذیرش بین دو سن تفاوت معناداری از نظر آماری مشاهده نشد.

همان‌طور که پیشتر اشاره شد، پژوهش حاضر، ضمن اطلاع از نقش حساس منابع درون‌فردی اثرگذار بر وضعیت شاخص‌های بهزیستی ذهنی دانشجویان، روابط ساختاری بین متغیرهای مزبور را در یک الگوی مفروضه پیش از پیش مورد توجه قرار می‌دهد. هدف دیگر پژوهش حاضر، بررسی نقش تفاوت‌های جنسیتی در صفات شخصیت، سبک‌های مقابله و مقیاس‌های بهزیستی ذهنی می‌باشد.

---

1- Vleioras & Bosma



شکل (۱) الگوی اندازه‌گیری و معادله ساختاری مفروض یا الگوی ساختاری کامل (متغیرهای مکنون در بیضی‌ها و متغیرهای مشاهده شده در مربع‌ها نشان داده شده است)

نکته: در متغیر مکنون صفات شخصیت، نشانگرهای ۱ و ۲ به ترتیب به عامل‌های روان رنجورخویی و برون‌گرایی؛ در سبک‌های مقابله با تنیدگی، نشانگرهای ۱، ۲ و ۳ به ترتیب به سبک‌های مقابله مسأله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی؛ و در نهایت در متغیر مکنون بهزیستی ذهنی نشانگرهای ۱، ۲ و ۳ به ترتیب به زیرمقیاس‌های رضایت از زندگی، تجربه عواطف مثبت و عدم تجربه عواطف منفی مربوط است.

## روش

### جامعه و نمونه‌ی آماری

گروه نمونه شامل ۴۴۶ (۱۶۷ پسر و ۲۷۹ دختر) دانشجوی مقطع کارشناسی دختر و پسر دانشگاه‌های پیام نور استان کردستان در سال تحصیلی ۸۸-۱۳۸۷ بودند، که با روش نمونه‌برداری چندمرحله‌ای انتخاب شدند. در روش نمونه‌گیری چندمرحله‌ای افراد جامعه به طور تصادفی با توجه به سلسله‌مراتبی (از واحدهای بزرگ‌تر به کوچک‌تر) از انواع واحدهای جامعه انتخاب می‌شوند. در این پژوهش، دانشجویان در دو مرحله با استفاده از واحدهای نمونه‌گیری مختلف انتخاب خواهند

شد. بدین ترتیب که در مرحله یکم از بین مراکز و واحدهای استان انتخاب شدند. سپس از دانشگاه‌های مورد نظر، کلاس‌ها برگزیده شدند.

### ابزارهای اندازه‌گیری

۱) **فهرست پنج عامل بزرگ<sup>۱</sup> (BFI):** این پرسشنامه ویژگی‌های اصلی پنج عامل را از طریق عبارات کوتاه اندازه‌گیری می‌کند. به عبارت دیگر، احساس نیاز نسبت به اندازه‌گیری مولفه‌های اصلی پنج عامل شخصیت از طریق عبارات کوتاه، جان، دوناهو و کنتل<sup>۲</sup> (۱۹۹۱) را به ساخت BFI ترغیب کرد. بر این اساس، BFI اندازه‌گیری مؤثر و منعطف ابعاد پنج‌گانه‌ی شخصیت را وقتی اندازه‌گیری متمایز وجوه فردی منظور نظر نیست، فراهم می‌کند (جان و استیواستاوا، ۱۹۹۹). پرسشنامه پنج عامل (جان و همکاران، ۱۹۹۱؛ جان و استیواستاوا<sup>۳</sup>، ۱۹۹۹) شامل ۴۴ سوال با عبارت کوتاه است که بر روی یک مقیاس پنج درجه‌ای از کاملاً مخالف = ۱ تا کاملاً موافق = ۵ درجه‌بندی می‌شود. سوالات به کمک اجماع نظر متخصصان و تحلیل‌های تجربی سوال برای دستیابی به صفات اصلی - که به پنج عامل بزرگ شخصیت اشاره می‌کند، انتخاب شدند (رامستد<sup>۴</sup> و جان، ۲۰۰۷). نتایج مطالعه رامستد و جان (۲۰۰۷) با هدف بررسی صفات شخصیت در یک دقیقه یا کمتر از طریق نسخه‌های کوتاه (۱۰ سوالی) انگلیسی و آلمانی BFI نشان داد که مقیاس‌های ۱۰ سوالی BFI سطوح معناداری از ویژگی‌های روانسنجی را نشان می‌دهد. رامستد و جان (۲۰۰۷) خاطر نشان ساختند در حالی که کاهش سؤالات روایی بیرونی BFI را پایین آورد اما روایی همگرا و واگرایی نسخه کوتاه BFI همچنان چشمگیر و قابل ملاحظه بوده است. نتایج تحلیل عاملی تأییدی بر روی نسخه فارسی ۴۴ سوالی BFI در مطالعه گراوند، شکری، افضل‌ی و طولابی (تحت داوری) با هدف بررسی ساختار عاملی BFI و ویژگی‌های روانسنجی آن نشان داد که ساختار پنج عاملی BFI برازش قابل قبولی با داده‌ها دارد. همسو با یافته‌های قبلی، ضرایب

---

1- Big Five Inventory (BFI)  
3- Srivastava

2- John, Donahue & Kentle  
4- Rammstedt

آلفای کرونباخ و ضرایب همبستگی حاصل از آزمون - بازآزمون عامل‌ها مبین پایایی و ضرایب همبستگی بین پنج عامل بزرگ شخصیت با خرده‌مقیاس‌های سبک‌های مقابله و مقیاس‌های بهزیستی ذهنی نمایانگر روایی همگرایی این فهرست بودند. نتایج این پژوهش، با تاکید بر ساختار عاملی ثابت و کارآیی BFI نشان دادند که این فهرست می‌تواند به عنوان یک ابزار معتبر برای اندازه‌گیری صفات شخصیت در دانشجویان ایرانی به کار برده شود. در پژوهش حاضر، ضرایب آلفای کرانباخ برای عامل‌های بون‌گرایی و روان‌رنجورخویی به ترتیب ۰/۵۹ و ۰/۵۸ به دست آمد که قابل قبول می‌باشند.

۲) نسخه‌ی کوتاه فهرست مقابله با موقعیت‌های تنیدگی‌زا (CISS)<sup>۱</sup>: اندلر و پارکر (۱۹۹۰) CISS را با هدف ارزیابی انواع سبک‌های مقابله‌ای افراد در موقعیت‌های تنیدگی‌زا شامل سبک‌های مقابله مسأله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی طراحی کردند. این آزمون شامل ۴۸ سوال است که هر ۱۶ سوال به یکی از ابعاد مقابله مربوط بوده و پاسخ به هر سوال بر اساس یک مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از هرگز (۱) تا خیلی زیاد (۵) مشخص می‌شود. سبک مقابله اجتنابی قابل تفکیک به خرده‌مقیاس‌های حواسپرتی و مشغولیت اجتماعی است که هر یک به ترتیب از طریق ۸ و ۵ سوال ارزیابی می‌شوند. گفتنی است که سبک غالب هر فرد با توجه به نمره وی در هر یک از ابعاد سه‌گانه سبک‌های مقابله تعیین می‌شود. به عبارت دیگر، هر کدام از رفتارها که در مقیاس نمره بالاتری کسب کنند، آن رفتار به عنوان سبک مقابله‌ای ترجیحی فرد در نظر گرفته می‌شود. نتایج تحلیل عاملی تاییدی بر روی نسخه کوتاه (۲۱ سوالی) CISS در مطالعه کوهن، جانگ و استین<sup>۱</sup> (۲۰۰۶) با هدف بررسی ساختار عاملی CISS نشان داد که الگوی چهار عاملی CISS در مقایسه با الگوی سه عاملی برازش بهتری با داده‌ها دارد. نتایج یافته‌های اندلر و پارکر (۱۹۹۰، ۱۹۹۴، ۱۹۹۹) نشان می‌دهد که CISS برای اندازه‌گیری مقابله با موقعیت‌های تنیدگی‌زا از توان بالایی برخوردار است. نتایج تحلیل

1- Coping Inventory for Stressful Situations 2- Cohan, Jang & Stein

عاملی تأییدی در مطالعه شکری، تقی‌لو، گراوند، پاییزی، مولایی، عبدا...پور و اکبری (زیرچاپ) با هدف بررسی ساختار عاملی نسخه فارسی CISS در دانشجویان نشان داد در حالی که الگوی سه عاملی CISS برازش قابل قبولی با داده‌ها دارد، الگوی چهار عاملی آن برازش بهتری با داده‌ها به دست داد. همچنین، در این پژوهش همسو با یافته‌های مطالعات قبلی، ضرایب آلفای کرونباخ و ضرایب همبستگی حاصل از آزمون - بازآزمون خرده مقیاس‌ها نشان داد که CISS از اعتبار بالایی برخوردار است. لازم به ذکر است که در پژوهش حاضر با استناد به ادبیات تحقیق، نسخه ۲۱ سوالی CISS استفاده شد. در نسخه کوتاه CISS، هر یک سبک‌های مقابله مسأله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی از طریق ۷ سوال اندازه‌گیری می‌شود. در این پژوهش، مقادیر آلفای کرونباخ برای سبک‌های مقابله مسأله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی ۰/۸۰، ۰/۸۵ و ۰/۷۲ به دست آمد که قابل قبول می‌باشند.

