

## رابطه رشد اجتماعی و حمایت اجتماعی با تاب‌آوری در دانشجویان

تاریخ دریافت مقاله: ۹۶/۶/۱۸

تاریخ پذیرش مقاله: ۹۶/۹/۲۲

زهرا پاک نهاد<sup>۱\*</sup>

محمد ابراهیم مداحی<sup>۲</sup>

### چکیده

مقدمه: پژوهش‌های گذشته نشان می‌دهد، حمایت اجتماعی به کاهش فشار روان‌شناختی در دوره‌های بحران کمک می‌کند و سلامت روان افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. تاب‌آوری نیز ظرفیت افراد برای سالم ماندن، مقاومت و تحمل در شرایط سخت و پر خطر است. بنابراین هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه حمایت اجتماعی و رشد اجتماعی با تاب‌آوری در دانشجویان بود.

روش: جامعه آماری پژوهش را کلیه دانشجویان دختر و پسر شاغل به تحصیل در مقاطع سه‌گانه کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکترای دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن در سال ۱۳۹۵ تشکیل دادند. نمونه پژوهش شامل ۳۸۰ نفر با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای بود. افراد مورد پژوهش مقیاس چند بعدی حمایت اجتماعی (زیمیت، دالم، زمیت و فارلی ۱۹۹۸)، مقیاس رشد اجتماعی واینلند (ادگار، ۱۹۵۳) و مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۰) را تکمیل نمودند.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که میزان ضریب همبستگی مشاهده شده بین رشد اجتماعی و حمایت اجتماعی با تاب‌آوری دانشجویان در سطح معناداری  $p < 0/01$  و با درجه آزادی ۳۷۸ معنادار است. همچنین نتایج نشان داد که حمایت اجتماعی و رشد اجتماعی می‌توانند ۰/۴۱ از واریانس تاب‌آوری را در دانشجویان پیش‌بینی کنند.

نتیجه‌گیری: یافته‌های پژوهش حاضر بیان‌کننده اهمیت افزایش تاب‌آوری دانشجویان با بهبود در میزان حمایت اجتماعی و سطح رشد اجتماعی است. می‌توان از این یافته‌ها برای تدوین برنامه‌هایی جهت افزایش تاب‌آوری دانشجویان استفاده کرد.

واژه‌های کلیدی: رشد اجتماعی، حمایت اجتماعی، تاب‌آوری، دانشجویان.

۱ دکترای روانشناسی اجتماعی از دانشگاه آکادمی تاجیکستان

\*نویسنده مسئول: Paknahadshakib1@gmail.com

۲ استادیار دانشگاه شاهد

## The relationship between social development and social support with students' resilience

Zahra Paknahad<sup>1\*</sup>

Mohammadebrahim Maddahi<sup>2</sup>

### Abstract

**Introduction:** Past research has shown that social support helps reduce psychological stress during periods of crisis and affects people's mental health. Resilience is also the ability of people to stay healthy, with resistance and tolerance in difficult and high-risk conditions. The purpose of this study was to investigate the relationship between social support and social development with resilience in students of Islamic Azad University of Roudehen Branch.

**Method:** The statistical population of the study consisted of all female and male students who studied at the undergraduate, graduate, and postgraduate level of the Islamic Azad University of Roudhan Branch in 1395. The research sample consisted of 380 students of Islamic Azad University, Roodehen Branch. The Participants completed the Scale of Multidimensional Social Support Questionnaire (Zimit, Dahlem, Ziemet, and Farley 1998), Social Development Scale of Weinland (Edgar, 1953), and Researcher's Scale of Conner and Davidson (2000).

**Findings:** Findings showed that the observed correlation coefficient between social development and social support with students' resilience was significant at the level of 0/0001 with a degree of freedom of 378 times. It indicates that the more social support students receive, the more their social growth increases. There It indicates that a significant relationship between resilience and social support, in other words, the more social support students receive, the more their resilience increases.

**Conclusion:** Findings of the research indicate that increasing the resilience of students with the improvement in social support and social development level is important, we can use the findings to formulate programs to increase student resilience.

**Keywords:** Social Development, social support, Resilience, Students.

---

1 Phd social psychology university of tajikestan

\* Corresponding Author: Paknahadshakib1@gmail.com

2 Assistant professor university shahed

## مقدمه

امروزه تنیدگی به بخش مهم و اجتناب‌ناپذیر از زندگی اجتماعی تبدیل شده (رنجر نوشری و همکاران، ۱۳۹۱) و استفاده از مهارت‌های اجتماعی و بهبود سطح رشد اجتماعی لازمهٔ مرادده‌های اجتماعی روزمره است. کاستی در مهارت‌های اجتماعی و پایین ماندن سطح رشد اجتماعی به بروز مشکلاتی همچون طرد گروه و از دست دادن فرصت‌های مطلوب رشد و پیشرفت همگام با همسالان می‌انجامد (کریم‌زاده سور شجانی، ۱۳۹۱). حمایت اجتماعی<sup>۱</sup> مفهومی چند بعدی است، برخی آن را منبعی فراهم شده از سوی دیگران و نیز امکانی برای مقابله با تنیدگی یا مبادلهٔ منابع تعریف کرده‌اند (شولتز و شوارتز<sup>۲</sup>، ۲۰۰۴). شی ن و لی<sup>۳</sup> (۲۰۱۱) حمایت اجتماعی را ابزاری مناسب و تقریباً در دسترس در برنامه‌های مداخله‌ای در نظر می‌گیرند که برای افزایش سطح رفاه بخصوص رفاه روانی طراحی می‌شود. بنابراین حمایت اجتماعی به عنوان سپری در برابر آشفتگی‌های زندگی در دنیای پیچیده عمل می‌کند؛ حمایت اجتماعی به ما امنیت و اعتماد می‌دهد و موجب کاهش فشارهای روان‌شناختی در دوره‌های بحران، بخصوص برای افرادی که در مقابل فشارهای شکننده قرار دارند و بویژه جوانان در دوره بحران بلوغ، می‌شود. علاوه بر مزایای روانی - اجتماعی که حمایت اجتماعی برای فرد تحت فشار فراهم می‌آورد، می‌تواند میزان بیماری‌های جسمی را کاهش داده و شرایط بازگشت فرد به زندگی معمول را نیز فراهم سازد (قمری و همکاران، ۱۳۹۳).

