



Impulsivity Prediction Model: The Role of Perfectionism Dimensions and Coping Strategies

Mojtaba Zohrabi * PhD Student in Clinical Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran.

Mehdi Reza Sarafraz Assistant Professor of Clinical Psychology, Department of Clinical Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Shiraz University, Shiraz, Iran.

Abstract

Impulsivity is considered as a related component of risk factor in military and has particular importance, so risks such as suicide, addiction, substance abuse, and aggression can be prevented by predicting its dimensions. The aim of this study is to predict the impulsivity of the army by using the dimensions of perfectionism and their coping strategy. This research was conducted using descriptive, correlation, and survey methods. The statistical population included all military personnel in three barracks in Shiraz. 145 people were selected as the sample size by cluster and random samplings. The research instruments included Bart's Impulsivity Scale (1997), Hill Perfectionism (2004) and Lazarus and Welkman Coping Strategies (1984) and the data were analyzed using Pearson correlation coefficient and stepwise regression. The components of organization and scape or avoidance the effective variables in impulsivity were predictive. Based on the findings of this study, the mean level of attention impulsivity variance of military by organizational variables, focus on mistakes, escape and avoidance, troubleshooting and also 34% of the common variance of motor impulsivity by the variables such as problem solving, escape and avoidance, Perception of pressure, order and organization and finally 49% of the common variance of impulsivity were explained by the variables of organization, perception of pressure, purposefulness, confrontation, scape and avoidance, and acceptance of responsibility. The results showed that some dimensions of perfectionism and coping strategies can be effective in pretending to be impulsive.

Keywords: Impulsivity, Dimensions of Perfectionism, Coping Strategies, Military Forces.

* Corresponding Author: Mojtaba.zohrabi62@yahoo.com



الگوی پیش‌بینی تکانشگری: نقش ابعاد کمال‌گرایی و راهبردهای مقابله‌ای

مجتبی ظهرابی*

دانشجوی دکتری رشته روانشناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران.

مهدی رضا سرافراز

استادیار روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شیراز، شیراز، ایران.

چکیده

تکانشگری به‌عنوان سازه‌ای مرتبط با عوامل خطر در نظامیان دارای اهمیت ویژه‌ای است تا با پیش‌بینی ابعاد آن بتوان از خطرانی نظیر خودکشی، اعتیاد، بدرفتاری‌ها و پرخاشگری جلوگیری کرد. پژوهش حاضر باهدف پیش‌بینی الگوی تکانشگری نظامیان با استفاده از ابعاد کمال‌گرایی و راهبردهای مقابله‌ای آن‌ها صورت می‌گیرد. این پژوهش به روش توصیفی، از نوع همبستگی و به‌صورت پیمایشی انجام گرفت. جامعه آماری شامل کلیه نظامیان مشغول به خدمت در سه پادگان مستقر در شیراز و حجم نمونه ۱۴۵ نفر بودند که به‌صورت خوشه‌ای و تصادفی انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه‌های تکانشگری بارات (۱۹۹۷)، کمال‌گرایی هیل (۲۰۰۴) و راهبردهای مقابله‌ای لازاروس و فولکمن (۱۹۸۴) بود و داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون گام‌به‌گام تحلیل شدند. مؤلفه‌های نظم و سازمان‌دهی و فرار و اجتناب از متغیرهای تأثیرگذار در پیش‌بینی تکانشگری بودند بر اساس یافته‌های این مطالعه سطح متوسطی از واریانس تکانشگری توجیهی نظامیان توسط متغیرهای نظم و سازمان‌دهی، تمرکز بر اشتباهات، فرار و اجتناب، مشکل‌گشایی و همچنین ۳۴ درصد از واریانس مشترک تکانشگری حرکتی نیز توسط متغیرهای مشکل‌گشایی، فرار و اجتناب، ادراک فشار، نظم و سازمان‌دهی و درنهایت ۴۹ درصد از واریانس مشترک تکانشگری بی‌برنامگی توسط متغیرهای نظم و سازمان‌دهی، ادراک فشار، هدفمندی، رویارویی، فرا و اجتناب و مسئولیت‌پذیری تبیین می‌شود. نتایج پژوهش حاضر، ضرورت بازشناسی نقش ابعاد مختلف کمال‌گرایی و راهبردهای مقابله‌ای را در پیش‌بینی تکانشگری نظامیان مورد تأکید قرار می‌دهد.

کلیدواژه‌ها: تکانشگری، ابعاد کمال‌گرایی، راهبردهای مقابله‌ای، نظامیان.

مقدمه

شناسایی ویژگی‌ها و خصوصیات شخصیتی در جهت پیش‌بینی عوامل خطر و موفقیت در نیروهای نظامی از اهمیت بالایی برخوردار است تا سازمان‌های نظامی هر کشور بتوانند عملکرد مناسبی را هم از لحاظ استخدام و هم از نظر به‌کارگیری این نیروها در شغل‌ها و رسته‌های موردنظر داشته باشند. (مایرزس و همکاران^۱، ۲۰۱۸). یکی از کلیدی‌ترین صفات و ویژگی‌های شخصیتی برای شروع رفتارهای اجباری افراد، تکانشگری است. (سرانوfernandez و همکاران^۲، ۲۰۱۹). به‌طور کلی، تکانشگری عبارت‌اند از پاسخ‌های سریع و برنامه‌ریزی نشده به محرک‌های درونی و بیرونی، بدون در نظر گرفتن پیامدهای منفی این واکنش‌ها برای خود یا دیگران. (کتباچی و همکاران^۳، ۲۰۱۷). در این باره، تکانشگری بارها بر پایه سه مقوله تبیین شده است: تکانشگری توجهی که از تصمیمات سریع؛ تکانشگری حرکتی که از عمل کردن بدون تصمیم‌پیشین و تکانشگری بی‌برنامگی که از توجه و تمرکز به زمان حال و عدم آینده‌نگری ناشی می‌شود (اختیاری و همکاران، ۱۳۸۷).

ویژگی‌های عمدتاً مخرب تکانشگری موجب گردید که در طول سالیان گذشته، پژوهشگران این حوزه بر سازه‌های روانی متعددی دست‌نهند تا به عوامل اثرگذار آن پی‌برده و از سیر ایجاد تشدید آن بکاهند. در این زمینه، یکی از برجسته‌ترین سازه‌ها، کمال‌گرایی بوده که آن را تلاش برای بی‌عیب و نقص بودن تعریف می‌نمایند (مایرزس و همکاران، ۲۰۱۸). کمال‌گرایی در قالب گرایش افراطی فرد در توجه به شکست‌ها و خودانتقادگری بیش‌ازحد و در نتیجه انتظارات غیرمعقول و توجه ناکارآمد نسبت به عملکرد مشخص می‌شود (گلستانی و همکاران، ۱۳۹۷). محققان بر این باورند که کمال‌گرایی دارای ساختار چندبعدی با الگوهای پیش‌بینی متفاوتی است که می‌توان به جنبه‌های مثبت (کمال‌گرایی سازگار) و منفی (کمال‌گرایی ناسازگار) آن نگاه متفاوتی داشت. معیارهای کمال‌گرایی سازگار در بعد فردی شامل انجام کارها و تکالیف به موقع، دقت برای موفقیت، بی‌نقص بودن در موقعیت و محدودیت‌ها، احساس خودارزشمندی مستقل از عملکرد و داشتن افکار متعادل که در نیروهای نظامی مهم تلقی می‌شود و کمال‌گرایی ناسازگار را با معیارهای عالی از انعطاف‌ناپذیری مرتبط می‌دانند که اغلب فراتر از انتظار بوده و به‌عنوان خصوصیتی همچون ترس از شکست، تمرکز بر روی اشتباهات، نوعی احساس خودارزشمندی وابسته به عملکرد و یک‌الگوی تفکر سیاه یا سفید شناخته می‌شود که این خصوصیات، ناسازگار

1. Myrseth et al
2. Serrano-Fernández et al
3. Kotbagi et al

با جنبه‌های نظامی تلقی می‌گردد (مایرزس و همکاران، ۲۰۱۸). به‌طور کلی، کمال‌گرایی (عمدتاً ناسازگار) را به‌عنوان نوعی عامل خطر در خودکشی و افکار خودکشی‌گرایانه می‌پندارند (اسمیت و همکاران، ۲۰۱۸) که از طریق ترس از تحقیر شدن ناشی از شکست با رفتارهای تکانشگری (نظیر خودکشی) در ارتباط هست (پیا و همکاران، ۲۰۲۰).