**۳) مقیاس‌های بهزیستی ذهنی:** فرض بر این است که رضایت از زندگی بعد شناختی و عاطفه مثبت و عدم وجود عاطفه منفی نیز بعد هیجانی بهزیستی ذهنی را اندازه‌گیری می‌کنند. البته ذکر این نکته نیز ضروری به نظر می‌رسد که تمایز بین رضایت از زندگی و عاطفه مثبت - منفی بیشتر کیفی به نظر می‌رسد. به عبارت دیگر، در حالیکه رضایت از زندگی به قضاوت شناختی و کل‌نگرانه فرد از زندگی خود به صورت یک کل اشاره می‌کند عاطفه مثبت و منفی به صورت تجربه‌ی گسترده‌ای از عواطف مثبت و منفی تعریف می‌شود. بهزیستی ذهنی به نمرات به دست آمده از مقیاس‌های عاطفه مثبت، عاطفه منفی و رضایت کلی از زندگی اشاره می‌کند (کییز، شموتکین و ریف، ۲۰۰۲). مولفه رضایت کلی از زندگی به‌وسیله یک مقیاس تک‌سوالی و مؤلفه‌های عاطفه مثبت مثبت و منفی به ترتیب به کمک ۶ عبارت مثبت و منفی ارزیابی گردید. مقیاس رضایت از زندگی با الگوگیری از مقیاس «مرجع خود»<sup>۱</sup> کانتریل<sup>۳</sup> (۱۹۶۵؛ نقل از کییز و همکاران،

---

1- scales of subjective well-being  
3- Cantril

2- Self-Anchoring Scale



۲۰۰۲) بررسی گردید. در این پرسشنامه از آزمودنی‌ها خواسته شد که در مجموع زندگی خود را بر روی یک مقیاس ۱۰ درجه‌ای از صفر (بدترین شرایط ممکن) تا ۱۰ (بهترین شرایط ممکن) مشخص نمایند. گستره‌ای از مطالعات بر وجود ویژگی‌های روان‌سنجی قابل قبول در این مقیاس تأکید کردند (آندریوز و رابینسون، ۱۹۹۱؛ نقل از کیز و همکاران، ۲۰۰۲). در مقیاس عاطفه مثبت از آزمودنی‌ها خواسته شد که با استفاده از شش نشانگر از قبیل «بشاش»<sup>۱</sup>، «دارای روحیه‌ی خوب»<sup>۲</sup>، «فوق‌العاده شاد»<sup>۳</sup>، «آرام و آسوده»<sup>۴</sup>، «راضی»<sup>۵</sup> و «سرزنده»<sup>۶</sup> وضعیت خود را بر روی یک مقیاس ۵ درجه‌ای از ۱ (هیچ وقت) تا ۵ (تمام اوقات) مشخص نمایند. در مقیاس عاطفه منفی (آزمودنی‌ها وضعیت خود را در ۳۰ روز گذشته بر روی ۶ نشانگر «آنقدر غمگینم که هیچ چیز نمی‌تواند مرا سر حال بیاورد»<sup>۷</sup>، «عصبی»<sup>۸</sup>، «ناآرام یا بیقرار»<sup>۹</sup>، «همه چیز برایم سخت و پرزحمت بود» و «بی ارزش»<sup>۱۰</sup> بر روی یک مقیاس ۵ درجه‌ای از ۱ (هیچ وقت) تا ۵ (تمام اوقات) مشخص نمایند. لازم به ذکر است که سوالات مقیاس عاطفه منفی به صورت معکوس نمره گذاری شدند. بنابراین، نمرات مثبت بالاتر در این مقیاس نشان‌دهنده‌ی تجربه عاطفه منفی کمتر می‌باشد و در سوالات مقیاس عاطفه مثبت، نمرات بالاتر نشان‌دهنده‌ی تجربه عاطفه مثبت بیشتر است. گفتنی است که به منظور ایجاد هر مقیاس نمرات با یکدیگر جمع شدند. در این پژوهش، ضرایب آلفای کرانباخ برای مقیاس‌های عاطفه مثبت و عاطفه منفی به ترتیب ۰/۸۷ و ۰/۸۴ به دست آمد.

### روش اجرا

پس از تعیین گروه نمونه، فهرست پنج عامل بزرگ شخصیت، نسخه‌ی کوتاه فهرست

1- cheerful  
3- extremely happy  
5- satisfied  
7- nervous  
9- hopeless

2- in good spirits  
4- calm and peaceful  
6- full of life  
8- restless or fidgety  
10- worthless

مقابله با موقعیت‌های تنیدگی‌زا (نسخه کوتاه) و مقیاس‌های بهزیستی ذهنی به طور گروهی و در کلاس‌های درس به دانشجویان منتخب ارائه شد. در این راستا، به دنبال حضور دستیاران محققان در کلاس‌های درس، آنها ضمن اشاره به اهداف مطالعه نسبت به مشارکت کاملاً داوطلبانه دانشجویان در این پژوهش به طور مؤکد تأکید کردند. پس از توزیع پرسشنامه‌ها و قبل از پاسخ به سوالات، دستیاران نکات لازم (دستورالعمل‌ها) را با صدای بلند برای دانشجویان قرائت کرده و از دانشجویان تقاضا شده است که به تمام سوالات پاسخ دهند. علاوه بر این، دستیاران محقق برای پاسخ به سوالات احتمالی دانشجویان ضمن پاسخ به سوالات پرسشنامه‌ها اعلام آمادگی کرده و البته دستیاران به خوبی آگاه بوده‌اند که در خلال پاسخ به سوالات دانشجویان نباید بر نحوه‌ی پاسخ آنها تأثیرگذار باشند. گفتنی است که به منظور جلوگیری از سوگیری احتمالی در پاسخ به سوالات پرسشنامه‌ها و تقویت اعتبار نتایج جمع‌آوری شده از راهکار ایجاد موازنه<sup>۱</sup> استفاده شد. لذا، ترتیب ارائه پرسشنامه‌ها به افراد به یک شکل ثابت و یکنواخت نبود بلکه در این روش با تغییر در ترتیب ارائه‌ی پرسشنامه‌ها زمینه حفظ تعادل و موازنه در اعتبار پاسخ‌های داده شده به سوالات پرسشنامه‌ها فراهم شد. با توجه به اینکه تعداد کل سوالات ۷۸ سوال است، میانگین زمان پاسخ به سوالات پرسشنامه‌ها ۲۰-۳۰ دقیقه دقیقه پیش‌بینی شد. در نهایت، پس از گردآوری داده‌ها و ورود آنها به رایانه، تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزارهای آماری SPSS و LISREL، انجام گرفت.

#### یافته‌ها

جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد نمرات دانشجویان را در متغیرهای برون‌گرایی، روان‌رنجورخویی، سبک‌های مقابله مسأله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی و مقیاس‌های بهزیستی ذهنی نشان می‌دهد.