تاب آوری نیز همچون حمایت اجتماعی موجب کاهش فشارهای روانشناختی می‌شود. به نظر بندورا<sup>۴</sup> (۲۰۰۷) تاب‌آوری از جمله سازه‌هایی است که جایگاه ویژه‌ای در حوزه پژوهش‌های روان‌شناختی، به ویژه در عرصه‌ی روانشناسی خانواده، روان‌شناسی تحول و بهداشت روانی یافته است. تاب‌آوری ظرفیت افراد برای سالم ماندن و مقاومت و تحمل در شرایط سخت و پرخطر است که فرد نه تنها بر آن شرایط دشوار فائق می‌شود بلکه طی آن و با وجود آن قوی‌تر نیز می‌گردد. این فرایند خود به خود ایجاد نمی‌شوند مگر اینکه فرد در موقعیت دشوار و ناخوشایندی قرار گیرد تا برای رهایی از آن یا صدمه‌پذیری کمتر، حداکثر تلاش را برای کشف و بهره‌گیری از عوامل محافظت‌کننده در درون و بیرون خود که همواره به صورت بالقوه وجود دارد، بکار گیرد. (گارمزی و ماستن<sup>۵</sup>، ۱۹۹۰). فریبرگ و جی‌مدال، روزنویک، مرتینوسن، اسلاکسن و فلاتن<sup>۶</sup> (۲۰۰۶) بر این باورند که تاب‌آوری ظرفیت و توانمندی افراد را برای تغییر، صرف‌نظر از خطرهای تهدیدکننده افزایش می‌دهد. دینر، لوکاس، شبماک و هلویل<sup>۷</sup> (۲۰۰۹) نیز بر این باورند، وقتی کسی با تنیدگی و موقعیتی تهدیدکننده مواجه می‌شود، احساس درماندگی می‌کند و به رفتارهای نابهنجاری همچون

1 social support

2 Schulz & Schwarzer

3 Shin SH, Lee

4 Bandura

5 Garnezy, Masten

6 Friberg, Hjemdal, Rosenvinge, Martinussen, Aslaksen & Flaten

7 Diener, Lucas, Schimmack & Helliwell

پرخاشگری دست می‌زند. چنانچه این شیوه رفتاری برای مدت طولانی دوام آورد، سلامت جسمانی و روانی به خطر می‌افتد و به کاهش سلامت عمومی در ابعاد مختلف زندگی منجر می‌شود. لی، سادوم و زامورسکی<sup>۱</sup> (۲۰۱۳) و تول، سانگ و جردنز<sup>۲</sup> (۲۰۱۳) در بررسی اثربخشی تاب‌آوری بر سلامت روانی کودکان و نوجوانان نشان دادند، کودکان و نوجوانانی که در موقعیت اضطراب‌زا، تاب‌آوری بالاتری داشتند در مقایسه با کودکان و نوجوانان با تاب‌آوری پایین‌تر، به علت نشان دادن رفتارهای متناسب با موقعیت و تعادل روان‌شناختی بیشتر، واجد سلامت روانی بالاتری بودند. پیشینه مطالعاتی این سودمندی را در خصوص بهره‌گیری از حمایت اجتماعی نیز تأیید می‌کنند. به عنوان مثال کالگان و مورسی<sup>۳</sup> (۱۹۹۳) نتیجه گرفت که با افزایش میزان حمایت اجتماعی از میزان مرگ و میر بیماران کاسته شده و بروز ناخوشی‌های جسمی و روانی در افراد کمتر می‌شود. استرازدینز و بروم<sup>۴</sup> (۲۰۰۷) نیز حمایت اجتماعی را بطور طبیعی سودمند دانستند و بیان کردند که حمایت اجتماعی موجب سلامت روان افراد می‌شود. آنان در بررسی خود دو نوع حمایت، تحت عنوان همدلی و همراهی و مفهوم سازی مشروط (موقت) را معرفی کرده‌اند. لازاروس<sup>۵</sup> (۱۹۹۳) و بسیاری از پژوهشگران نظیر ویکتور<sup>۶</sup> (۱۹۸۸) معتقدند افرادی که عضوی از یک شبکه اجتماعی گسترده هستند، آسیب کمتری از رویدادهای فشارآور دارند. همچنین نتیجه پژوهش شیشه‌گر و همکاران (۱۳۹۲) ارتباط معنی‌داری بین حمایت اجتماعی و استرس با کیفیت زندگی نشان داد. پژوهش حیدرزاده، قهرمانیان، حقیقت و یوسفی<sup>۷</sup> (۱۳۸۸) نیز نشان داد که بین کیفیت زندگی و حمایت اجتماعی رابطه مستقیم و معنی‌دار وجود داشت.

از طرفی نتایج پژوهش‌های اسمیت و یانگ<sup>۸</sup> (۲۰۰۴) نیز حاکی از آن است که حمایت اجتماعی از جمله عوامل پیش‌بینی‌کننده و مرتبط با رشد اجتماعی افراد بخصوص جوانان به شمار می‌آید. نتایج پژوهش‌ها نشان داده است که بین حمایت اجتماعی با رشد اجتماعی و روان‌شناختی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. گلدشتاین<sup>۸</sup> (۱۹۷۳) مهارت‌های مربوط به رشد اجتماعی را شامل مهارت‌های برقراری ارتباط، مهارت‌های مربوط به احساسات و عواطف، مهارت‌های مربوط به پرخاشگری، مهارت‌های مربوط به استرس و مهارت‌های طرح‌ریزی می‌داند. همچنین می‌توان مهارت‌های مذکور را شامل مهارت‌های کلامی و غیرکلامی، داد و ستد، تعارفات اجتماعی، شناسایی حقوق سایرین، رفتار قاطعانه تعریف و قدردانی از خود و دیگران، تقاضا و رد تقاضای غیرمنطقی، انتقاد و انتقادپذیری، مهارت پرسیدن سؤالات خصوصی، کنترل خشم، کنار آمدن با تحقیر، پرخاشگری و ابراز وجود دانست (فتحی، ۱۳۷۸).

1 Lee, Sodom & Zamorski

2 Tol, Song & Jordans

3 Callaghan, Morrissey

4 Strazdins, Broom

5 Lazarus

6 Ganster & victor

7 Smith & Young

8 Goldstein

مطالعات پیشین نشان داده است که بین رشد اجتماعی و عوامل محیطی- اجتماعی همچون حمایت شدن از طرف خانواده، دوستان، همسالان و نزدیکان رابطه وجود دارد. حمایت شدن باعث خوشحالی، سلامت روانی و رشد اجتماعی افراد می‌شود همچنین روحیهٔ همدلی و مهارت‌های جامعه‌پسندی را افزایش می‌دهد و از اعمالی مثل بزهکاری و رفتار ضداجتماعی ممانعت می‌کند (توماس<sup>۱</sup>، ۲۰۰۳). رشد اجتماعی مفهومی وسیع، انعطاف‌پذیر و بسته به جهت‌گیری و تفکر شامل هر وضعیتی می‌شود (پاوار<sup>۲</sup>، ۲۰۱۴). به عبارتی رشد اجتماعی یعنی رشد از جمیع جهات، خواه ممکن باشد یا نباشد؛ بنابراین به معنی رشد کردن، پیش رفتن، بالغ شدن گام به گام یا مرحله به مرحله در راهی متحدالشکل و همه‌جانبه در همهٔ جنبه‌ها و ابعاد اجتماعی است (پاوار، ۲۰۱۴: ۶).