در سوی دیگر، رفتارهای تکانشی را می‌توان در قالب مجموعه‌ای از رفتارهای مخاطره‌آمیز مشاهده نمود که دربرگیرنده طیف گسترده‌ای از رفتارهای رشدنیافته و لذت‌جویان و راهبردهای مقابله‌ای بیمارگون بوده که هسته اصلی بسیاری از آسیب‌های روانی و اجتماعی را تشکیل می‌دهد و بر همین اساس، بسیاری بر این باورند که راهبرد مقابله‌ای مؤثر و واقع‌بینانه می‌تواند منجر به کنترل تکانشگری و اداره مؤثر شرایط شود (اوه و همکاران، ۲۰۱۹). در حقیقت، راهبردهای مقابله‌ای سازگار می‌تواند به فرد در هنگام مواجهه با مشکلات کمک کند تا دریافتن روش‌های مقابله با استرس و تنش‌ها موفق‌تر عمل کند (مانتزیس، ۲۰۱۴). در یک چشم‌انداز کلی، راهبردهای مقابله‌ای را می‌توان به‌عنوان «تلاش‌های شناختی و رفتاری برای تسلط، تحمل یا کاهش خواسته‌ها و درگیری‌های بیرونی و درونی ایجادشده در اثر شرایط استرس‌زا» تعریف نمود (کاریج و همکاران، ۲۰۲۰). این راهبردها را عمدتاً به دودسته سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار و سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار تقسیم می‌کنند. در سبک مقابله مسئله‌مدار شخص به‌طور مستقیم بر روی موقعیت‌های استرس‌آور کار می‌کند و از این طریق اثرات رنج‌آور ناشی از موقعیت را بر روی خود کاهش می‌دهد. دست‌کاری موقعیت مشکل‌ساز، شناسایی راه‌هایی برای حل مسئله و جستجوی حمایت اجتماعی نمونه‌هایی از اقدامات در سبک مقابله مسئله‌مدار است (مارتی، ۲۰۱۰). راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار که بر اساس آن، فرد بر خود متمرکز شده و تمام تلاش او متوجه کاهش احساسات ناخوشایند خویش است. واکنش‌های مقابله‌ای هیجان‌مدار شامل گریه کردن، عصبی و ناراحت شدن، پرداختن به رفتارهای عیب‌جویان، اشتغال ذهنی و خیال‌پردازی است و راهبردهای اجتنابی مستلزم انکار یا کوچک شمردن موقعیت‌های تنش‌زا است؛ که افراد هشیارانه تفکرات تنش‌زا را واپس‌رانی کرده و تفکرات دیگری را جایگزین آن می‌کنند (هام، ۲۰۱۳). به‌طور کلی، محیط‌های نظامی برای افرادی که در آن کار می‌کنند استرس‌زا است. با این حال، اکثریت افراد

-
1. Smith et al
 2. Pia et al
 3. Oh et al
 4. Mantzios, M
 5. Craig et al
 6. Marty et al
 7. HaM, R

نظامی به دلیل رابطه زیردستی و تحت امر بودن، آموزش‌های سخت و طاقت‌فرسای نظامی، فعالیت‌های فیزیکی، دوری از خانه، شرایط نامطمئن و غیرقابل پیش‌بینی استرس زیادی را تحمل می‌کنند (مانتریوس، ۲۰۱۴). از طرفی کمال‌گرایی در نظامیان که اغلب با دقت و حساسیت بالا در کارها، وقت‌شناسی، نظم و ترتیب و انجام بدون نقص دستورات و تمرینات نظامی همراه است می‌تواند استرس مضاعف‌تری را ایجاد کند که ناتوانی در کنترل این تکانه‌ها منجر به تصمیم‌گیری نادرست و اشتباه می‌شود و سطح بالاتری از تکانشگری را به وجود می‌آورد و در نهایت ممکن است افراد برای مقابله با استرس‌ها و نگرانی‌ها به رفتارهای پرخطر تکانشی روی آورند.

بنابراین اهمیت تکانشگری و ویژگی‌های آسیب‌رسان آن در طی سالیان اخیر، پژوهشگران این حوزه را بر آن داشته است تا تأثیر سازه‌های مختلف را روی آن سنجیده و عوامل اثرگذار آن را بهتر بشناسند. لذا متعاقب این پژوهش‌ها تحقیق حاضر با فرضیه‌های «۱- ابعاد کمال‌گرایی نظامیان می‌تواند تکانشگری آنان را پیش‌بینی کند. ۲- راهبردهای مقابله‌ای نظامیان می‌تواند تکانشگری آنان را پیش‌بینی کند.» بر آن است نتایجی افزون بر یافته‌های پیشین پدید آورد تا میزان و واریانس پیش‌بینی تکانشگری را با استفاده از ابعاد کمال‌گرایی و راهبردهای مقابله‌ای نشان دهد.

باوجود اینکه پژوهش‌های هدفمند معدودی در زمینه همراهی کمال‌گرایی و راهبردهای مقابله‌ای با تکانشگری در نظامیان صورت گرفته است اما پاره‌ای از پژوهش‌های مرتبط با فرضیه اول این مطالعه نشان داده‌اند که کمال‌گرایی و تکانشگری از ارتباطی قوی و نیرومندی برخوردارند (وینورایت و رومانوویچ^۱، ۲۰۱۶). همچنین در مطالعه دیگری نشان داده شد که سطح بالای کمال‌گرایی ناسازگار با برخی از رفتارهای تکانشگریانه همچون افکار خودکشی در ارتباط هست (زیفمن و همکاران^۲، ۲۰۲۰). از سویی تحقیقات دیگری همسو با فرضیه دوم این پژوهش نشان می‌دهند که افراد تکانشگر در مقابله با استرس‌های محیطی بیشتر از راهبردهای هیجان‌مدار استفاده می‌کنند.

آنها به‌جای رویارویی با مشکلات به تخیل، رفتارهای انحرافی، انکار و سوء‌مصرف مواد روی می‌آورند (سلطانی نژاد و همکاران، ۱۳۹۱). علاوه بر این یافته‌های پژوهش‌های پیشین حاکی از آن است که راهبردهای مقابله‌ای مسأله‌مدار ارتباط کمتری با رفتارهای تکانشگریانه (نظیر اقدام به خودکشی) دارند در حالی که افرادی با اقدامات خودکشی‌گرایانه بیشتر از راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار استفاده می‌کنند (گلستانی، ۲۰۱۸ و کتیمانی و همکاران^۳، ۲۰۱۵). همچنین راهبردهای

-
1. Wainwright & Romanowich
 2. Zeifman et al
 3. Kattimani et al

مقابله‌ای که افراد برای کنار آمدن با استرس‌ها بکار می‌برند می‌تواند به‌عنوان عامل بازدارنده در رفتارهای تکانشی مؤثر باشد (کتیمانی و همکاران، ۲۰۱۵). در کنار این مواضع، محدودیت‌های تأثیرگذاری نیز در این پژوهش‌ها وجود دارد از جمله مطالعه وینورایت با وجود تأکید بر رابطه قوی بین تکانشگری و کمال‌گرایی فقط در دانشجویان، با حجم نمونه کم و به‌صورت آنلاین انجام گرفت که انگیزه‌های لازم به‌منظور ادامه روند پژوهش در این متغیرها را فراهم می‌آورد (وینورایت، ۲۰۱۶) یا همچنین در همین راستا به مطالعه زیفمن می‌توان اشاره کرد که علاوه بر حجم کم نمونه، نتایج آن نیز قابل تعمیم به جمعیت عمومی نخواهد بود. (زیفمن و همکاران، ۲۰۲۰)؛ که ضرورت پژوهش بیشتر را در خصوص رابطه این متغیرها به وجود می‌آورد. در مجموع تحقیقات ذکر شده ارتباط بین این متغیرها را به صورت جداگانه نشان می‌دهد اما به نظر می‌رسد پژوهش‌های مکفی پیرامون تلفیقی از ابعاد کمال‌گرایی و راهبردهای مقابله‌ای در پیش‌بینی تکانشگری نظامیان صورت نگرفته است و از طرفی با توجه به دسترسی آسان افراد نظامی به اسلحه و مهمات جنگی و همچنین تعامل مستقیم با افراد بالادست و تحت امر خود و لزوم به‌کارگیری تدبیر و منطق عقلانی و هیجانی در تصمیم‌گیری‌های شغلی، پیش‌بینی تکانشگری و خطرات ناشی از آن امری ضروری است تا بدانیم چه اندازه راهبردهای مقابله‌ای و ابعاد کمال‌گرایی نظامیان در پیش‌بینی و کاهش تکانشگری مؤثر است و بهتر بتوانیم در جلوگیری از رفتارهای پرخطری مثل خودکشی، سوء مصرف مواد، پرخاشگری و بدرفتاری با زیردستان عمل کنیم. از این رو، هدف از پژوهش حاضر پیش‌بینی الگوی تکانشگری نظامیان با استفاده از ابعاد کمال‌گرایی و راهبردهای مقابله‌ای آن‌ها است.