---

1- counterbalance

جدول (۱) شاخص‌های توصیفی میانگین و انحراف استاندارد دانشجویان در صفات شخصیت، سبک‌های مقابله، و مقیاس‌های بهزیستی ذهنی

متغیرها	شاخص‌ها	برونگرایی	روان‌رنجور خویی	سبک مسأله مدار	سبک هیجان مدار	سبک اجتنابی	عاطفه مثبت	عاطفه منفی	رضایت از زندگی
میانگین	پسر	۲۲/۳۲	۱۷/۶۸	۲۷/۸۸	۱۹/۲۶	۱۷/۹۵	۱۸/۴۶	۲۱/۹۷	۶/۸۳
	دختر	۲۰/۴۶	۱۹/۸۴	۲۴/۸۴	۲۰/۲۱	۱۷/۵۳	۱۷/۹۶	۲۰/۴۳	۵/۹۸
	پسر	۴/۲۵	۴/۸۹	۴/۳۸	۳/۴۵	۳/۵۷	۶/۴۴	۶/۲۷	۲/۲۰
انحراف استاندارد	دختر	۳/۴۸	۴/۹۷	۵/۵۱	۳/۹۸	۳/۵۱	۴/۶۲	۴/۳۹	۲/۰۵

به منظور مقایسه میانگین نمرات دانشجویان دختر و پسر در عامل‌های برونگرایی و روان‌رنجور خویی، سبک‌های مقابله با تنیدگی و مقیاس‌های بهزیستی ذهنی از سه طرح تحلیل واریانس چندمتغیری<sup>۱</sup> (MANOVA) استفاده شد. در این تحلیل در مرحله اول، وجود یا عدم وجود معناداری ترکیب خطی متغیرهای وابسته بر اساس متغیر مستقل جنسیت و در مرحله بعد، پس از تفکیک متغیرهای وابسته، تحلیل آنها در سطوح متغیر مستقل از طریق تحلیل واریانس بررسی می‌گردد. به عبارت دیگر، نتایج این تحلیل نشان می‌دهد که آیا متغیر(های) مستقل بر ترکیب خطی متغیرهای وابسته تأثیر دارند یا خیر. گفتنی است که در طرح اول متغیرهای وابسته شامل عامل‌های روان‌رنجور خویی و برونگرایی، در طرح دوم سبک‌های مسأله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی، و در طرح سوم مقیاس‌های عاطفه مثبت، منفی و رضایت از زندگی می‌باشد. قبل از اجرای MANOVA بررسی مفروضه‌های نرمال بودن توزیع نمرات از طریق سطح معناداری آزمون کولموگروف - اسمیرنوف<sup>۲</sup> و همگنی ماتریس‌های واریانس - کواریانس به وسیله آماره

1- linears Structural Relations  
 3- Kolmogorov-Smirnov Test

2- Multivariate Analysis of Variance  
 (MANOVA)

«ام. - باکس»<sup>۱</sup> ضروری است (دنسی و ریدی،<sup>۲</sup> ۱۹۹۹). مفروضه نرمال بودن توزیع نمرات هر یک از متغیرهای وابسته و مفروضه همگنی واریانس - کواریانس بررسی و تایید شد.

MANOVA برای تعیین اثر جنس بر روی متغیرهای وابسته اجرا شد. در پاسخ به سوال‌های پژوهش حاضر، همسو با گفته‌های تاباچنیک و فیدل (۱۹۹۷)؛ نقل از دنسی و ریدی، (۱۹۹۹) محققان از بین آماره‌های چهارگانه (پیلای<sup>۳</sup>، لامبدا ویلکز<sup>۴</sup>، هاتلینگ<sup>۵</sup> و ریشه ری<sup>۶</sup>)، آزمون لامبدا ویلکز را برای محاسبه F انتخاب کرده است.

نتایج تحلیل واریانس چندمتغیری عامل‌های برونگرایی و روان‌رنجورخویی با استفاده از آماره ویلکز لامبدا نشان داد که بین دو جنس از نظر ترکیب خطی متغیرهای وابسته تفاوت معناداری وجود دارد ( $\eta^2=0/088$ ,  $\Lambda=0/912$ ,  $P<0/001$ ,  $F(2)=21/45$  و  $F(2)$ ). با توجه به معناداری ترکیب خطی متغیرهای وابسته در سطوح متغیر جنسیت، گزارش آزمون‌های تحلیل واریانس یک‌راهه تعقیبی، به منظور تعیین معناداری یا عدم معناداری سهم هر یک از متغیرهای وابسته، ضروری به نظر می‌رسد (بریس، کمپ و اسلنگار<sup>۷</sup>، ۲۰۰۶). تحلیل هر متغیر وابسته با استفاده از سطح آلفای تعدیل شده بنفرونی<sup>۸</sup> ( $0/025$ ) نشان داد که برونگرایی ( $\eta^2=0/055$ ,  $P<0/001$ ,  $F(1)=25/95$  و  $F(1)$ ) و روان‌رنجورخویی ( $\eta^2=0/043$ ,  $P<0/001$ ,  $F(1)=20/10$ ) به طور کلی سهم معناداری در تفاوت‌های جنسیتی داشته‌اند.

نتایج تحلیل واریانس چندمتغیری سبک‌های مقابله مسأله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی با استفاده از آماره ویلکز لامبدا نشان داد که بین دو جنس از نظر ترکیب خطی متغیرهای وابسته تفاوت معناداری وجود دارد ( $\eta^2=0/088$ ,  $\Lambda=0/916$ ,  $P<0/001$ ,  $F(3)=13/53$  و  $F(3)$ ).

1- Box's M  
3- Pillai's Trace  
5- Hotelling's Trace  
7- Brace, Kemp & Snelgar

2- Dancey & Reidy  
4- Wilks' Lambda  
6- Roy's Largest Root  
8- Benferroni adjusted alpha level

تحلیل هر متغیر وابسته با استفاده از سطح آلفای تعدیل شده بنفرونی (۰/۰۱۷) نشان داد که سبک مقابله اجتنابی ( $F(۱, ۴۴۴) = ۱/۵۳, P = ۰/۲۱۷, \eta^2 = ۰/۰۰۳$ ) به تنهایی سهم معناداری در تفکیک سطوح جنسیت بر اساس ترکیب خطی متغیرهای وابسته نداشته است، اما سبک‌های مقابله مسأله‌مدار ( $F(۱, ۴۴۴) = ۶/۵۳, P < ۰/۰۰۱, \eta^2 = ۰/۰۷۷$ ) و اجتنابی ( $F(۱, ۴۴۴) = ۰/۲۵, P < ۰/۰۰۱, \eta^2 = ۰/۰۲۵$ ) به طور کلی سهم معناداری در تفاوت‌های جنسیتی داشته‌اند.

نتایج تحلیل واریانس چندمتغیری مقیاس‌های عاطفه مثبت، عاطفه منفی و رضایت از زندگی با استفاده از آماره ویلکز لامیدا نشان داد که بین دو جنس از نظر ترکیب خطی متغیرهای وابسته تفاوت معناداری وجود دارد ( $F(۱, ۴۴۴) = ۸/۸۸۸, \eta^2 = ۰/۱۱۲$ )، تعدیل شده بنفرونی (۰/۰۱۷) نشان داد که مقیاس عاطفه مثبت ( $F(۳, ۴۴۲) = ۱۸/۵۶, P < ۰/۰۰۱$ ) به تنهایی سهم معناداری در تفکیک سطوح جنسیت بر اساس ترکیب خطی متغیرهای وابسته نداشته است، اما مقیاس‌های عاطفه منفی ( $F(۱, ۴۴۴) = ۰/۹۱۱, P = ۰/۳۴۰$ ) و رضایت از زندگی ( $F(۱, ۴۴۴) = ۹/۳۸, P < ۰/۰۰۲, \eta^2 = ۰/۰۲۱$ ) به طور کلی سهم معناداری در تفاوت‌های جنسیتی داشته‌اند.