در همه جوامع برای تأمین سلامت افراد و شادمانی و حداکثر رشد اجتماعی و پویا نمودن جامعه تلاش‌های زیادی انجام گرفته است، بنابراین کشف عوامل مختلف مؤثر بر رشد اجتماعی دارای اهمیت است. هرچند که برای شناسایی عوامل مرتبط با رشد اجتماعی تلاش‌های نظری و تجربی زیادی صورت گرفته است؛ این تلاش‌ها کمتر متوجه شناسایی نقش نظام باورها، ارزش‌ها، سنن و آداب و رسوم و نگرش‌های افراد در رشد اجتماعی آنان بوده است (گیتانزالی و شرما<sup>۳</sup>، ۲۰۰۴). با مروری بر ادبیات پژوهش، تاکنون تعداد محدودی از پژوهش‌های داخلی، به مطالعهٔ ارتباط میان متغیرهای حمایت اجتماعی و رشد اجتماعی با تاب‌آوری دانشجویان پرداخته‌اند؛ لذا در این پژوهش حمایت اجتماعی و رشد اجتماعی بعنوان عوامل مؤثر بر تاب‌آوری مورد بررسی قرار خواهد گرفت. در صورت رابطه و نقش موثرترین متغیرهای مورد پژوهش آنگاه می‌توان برای ارتقای هرکدام از دیگری استفاده کرد و مسئولان می‌توانند با عنایت به چنین دستاوردهایی برنامه‌های عملی را تدارک ببینند و به پیشبرد اهداف آموزشی، ارتقای سلامت روان افراد بخصوص قشر جوان و دانشجویان و در نهایت جامعه، کمک رسانند؛ که آن منجر به ساخت جامعه‌ای سالم خواهد شد. لذا پژوهش حاضر قصد دارد که رابطه بین حمایت اجتماعی، رشد اجتماعی و تاب‌آوری را مورد بررسی قرار دهد و عوامل مؤثر در میزان تاب‌آوری و رشد اجتماعی افراد را شناسایی نماید.

## روش

**طرح پژوهش:** با توجه به بررسی رابطهٔ بین متغیرها، طرح پژوهش از نوع توصیفی به روش همبستگی است.

**آزمودنی‌ها:** جامعه آماری، شامل کلیه دانشجویان دختر و پسر مشغول به تحصیل در مقاطع سه-گانه کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکترای دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن در سال ۱۳۹۵ بودند. با توجه به هدف و تعداد متغیرها تعداد ۳۸۰ نفر (۱۸۹ دختر با میانگین سنی ۲۵/۴ و ۱۹۱ پسر با

1 Thomas

2 Pawar

3 Gitanjali & Sharma

میانگین سنی ۲۷/۲) با روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای مرحله‌ای انتخاب شدند. به منظور رعایت اصول اخلاقی، اجرای پرسش‌نامه با آگاهی و موافقت هر مشارکت‌کننده اجرا شد.

## ابزار

در این پژوهش از سه ابزار استاندارد استفاده شده است که عبارتند از:

**الف) پرسشنامه چند بعدی حمایت اجتماعی<sup>۱</sup> (زیمیت، دالم، زمیت و فارلی<sup>۲</sup> ۱۹۹۸):** این پرسشنامه به منظور اندازه‌گیری حمایت اجتماعی ادراکی ساخته شده است، با سه خرده‌مقیاس خانواده (گویه‌های ۳، ۴، ۸، ۱۱)، دوستان (گویه‌های ۶، ۷، ۹، ۱۲) و دیگران مهم (گویه‌های ۱، ۲، ۵، ۱۰) که مجموعاً دوازده گویه دارد. نمره‌گذاری براساس مقیاس لیکرت ۷ درجه‌ای (۱ به شدت مخالفم تا ۷ به شدت موافقم) انجام می‌شود. مشارکت‌کننده گزینه متناسب با احساس خود به میزان حمایت اجتماعی را انتخاب می‌کنند. زیمیت و همکاران (۱۹۸۸)، اعتبار پرسش‌نامه را خوب گزارش می‌کنند. در ایران نیز شکری و همکاران (۱۳۹۵) نشان دادند که ساختار سه‌عاملی این مقیاس برازش قابل قبولی با داده‌ها دارد و با آزمون آلفای کرونباخ ابعاد سه‌گانه خانواده، دوستان و دیگران مهم به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۴ و ۰/۸۹ است. همچنین مرادی، حاجی‌یخچالی و همکاران (۱۳۹۴) طی مطالعه‌ای اعتبار پرسش‌نامه را با ضریب آلفا ۰/۵۴ و با روش تنصیف ۰/۶۹ گزارش کردند.

**ب) مقیاس رشد اجتماعی واینلند (ادگار، ۱۹۵۳):** این مقیاس برای ارزیابی رشد اجتماعی مورد استفاده قرار می‌گیرد و یکی از مقیاس‌های تحولی است که میزان توانایی فرد در برآوردن نیازهای عملی و قبول مسئولیت را اندازه‌گیری می‌کند. این مقیاس دوره سنی تولد تا بالاتر از ۲۵ سالگی را دربرمی‌گیرد. تا ۱۲ سالگی برای هر سال، دارای سؤال‌های مجزا است ولی از ۱۲ سالگی به بعد، بین ۱۲ تا ۱۵ سالگی، ۱۸ تا ۲۰ سالگی، ۲۰ تا ۲۵ و بالاتر دارای سؤال‌های مشترک است. با این حال معلوم شده است که کارآمدی آن در سنین پایین، بیشتر است. در هر ماده اطلاعات مورد نیاز نه از طریق موقعیت‌های آزمون بلکه از راه مصاحبه با والدین و شخص مشارکت‌کننده به دست می‌آید.