روش

روش اجرای پژوهش از نوع توصیفی-تحلیلی و به‌صورت پیمایشی انجام گرفت. جامعه پژوهش شامل کارکنان نظامی در سه پادگان مستقر در شیراز بود. تعداد ۱۸۰ نفر از کارکنان نظامی با توجه به نوع پژوهش بر اساس فرمول فیدل و تاباچنیک^۱ $N > 50 + 8m$ (تعداد متغیرهای پیش بین $m=3$) محاسبه و به‌صورت خوشه‌ای از هر پادگان ۶۰ نفر با توجه به معیارهای ورود و خروج به‌طور تصادفی انتخاب شدند؛ که از این بین ۳۵ پرسشنامه پاسخ داده نشد و ۱۴۵ پرسشنامه دریافت شد. معیارهای ورود افراد شامل مردانی بود که دوره آموزش‌های نظامی افسری یا درجه‌داری را طی کرده‌اند، باسواد و بدون دریافت مداخلات دارویی و روان‌شناختی و حداقل ۱۸ و حداکثر ۵۰

1. Fidell & Tabachnick

سال سن داشتند. معیارهای خروج هم شامل نظامیانی بود که سابقه بستری و بیماری روانی خاص و مصرف مواد مخدر و قرص‌های روان گردان داشتند. جمع‌آوری یافته‌ها با کمک ابزار پرسشنامه انجام شد که در اختیار نظامیان قرار گرفت. ویژگی‌های جمعیت‌شناسی شامل سن، وضعیت اسکان، شغل دوم، میزان تحصیلات، وضعیت تأهل، درجه، رسته و سابقه خدمت نظامیان اندازه‌گیری شد. از لحاظ تاریخی بیشتر مطالعات برای تکانشگری، خود آسیمی و رفتارهای خودکشی، از مقیاس تکانشگری بارات استفاده کرده‌اند (فیسچر و همکاران^۱، ۲۰۱۵ و لینکولن و همکاران^۲، ۲۰۱۱). این پرسشنامه توسط بارات و همکارانش^۳ در سال ۱۹۹۷ ساخته شده است (بارات، ۱۹۹۷). در مطالعه حاضر نیز از این ابزار استفاده شد که شامل ۳۰ سؤال با سه حیطه تکانشگری شناختی (۸ سؤال)، تکانشگری حرکتی (۱۱ سؤال) و تکانشگری بی‌برنامگی (۱۱ سؤال) است و به صورت لیکرت (هرگز، گاهی اوقات، اغلب، تقریباً همیشه) از ۱ تا ۴ نمره گذاری شد. پایایی مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ برای کل آزمون ۰/۸۳ و برای زیر مقیاس‌های حرکتی، توجهی و بی‌برنامگی به ترتیب: ۰/۷۴، ۰/۷۴ و ۰/۷۳ گزارش شد. در ایران اختیاری و همکاران (۱۳۸۷) ضریب آلفای ۰/۷۸ را برای تکانشگری توجهی، ۰/۶۳ را برای تکانشگری حرکتی و ۰/۴۷ را برای تکانشگری بی‌برنامگی و ۰/۸۳ را برای کل آزمون به دست آوردند (اختیاری و همکاران، ۱۳۸۷)

پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای لازاروس و فولکمن^۴ که در سال ۱۹۸۴ تهیه شده که شامل ۶۶ سؤال در مقیاس ۴ گزینه‌ای اصلاً، بعضی اوقات، معمولاً و زیاد؛ با نمره‌دهی از (۰ تا ۳) است. ۱۶ سؤال انحرافی و ۵۰ سؤال دو راهبرد مقابله‌ای مسئله‌مدار و هیجان‌مدار را اندازه‌گیری می‌کند. راهبرد مقابله مسئله‌مدار شامل: جستجوی حمایت‌های اجتماعی (۶ سؤال)، مسئولیت‌پذیری (۴ سؤال)، مشکل‌گشایی برنامه‌ریزی شده (۶ سؤال)، ارزیابی مجدد مثبت (۷ سؤال) و راهبرد مقابله هیجان‌نما شامل فرار اجتناب (۱۸ سؤال)، خویش‌داری (۷ سؤال)، رویارویی (۶ سؤال) و دوری‌گزینی یا فاصله‌گیری (۶ سؤال) است. لازاروس پایایی همسانی درونی ۰/۶۶ تا ۰/۷۹ را برای هر یک از روش‌های مقابله‌ای گزارش کرده است. آلفای کرونباخ برای مقابله متمرکز بر هیجان ۰/۷۲ و برای مقابله متمرکز بر مسئله ۰/۷۹ است (لازاروس و فولکمن، ۱۹۸۴). روایی و پایایی این پرسشنامه در ایران توسط واحدی و همکاران تأیید و ضریب همسانی درونی گویه‌های آن ۰/۸۰ درصد گزارش شده است (اختیاری و همکاران، ۱۳۸۷). روایی این پرسشنامه در نمونه‌های متشکل

1. Fischer et al
2. Lincoln et al
3. Barratt et al
4. Lazarus, R & Folkman, S

از ۷۵۱ زوج میان سال آزمون شد و ضریب آلفای کرونباخ مقابله مستقیم، ۰/۷۰؛ فاصله گرفتن ۰/۶۱؛ پذیرش مسئولیت ۰/۶۶؛ طلب حمایت اجتماعی، ۰/۷۶؛ خودکنترلی ۰/۷۱؛ حل مسأله برنامه ریزی شده ۰/۷۶؛ گریز-اجتناب، ۰/۷۲؛ ارزیابی مجدد مثبت، ۰/۷۹؛ گزارش شد (هرمزی و همکاران، ۱۳۹۳).

مقیاس چندبعدی کمال‌گرایی پرسشنامه‌ای است که در سال ۲۰۰۴ توسط هیل^۱ و همکاران ساخته شد و دارای ۵۹ سؤال است که هشت بعد کمال‌گرایی را می‌سنجد. مقیاس کمال‌گرایی مثبت و جنبه‌های سازگارانه از ترکیب ۴ بعد نظم و سازمان‌دهی (۸ سؤال)، هدفمندی (۷ سؤال)، تلاش برای عالی بودن (۶ سؤال) و معیارهای فوق برای دیگران (۷ سؤال) کمال‌گرایی منفی و جنبه‌های ناسازگارانه از ترکیب ۴ بعد نیاز به تأیید (۸ سؤال)، تمرکز بر اشتباهات (۸ سؤال)، ادراک فشار از سوی والدین (۸ سؤال) و داشتن فکر نشخوار (۷ سؤال) حاصل می‌شود. روش نمره‌گذاری از نوع لیکرت بوده و هر گویه بین ۱ تا ۵ ارزیابی می‌شود و به ترتیب کاملاً مخالف (۱)، مخالف، نه مخالف نه موافق، موافق، کاملاً موافق (۵) را شامل می‌شود. نمره کل نیز از جمع ۸ مقیاس حاصل می‌شود. هیل و همکاران ضریب پایایی همسانی درونی و بازآزمایی این مقیاس را بین ۰/۷۱ تا ۰/۹۱ محاسبه کرده‌اند (هیل و همکاران، ۲۰۰۴). در ایران و در مطالعه‌ای ضریب پایایی همسانی درونی آزمون ۰/۹۰ و روایی آن از طریق بررسی ضریب همبستگی با مقیاس سلامت عمومی اندازه‌گیری شد. بررسی ضریب همبستگی پیرسون حاکی از آن بود که از بین ابعاد مختلف کمال‌گرایی، تنها جنبه منفی کمال‌گرایی، تمرکز بر اشتباهات و نشخوار فکری با نقصان سلامت عمومی همبستگی مثبت معنی‌داری دارد، مطلوب گزارش شده است (محمدزاده و همکاران، ۱۳۹۵).

در پژوهش حاضر با توجه به فرضیه‌های تحقیق تحلیل‌های آماری لازم انجام شد. برای توصیف داده‌ها، شاخص‌های آمار توصیفی نظیر درصد، فراوانی، میانگین و انحراف معیار به کار گرفته شد. برای نمایش اطلاعات و داده‌ها از جداول مختلف استفاده شد. در بخش آمار استنباطی برای بررسی فرضیه ارتباط سازه تکانشگری با مؤلفه‌های کمال‌گرایی و راهبردهای مقابله‌ای از تحلیل همبستگی پیرسون بهره جستیم. علاوه بر آن، جهت پیش‌بینی متغیرهای ملاک (تکانشگری شناختی، حرکتی و بی‌برنامگی) از روی متغیرهای پیش‌بین (ابعاد هشت‌گانه کمال‌گرایی و مؤلفه‌های راهبردهای مقابله‌ای) از روش آماری رگرسیون خطی چندگانه گام‌به‌گام استفاده شد. سرانجام از نتایج این تحلیل آماری که شامل ضریب استاندارد نشده، خطای استاندارد، ضرایب بتا،

مقادیر تی، سطوح معنی‌داری، ضریب تعیین، خطای استاندارد برآورد و مقادیر F بود، مدل پیش‌بینی تکانشگری توجهی، حرکتی و بی‌برنامگی مبتنی بر ابعاد هشت‌گانه کمال‌گرایی و مؤلفه‌های راهبردهای مقابله‌ای استخراج گردید. تمام تحلیل‌های صورت گرفته با بهره‌گیری از نرم‌افزار اسپ‌اس‌پی‌اس نسخه ۲۴ انجام شد.