#### پیش‌بینی‌کننده‌های بهزیستی ذهنی

به منظور پیش‌بینی بهزیستی ذهنی، الگوی مفهومی پیشنهاد شده از طریق روش مدل‌یابی معادلات ساختاری بررسی شد. روش SEM از آن جهت انتخاب شد که این رویکرد از تکنیک‌های ترتیبی حداقل مجذور<sup>۱</sup> برتر بوده و می‌تواند به منظور ارزیابی کفایت الگوهای نظری، مقایسه الگوها و همچنین برآورد پارامترهای الگو در بین گروه‌های مختلف، مورد استفاده قرار گیرد (میسرا، کریست و برانت<sup>۲</sup>، ۲۰۰۳). از روش

1- ordinary least square techniques

2- Misra, Crist & Burant

حداکثر احتمال برای برآورد الگو، و در این پژوهش، از بین شاخص‌های نیکویی برازش، شاخص مجذور خی<sup>۱</sup> ( $\chi^2$ )، شاخص مجذور خی بر درجه‌ی آزادی ( $\chi^2/df$ )، شاخص نیکویی برازش<sup>۲</sup> (GFI)، شاخص نیکویی برازش انطباقی<sup>۳</sup> (AGFI) و خطای ریشه مجذور میانگین تقریب<sup>۴</sup> (RMSEA) برای برازش الگو استفاده شد. براون و کادک<sup>۵</sup> (۱۹۹۳) خاطر نشان می‌سازند که اگرچه مقادیر بالاتر از ۰/۹۰ برای GFI و AGFI نشان‌دهنده‌ی برازش خوب الگو با داده‌ها است اما، مقادیر بالاتر از ۰/۸۰ در این شاخص‌ها برازش قابل قبول الگو را نشان می‌دهد. علاوه بر این، براون و کادک (۱۹۹۳) تأکید می‌کنند که مقادیر کمتر از ۰/۰۵ برای شاخص RMSEA نشان‌دهنده‌ی برازش خوب الگو با داده‌ها است و مقادیر کمتر از ۰/۰۸ برای این شاخص برازش قابل قبول الگو با داده‌ها را نشان می‌دهد. الگوی پیشنهادی روابط بین برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی با سبک‌های مقابله و مقیاس‌های بهزیستی ذهنی را ارزیابی کرد.

همانطور که در شکل ۲ مشاهده می‌شود، الگوی پیشنهادی با داده‌ها برازش قابل قبولی دارد. این الگو ۸۵ درصد از واریانس بهزیستی ذهنی را تبیین می‌کند. ضرایب مسیر بین متغیرها، از لحاظ آماری معنادار است (شکل ۲). نتایج SEM نشان داد که بهزیستی ذهنی بالا از طریق نمرات بالا در عامل برون‌گرایی و نمرات پایین در عامل روان‌رنجورخویی و سبک مقابله هیجان‌مدار، پیش‌بینی شد. همچنین، نتایج نشان داد که رابطه بین عامل‌های برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی تنها از طریق سبک مقابله هیجان‌مدار میانجی‌گری شد.

عامل‌های برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی، سبک مقابله هیجان‌مدار و بهزیستی ذهنی سازه‌های مکنون الگوی پیشنهادی پژوهش حاضر است. عامل برون‌گرایی ۳ نشانگر، روان‌رنجورخویی ۳ نشانگر، سبک مقابله هیجان‌مدار ۴ نشانگر و ۳ نشانگر (عاطفه مثبت،

1- Chi Square

3- Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI)

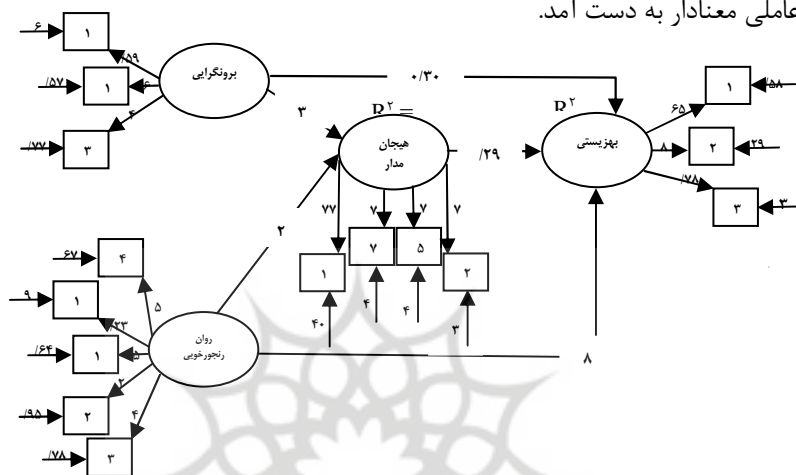
5- Browne & Cudeck

2- Goodness of Fit Index (GFI)

4- Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)

عاطفه منفی و رضایت از زندگی) است. در شکل ۲، در الگوهای اندازه‌گیری تمام بارهای

عاملی معنادار به دست آمد.



شکل (۲) الگوی ساختاری کامل پس از برازش داده‌ها با الگوی مفروض

نکته (۱) در متغیر مکنون بهزیستی ذهنی متغیرهای ۱، ۲ و ۳ به ترتیب به ابعاد رضایت از زندگی، عاطفه مثبت و عاطفه منفی مربوط است.

نکته (۲) در الگوی فوق برآورد پارامترهای الگو و شاخص‌های نیکویی برازش یک بار قبل از حذف متغیرهای مکنون سبک‌های مقابله هیجان‌مدار و اجتنابی و بار دیگر بعد از حذف این متغیرها انجام شد. نتایج نشان داد که الگو پس از حذف متغیرهای مزبور بهترین برازش را با داده‌ها فراهم کرد. بنابراین، این متغیرها حذف شدند (برای اطلاعات بیشتر به سرمد، بازرگان و حجازی رجوع شود).

### برآورد الگو

در الگوی پیشنهادی، نتایج آزمون مجذور خی به منظور بررسی برازش الگوی کلی نشان می‌دهد که بین الگوهای پیشنهاد شده و مشاهده شده هماهنگی ضعیفی وجود دارد [  $\chi^2(184, N=446)=589/12, p<0/01$  ]. لذا فرض صفر درباره‌ی برازش الگو با

داده‌ها رد می‌شود. اگر چه متداول‌ترین شاخص برازش کامل الگو با داده‌ها  $\chi^2$  است، اما این شاخص دارای دو محدودیت می‌باشد. اول، این آماره برازش کامل الگو با داده‌ها را بررسی می‌کند. این در حالی است که دستیابی به الگویی که به کامل با داده‌ها برازش نشان دهد، نادر است. دوم، با افزایش حجم نمونه احتمال معناداری شاخص بیشتر می‌شود. بنابراین، ممکن است که یک الگو با داده‌ها برازش نزدیک و قابل قبولی داشته باشد، اما در آن مدل دستیابی به یک مقدار  $\chi^2$  غیرمعنادار، غیرمحمتمل باشد (وستون و گوری<sup>۱</sup>، ۲۰۰۶).

در الگوی مورد نظر مقادیر مربوط شاخص‌های GFI و AGFI به ترتیب ۰/۸۹ و ۰/۸۵ و مقدار شاخص RMSEA ۰/۰۷۴ به دست آمد که نشان می‌دهند الگو با داده‌ها برازش قابل قبولی دارد. در این الگو، مقدار  $\chi^2/df$  بزرگ‌تر از ۲ به دست آمد. یافته مزبور نشان می‌دهد که محققان باید در تفسیر نتایج و تعمیم آنها محتاط باشند.

#### اثرات غیرمستقیم و کل

براساس الگوی تابع ساختاری، اثر غیرمستقیم عامل‌های برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی بر بهزیستی ذهنی از طریق سبک مقابله هیجان‌مدار به ترتیب ۰/۱۱ و ۰/۰۸- و اثرات کل آنها به ترتیب ۰/۴۱ و ۰/۹۴- به دست آمد.

#### بحث و نتیجه‌گیری

نتایج تحلیل‌های واریانس چندمتغیری پژوهش حاضر، در بررسی این سوال که آیا بین دو جنس از نظر عامل‌های برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی، سبک‌های مقابله و مقیاس‌های بهزیستی ذهنی تفاوت معناداری وجود دارد یا خیر نشان دادند که بین دو جنس از نظر ترکیب خطی عامل‌های برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی، سبک‌های مقابله مسأله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی و مقیاس‌های عاطفه مثبت، عاطفه منفی و رضایت از

---

1- Weston & Gore



زندگی تفاوت معنادار وجود دارد. البته پیشتر اشاره شد که نتایج مربوط به تحلیل هر یک از متغیرهای وابسته به تنهایی نشان داد که از بین سبک‌های مقابله، سبک مقابله مسأله‌مدار و از بین مقیاس‌های بهزیستی ذهنی، مقیاس عاطفه مثبت نقش معناداری در تفکیک معنادار سطوح متغیر جنس از نظر ترکیب خطی متغیرهای وابسته نداشتند.