اساس مقیاس بر این عامل استوار است که فرد در زندگی روزمره توانایی انجام چه کارهایی را در حد عادت و به طور معمول دارد. گویه‌ها به هشت طبقه خودیاری عمومی، ارتباط زبانی، اشتغال، خودفرمانی، خودیاری در لباس پوشیدن، خودیاری در غذا خوردن، و اجتماعی شدن در جابه‌جایی، تقسیم شده است. با توجه به نمره‌های شخص در مقیاس می‌توان سن اجتماعی را محاسبه کرد. در نمره‌گذاری علامت (\*) نشانه آن است که آزمودنی عمل مورد نظر را با موفقیت انجام می‌دهد یا

1 Social support

2 Zimet, Dahlem, Zimet & Farley

می‌دهد و یک نمره مثبت می‌گیرد. علامت (-) نشانه آن است که وی عمل مورد نظر را نتوانسته است انجام دهد و نمره‌ای نمی‌گیرد. اعتبار و روایی مقیاس واینلند ۰/۹۲ گزارش شده است (لاریجانی، ۱۳۸۰ به نقل از زادشیر، استکی و امامی‌پور، ۱۳۸۸). زادشیر و همکاران (۱۳۸۸) نیز اعتبار درونی آزمون را به روش همسانی درونی از طریق ضریب آلفای کرونباخ ۰/۶۸ گزارش کرده‌اند.

**ج) مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۰):** مقیاس مورد استفاده‌ی این پژوهش از مقیاس اصلی استخراج شده است (کمپبل، کوهن و استین<sup>۱</sup>، ۲۰۰۶). به طوری که از میان ۲۵ گویه ۱۰ مورد انتخاب و مواد مقیاس جدید تاب‌آوری را تشکیل داده است. کمپبل، کوهن و استین (۲۰۰۷) روایی پرسش‌نامه را خوب توصیف می‌کنند. گویه‌ها در مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت (صفر = هرگز تا ۴ = تقریباً همیشه) نمره‌گذاری می‌شود. حداقل نمره‌ی تاب‌آوری آزمودنی در این مقیاس صفر و حداکثر صد است. این مقیاس ابعاد مختلف تاب‌آوری همچون حس توانایی فردی، مقاومت در برابر تأثیرات منفی، پذیرش مثبت تغییر، حس حمایت و امنیت اجتماعی و معنویت را به روش حل مسئله ارزیابی می‌کند. محمدی (۱۳۸۴) اعتبار مقیاس را با آلفای کرونباخ ۰/۸۷ گزارش کرده است. همچنین در پژوهش حاضر به منظور بررسی پایایی مقیاس، از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد و ضریب ۰/۸۲ به دست آمد.

## یافته‌ها

جدول شماره ۱، میانگین و انحراف استاندارد نمره‌های گروه‌ها را در سه متغیر حمایت اجتماعی، رشد اجتماعی و تاب‌آوری، نشان می‌دهد.

جدول ۱- شاخص‌های توصیفی آزمودنی‌ها به تفکیک جنس و مقطع تحصیلی

متغیر	میانگین		انحراف استاندارد		آماره
	دختر	پسر	دختر	پسر	
لیسانس	۱۱/۵۵	۱۲/۰۶	۳/۳۸	۳/۵۴	حمایت خانواده
فوق‌لیسانس	۱۰/۰۹	۱۱/۷۹	۳/۷۲	۳/۶۲	
دکتری	۱۱/۵۵	۱۰/۹۳	۳/۴۵	۳/۵۱	حمایت دوستان
لیسانس	۱۲/۵۱	۱۲/۹۷	۳/۷۱	۳/۶۱	
فوق‌لیسانس	۱۱/۰۹	۱۲/۵۴	۳/۸۱	۳/۶۴	حمایت دیگران
دکتری	۱۳/۰۷	۱۲/۲	۴/۱۲	۳/۵۹	
لیسانس	۱۰/۱۸	۱۰/۹۴	۴/۲۲	۴/۴	حمایت دیگران
فوق‌لیسانس	۱۰/۲۶	۱۱	۴/۲	۳/۸۳	

آماره	میانگین				متغیر
	انحراف استاندارد		پسر	دختر	
حمایت اجتماعی	پسر	دختر	پسر	دختر	دکتری
	۳/۸۷	۴/۰۷	۱۰/۰۶	۱۱/۳۷	لیسانس
	۱۰/۶۹	۱۱/۵۵	۳۶/۵۲	۳۵/۶۳	فوق لیسانس
رشد اجتماعی	پسر	دختر	پسر	دختر	دکتری
	۱۱/۹۹	۱۰/۳	۳۶/۵۲	۳۳/۶۵	لیسانس
	۹/۲۷	۱۰/۳۳	۳۳/۲۶	۳۶/۱۱	فوق لیسانس
تاب‌آوری	پسر	دختر	پسر	دختر	دکتری
	۲/۰۴	۲/۰۴	۷/۸۷	۷/۸۱	لیسانس
	۲/۰۵	۲/۲۳	۸/۲۲	۷/۸۸	فوق لیسانس
	پسر	دختر	پسر	دختر	دکتری
	۲/۰۱	۲/۲۹	۸/۱۳	۷/۴۴	لیسانس
	۲۰/۰۷	۲۰/۰۷	۵۸/۲۹	۵۴/۵۷	فوق لیسانس
	۲۰/۴۸	۲۱/۹۴	۵۷/۰۹	۵۴/۹۵	دکتری
	۱۶/۲۵	۱۸/۱۲	۵۴/۶۶	۶۴/۲۲	

برای پاسخ به این پرسش که: آیا بین رشد اجتماعی و حمایت اجتماعی با تاب‌آوری رابطه وجود دارد؟ ابتدا از روش ضریب همبستگی پیرسون و بعد از تحلیل رگرسیون استفاده شد. نتایج در جدول زیر خلاصه شده است.

جدول ۲- خلاصه آزمون همبستگی پیرسون برای رابطه بین تاب‌آوری، حمایت اجتماعی و رشد اجتماعی

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	۱	۲	۳
۱. تاب‌آوری			—		
۲. حمایت اجتماعی			۰/۶۰**	—	
۳. رشد اجتماعی			۰/۴۳**	۰/۵۵**	—

$P < 0/0001$

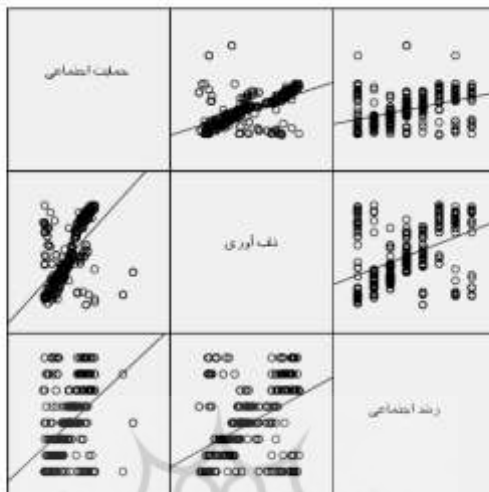
مطابق با نتایج مندرج در جدول شماره ۲، میزان ضریب همبستگی مشاهده شده در سطح معناداری ۰/۰۰۰۱ و با درجه آزادی ۳۷۸، برابر با معنادار است. به عبارتی، با ۹۹٪ اطمینان می‌توان گفت بین تاب‌آوری با حمایت اجتماعی و رشد اجتماعی و همچنین بین دو متغیر اخیر از لحاظ آماری رابطه معناداری وجود دارد، بدین صورت که افزایش تاب‌آوری دانشجویان با بهبود در میزان حمایت اجتماعی و سطح رشد اجتماعی افزایش می‌یابد. افزون بر این هر چه دانشجویان از حمایت اجتماعی بیشتری برخوردار باشند، رشد اجتماعی بالاتری نیز خواهند داشت.