یافته‌ها

بر اساس نتایج حاصله از بررسی متغیرهای خود گزارشی در ۱۴۵ آزمودنی، میانگین سنی و سال‌های خدمت نظامیان به ترتیب $5/91 \pm 36/30$ (با دامنه سنی ۲۰ تا ۵۱ سال) و $6/37 \pm 18/60$ (با دامنه سنی ۱ تا ۳۰ سال) بود. وضعیت تأهل شرکت‌کنندگان در این مطالعه نیز به ترتیب برابر بود با ۱۲ (۸۳/۳ درصد) مجرد و ۱۳۳ (۹۱/۷ درصد) متأهل که از این میان ۵ (۳/۴ درصد) نفر زیر دیپلم، ۵۱ (۳۵/۲ درصد) نفر دیپلم، ۲۶ (۱۷/۹ درصد) نفر کاردانی، ۵۷ (۳۹/۳ درصد) نفر کارشناسی و ۶ (۱۴/۵ درصد) نفر نیز کارشناسی ارشد و بالاتر بوده‌اند. ۳۸ (۲۶/۲ درصد) مورد از نظامیان از شغل دوم برخوردار بوده و ۱۰۶ (۷۳/۱ درصد) نفر نیز حائز این شرایط نبوده‌اند که در بین آن‌ها ۶۳ (۴۳/۴ درصد) نظامی از مسکن اجاره‌ای و ۸۲ (۵۶/۶ درصد) نظامی هم از مسکن غیراجاره‌ای استفاده می‌کردند. سرانجام، ۴۷ (۳۲/۴ درصد) و ۹۸ (۶۷/۶ درصد) از آزمودنی‌ها را به ترتیب افسران و درجه‌داران تشکیل می‌دادند که ۷۹ (۵۴/۵ درصد) مورد در رسته رزمی و ۶۶ (۴۵/۵ درصد) نیز در رسته غیررزمی قرار می‌گرفتند. در ادامه، جدول ۱ پایایی متغیرهای تحقیق را براساس آلفای کرونباخ و جدول ۲ نشانگر میانگین، انحراف استاندارد و ماتریس ضرایب همبستگی پیرسون متغیرهای پژوهش است.

جدول ۱. پایایی متغیرهای تحقیق (آلفای کرونباخ) (n=۱۴۵)

متغیرها	آلفای کرونباخ
تکانشگری	۰/۸۲۴
کمال‌گرایی	۰/۹۲۳
راهبردهای مقابله‌ای	۰/۹۳۰

جدول ۲. میانگین، انحراف استاندارد و ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش در نظامیان (n=۱۴۵)

متغیرها	M±SD	توجهی	حرکتی	بی‌برنامگی
۱. توجهی	۱۶/۵۰ ± ۳/۸۹	۱	۰/۵۷ ^{**}	۰/۴۳ ^{**}

متغیرها	M±SD	توجهی	حرکتی	بی‌برنامگی
۲. حرکتی	۲۱/۲۲ ± ۴/۹۹	۰/۵۷**	۱	۰/۴۵**
۳. بی‌برنامگی	۲۳/۹۵ ± ۵/۱۶	۰/۴۳**	۰/۴۵**	۱
۴. نظم و سازماندهی	۳۲/۷۶ ± ۵/۱۲	-۰/۴۵**	-۰/۳۴**	-۰/۵۱**
۵. هدفمندی	۲۸/۵۱ ± ۴/۲۵	-۰/۲۷**	-۰/۲۸**	-۰/۴۸**
۶. عالی بودن	۲۵/۵۱ ± ۳/۷۵	-۰/۳۹**	-۰/۲۴**	-۰/۴۵**
۷. معیارهای فوق	۲۴/۵۲ ± ۴/۶۵	۰/۰۵	۰/۱۴	۰/۰۱
۸. نیاز به تأیید	۲۵/۵۶ ± ۶/۵۳	۰/۱۹*	۰/۲۱**	۰/۱۴
۹. تمرکز بر اشتباهات	۲۴/۰۷ ± ۷/۴۳	۰/۳۱**	۰/۳۴**	۰/۲۱**
۱۰. ادراک فشار	۲۶/۴۳ ± ۶/۱۰	۰/۰۰۵	۰/۲۰*	۰/۰۲
۱۱. فکر نشخوار	۲۶/۰۳ ± ۵/۵۹	۰/۱۵	۰/۰۸	-۰/۰۴
۱۲. حمایت اجتماعی	۹/۹۹ ± ۳/۸۷	-۰/۲۱*	-۰/۱۹*	-۰/۴۲**
۱۳. مسئولیت‌پذیری	۶/۳۸ ± ۲/۳۷	-۰/۱۳	-۰/۲۱*	-۰/۴۶**
۱۴. مشکل‌گشایی	۹/۴۹ ± ۳/۷۶	-۰/۳۴**	-۰/۳۵**	-۰/۵۲**
۱۵. ارزیابی مجدد	۱۱/۸۴ ± ۳/۶۹	-۰/۳۱**	-۰/۲۷**	-۰/۴۷**
۱۶. فرار و اجتناب	۹/۱۵ ± ۳/۷۶	۰/۲۷**	۰/۳۱**	۰/۱۶*
۱۷. خویشتن‌داری	۱۱/۳۴ ± ۳/۵۴	-۰/۱۹*	-۰/۱۴	-۰/۳۷**
۱۸. رویارویی	۸/۲۵ ± ۲/۸۳	۰/۰۲	۰/۰۴	-۰/۲۹**
۱۹. دوری‌گزینی	۸/۳۵ ± ۳/۲۷	-۰/۰۱	۰/۰۱	-۰/۱۷*

** $P < 0.01$ * $P < 0.05$

همان‌طور که در جدول ۲ ملاحظه می‌شود بین تکانشگری توجهی، حرکتی و بی‌برنامگی با مؤلفه‌های ابعاد کمال‌گرایی نظیر نظم و سازماندهی، هدفمندی و عالی بودن رابطه منفی معنی‌داری و با مؤلفه نیاز به تأیید دیگران (به استثنای تکانشگری بی‌برنامگی)، تمرکز بر اشتباهات و ادراک فشار (به استثنای تکانشگری توجهی و بی‌برنامگی) رابطه مثبت معنی‌داری وجود دارد. علاوه بر این، تکانشگری توجهی، حرکتی و بی‌برنامگی رابطه منفی معنی‌داری را با راهبردهای مقابله‌ای همچون جستجوی حمایت اجتماعی، مسئولیت‌پذیری (به استثنای تکانشگری توجهی)،

مشکل گشایی، ارزیابی مجدد مثبت، خویشن داری (به استثنای تکانشگری بی برنامه‌گی)، رویارویی (به استثنای تکانشگری توجهی و حرکتی) و دوری‌گزینی (به استثنای تکانشگری توجهی و حرکتی) و رابطه مثبت معنی‌داری را با متغیر فرار و اجتناب نشان دادند. جدول ۳ گویای داده‌های به دست آمده از تحلیل رگرسیون چندگانه گام به گام برای پیش‌بینی تکانشگری توجهی در نظامیان است.