نتایج الگوی ساختاری پژوهش حاضر نیز نشان داد که سطوح بالاتر بهزیستی ذهنی از طریق نمرات بالاتر در عامل شخصیتی برون‌گرایی و نمرات پایین‌تر در عامل روان‌رنجورخویی و سبک مقابله هیجان‌مدار پیش‌بینی شد. به عبارت دیگر، نتایج، ضمن تأیید اثر مستقیم عامل‌های برون‌گرایی، روان‌رنجورخویی و هیجان‌مداری بر بهزیستی، اثرات غیرمستقیم عامل‌های برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی بر بهزیستی را از طریق سبک مقابله هیجان‌مدار مورد تأکید قرار دادند.

همسو با نتایج پژوهش‌های کاستا و همکاران (۲۰۰۱)، گلدبرگ و همکاران (۱۹۹۸)، باديو (۱۹۹۹)، اسپمیت و همکاران (۲۰۰۸)، شکری و همکاران (۱۳۸۶) و شکری و همکاران (زیر چاپ) یافته‌های مطالعه‌ی حاضر نشان می‌دهد که زنان در مقایسه با مردان در عامل شخصیتی روان‌رنجورخویی و مردان در مقایسه با زنان در عامل برون‌گرایی نمرات بالاتری گزارش کردند.

یافته‌های پژوهش حاضر همسو با نتایج مطالعات متیود (۲۰۰۴) و شکری و همکاران (۱۳۸۷) نشان داد که مردان در مقایسه با زنان در سبک مقابله مسأله‌مدار و زنان در مقایسه با مردان در سبک‌های مقابله هیجان‌مدار و اجتنابی نمرات بالاتری گزارش کردند. به منظور تبیین نقش تفاوت‌های جنسیتی در رفتارهای مقابله‌ای، ادبیات پژوهش بر نقش فرضیه‌ی اجتماعی شدن<sup>۱</sup> و فرضیه محدودیت نقش<sup>۲</sup> تأکید کرده است (متیود، ۲۰۰۴). نقش جنسیتی سنتی زنانه از طریق ویژگی‌هایی نظیر وابستگی، پیوندجویی، آشکارسازی هیجانی، فقدان قاطعیت و وابستگی نیازهای فردی بر نیازهای

1- socialization hypothesis

2- role-constraint hypothesis

دیگران توصیف می‌شود. چنین ویژگی‌هایی، پذیرش و بیان احساسات، ضعف، عدم شایستگی و ترس را برای مردان و در مقابل، استفاده فعالانه از حل مسأله را برای زنان غیرممکن جلوه می‌دهد. بنابراین، از آنجا که زنان بیشتر نقش جنسیتی زنانه و مردان نقش جنسیتی مردانه را می‌شناسند، تنیدگی مرتبط با آگاهی از نقش جنسیتی برای دو جنس متفاوت می‌شود. فرضیه اجتماعی شدن نیز پیش‌بینی می‌کند که مردان برای استفاده از رفتارهای مقابله‌ای فعال‌تر و زنان برای استفاده از رفتارهای مقابله‌ای هیجان‌مدارانه و منفعل‌تر اجتماعی می‌شوند (متیود، ۲۰۰۴). تامرس، ژانیکی و هلگسون<sup>۱</sup> (۲۰۰۲) در پاسخ به این سوال که آیا تفاوت‌های جنسیتی در رفتارهای مقابله‌ای ذاتی بوده یا نتیجه یادگیری‌اند، ضمن تأکید بر نقش عوامل موقعیتی - نظیر آنچه به آن پرداخته شد -، بر اساس شواهد به دست آمده در برخی از مطالعات حیوانی برای مثال یافته پژوهش کلین، پوپکه و گراینبرگ (۱۹۹۸)، نسبت به زیربنای زیستی تفاوت‌های جنسیتی در رفتارهای مقابله‌ای، تأکید کردند.

همسو با نتایج مطالعات متیود (۲۰۰۴)، ویلسون و همکاران (۲۰۰۵)، شکری و همکاران (۱۳۸۷) یافته‌های مطالعه حاضر نشان می‌دهد که مردان در مقایسه با زنان در مقیاس‌های بهزیستی نمرات بالاتری گزارش کردند. برخی از مطالعات به منظور تبیین تفاوت مشاهده شده در الگوهای معینی از رفتارهای سلامت و شاخص‌های بهزیستی ذهنی بر نقش صفات شخصیت و شیوه‌ی ترجیحی افراد در مواجهه با موقعیت‌های تنیدگی‌زا یا رفتارهای مقابله‌ای تأکید کرده‌اند (امانس و دینر، ۱۹۸۵؛ نقل از رويسامب<sup>۲</sup>، ۲۰۰۶؛ برمادز، ۱۹۹۹؛ دینر و لوکاس، ۱۹۹۹؛ دینر، اشی و لوکاس<sup>۳</sup>، ۲۰۰۳؛ لوکاس و دینر، ۲۰۰۰؛ پاتوت، فوجیتا و دینر<sup>۴</sup>، ۱۹۹۷؛ استیل و آنس<sup>۵</sup>، ۲۰۰۲؛ دینر و کوپر<sup>۶</sup>، ۱۹۹۸؛ کینگ و مینر<sup>۷</sup>، ۲۰۰۰). نتایج مطالعات مختلف نشان داده‌اند که افراد با

---

1- Tamers, Janicki, & Helgeson  
3- DienerOishi, Lucas  
5- Steel, Ones  
7- King, Miner

2- Roysamb  
4- Pavot, Fujita, Diener  
6- DeNeve, Cooper

روان‌رنجورخویی بالا در مواجهه با موقعیت‌های تنیدگی‌زا از راهبردهای منفعلانه از قبیل اجتناب، خودملامت‌گری، تفکر آرزومندانه و همچنین شیوه‌های مبتنی بر ستیزه‌جویی بین فردی از قبیل واکنش‌های خصمانه، تخلیه‌ی هیجانی (برون‌ریزی هیجانات منفی) استفاده می‌کنند (کاردام و کراپیک، ۲۰۰۱؛ هرن و میشل، ۲۰۰۳). لذا، سطوح بالاتر روان‌رنجورخویی به طور فزاینده‌ای خطر تجربه عواطف منفی را تشدید می‌کند (اورمل، اوردینکل و بریلمان<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱). در مقابل، افراد مسأله‌مدار در عامل شخصیتی برون‌گرایی نمره‌ی بالایی گزارش می‌کنند و در مواجهه با موقعیت‌های تنیدگی‌زا از راهبردهای فعالانه و کارآمد نظیر ارزیابی چالشی؛ یعنی برخورد منطقی و مسأله‌مدارانه با مسأله و برآورد کردن توانش خود فراتر از آن موقعیت خاص، تمایل به تجربه عواطف مثبت، تفکر مثبت، جایگزین‌سازی و حفظ اعتماد به نفس بالا استفاده می‌کنند. بنابراین، این افراد به دلیل برخورداری از استعداد تجربه هیجان‌های مثبت امیدواری و اطمینان، از تجربه واکنش‌های منفی مربوط به تنش‌ها در ابعاد مختلف مصون می‌مانند (کاردام و کراپیک، ۲۰۰۱).

علاوه بر این، تعدادی از نظریه‌های دیگر نیز کوشیده‌اند که چگونگی رابطه بین صفات شخصیت به طور اعم و روان‌رنجورخویی و برون‌گرایی را به طور اخص تبیین کنند (رویسامب، ۲۰۰۶). واتسون و کلارک<sup>۲</sup> (۱۹۹۷) تاکید کرده‌اند که روان‌رنجورخویی و برون‌گرایی از طریق آمادگی‌های مزاجی<sup>۳</sup> یا خلق و خویی، افراد را مستعد تجربه عواطف مثبت و منفی می‌کنند. بنابراین، رابطه بین روان‌رنجورخویی و عاطفه منفی و رابطه‌ی بین برون‌گرایی و عاطفه مثبت تا حدی مبنای زیست‌شناختی و مزاجی دارد. الگوی گری مشتمل بر دو نظام عصب زیست‌شناختی است: نظام فعال‌سازی رفتار<sup>۴</sup> (BAS) و نظام بازداری رفتار<sup>۵</sup> (BIS) (بیکرینگ و گری، ۱۹۹۹). حساسیت افراد نسبت به محرک‌های پاداش‌دهنده از طریق تفاوت‌های مزاجی در BAS و حساسیت نسبت به تنبیه، از طریق

1- Ormel, J., Oldehinkel, A. J., & Brilman  
3- temperamental dispositions  
5- Behaviour Inhibition System (BIS)

2- Watson, Clark  
4- Behaviour Activation System (BAS)

تفاوت‌های مزاجی در BIS قابل پیش‌بینی است. تفاوت‌های مشاهده شده در دو نظام، از طریق تبیین تفاوت در تجربه عواطف مثبت و منفی، بر شاخص‌های بهزیستی اثر می‌کنند.