برای بررسی وجود هم‌خطی چندگانه بین متغیرهای پیش‌بین، به شاخص‌های وضعیت و عامل تورم واریانس توجه شده است. با توجه به نتایج حاصل از پژوهش، مقادیر شاخص وضعیت کمتر از ۱۰ و عامل تورم واریانس کمتر از ۲ است که مقادیر بسیار مناسبی است؛ در نتیجه بین متغیرها هم‌خطی چندگانه وجود ندارد و پیش‌فرض برقرار است.

رابطه خطی بین متغیرها از طریق نمودارهای پراکنش بین متغیرها، بررسی شد و نمودارهای پراکنش به تفکیک متغیرهای پیش‌بین در مقابل متغیرهای وابسته همراه با خط رگرسیون ترسیم



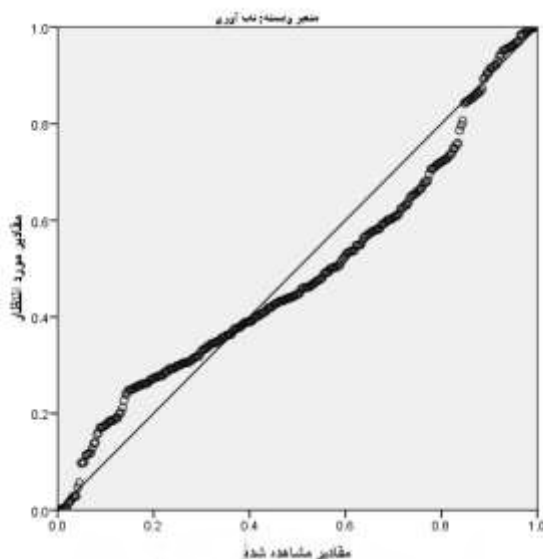
گردید. با توجه به نمودارهای پراکنش و خط رگرسیون در ماتریس نمودارها، مشاهده می‌گردد که روابط خطی در بین متغیرهای پژوهش برقرار است.



#### نمودار ۱- ماتریس پراکنش متغیرهای تحقیق به همراه خط رگرسیون

برای بررسی مفروضه‌های رگرسیون از نمودار پراکنش احتمال تجمعی مقادیر مورد انتظار و مشاهده شده برای متغیر ملاک (تاب‌آوری) استفاده شد. همان‌گونه که در نمودار شماره ۲ مشاهده می‌شود پس‌ماندها دارای توزیع نرمال هستند و نقاط در اطراف قطر اصلی قرار گرفته‌اند و نمودار پراکنش احتمال تجمعی در مجموع دارای شیب ۴۵ درجه است.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی  
پرتال جامع علوم انسانی



نمودار ۲- پراکنش احتمال تجمعی مقادیر مورد انتظار در مقابل مقادیر مشاهده شده

از جمله مفروضه‌های مهم در تحلیل رگرسیون چندمتغیری، عدم همبستگی پس‌ماندهاست؛ که برای بررسی این مفروضه آماره دوربین- واتسون، محاسبه گردید و معادل  $1/894$  به دست آمد که حاکی از عدم همبستگی بین مقادیر پس‌ماندهاست. بعد از رعایت پیش فرض‌ها از روش تحلیل رگرسیون استفاده با کمک نرم افزار SPSS گردید که خلاصه نتایج در جداول زیر ارائه می‌گردد.

جدول ۳- نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون چند متغیری

R	مجدور R	مجدور R اصلاح شده	خطای استاندارد برآورده
۰/۱۶۳	۰/۰۲۵	۰/۰۱۷	۲/۱۳

چنان‌که جدول ۳ نشان می‌دهد، نمره همبستگی رشد اجتماعی و حمایت اجتماعی با تاب‌آوری  $0/163$  معنی‌دار است؛ به بیان دیگر بین رشد اجتماعی و حمایت اجتماعی با تاب‌آوری رابطه معنادار وجود دارد و با افزایش در نمره رشد اجتماعی و حمایت اجتماعی، نمره تاب‌آوری نیز افزایش می‌یابد. در نهایت با توجه به اطلاعات جدول ۳، فرض افزایش تاب‌آوری از طریق رشد اجتماعی و حمایت اجتماعی با تحلیل واریانس (آنوا) با  $F=3/296$  در سطح  $p=0/015$  تأیید شد.

**جدول ۴- تحلیل واریانس برای خطی بودن روابط بین متغیرهای مورد مطالعه**

سطح معناداری	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	
۰/۰۱۵	۳/۲۹۶	۱۴/۹۵۴	۲	۴۵/۷۷۲	رگرسیون
		۴/۶۱۰	۳۷۷	۱۵۱۸/۹۱۴	باقیمانده
			۳۷۹	۴۴۹۹/۳۲۶	کل

نتایج به دست آمده در مورد رابطه بین حمایت اجتماعی و رشد اجتماعی با تاب‌آوری دانشجویان که در جدول ۴ آمده است نشان می‌دهد، متغیر رشد اجتماعی و حمایت اجتماعی در ارتباط با تاب‌آوری دانشجویان دارای ضریب معنی‌دار می‌باشد.

**جدول ۵- ضرایب مربوط به رابطه بین رشد اجتماعی و حمایت اجتماعی با تاب‌آوری دانشجویان**

سطح معناداری	t	ضرایب استاندارد شده	ضرایب استاندارد نشده		
		بتا	خطای استاندارد	B	
۰/۰۰۰	۱۳/۴۰۱	---	۰/۹۳۸	۱۳/۴۸۱	مقدار ثابت
۰/۰۰۹	۲/۳۲۸	۰/۱۲۴	۰/۰۰۳	۰/۰۱۰	رشد اجتماعی
۰/۰۱۴	۲/۴۴۰	۰/۱۳۷	۰/۰۰۴	۰/۰۱۳	حمایت اجتماعی

به منظور آزمون فرضیه مبتنی بر تفاوت معنادار حمایت اجتماعی و رشد اجتماعی با تاب‌آوری دانشجویان مقاطع تحصیلی مختلف، از تحلیل واریانس یک‌راهه استفاده شد و خلاصه آن در جدول ۶ نشان داده شده است.