جدول ۳. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه گام به گام برای پیش‌بینی تکانشگری توجهی از روی ابعاد کمال‌گرایی و راهبردهای مقابله‌ای (n=۱۴۵)

شاخص‌های آماری				ضریب استاندارد نشده	متغیرهای منتخب
سطح معنی‌داری	مقدار تی	بتا	خطای استاندارد		
					گام اول
۰/۰۰۰	-۵/۷۲	-۰/۴۳	۰/۰۶	-۰/۳۳	نظم و سازماندهی
					گام دوم
۰/۰۰۰	-۵/۶۷	-۰/۴۱	۰/۰۵	-۰/۳۱	نظم و سازماندهی
۰/۰۰۰	۴/۰۸	۰/۲۹	۰/۰۴	۰/۱۵	تمرکز بر اشتباهات
					گام سوم
۰/۰۰۰	-۵/۰۷	-۰/۳۷	۰/۰۵	-۰/۲۸	نظم و سازماندهی
۰/۰۰۱	۳/۵۰	۰/۲۵	۰/۰۴	۰/۱۳	تمرکز بر اشتباهات
۰/۰۱۹	۲/۳۸	۰/۱۸	۰/۰۸	۰/۱۸	فرار و اجتناب
					گام چهارم
۰/۰۰۰	-۳/۶۰	-۰/۲۸	۰/۰۶	-۰/۲۱	نظم و سازماندهی
۰/۰۰۵	۲/۸۲	۰/۲۱	۰/۰۴	۰/۱۱	تمرکز بر اشتباهات
۰/۰۰۳	۲/۹۹	۰/۲۳	۰/۰۸	۰/۲۳	فرار و اجتناب
۰/۰۰۸	-۲/۶۸	-۰/۲۱	۰/۰۸	-۰/۲۲	مشکل گشایی
$p < 0/001$; $F = 17/56$ ؛ مقدار F با درجه آزادی (۴، ۱۳۸)؛ $3/21 =$ خطای استاندارد بر آورد؛ $0/34 =$ ضریب تعیین					خلاصه مدل

بر اساس اطلاعات موجود در جدول مشاهده می‌گردد که الگوی رگرسیون معنی‌دار بوده و چهار متغیر منتخب در گام چهارم در مجموع توانسته‌اند ۳۴ درصد از واریانس مشترک تکانشگری توجهی را تبیین نمایند [$p < 0/001$ و $F(4, 138) = 17/56$]. به طور کلی در گام نهایی متغیرهایی نظیر نظم و سازماندهی ($p < 0/001$ و $\beta = -0/28$)، تمرکز بر اشتباهات ($p < 0/01$ و $\beta = 0/21$)، فرار و

اجتناب ($p < 0/01$ و $\beta = 0/23$) و مشکل گشایی ($p < 0/01$ و $\beta = 0/21$) به طور معنی داری توانستند تکانشگری توجهی را در نظامیان پیش‌بینی نمایند. یافته‌های این تحلیل حاکی از آن است که سطح متوسطی از تکانشگری توجهی نظامیان (۳۴ درصد) توسط این چهار متغیر منتخب پیش‌بینی کننده، تبیین می‌شود. در ادامه جدول ۴ نیز نشانگر داده‌های به دست آمده از تحلیل رگرسیون چند گانه گام به گام برای پیش‌بینی تکانشگری حرکتی در نظامیان است.

جدول ۴. نتایج تحلیل رگرسیون چند گانه گام به گام برای پیش‌بینی تکانشگری حرکتی از روی ابعاد

کمال‌گرایی و راهبردهای مقابله‌ای ($n=145$)

متغیرهای منتخب	شاخص‌های آماری			
	ضریب استاندارد نشده	خطای استاندارد	بتا	مقدار تی معنی داری سطح
گام اول				
مشکل گشایی	-۰/۴۶	۰/۱۰	-۰/۳۵	۰/۰۰۰
گام دوم				
مشکل گشایی	-۰/۵۰	۰/۱۰	-۰/۳۸	۰/۰۰۰
فرار و اجتناب	۰/۴۷	۰/۱۰	۰/۳۶	۰/۰۰۰
گام سوم				
مشکل گشایی	-۰/۵۳	۰/۰۹	-۰/۴۰	۰/۰۰۰
فرار و اجتناب	۰/۴۶	۰/۰۹	۰/۳۵	۰/۰۰۰
ادراک فشار	۰/۱۹	۰/۰۶	۰/۲۴	۰/۰۰۱
گام چهارم				
مشکل گشایی	-۰/۴۱	۰/۱۰	-۰/۳۱	۰/۰۰۰
فرار و اجتناب	۰/۳۷	۰/۱۰	۰/۲۸	۰/۰۰۰
ادراک فشار	۰/۲۴	۰/۰۶	۰/۳۰	۰/۰۰۰
نظم و سازماندهی	-۰/۲۲	۰/۰۸	-۰/۲۲	۰/۰۰۷
خلاصه مدل	$p < 0/001$; مقدار $F = 17/88$ با درجه آزادی (۴، ۱۳۸)؛ $F(4, 138) = 17/88$ و $p < 0/001$. به طور کلی در گام نهایی متغیرهایی نظیر $F(4, 138) = 17/88$ و $p < 0/001$ ؛ ضریب تعیین = ۴/۱۱ = خطای استاندارد دبر آورد؛ ۰/۳۴ = ضریب تعیین			

همان گونه که در جدول ۴ مشاهده می‌گردد الگوی رگرسیون معنی دار بوده و چهار متغیر منتخب در گام چهارم در مجموع توانسته‌اند ۳۴ درصد از واریانس مشترک تکانشگری حرکتی را تبیین نمایند [$F(4, 138) = 17/88$ و $p < 0/001$]. به طور کلی در گام نهایی متغیرهایی نظیر

مشکل گشایی ($p < 0/001$ و $\beta = -0/31$)، فرار و اجتناب ($p < 0/001$ و $\beta = 0/28$)، ادراک فشار ($p < 0/001$ و $\beta = 0/30$) و نظم و سازماندهی ($p < 0/001$ و $\beta = -0/22$) به طور معنی داری توانستند تکانشگری حرکتی را در نظامیان پیش‌بینی نمایند. یافته‌های این تحلیل حاکی از آن است که سطح متوسطی از تکانشگری حرکتی نظامیان (۳۴ درصد) توسط این چهار متغیر منتخب پیش‌بینی کننده، تبیین می‌شود. در ادامه جدول ۵ نیز نشانگر داده‌های به دست آمده از تحلیل رگرسیون چندگانه گام به گام برای پیش‌بینی تکانشگری بی‌برنامگی در نظامیان هست.

جدول ۵. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه گام به گام برای پیش‌بینی تکانشگری بی‌برنامگی از روی ابعاد

کمال‌گرایی و راهبردهای مقابله‌ای (n=۱۴۵)

متغیرهای منتخب	شاخص‌های آماری			
	ضریب استاندارد نشده	خطای استاندارد	بتا	مقدار تی
گام اول				
مشکل گشایی	-۰/۷۲	۰/۱۰	-۰/۵۲	-۷/۲۸
گام دوم				
مشکل گشایی	-۰/۵۴	۰/۱۰	-۰/۳۹	-۵/۴۲
نظم و سازماندهی	-۰/۳۵	۰/۰۷	-۰/۳۴	-۴/۷۶
گام سوم				
مشکل گشایی	-۰/۵۳	۰/۱۰	-۰/۳۹	-۵/۵۰
نظم و سازماندهی	-۰/۴۱	۰/۰۷	-۰/۴۱	-۵/۵۳
ادراک فشار	۰/۱۷	۰/۰۶	۰/۲۰	۲/۹۸
گام چهارم				
مشکل گشایی	-۰/۴۷	۰/۱۰	-۰/۳۴	-۴/۸۳
نظم و سازماندهی	-۰/۲۸	۰/۰۹	-۰/۲۸	-۳/۳۰
ادراک فشار	۰/۱۸	۰/۰۶	۰/۲۲	۳/۲۵
هدفمندی	-۰/۲۷	۰/۱۰	-۰/۲۲	-۲/۶۳
گام پنجم				
مشکل گشایی	-۰/۳۵	۰/۱۱	-۰/۲۶	-۳/۲۴
نظم و سازماندهی	-۰/۳۳	۰/۰۹	-۰/۳۳	-۳/۷۸
ادراک فشار	۰/۲۰	۰/۰۶	۰/۲۴	۳/۶۲
هدفمندی	-۰/۲۵	۰/۱۰	-۰/۲۱	-۲/۴۸
رویارویی	-۰/۳۱	۰/۱۳	-۰/۱۷	-۲/۳۴