با توجه به دیدگاه تعادل‌یابی یویای<sup>۱</sup> هری و ودینگ (۱۹۸۹؛ نقل از رويسامب، ۲۰۰۶) شخصیت با اثرگذاری بر وقایع زندگی، به طور مستقیم یا غیرمستقیم نمرات بهزیستی ذهنی افراد را پیش‌بینی می‌کند. بنابراین، نه تنها ادراک یا تفسیر افراد از وقایع زندگی، بلکه ایجاد وقایع نیز از عوامل شخصیت تأثیر می‌پذیرد. در این دیدگاه‌ها فرض می‌شود که روان‌رنجورخویی و برون‌گرایی از طریق پیش‌بینی تفاوت‌های مشاهده شده در سبک‌های زندگی و روابط اجتماعی، در تبیین وضعیت افراد در مقیاس‌های بهزیستی مؤثر واقع می‌شوند (لارسن و باس<sup>۲</sup>، ۲۰۰۵). برای مثال، فرض می‌شود که نمرات بالا در عامل برون‌گرایی از طریق تشویق روابط اجتماعی و نمرات بالا در عامل روان‌رنجورخویی از طریق پیش‌بینی روابط اجتماعی دشوار و پیچیده، در توضیح و تفسیر نمرات افراد در مقیاس‌های بهزیستی ذهنی اثر می‌گذارند.

بسیاری از اختلالات روانی یا به طور مستقیم از تنیدگی ناشی می‌شوند یا تظاهر بیرونی آنها متأثر از تنیدگی است. در مواردی که یک فرد سلامت کمی نشان می‌دهد تنیدگی می‌تواند مشکلات را تشدید کرده و حفظ نماید. اما، برخی شواهد پژوهشی نشان می‌دهند که تفاوت‌های فردی مشاهده شده در شیوه‌ی ترجیحی افراد در مواجهه با تنش‌گرها در تبیین تغییرپذیری پاسخ‌های داده شده به عوامل تنیدگی‌زا مؤثر می‌باشند (رويسامب، ۲۰۰۶). بنابر این، در سال‌های اخیر، بسیاری از روان‌شناسان سلامت توجه خود را به تلاش برای آگاهی یافتن از پیشایندها و پیامدهای شیوه‌های متفاوت مقابله با تنیدگی معطوف داشته‌اند. همسو با یافته‌های مطالعات قبلی، نتایج پژوهش استینر و همکاران (۲۰۰۲) نشان داد که روش مقابله مسأله‌مدار با شاخص‌های مشکلات سلامتی

1- dynamic equilibrium perspective

2- Larsen, Buss

و رفتارهای خطرساز همبستگی منفی دارد، در حالی که روش مقابله‌ای اجتنابی با این ابعاد همبستگی منفی نشان می‌دهد.

لازم به ذکر است که برخی از محدودیت‌های روش‌شناختی پژوهش حاضر تعمیم‌پذیری نتایج آن را با محدودیت مواجه می‌کند. اول آنکه، نتایج پژوهش حاضر همچون بسیاری از بررسی‌های دیگر به دلیل استفاده از ابزارهای خودگزارش‌دهی به جای بررسی رفتار واقعی ممکن است مشارکت‌کنندگان را به استفاده از شیوه‌های مبتنی بر کسب تأیید اجتماعی و اجتناب از بدنامی مربوط به عدم کفایت فردی ترغیب کند. محدودیت دیگر پژوهش حاضر این است که در هر دو الگو  $df\chi^2$  از ۲ بزرگ‌تر به دست آمده است. این یافته نشان می‌دهد که محققان باید در تفسیر نتایج و در تعمیم آنها محتاط باشند. لازم به ذکر است از آنجا که استفاده از آزمون مجذور خی به منظور برازش الگو، یک راهبرد تصمیم‌گیری دو شقی فراهم می‌آورد، میزان برازش را بر روی یک پیوستار نشان نمی‌دهد (هوایل<sup>۱</sup>، ۱۹۹۵). افزون بر این، از آنجا که این آزمون نسبت به اندازه‌ی نمونه و عدم نرمال بودن توزیع نمره‌ها حساس است؛ پس به منظور ارزیابی برازش کلی الگو با داده‌ها بیشتر باید از آماره‌های برازش توصیفی<sup>۲</sup> از قبیل GFI و RMSEA استفاده می‌شود.

در پاسخ به این سوال که چرا برخی از افراد در مقایسه با دیگران در به کارگیری و استفاده از رفتارها و عادات افزایش‌دهنده‌ی کیفیت زندگی و بهزیستی ناکام‌ترند، دو مسیر پژوهشی از یکدیگر متمایز می‌شوند. در یکی از مسیرهای پژوهشی - که پژوهش حاضر نیز بر آن مبتنی است - بر نقش ویژگی‌های شخصیتی به مثابه‌ی منابع نسبتاً باثبات تفاوت‌های فردی تأکید می‌شود. در مقابل، در مسیر پژوهشی دیگر، تبیین رفتار فرد با تأکید بر نقش فرایندهای انگیزشی، شناختی و هیجانی و تعیین‌کننده‌های موقعیتی دنبال می‌شود. نتایج پژوهش حاضر، همسو با یافته‌های مطالعات برمیودز<sup>۳</sup>

1- Hoyle

3- Bermuadez

2- descriptive fit statistics

(۱۹۹۹) هاسلام، ولن و باستیان<sup>۱</sup> (۲۰۰۸) از نقش پیش‌بینی‌کننده‌ی ویژگی‌های شخصیتی در توضیح و تفسیر نمرات شاخص‌های بهزیستی افراد حمایت لازم را به عمل آورد.

در مطالعات آتی، همسو با نتایج مطالعه برمیودز (۱۹۹۹) تمرکز بر نقش تعیین‌کننده برخی از سازه‌های شخصیتی دیگر مانند وظیفه‌شناسی، سازگاری، روان‌پزیش‌خویی، ناشکیبایی، خودکارآمدی، خوش‌بینی، هیجان‌خواهی، خطرپذیری، اضطراب، خصومت‌ورزی، سرسختی، عزت نفس و احساس انسجام در پیش‌بینی و تبیین نیمرخ سلامت افراد ضروری به نظر می‌رسد. همچنین، پیشنهاد می‌شود در بررسی نقش منابع شخصیتی در تبیین شاخص‌های بهزیستی افراد در دو جنس، به جای مقایسه بر اساس عواملی مانند برون‌گرایی یا روان‌رنجورخویی، مقایسه در سطح وجوه<sup>۲</sup> هر از این عوامل انجام شود. در نهایت، به منظور پرهیز از ساده‌انگاری افراطی<sup>۳</sup> در تبیین رفتارهای مخاطره‌آمیز یا رفتارهای حمایت‌کننده‌ی سلامت، به محققان علاقمند به پیش‌بینی سلامت روانی و شاخص‌های بهزیستی افراد توصیه می‌شود نقش عوامل شخصیتی، فرایندی و موقعیتی را مورد توجه قرار دهند.