**جدول ۶- نتیجه آزمون تحلیل واریانس یک‌راهه برای تفاوت مقاطع تحصیلی در سه متغیر پژوهش**

سطح معناداری	F	مجدور میانگین	درجه آزادی	مجموع مجذورات	شاخص منبع تغییرات
۰/۷۲۳	۰/۳۲۵	۱/۴۳۵	۲	۲/۸۹۶	حمایت اجتماعی
		۴/۴۲	۳۷۷	۱۶۶۶/۴۸۹	بین گروهی
			۳۷۹	۱۶۶۹/۳۵۸	درون گروهی
					مجموع
					رشد اجتماعی
۰/۵۸۶	۰/۵۳۶	۲۱۶/۳۸۹	۲	۴۳۲/۷۷۷	بین گروهی
		۴۰۴/۰۸۵	۳۷۷	۱۵۲۳۹/۹۰۷	درون گروهی
			۳۷۹	۱۵۲۷۷۲/۶۸۴	مجموع
					تاب‌آوری
۰/۴۹	۰/۷۱۴	۸۴/۹۱۴	۲	۱۶۹/۸۲۷	بین گروهی
		۱۱۸/۸۹۳	۳۷۷	۴۴۸۲۲/۴۹۹	درون گروهی
			۳۷۹	۴۴۹۹۲/۳۲۶	مجموع

مطابق نتایج جدول ۶، تفاوت رشد اجتماعی دانشجویان مقاطع مختلف با ۰/۳۲۵، حمایت اجتماعی با ۰/۵۳۶ و تاب‌آوری با ۰/۷۱۴ معنادار نیست و در نتیجه فرضیه پژوهش رد می‌شود و می‌توان گفت: رشد اجتماعی، حمایت اجتماعی و تاب‌آوری دانشجویان مقاطع مختلف تحصیلی از لحاظ آماری تفاوت معنادار ندارد.

نتایج رگرسیون گام به گام در جدول زیر خلاصه شده است. خروجی حاصل، شامل ۲ گام بود.

جدول شماره ۷- ضرایب استاندارد، مجذور همبستگی چندمتغیری و تغییرات آن در مدل رگرسیون گام به گام

گام	متغیرهای پیش‌بین	beta	R <sup>2</sup>	ΔR <sup>2</sup>	t	F
۱	حمایت اجتماعی	۰/۶۰۱	۰/۳۶۱	۰/۳۶	۱۴	۲۱۳
					۶۲**	۷۴۳**
۲	حمایت اجتماعی	۰/۴۹۲	۰/۴۱۴	۰/۴۱	۱۱	۱۳۲
	رشد اجتماعی	۰/۲۵۳			۵/۷۹**	۹۱۴**

\*\* P < 0/01  
متغیر ملاک: تاب‌آوری

با توجه به یافته‌های جدول فوق، مشاهده می‌گردد که در گام اول، حمایت اجتماعی دارای ضریب پیش‌بینی معنادار است، به گونه‌ای که مقدار t مشاهده شده (۱۴/۶۲) از مقدار بحرانی آن در سطح ۰/۰۱ (۲/۵۷) بزرگتر است. در نتیجه در این گام هر یک انحراف معیار تغییر در حمایت اجتماعی، با ۰/۶ افزایش انحراف معیار در تاب‌آوری، همایند است. توان پیش‌بینی گام اول در حدود ۳۶ درصد است ( $R^2 = 0/361$ ).

در گام دوم ضرایب بتا، برای حمایت اجتماعی ( $t = 11/27, p < 0/01$ ) و رشد اجتماعی ( $t = 5/79, p < 0/01$ ) معنادار است. با توجه به مقادیر ضریب بتا برای حمایت اجتماعی (۰/۴۹۲) و رشد اجتماعی (۰/۲۵۳) مشاهده می‌گردد که هر یک انحراف تغییر در این متغیرها به ترتیب ۰/۴۹۲ و ۰/۲۵۳ انحراف تغییر در تاب‌آوری ایجاد می‌کند. در این مدل توان پیش‌بینی حمایت اجتماعی حدود ۴۱ درصد افزایش یافته است ( $\Delta R^2 = 0/41$ ). در این مدل نیز با توجه به ضرایب بتا مشاهده می‌گردد که حمایت اجتماعی پیش‌بینی‌کننده قوی‌تر و مناسب‌تری برای تاب‌آوری دانشجویان است.

## بحث و نتیجه‌گیری

در مقاله حاضر، رابطه بین رشد اجتماعی و حمایت اجتماعی با تاب‌آوری دانشجویان دختر و پسر شاغل به تحصیل در مقاطع سه‌گانه کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکترای دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن بررسی شد و سهم هر یک از عوامل رشد اجتماعی و حمایت اجتماعی بر تاب‌آوری دانشجویان، مطالعه و تعیین شد. نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌ها، بیان‌کننده این است که میزان ضریب همبستگی مشاهده شده بین رشد اجتماعی و حمایت اجتماعی با تاب‌آوری دانشجویان در سطح معناداری  $0/0001$  و با درجه آزادی ۳۷۸ برابر با معنادار است. به عبارتی، با  $99\%$  اطمینان می‌توان گفت بین تاب‌آوری با حمایت اجتماعی و رشد اجتماعی و همچنین بین دو متغیر اخیر از لحاظ آماری، رابطه معناداری وجود دارد، بدین صورت که افزایش تاب‌آوری دانشجویان با بهبود در میزان حمایت اجتماعی و سطح رشد اجتماعی افزایش می‌یابد. افزون بر این هرچه دانشجویان از حمایت اجتماعی بیشتری برخوردار باشند، رشد اجتماعی بالاتری نیز خواهند داشت. یافته‌های مطالعه حاکی از آن است که بین رشد اجتماعی و حمایت اجتماعی رابطه معناداری وجود دارد یعنی اینکه هرچقدر حمایت اجتماعی دانشجویان بیشتر تأمین شود به همان نسبت رشد اجتماعی آن‌ها افزایش می‌یابد. بین تاب‌آوری و حمایت اجتماعی رابطه معناداری وجود دارد یعنی اینکه هرچقدر حمایت اجتماعی دانشجویان بیشتر تأمین شود به همان نسبت تاب‌آوری آن‌ها افزایش می‌یابد.