شاخص‌های آماری					متغیرهای منتخب
ضریب استاندارد نشده	خطای استاندارد	بتا	مقدار تي	سطح معنی داری	
گام ششم					
-۰/۳۷	۰/۱۱	-۰/۲۷	-۳/۴۸	۰/۰۰۱	مشکل گشایی
-۰/۲۸	۰/۰۹	-۰/۲۸	-۳/۲۸	۰/۰۰۱	نظم و سازماندهی
۰/۱۹	۰/۰۶	۰/۲۲	۳/۳۷	۰/۰۰۱	ادراک فشار
-۰/۲۳	۰/۱۰	-۰/۱۹	-۲/۳۰	۰/۰۲۳	هدمندی
-۰/۴۰	۰/۱۳	-۰/۲۲	-۲/۹۶	۰/۰۰۴	رویارویی
۰/۲۵	۰/۰۹	۰/۱۸	۲/۶۸	۰/۰۰۸	فرار و اجتناب
گام هفتم					
-۰/۲۱	۰/۱۳	-۰/۱۵	-۱/۶۱	۰/۱۱۰	مشکل گشایی
-۰/۲۸	۰/۰۹	-۰/۲۷	-۳/۲۳	۰/۰۰۲	نظم و سازماندهی
۰/۱۷	۰/۰۵	۰/۲۰	۳/۱۱	۰/۰۰۲	ادراک فشار
-۰/۲۳	۰/۱۰	-۰/۱۹	-۲/۲۸	۰/۰۲۴	هدمندی
-۰/۳۷	۰/۱۳	-۰/۲۰	-۲/۷۸	۰/۰۰۶	رویارویی
۰/۲۶	۰/۰۹	۰/۱۹	۲/۸۲	۰/۰۰۶	فرار و اجتناب
-۰/۳۹	۰/۱۹	-۰/۱۸	-۲/۰۸	۰/۰۳۹	مسئولیت پذیری
گام هشتم					
-۰/۳۰	۰/۰۸	-۰/۳۰	-۳/۵۶	۰/۰۰۱	نظم و سازماندهی
۰/۱۷	۰/۰۶	۰/۲۱	۳/۱۲	۰/۰۰۲	ادراک فشار
-۰/۲۵	۰/۱۰	-۰/۲۰	-۲/۴۹	۰/۰۱۴	هدمندی
-۰/۴۳	۰/۱۳	-۰/۲۴	-۳/۳۹	۰/۰۰۱	رویارویی
۰/۲۵	۰/۰۹	۰/۱۸	۲/۷۷	۰/۰۰۶	فرار و اجتناب
-۰/۵۷	۰/۱۵	-۰/۲۶	-۳/۷۴	۰/۰۰۰	مسئولیت پذیری
$p < ۰/۰۰۱$; مقدار F = ۲۲/۲۱ با درجه آزادی (۶، ۱۳۶)؛ $F(۶, ۱۳۶) = ۲۲/۲۱$ و $p < ۰/۰۰۱$. به طور کلی در گام نهایی متغیرهایی نظیر نظم و سازماندهی ($p < ۰/۰۰۱$ و $\beta = -۰/۳۰$)، ادراک فشار ($p < ۰/۰۰۱$ و $\beta = ۰/۲۱$)، هدمندی (مقدار F = ۳/۷۵؛ خطای استاندارد برآورد؛ $p = ۰/۴۹$) ضریب تعیین					خلاصه مدل

بر مبنای نتایج برآمده از جدول ۵ مشخص می‌گردد که الگوی رگرسیون معنی دار بوده و شش متغیر منتخب در گام هشتم در مجموع توانسته‌اند ۴۹ درصد از واریانس مشترک تکانشگری بی‌برنامگی را تبیین نمایند [$F(۶, ۱۳۶) = ۲۲/۲۱$ و $p < ۰/۰۰۱$]. به طور کلی در گام نهایی متغیرهایی نظیر نظم و سازماندهی ($p < ۰/۰۰۱$ و $\beta = -۰/۳۰$)، ادراک فشار ($p < ۰/۰۰۱$ و $\beta = ۰/۲۱$)، هدمندی

($\beta < 0/20$ و $p < 0/05$)، رویارویی ($\beta < 0/24$ و $p < 0/01$) فرار و اجتناب ($\beta < 0/18$ و $p < 0/01$) و مسئولیت‌پذیری ($\beta < 0/26$ و $p < 0/001$) به‌طور معنی‌داری توانستند تکانشگری بی‌برنامگی را در نظامیان پیش‌بینی نمایند. یافته‌های این تحلیل حاکی از آن است که سطح مناسبی از تکانشگری بی‌برنامگی نظامیان (۴۹ درصد) توسط این شش متغیر منتخب پیش‌بینی کننده، تبیین می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی تکانشگری نظامیان بر اساس کمال‌گرایی و راهبردهای مقابله‌ای آنان انجام گرفت. بر اساس آنچه در قسمت یافته‌ها ارائه شد و همچنین بر مبنای فرضیه‌های مطالعه می‌توان نتیجه گرفت بین تکانشگری، برخی از ابعاد کمال‌گرایی و راهبردهای مقابله‌ای نظامیان رابطه معناداری وجود دارد به‌طوری‌که متغیرهای کمال‌گرایی و راهبردهای مقابله‌ای قادرند تغییرات مؤلفه‌های تکانشگری را پیش‌بینی کنند. بنابراین بر اساس تحلیل‌های رگرسیونی هر دو فرضیه این تحقیق مورد تأیید قرار گرفت.

طبق تحلیل‌های آماری این پژوهش، چهار متغیر نظم و سازماندهی، تمرکز بر اشتباهات، فرار و اجتناب و مشکل‌گشایی در مجموع توانستند سطح متوسطی از واریانس مشترک تکانشگری توجیهی نظامیان را تبیین نمایند. نظم و سازماندهی که مؤلفه‌ای از زیر مقیاس‌های کمال‌گرایی سازگار محسوب می‌شود بر اساس نتایج و یافته‌های مطالعه‌ی حاضر، با هر سه نوع تکانشگری (توجهی، حرکتی، بی‌برنامگی) ارتباط منفی معنی‌داری نشان می‌دهد. در همین زمینه مطالعه‌ی وین رایت و رومانوویچ، همسو با نتایج یافته‌های این مطالعه، وجود ارتباط قوی و نیرومندی را بین کمال‌گرایی با تکانشگری مورد تأکید قرار می‌دهد (وینورایت و رومانوویچ، ۲۰۱۶)؛ بنابراین در تبیین این یافته‌ها می‌توان اظهار داشت که با افزایش میزان نظم و سازماندهی افراد نظامی، تکانشگری آنان کاهش می‌یابد. یا به عبارتی دیگر در همین زمینه می‌توان تبیین نمود: نظامیانی که گرایش بیشتری به نظم و سازماندهی در انجام وظایف خود دارند و کارهای خود را به‌خوبی و طبق یک الگوی منظم و سازماندهی شده انجام می‌دهند نگرانی کمتر و رضایتمندی بیشتری را تجربه می‌کنند که این خود باعث تکانشگری کمتر در این افراد خواهد شد. همان‌گونه که مطالعه بال و همکاران^۱ به نقل از مانژیوس نیز نشان داد که بین نگرانی و تکانشگری ارتباط مثبت معنی‌داری وجود دارد (بال و همکاران، ۲۰۱۸).

یافته‌ی دیگر این پژوهش، رابطه‌ی معنی‌دار و مستقیم بین مؤلفه‌ی تمرکز بر اشتباهات با تکانشگری توجهی نظامیان را نشان می‌دهد. بدین معنا که با افزایش میزان تمرکز بر اشتباهات که مؤلفه‌ای از کمال‌گرایی ناسازگار است، میزان تکانشگری نیز افزایش می‌یابد. در تأیید این یافته، مطالعه‌ای که اخیراً بر روی نظامیان صورت گرفت نشان داد: کمال‌گرایی ناسازگار با معیارهای انعطاف‌ناپذیری ارتباط زیادی دارد که اغلب فراتر از انتظار، با خصوصیاتمانند ترس از شکست، تمرکز بر روی اشتباهات و احساس خودارزشی وابسته به عملکرد همراه است و این خصوصیات، ناسازگار با جنبه‌های نظامی پنداشته می‌شوند (مایرزس و همکاران، ۲۰۱۸).

همچنین در تأیید فرضیه دوم این پژوهش «راهبردهای مقابله‌ای می‌تواند تکانشگری نظامیان را پیش‌بینی کند»، بررسی‌های انجام‌شده نشان‌گر آن است که دو راهبرد مقابله‌ای فرار و اجتناب و مشکل‌گشایی برنامه‌ریزی‌شده نیز می‌تواند تکانشگری توجهی نظامیان را مورد پیش‌بینی قرار دهند. بر اساس این یافته‌ها بین تکانشگری توجهی و فرار و اجتناب ارتباط مثبت معنی‌دار و بین تکانشگری توجهی و مشکل‌گشایی ارتباط منفی معنی‌داری وجود دارد. فرار و اجتناب که از راهبردهای هیجان‌مدار است با هر سه نوع مقیاس تکانشگری (توجهی، حرکتی، بی‌برنامگی) رابطه مثبت معنی‌داری دارد. یافته‌های پژوهش لیم و همکاران^۱ نیز در سال ۲۰۲۰ حاکی از آن است که بین فعالیت‌های لذت‌جویی و تکانشگری، با راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار و اجتناب‌گرا، پرخاشگری جسمی و کلامی ارتباط مثبت وجود دارد که همسو با یافته‌های این مطالعه است (لیم و همکاران، ۲۰۲۱). بنابراین در تبیین این یافته، بر اساس تعاریف مستخرج از مطالعات پیشین که راهبرد مقابله‌ای فرار و اجتناب را، داشتن تفکرات رؤیایی و آرزومندانه برای حل مسائل و تلاش‌های رفتاری در جهت اجتناب و فرار از مسائل تعریف کرده‌اند (لیانگ و همکاران، ۲۰۱۹)؛ می‌توان اذعان نمود: استفاده از راهبرد فرار و اجتناب نوعی کناره‌گیری از حل مسائل است که فرد بجای حل مسئله به تفکرات آرزومندانه یا گرایش به انجام کارهای جانبی که به نوعی فرار یا اجتناب است روی می‌آورد. نظامیان نیاز دارند که در مواجهه با موقعیت‌های استرس‌زا و اتخاذ تدابیر و تصمیمات ضروری از راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار استفاده کنند چنانچه فرد نظامی در مواجهه با موقعیت‌های استرس‌زا از راهبرد فرار و اجتناب استفاده کند منجر به تصمیماتی سریع و بدون برنامه، توأم با عملکرد بدون فکر و عدم توجه به عواقب و نتایج آن می‌شود که مصداق‌هایی از رفتارهای تکانشی است.