پژوهش حاضر همسو با ادبیات پژوهش نشان می‌دهد که بررسی نقش میانجی‌گر سبک مقابله هیجان‌مدار در مطالعه رابطه بین عامل‌های برون‌گرایی و روان‌رنجورویی با بهزیستی افراد از اهمیت قابل توجهی برخوردار است. بی‌تردید، همسو با ادبیات پژوهش، تلاش محققان در جهت آگاهی از عوامل میانجی‌گر در بررسی رابطه بین تنیدگی تحصیلی و بهزیستی افراد، آنها را در پیشبرد هدف خود درباره‌ی کاهش آسیب‌های مرتبط با تنیدگی تحصیلی کمک می‌کند. به عبارت دیگر، با اندیشیدن درباره اهمیت کیفیت زندگی آکادمیک که می‌تواند به عنوان یک نشانگر بهزیستی یادگیرندگان قابل طرح باشد، کاهش تنیدگی تحصیلی در یادگیرندگان از طریق درک

1- Haslam, Whelan & Bastian  
3- oversimplifying

2- facets

این پدیده‌ی پیچیده و پرهزینه، و آموزش راهبردهای مقابله‌ای کارآمد ضروری به نظر می‌رسد. بر این اساس، تلاش در جهت تغییر راهبردهای مقابله‌ای یادگیرندگان از طریق مداخلاتی نظیر آموزش اسنادی<sup>۱</sup>، آموزش شبیه‌سازی ذهنی<sup>۲</sup> و آموزش راهبردهای مقابله‌ای موثر در پژوهش‌های آتی مهم به نظر می‌رسد. برای مثال، برخی از یادگیرندگان چون بر این باورند که نمی‌توانند شرایط را بهبود بخشند، به استفاده از مقابله مسأله‌مدار رغبتی نشان نمی‌دهند (اسناد ثابت و غیرقابل کنترل). قدر مسلم بازآموزی اسنادی می‌تواند برای تغییر اسنادهای بدکارکرد از قبیل اسنادهای ثابت و غیرقابل کنترل به اسنادهای قابل کنترل و متغیر مؤثر واقع شود. فرض بر آن است که اسنادهای کارآمد در مقایسه با اسنادهای ناکارآمد افکار و راهبردهایی را به منظور مقابله مؤثر با تنیدگی در ابعاد مختلف آن از جمله تنیدگی تحصیلی فراهم می‌آورد.

تاریخ دریافت نسخه‌ی اولیه‌ی مقاله: ۸۷/۱۱/۱۳

تاریخ دریافت نسخه‌ی نهایی مقاله: ۸۸/۶/۲۱

تاریخ پذیرش مقاله: ۸۹/۱/۱۷

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی

1- attributional retraining

2- mental simulation training

## References

## منابع

- جعفرنژاد، پ.، مرادی، ع. ر.، فرزاد، و. و شگری، ا. (۱۳۸۴). بررسی رابطه میان پنج عامل بزرگ شخصیت، سبک‌های مقابله‌ای و سلامت روانی در دانشجویان کارشناسی، *مجله روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران*، سال ۳۵، شماره ۱، بهار و تابستان.
- شگری، ا.، تقی لو، ص.، گراوند، ف.، پاییزی، م.، مولایی، م.، عبدالمجید، م.آ. و اکبری، ه. (زیر چاپ). ساختار عاملی و ویژگی‌های روانسنجی نسخه فارسی پرسشنامه مقابله با موقعیت‌های تنیدگی‌زا، *فصلنامه تازه‌های علوم شناختی*.
- شگری، ا.، دانشورپور، ز. و عسگری، ا. تفاوت‌های جنسیتی در عملکرد تحصیلی: نقش صفات شخصیت (زیر چاپ)، *مجله علوم رفتاری*.
- شگری، ا.، کدیور، پ. و دانشورپور، ز. (۱۳۸۶). تفاوت‌های جنسیتی در بهزیستی ذهنی: نقش صفات شخصیت، *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران (اندیشه و رفتار سابق)*، سال سیزدهم، شماره ۳، پاییز.
- شگری، ا.، دستجردی، ر.، دانشورپور، ز.، غنایی، ز. و زین آبادی، ح. ر. و گراوند، ف. (زیر چاپ). تفاوت‌های جنسیتی در مقیاس‌های بهزیستی روان‌شناختی، *مجله‌ی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی بیرجند*.
- شگری، ا.، کدیور، پ.، نقش، ز.، غنایی، ز. و دانشورپور، ز. (۱۳۸۶). صفات شخصیت، استرس تحصیلی و عملکرد تحصیلی، *فصلنامه مطالعات روان‌شناختی*، دوره ۳، شماره ۳، ۴۸-۲۵.
- شگری، ا.، مرادی، ع. ر.، دانشورپور، ز. و طرخان، ر. ع. (۱۳۸۷). تفاوت‌های فردی در سبک‌های مقابله با تنیدگی و سلامت روانی: نقش جنسیت، *دو فصلنامه روانشناسی معاصر*، دوره سوم، شماره ۱.
- شگری، ا.، مرادی، ع. ر.، فرزاد، و.، سنگری، ع. ا.، غنایی، ز. و رضایی، ا. (۱۳۸۴). نقش صفات شخصیت و سبک‌های مقابله بر سلامت روانی دانشجویان: ارائه مدل‌های علی، *فصلنامه تازه‌های علوم شناختی*، سال هفتم، شماره اول، بهار.



فراهانی، م. ن.، شکر، ا.، فراهانی، م. ن.، گراوند، ف. و دانشوری، ز. (زیر چاپ). تفاوت‌های فردی در استرس تحصیلی و بهزیستی ذهنی: نقش سبک‌های مقابله با تنیدگی، *مجله علوم رفتاری*.

گراوند، ف.، شکر، ا.، افضل، م. ح. و طولابی، س. نسخه فارسی فهرست پنج عامل بزرگ شخصیت: ساختار عاملی، روایی و پایایی، *دو فصلنامه روانشناسی معاصر (تحت داوری)*.

Ang, R.P. & Huan, V. (2006). Academic Expectations Stress Inventory: Development, Factory Analysis, Reliability, and Validity. *Educational and Psychological Measurement*, 66(3), 522-539.

Argyle, M. (2001). *Psychology of Happiness* (2nd ed.), East Sussex: Routledge.

Bermuadez, J. (1999). Personality and Health-Protective Behaviour, *European Journal of Personality*, 13, 83-103.

Brace, N., Kemp, R., & Snelgar, R. (2006). SPSS for Psychologist: A Guide to Data Analysis Using (versions 12 and 13), Palgrave Macmillan.

Budaev, S.V. (1999). Sex Differences in the Big Five Personality Factors: Testing an Evolutionary Hypothesis, *Personality and Individual Differences*, 26, 801-813.

Cohan, S.L., Jang, K.L., & Stien, M.B. (2006). Confirmatory Factor Analysis of a Short form of the Coping Inventory for Stressful Situations, *Journal of Clinical Psychology*, 62 (3), 273-283.

Cooke, R., Bewick, B. M., Barkham, M., Bradley, M., & Audin, K. (2006). Measuring, Monitoring and Managing the Psychological Well-Being of First Year University Dtudents, *British Journal of Guidance & Counselling*, 34 (4), 505-517.

Costa, P.R., Terracciano, A., & McCrae, R.R. (2001). Gender Differences in Personality Traits across Cultures: Robust and Surprising Findings, *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 322-331.

Dancey CH.P. & Reidy, J. (1999). *Statistic Without Maths for Psychology*, Prentice Hall.

- DeLongis, A., & Holtzman, S. (2005). Coping in Context: The Role of Stress, Social Support, and Personality in Coping, *Journal of Personality*, 73 (6), 1-24.
- DeNeve, K.M. & Cooper, H. (1998). The Happy Personality: A Meta-Analysis of 137 Personality Traits and Subjective Well-being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197-229.
- Diener, E. (2000). Subjective Well-being: The Science of Happiness and a Proposal for a National Index, *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E., Eunkook, M.S., Lucas, R.E., & Smith, H.L. (1999). Subjective Well-being: Three Decades of Progress, *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Diener, E., & Lucas, R.R. (1999). Personality and Subjective well-Being. In E. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The Foundations of Hedonic Psychology* (Pp. 213-229), New York: Russell Sage Foundation.
- Diener, E., Oishi, S. & Lucas, R.E. (2003). Personality, Culture, and Subjective Well-being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life, *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E. & Smith, H.L. (1999). Subjective Well-being: Three Decades of Progress, *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Endler, N.S., & Parker, J.D.A. (1990). Multidimensional Assessment of Coping: A Critical Evaluation, *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 844-854.
- Endler, N.S., & Parker, J.D.A. (1994). Assessment of Multidimensional Coping: Task, Emotion, and Avoidance Strategies. *Psychological Assessment*, 6, 50-60.
- Endler, N.S., & Parker, J.D.A. (1999). Coping Inventory for Stressful Situations (CISS): Manual (Second ed.). Toronto: Multi-Health Systems.
- Feigold, A. (1994). Gender Differences in Personality- a Metaanalysis, *Psychological Bulletin*, 116, 429-456.