نتایج بدست آمده با پژوهش‌های زیر همسو و هم جهت است؛ نتایج پژوهش توماس<sup>۱</sup> (۲۰۰۳) حاکی از آن است که حمایت اجتماعی از جمله عوامل پیش‌بینی‌کننده و مرتبط با رشد اجتماعی افراد، بخصوص نوجوانان و جوانان، به شمار می‌آید. نتایج تحقیق حاضر با نتایج درتون، شری و سیرسی<sup>۲</sup> (۱۹۹۷)، راف و سینگر<sup>۳</sup> (۲۰۰۰) نیز همسو می‌باشد. سینگر<sup>۴</sup> (۲۰۰۰) در مطالعاتی در خصوص مقایسه رشد اجتماعی دانش‌آموزان مشارکت‌کننده در فعالیت‌های مدرسه با گروه غیر مشارکت‌کننده به این نتیجه رسیدند که فعالیت‌های ورزشی و گروهی، باعث افزایش مهارت‌های اجتماعی از جمله مسئولیت‌پذیری، رشد مهارت‌های حل مسئله، بهبود روابط بین فردی، تصمیم‌گیری و رشد اجتماعی در دانش‌آموزان می‌شوند. همچنین جدیدترین مطالعات در این زمینه از نتایج پژوهش حاضر از جمله مو و

1 Thomas

2 Dretton, Sheri

3 Ryff & Singer

4 Singer

همکاران (۲۰۱۴)، بیرو و همکاران (۲۰۱۵)، بارسلاتا و همکاران (۲۰۱۲)، گودینگ و همکاران (۲۰۱۱)، سی یز و ساوی (۲۰۱۰)، مبنی بر ارتباط حمایت اجتماعی و تاب‌آوری نیز حمایت می‌کنند.

در تبیین نتایج می‌توان گفت حمایت اجتماعی با واکنش‌پذیری فرد علیه تجربه کردن فشارها قبل از اینکه رخ دهند، فشار روانی را کاهش می‌دهد. تاب‌آوری نیز به واسطه کاهش هیجان‌های منفی و افزایش سلامت روان، رضایت بیشتر از زندگی را در پی دارد و به عنوان منبعی برای تسهیل غلبه بر مصائب، مشکلات، مقاومت در برابر استرس و از بین بردن اثرات روانی آنها تعریف شده است. یافته‌های این پژوهش همگام با دیگر پژوهش‌ها گویای این است که افراد دارای تاب‌آوری بالا، در شرایط استرس‌زا و موقعیت‌های ناگوار، سلامت روانشناختی خود را حفظ می‌نمایند و دارای سازگاری روانشناختی هستند. لازاروس<sup>۱</sup> (۱۹۹۳) و بسیاری از پژوهشگران معتقدند افرادی که عضوی از یک شبکه اجتماعی گسترده هستند، آسیب کمتری از رویدادهای فشارآور دارند. در پژوهشی که توسط اسمیت و یانگ<sup>۲</sup> (۲۰۰۴) انجام گرفت مشخص شد، در بین زنان و افرادی که حوادث آسیب‌زا را تجربه کرده‌اند، آن دسته از افرادی که از حمایت اجتماعی برخوردار بوده‌اند، نمره کمتری در حوادث آسیب‌زا کسب نموده‌اند. همچنین بندورا<sup>۳</sup> (۲۰۰۷) معتقد است تاب‌آوری، ظرفیت افراد برای سالم ماندن، مقاومت و تحمل در شرایط سخت و پرخطر است که فرد نه تنها بر آن شرایط دشوار فائق می‌شود بلکه طی آن و با وجود آن قوی‌تر نیز می‌گردد. این فرایند خود به خود ایجاد نمی‌شود مگر اینکه فرد در موقعیت دشوار و ناخوشایندی قرار گیرد تا برای رهایی از آن یا صدمه‌پذیری کمتر، حداکثر تلاش را برای کشف و بهره‌گیری از عوامل محافظت‌کننده (فردی و محیطی) در درون و بیرون خود که همواره به صورت بالقوه وجود دارد، بکار گیرد. با توجه به نتایج تحقیق، حمایت اجتماعی می‌تواند بر روی رشد اجتماعی تأثیر داشته باشد. در نتیجه باید تلاش شود تا امکانات لازم برای افزایش حمایت اجتماعی و تاب‌آوری چه توسط خانواده‌ها و چه توسط جامعه برای جوانان فراهم شود و از سوی دیگر فرصت‌های شغلی مناسب برای جوانان ایجاد شود تا جوانان با توجه به استعدادها و مهارت‌های خود بتوانند به رشد اجتماعی و موقعیت‌های شغلی خوب دست یابند. جامعه باید تلاش کند تا منابع حمایتی مناسب را نیز به جوانان معرفی نماید تا احساس ناامیدی در آنها از بین برود و

1 Lazarus

2 Smith, Young

3 Bandura

به رضایتمندی بیشتری برسند و در نتیجه، همه اینها منجر به رشد اجتماعی و شکوفایی استعدادهای آنها خواهد شد.

پژوهش حاضر پیشنهاد می‌کند برنامه‌های ترویجی و آموزشی در ابعاد گوناگونی همچون مدیریت خانه و خانواده، مهارت‌های زندگی، مباحث تربیتی و رفتاری فرزندان لحاظ شود تا حمایت اجتماعی در جوانان افزایش یابد و به تبع آن گامی مثبت به سمت افزایش تاب‌آوری و ارتقای سلامت روان برداشته شود.

## منابع

- بوساحقی، م؛ حاجی‌یخچالی، ع. و مروتی، ذ. (۱۳۹۴). رابطه علی مدیریت زمان و حمایت اجتماعی ادراک شده با بهزیستی روان‌شناختی و عملکرد تحصیلی با میانجی‌گری تئیدی تحصیلی و خودکارآمدی تحصیلی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز. مجله دستاوردهای روان‌شناختی، ۲۲(۱): ۲۰۹-۲۲۶.
- حیدرزاده، م؛ قهرمانیان، ا؛ حقیقت، ع. و یوسفی، ا. (۱۳۸۸). ارتباط بین کیفیت زندگی و حمایت اجتماعی در بیماران سکتة مغزی. نشریه پرستاری ایران، ۲۲(۵۹): ۳۲-۳۳.
- رنجبر نوشری، ف؛ محمودعلیلو، م؛ اسدی، م؛ قدرتی، ی و نجارمبارکی، س. م. (۱۳۹۱). مقایسه راهبردهای مقابله با استرس، کمال‌گرایی و خودکارآمدی در افراد مبتلا به اختلال مصرف مواد و افراد بهنجار. فصلنامه اعتیاد پژوهی سوء مواد، ۷(۲۵): ۳۹-۵۶.
- زادشیر، ف؛ استکی، م و امامی‌پور، س. (۱۳۸۸). مقایسه قضاوت اخلاقی و رشد اجتماعی دانش‌آموزان دبستان‌های غیرانتفاعی تحت تعلیم آموزش قرآن به شیوه حفظ با معانی با غیرانتفاعی عادی. روانشناسی کاربردی، ۳(۱۰/۲): ۲۵-۴۷.
- سیدمحمودی، س. ج. (۱۳۹۰). عوامل مؤثر بر تاب‌آوری در افراد مواجه شده با ضربه روانی. پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی و مشاوره دانشگاه فردوسی مشهد، ۱(۱): ۵-۱۴.
- شکری، ا؛ کرمی نوری، ر؛ فراهانی، م و مرادی، ع. (۱۳۹۵). رواسازی میان فرهنگی مقیاس چندبعدی حمایت اجتماعی ادراک شده در دانشجویان ایرانی و سوئدی. مجله تحقیقات فرهنگی ایران، ۹(۲): ۷۵-۱۰۰.
- شیشه‌گر، س؛ دولتیان، م؛ بختیاری، م؛ علوی‌مجد، ح. (۱۳۹۲). بررسی رابطه حمایت اجتماعی با کیفیت زندگی و میزان استرس در زنان باردار. نشریه علمی پژوهشی دانشکده پرستاری و مامایی، ۲۳(۸۱): ۲۷-۳۳.