1. Lim et al

2. Liang et al

از سوی دیگر نتایج برآمده از این مطالعه (جدول شماره ۴)، تظاهر مؤلفه‌های نظم‌وسازماندهی، ادراک فشار، فرار و اجتناب و مشکل‌گشایی را به‌عنوان متغیرهای پیش‌بینی‌کننده تکانشگری حرکتی نشان می‌دهد. در تبیین رابطه‌ی مستقیم ادراک فشار با تکانشگری حرکتی می‌توان اظهار داشت شکل‌گیری این نوع از کمال‌گرایی ناسازگار می‌تواند علاوه بر عدم توانایی در به‌کارگیری خواسته‌ها و تصمیمات فردی، موجب توجه مضاعف افراد به انتظارات و خواسته‌های دیگران می‌گردد. در این حالات افراد به‌جای برنامه‌ریزی و تمرکز به زمان حال، دائماً نگران قضاوت و تأیید دیگران هستند و انتظارات دیگران را جایگزین آینده‌نگری و تصمیمات برنامه‌ریزی‌شده فردی خواهند کرد. در واقع تظاهر مؤلفه ادراک و فشار در پیش‌بینی تکانشگری نظامیان بیان‌کننده این موضوع است که افرادی که خصوصیات کمال‌گرایانه‌ی ناسازگار ادراک و فشار از سوی والدین دارند رفتارهای تکانشی حرکتی و بی‌برنامگی در آن‌ها قابل تبیین است همان‌طور که در مطالعه‌ای همسو با این یافته نیز عنوان شده است: ادراک فشار از سوی والدین همواره با انتقاد و انتظارات والدین همراه است که با خصوصیتی مثل توجه به قضاوت و تأیید دیگران، احساس ناتوانی برای کسب انتظارات همراه با احساس شرم و شکست در ارتباط هستند (پورکیانی و سالاری، ۱۳۹۵).

علاوه بر این، مشکل‌گشایی برنامه‌ریزی‌شده مؤلفه‌ای دیگر از راهبردهای مقابله‌ای مسأله‌مدار است که از دیگر پیش‌بینی‌کننده‌های مقیاس تکانشگری توجهی و حرکتی است و ارتباط منفی معنی‌دار با هر دو نوع تکانشگری دارد به عبارتی هرچه قدر افراد نظامی از راهبرد مقابله‌ای مشکل‌گشایی برنامه‌ریزی‌شده بیشتر استفاده کنند از میزان تکانشگری توجهی و حرکتی کمتری برخوردارند. این یافته تأییدی است بر بسیاری از مطالعات پیشین که نشان داده‌اند راهبرد مقابله‌ای مؤثر و واقع‌بینانه می‌تواند منجر به کنترل تکانشگری و اداره مؤثر شرایط و موقعیت‌ها شود (لیانگ و همکاران، ۲۰۱۹). نظامیانی که از راهبرد مقابله‌ای مشکل‌گشایی بهره‌مندند در شرایط سخت و بحرانی می‌توانند با تحلیل مسائل و موقعیت‌ها، به‌خوبی برنامه‌ریزی کرده و اوضاع را به‌نحو مناسب تغییر دهند این راهبردها منجر به تصمیمات منطقی شده و از اقدام بدون تصمیم‌پیشین و همچنین عدم آینده‌نگری که از خصوصیات تکانشگری است پرهیز خواهند نمود.

تظاهر متغیرهای مسئولیت‌پذیری، نظم‌وسازماندهی، هدفمندی، رویارویی، ادراک فشار و فرار و اجتناب به‌عنوان متغیرهای پیش‌بینی‌کننده تکانشگری بی‌برنامگی حاکی از آن است که می‌توان سطح مناسبی از تکانشگری بی‌برنامگی نظامیان را توسط این مؤلفه‌ها تبیین نمود. یافته‌های این پژوهش، ارتباط منفی و معنی‌داری را بین مؤلفه‌های مسئولیت‌پذیری و هدفمندی با تکانشگری

بی‌برنامگی نشان داد که در این زمینه پژوهش‌های پیشین نیز نشان داد: افراد مسئولیت‌پذیر، با پذیرش نقش خود در مشکلات تلاش می‌کنند تا در موقعیت‌های مشکل‌ساز، مسائل را آگاهانه حل و تغییر دهند (لیانگ و همکاران، ۲۰۱۹). از این رو می‌توان تبیین نمود: نظامیانی که خصوصیات مسئولیت‌پذیری و کمال‌گرایی هدفمندی را دنبال می‌کنند از سطح تکانشگری (از نوع بی‌برنامگی) کمتری برخوردارند و تلاش آگاهانه‌ی آن دسته از افراد نظامی که خود را در برابر مشکلات و مسائل مسئول بدانند، منجر به نتایج مطلوب‌تر و موقعیت‌های کم‌استرس‌تر می‌شود. همسو با همین نتایج یافته‌های دیگر نیز نشان می‌دهد که راهبردهای مقابله‌ای مؤثر می‌تواند هنگام مواجهه با مشکلات به افراد کمک کند تا با تلاش بیشتر برای حل مسئله به طور جدی از حمایت اجتماعی و پشتیبانی حرفه‌ای برخوردار شوند و در یافتن روش‌های مقابله با استرس و تنش‌ها موفق‌تر عمل نمایند (مانتریوس، ۲۰۱۴).

در نهایت مؤلفه رویارویی به‌عنوان یک زیرمقیاس از راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار، یکی دیگر از متغیرهای پیش‌بینی‌کننده تکانشگری بی‌برنامگی است که رابطه منفی معنی‌داری را با این سازه نشان داده است و نشانگر تلاش‌های تهاجمی افراد برای تغییر موقعیت است و افرادی که از چنین راهبردی بهره می‌برند، هنگام روبه‌رو شدن با مسائل و موقعیت‌های دشوار، شکلی تهاجمی و خشمگینانه از خود نشان می‌دهند (لیانگ و همکاران، ۲۰۱۹). طبق یافته‌های این مطالعه که بعضاً با نتایج پژوهش‌های پیشین ناهم‌سو است افزایش سطح میزان استفاده نظامیان از راهبرد مقابله‌ای رویارویی، منجر به کاهش تکانشگری بی‌برنامگی این قشر می‌شود. گرچه بیشتر مطالعات پیشین نشان داده‌اند: افرادی که دارای تکانشگری بالایی هستند بیشتر از راهبرد مقابله‌ای هیجان‌مدار استفاده می‌کنند (لیم و همکاران، ۲۰۲۱) علاوه بر این یک متا‌آنالیز دیگر نیز نشان داد: کسانی که از سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار استفاده می‌کنند از سلامت روانی بالاتری نسبت به کسانی که از سبک هیجان‌مدار استفاده می‌کنند برخوردارند (کریاج و همکاران، ۲۰۲۰). با این حال تبیین این تناقض را می‌توان به خصایص ویژه شغل نظامی گری دانست که گاهی به واسطه ماهیت شغلی برای پیشبرد اهداف و کنترل بهتر شرایط و موقعیت‌های دشوار جنگی، رفتارهای تهاجمی‌تر و خشن‌تری نسبت به موقعیت‌های عادی از خود بروز می‌دهند. فولکمن نیز در پژوهش خود به این موضوع اشاره کرده است که: هنگام برخورد با موقعیت‌های پرتنش و غیرقابل کنترل، مانند منتظر ماندن برای یک عمل جراحی، استفاده از سبک‌های مقابله‌ای هیجان‌محور می‌تواند موجب کاهش فشار هیجانی بر فرد شود (نادی راوندی و همکاران، ۱۳۹۴).