- Gannon, N., & Ranzijn, R. (2005). Does Emotional Intelligence Predict Unique Variance in Life Satisfaction Beyond IQ and Personality? *Personality and Individual Differences*, 38, 1353-1364.
- Gallagher, E.N., & Vella-Brodrick, D.A. (2008). Social Support and Emotional Intelligence as Predictors of Subjective Well-being. *Personality and Individual Differences*, 44, 1551-1561.
- Goldberg, L.R., Sweeney, D., Merenda, P.F., Hughes, J.E. (1998). Demographic Variables and Personality: The Effects of Gender, Age, Education, and Ethnic/racial Status on Self-descriptions of Personality Attributes, *Personality and Individual Differences*, 24, 393-403.
- Goodwin, R.D., & Gotlib, I.H. (2004). Gender Differences in Depression: The Role of Personality Factors, *Psychiatry Research*, 126, 135-142.
- Halamandaris, K.F., & Power, K.G. (1999). Individual Differences, Social Support and Coping with the Examination Stress: A Study of the Psychosocial and Academic Adjustment of First Year Home Students, *Personality and Individual Differences*, 26, 665-685.
- Haren, E., & Mitchell, C.W. (2003). Relationships between the Five-Factor Personality Model and Coping Styles, *Psychology & Education: An Interdisciplinary Journal*, 40 (1), 38-49.
- Harris, P.R., & Lightsey, O.R. (2005). Constructive Thinking as a Mediator of the Relationship between Extraversion, Neuroticism, and Subjective Well-being, *European Journal of Personality*, 19, 409-426.
- Haslam, N., Whelan, J., & Bastian, B. (2008). Big Five Traits Mediate Associations between Values and Subjective Well-being. *Personality and Individual Differences*, xxx-xxx.
- Hayes, N., & Joseph, S. (2003). Big 5 Correlate of Three Measures of Subjective well-being, *Personality & Individual Differences*, 34 (4), 723-727.
- Hirokawa, K., Yagi, A., & Miyata, Y. (2002). Effects of Stress Coping Strategies on Psychological and Physiological Responses During Speeches in Japanese and English, *Social Behavior and Personality*, 2002, 30(2), 203-212.

- Hoyle, R.H. (1995). *Structural Equation Modeling: Concepts, Issues, and Applications*, Thousand Oaks, CA: Sage.
- Hudd, S.S., Dumalo, J., Erdmann-Sager, D., Murray, D., Phan, E., Soukas, N., & Yokozuka, N. (2000). Stress at College: Effects on Health Habits, Health Status and Self-esteem, *College Student Journal*, 34 (2), 217-228.
- Hyde, J.S., & Plant, E.A. (1995). Magnitude of Psychological Gender Differences: Another side of the Story, *American Psychologist*, 50, 159-161.
- John, O.P., Donahue, E.M., & Kentle, R.L. (1991). The Big Five Inventory Version 4a and 54, Berkeley, CA: University of California.
- John, O.P. & Srivastava, S. (1999). The Big Five Taxonomy: History, Measurement, and Theoretical Perspectives, Pervin, L.A. & John, O.P. (Ed.), *Handbook of Personality Theory and Research*. (pp. 102-138), The Guilford Press.
- Kardum, I., & Krapic, N. (2001). Personality Traits, Stressful Life Events, and Coping Styles in Early Adolescence, *Personality and Individual Differences*, 30, 503-515.
- Keyes, C.L.M., Shmotkin, D., & Ryff, C.D. (2002). Optimizing Well-being: The Empirical Encounter of Two Traditions, *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, (6) 1007-1022.
- King, L.A. & Miner, K.N. (2000). Writing about the Perceived Benefits of Traumatic Events: Implications for Physical Health. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(2), 220-230.
- Klein, L.C., Popke, E.J., & Grunberg, N.E. (1998). Sex Differences in Effect of Opioid Blockade on Stress-induced Freezing Behavior, *Pharmacology, Biochemistry, and Behavior*, 61, 413-417.
- Korotkove, D., & Hannah, T.E. (2004). The Five-factor Model of Personality: Strengths and Limitations in Predicting Health Status, Sick-role and Illness Behaviour, *Personality and Individual Differences*, 36, 187-199.
- Larsen, R.J. & Buss, D.M. (2005). *Personality Psychology, Domains of Knowledge about Human Nature* (2nd edn). Boston: McGraw Hill.

- Lucas, R.E. & Diener, E. (2000). Personality and Subjective Well-Being Across the Life Span. In D.L. Molfese & V.J. Molfese (eds), *Temperament and Personality Development Across the Life Span* (Pp. 211-234), Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates.
- Matud, M.P., (2004). Gender Differences in Stress and Coping Styles, *Personality and Individual Differences*, 37, 1401-1415.
- McCrae, R.R., & Costa, P.T. Jr. (1986). Personality, Coping, and Coping Effectiveness in an Adult Sample, *Journal of Personality*, 54, 385-405.
- McCrae, R.R., Terracciano, A., et al. (2005). Universal Features of Personality Traits from the Observer's Perspective: Data from 50 Cultures, *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 547-561.
- McDonough, P., & Walters, W. (2001). Gender and Health: Reassessing Patterns and Explanations, *Social Science & Medicine*, 52, 547-559.
- Ormel, J., Oldehinkel, A.J., & Brilman, E.I. (2001). The Interplay and Etiological Continuity of Neuroticism, Difficulties, and Life Events in the Etiology of Major and Subsyndromal, First and Recurrent Depressive Episodes in Later Life, *American Journal of Psychiatry*, 158, 885-891.
- Pavot, W., Fujita, F. & Diener, E. (1997). The Relation between Self-Aspect Congruence, Personality and Subjective Well-being, *Personality and Individual Differences*, 22(2), 183-191.
- Pickering, A.D. & Gray, J.A. (1999). The Neuroscience of Personality, In O.P. John & L. Pervin (eds), *Handbook of Personality: Theory and Research* (Pp. 277-299), New York: Guilford Press.
- Poltavski, D., & Ferraro, F.R. (2003). Stress and Illness in American and Russian College Students, *Personality and Individual Differences*, 34, 971-982.
- Rammstedt, B., & John, O.P. (2007). Measuring Personality in One Minute or Less: A 10-item Short Version of the Big Five Inventory in English and German, *Journal of Research in Personality*, 41, 203-212.
- Royamb, E. (2006). Personality and well-being, In M.E. Vollrath (eds.), *Handbook of Personality and Health* (pp. 115-134), John Wiley & Sons.

- Ryff, C.D., & Keyes, C.L.M. (1995). The Structure of Psychological Well-being Revisited, *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727.
- Schmitt, D.P., Realo, A., Voracek, M., & Allik, J. (2008). Why Can't a Man be More Like a Woman? Sex Differences in Big Five Personality Traits across 55 Cultures, *Journal of Personality and Social Psychology*, 94 (1), 168-182.
- Steel, P. & Ones, D.S. (2002). Personality and Happiness: A national-Level Analysis, *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(3), 767-781.
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the Relationship between Personality and Subjective Well-being, *Psychological Bulletin*, 134 (1), 138-161.
- Steiner, H., Ericson, S.J. Hernandez, N.L., & Pavelski, R. (2002). Coping Styles and Correlates of Health in High School Students, *Journal of Adolescent Health*, 30 (5), 326-335.
- Tamers, L.K., Janicki, D., & Helgeson, V.S. (2002). Sex Differences in Coping Behavior: A Meta-analytic Review and an Examination of Relative Coping, *Personality and Social Psychology Review*, 6(1), 2-30.
- Thomas, S.P., Williams, R.L. (1991). Perceived Stress, Trait Anger, Modes of Anger Expression, and Health Status of College Men and Women, *Nursing Research*, 40(5), 303-307.
- Vleioras, G., & Bosma, H.A. (2005). Are Identity Styles Important for Psychological Well-being? *Journal of Adolescence*, 28 (3), 397-409.
- Watson, D. & Clark, L.A. (1997). Measurement and Mismeasurement of Mood: Recurrent and Emergent Issues, *Journal of Personality Assessment*, 68(2), 267-296.
- Weston, R., & Gore, P.A. (2006). A Brief Guide to Structural Equation Modeling, *The Counseling Psychologist*, 34 (5), 719-751.
- Wilson, G.S., Pritchard, M.E., & Revalee, B. (2005). Individual Differences in Adolescent Health Symptoms: The Effects of Gender and Coping, *Journal of Adolescence*, 28, 369-379.
- Zhang, L.F. (2006). Thinking Styles and the Big Five Personality Traits Revised, *Personality and Individual Differences*, 40, 1177-1187.