- فتحی، آ؛ پازنده، ا. (۱۳۷۸). مقایسه رشد اجتماعی کودکان ۳ ساله ساکن مراکز نگهداری شبانه-روزی با سایر کودکان عادی. پایان نامه جهت دریافت درجه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران مرکزی، دانشکده روانشناسی و علوم اجتماعی.
- قمری،؛ رضاخانی، س و ملالو، م. (۱۳۹۳). بررسی دلزدگی زناشویی با حمایت اجتماعی ادراک شده و جهت‌گیری زندگی. فصلنامه مشاوره و روان‌درمانی، ۳ (۱۱): ۴۵-۶۳.
- کرکی‌زاده سورشجانی، ن. (۱۳۹۱). بررسی رابطه بین وابستگی به اینترنت و مهارت‌های اجتماعی دانشجویان. گاهنامه پژوهشی دانشگاه پیام‌نور استان چهارمحال و بختیاری، شماره ششم، ویژه‌نامه علوم انسانی.
- محمدی، م. (۱۳۸۴). بررسی اولیه اعتبار و اعتبار مقیاس اعتماد به نفس روزنبرگ. روانشناسی رشد، روانشناسی، (۴): ۳۱۳ - ۳۲۰.
- Bandura, A. (2007). A genetic perspective on positive psychology in S. j. lopez (ed). The science of human flourishing. New York: praeger.
- Callaghan, P. & Morrissey, J. (1993). social support and health :a review Journal of Advanced Nursing, (18), 203-210.
- Campbell- sills, L., Cohen, S. L. & Stein, M. B. (2006). Relationship or resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. Behaviour Research and Therapy, 44, 585-599.
- Clauss-Ehlers C. S. (2008). Sociocultural factors, resilience, and coping support for a culturally sensitive measure of resilience. J Appl Dev Psychol.; 29(3):197-212.
- Davidson, R. J. (2000). "Affective style, psychopathology, and resilience: Brain mechanisms and plasticity. American Psychologist, 55, 1196-1214.
- Diener, E., Lucas, R., Schimmack, U. & Helliwell, J. (2009). Well-being for Public Policy. New York:Oxford University Press.
- Dreton, s. L. & Sheri. (1997). The forgotten intervention: How to design environment that foster friendship. Research, Today's –Youth: The – community – cirde of Journal. 2: 6-10.
- Friborg, O., Hjemdal, O., Rosenvinge, O. H., Martinussen, M., Aslaksen, M. & Flaten, M. A. (2006). Resilience as a moderator of pain and stress. Journal of Psychosomatic Research, 61,213-219.
- Gitanjali, S. (2004). A Comparative Study of the Personality Characteristics of Primary- School Student with Learning Disabilities and Their Non Learning Disabled Peers.
- Lazarus, R. S. (1993). From psychological stress to the emotions: A history of changing outlook. Annual Review of Psychology, 44, 1-21.
- Lee, J. E. C., Sodom, K. A. & Zamorski, M. A. (2013). Longitudinal Analysis of Psychological Resilience and Mental Health in Canadian Military Personnel Returning From Overseas Deployment Higher-order



- model of resilience in the Canadian Forces. *Journal of Occupational Health Psychology*, 18, (3), 327–337.
- Masten, A. S., Best, K. M. & Garmezy. (1990). Resilience and development: contributions from the study of children who overcome adversity. *Development and Psychology*, 2, (4), 425-444.
  - Pawar, M. (2014). *Social and community development practice*. New Delhi, India: SAGE Publications India Pvt Ltd.
  - Rak, F. C., & Patterson, L. (1999). Promoting resilience in at risk children. *Journal of counseling and development*.21,328-340.
  - Ryff , C. D. & Singer, B. ( 2000 ). Interpersonal flourishing : Appositive health agenda for the new millennium. *Personality and social psychology review* , 4 , 30 , 44.
  - Sarafino, E. P. & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
  - Schulz, U. & Schwarzer, R. (2004). Long-term effects of spousal support on coping with cancer after surgery. *Journal of Social and Clinical Psychology*,23(5), 716.
  - Shin, SH. & Lee, S. (2011). Caregiver social support for children involved with child welfare: correlates and racial/ethnic variations. *J Public Child Welfare*;5(4):349-368.
  - SM, S. J. ,Genghis. Rahimi, Mohammad, N. (1390). Factors influencing resilience in individuals exposed to trauma. *Research in clinical psychology and counseling (psychology and educational studies)*;1(1):5-14.
  - Smith, N., Young, A. & Lee, C. (2004). Optimism, health-related hardiness and Well-Being among older Australian Women. *Journal of health psychology*, vol. 9, (6), 741-752.
  - Steensma, H., Heijer, M. D. & Stallen, V. (2007). Effects of resilience training on the reduction of stress and depression among Dutch workers. *Quarterly of Community Health Education*, 27(2), 145-159.
  - Strazdins, L. (2007). Broom DH. The mental health costs and benefits of giving social support. *Int J Stress Manag.*;14(4):370
  - Teon, H. J. (2008). A comparison of headache and non-headache sufferers on measures of social support and mental problems: *Malaysian Family Physician*:3(2):82-86.
  - Thomas, G. P. (2003). Conceptualisation, development and validation of an instrument for investigating the metacognitive orientation of science classroom learning environments:The Metacognitive Orientation Learning Environment Scale □ Science (MOLES □ S).*Learning Environments Research*, 6, 175 □97.
  - Tol, W. A., Song, S. & Jordans, M. J. D. (2013). Annual Research Review: Resilience and mental health in children and adolescents living in areas of

- armed conflict – a systematic review of findings in low- and middle-income countries, *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 11, 1-16.
- Victor, B. & Cullen, J. B. (1988). The Organizational Bases of Ethical Work Climates. *Administrative Science Quarterly*, 33, 101-125.
  - Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G. & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52 (1), 30-41.