در مجموع براساس یافته‌های این مطالعه می‌توان گفت راهبردهای مقابله‌ای افراد نظامی ازجمله مؤلفه‌هایی است که می‌تواند نقش مؤثری در پیش‌بینی تکانشگری آنان داشته باشد. علاوه بر این برخی از ابعاد کمال‌گرایی که در قسمت یافته‌ها ذکر شد رابطه نیرومندی را در پیش‌بینی تکانشگری نظامیان نشان می‌دهد. علیرغم تلاش‌های صورت گرفته مبنی بر به حداقل رساندن نقایص پژوهش و رفع محدودیت‌ها، مطالعه‌ی حاضر از پیشینه پژوهشی معدودی برخوردار بود و مطالعات هدفمند کمی درخصوص این سازه‌ها در نظامیان یافت شد. همچنین محقق به دلیل مشکلات ورود به اماکن نظامی و اجرای پرسشنامه‌ها با محدودیت‌هایی روبه‌رو بود. علاوه بر این باید توجه داشت که این پژوهش منحصراً در نظامیان انجام شده است و بایستی در تعمیم نتایج آن به افراد غیر نظامی با احتیاط عمل نمود. بنابراین در راستای یافته‌های این پژوهش می‌توان پیشنهاد نمود سازمان‌های نظامی در خصوص استخدام و به کارگیری نیروها در مشاغل حساس توجه ویژه‌ای به خصوصیات شخصیتی افراد نظیر تکانشگری، کمال‌گرایی و راهبردهای مقابله‌ای داشته و به طور مستمر با آموزش راهبردهای مقابله‌ای مؤثر و مداخلات مبتنی بر شناسایی، ارزیابی و بازسازی افکار مرتبط با کمال‌گرایی، آسیب‌ها و خطرات ناشی از تکانشگری را به حداقل برسانند. همچنین به دلیل دسترسی آسان افراد نظامی به اسلحه و مهمات جنگی و تعامل مستقیم با افراد بالادست و تحت امر خود و لزوم به کارگیری تدبیر و منطق عقلانی و هیجانی در تصمیم‌گیری‌های شغلی، پیش‌بینی تکانشگری و خطرات ناشی از آن امری ضروری است تا بدانیم چه اندازه راهبردهای مقابله‌ای و ابعاد کمال‌گرایی نظامیان در پیش‌بینی و کاهش تکانشگری مؤثر است و بهتر بتوانیم در جلوگیری از رفتارهای پرخطری مثل خودکشی، سوء مصرف مواد، پرخاشگری و بدرفتاری با زیردستان عمل کنیم. لذا یافته‌های حاصل از این مطالعه، به خوبی از یک سو بر نقش راهبردهای مقابله‌ای مسأله‌مدار و هیجان‌مدار و از سوی دیگر بر نقش کمال‌گرایی سازگار و ناسازگار در پیش‌بینی ابعاد تکانشگری نظامیان تأکید دارد. به طوری که می‌توان راهبردهای مقابله‌ای و ابعاد مختلف کمال‌گرایی در نظامیان را از پیش‌بین‌های مؤثر بر تکانشگری برشمرد.

تعارض منافع

بدین وسیله نویسندگان مقاله تصریح می‌نمایند هیچ گونه تعارض منافی در قبال مطالعه حاضر وجود ندارد.

سیاسگزاری

از کارکنان نظامی و همکارانی که در این پژوهش ما را یاری کرده‌اند تشکر و قدردانی می‌شود.

منابع

- اختیاری، حامد؛ رضوان فرد، مهرناز؛ و مکری، آذرخش (۱۳۸۷). تکانشگری و ابزارهای گوناگون ارزیابی آن: بازبینی دیدگاه‌ها و بررسی‌های انجام‌شده، *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران (اندیشه و رفتار)*، ۱۴(۳):۲۴۷-۲۵۷.
- پورکیانی، مسعود و سالاری، حسین (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین کمال‌گرایی مثبت و آسیب‌های روانی، سازمانی، مقاله منتشرشده در کنفرانس بین‌المللی اقتصاد، حسابداری و مدیریت، مالزی.
- سلطانی نژاد، عبدالله؛ فتحی آشتیانی، علی؛ احمدی، خدابخش و یاحقی، عماد (۱۳۹۱). الگوی ساختاری رابطه اختلال شخصیت مرزی، سبک مقابله‌ای هیجان مدار، تکانش‌گری و افکار خودکشی در سربازان، ۱(۱):۱۷۶-۱۸۲.
- گلستانی، حسن؛ امین بیدختی، علی‌اکبر و جعفری، سکینه (۱۳۹۷). رابطه کمال‌گرایی خودگرا و جامعه مدار با فرسودگی تحصیلی با توجه به نقش واسطه‌ای انگیزش درونی و بیرونی، *روانشناسی بالینی*، ۱۰(۱):۷۹-۸۹.
- محمدزاده، علی؛ خیری هیق، علی و واحدی، مجید (۱۳۹۵). مقایسه مؤلفه‌های کمال‌گرایی در مبتلایان به اختلالات وسواسی جبری، افسردگی اساسی و گروه بهنجار. *مجله دانشگاه علوم پزشکی فسا*، ۶(۴):۵۱۲-۵۲۱.
- نادی راوندی، مریم؛ صدیقی ارفعی، فریبرز و بربری، مرضیه (۱۳۹۴). رابطه ویژگی‌های شخصیتی و راهبردهای مقابله با میزان استرس درک شده در پرستاران. *نشریه پرستاری ایران*، ۲۸(۹۷):۱۱-۲۲.
- هرمزی، لیلا؛ سپهری شاملو، زهرا؛ علی پور، احمد و زارع، حسین (۱۳۹۳). اثربخشی واقعیت درمانی گروهی بر راهبردهای مقابله‌ای، *روانشناسی خانواده*، ۱(۲):۱۹-۳۰.

References

- Bal, U., Çelikbaş, Z., & Batmaz, S. (2018). *Association of mindfulness and impulsivity with obesity*. Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo), 45(5), 130-134.
- Barratt, E. S., Stanford, M. S., Kent, T. A., & Alan, F. (1997). *Neuropsychological and cognitive psychophysiological substrates of impulsive aggression*. Biological psychiatry, 41(10), 1045-1061.
- Craig, F., Savino, R., Fanizza, I., Lucarelli, E., Russo, L., & Trabacca, A. (2020). *A systematic review of coping strategies in parents of children with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD)*. Research in developmental disabilities, 98, 103571.
- Fischer, A., Schröder, J., Vettorazzi, E., Wolf, OT., Pöttgen, J., & Lau, S. (2015). *An online programme to reduce depression in patients with multiple sclerosis: a randomised controlled trial*. Lancet Psychiatry, 2(3), 217-223.
- HaM, R. R. (2013). *Ways of coping with stress and vulnerability to drug abuse*. Paper presented at the Proceedings of the Sixth Congress of Mental Health.

- Hill, R. W., Huelsman, T. J., Furr, R. M., Kibler, J., , Vicente, B. B., & Kennedy, C. (2004). A new measure of perfectionism: The Perfectionism Inventory. *Journal of personality assessment*, 82(1), 80-91.
- Kattimani, S., Sarkar, S., Rajkumar, R. P., & Menon, V. (2015). Stressful life events, hopelessness, and coping strategies among impulsive suicide attempters. *Journal of neurosciences in rural practice*, 6(2), 171.
- Kotbagi G, Morvan Y, Romo L, & L., K. (2017). Which dimensions of impulsivity are related to problematic practice of physical exercise? *Journal of behavioral addictions*, 6(2), 221-228.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Coping and Adaptation*. In W. D. Gentry (Ed). The Handbook of Behavioral Medicine. New York:Gilford Press (pp. 282-325).
- Liang, H., Xue, Y., Pinsonneault, A., & Wu, Y. (2019). *What users do besides problem-focused coping when facing it security threats: An emotion-focused coping perspective*. MIS Quarterly, 43(2), 373-394.
- Lim, H. J., Moon, E., Suh, H., Yang, S. K., Park, J. M., Lee, B. D., et al. (2021). *Psychometric Properties of Behavioral Checklist for Coping with Stress in Patients with Mood Disorders*. Psychiatry Investigation, 18(2), 147.
- Lincoln, N., Yuill, F., Holmes, J., Drummond , A., Constantinescu, C., & Armstrong , S. (2011). *Evaluation of an adjustment group for people with multiple sclerosis and low mood: a randomized controlled trial*. Mult Scler, 17(10), 1250-1257.
- Mantzios, M. (2014). *Exploring the relationship between worry and impulsivity in military recruits: The role of mindfulness and self-compassion as potential mediators*. Stress and Health, 30(5), 397-404.
- Marty, M. A., Segal, D. L., Coolidge, & L., F. (2010). *Relationships among dispositional coping strategies, suicidal ideation, and protective factors against suicide in older adults*. Aging and Mental Health, 14(8), 1015-1023.
- Myrseth, H., Hystad, S. W., Säfvenbom, R., & Olsen, O. K. (2018). Perception of specific military skills—the impact of perfectionism and self-efficacy. *Journal of Military Studies*, 1.
- Oh, M., Kim, J. W., Yoon, N. H., Lee, S. A., Lee, S. M., & Kang, W. S. (2019). *Differences in Personality, Defense Styles, and Coping Strategies in Individuals with Depressive Disorder According to Age Groups Across the Lifespan*. Psychiatry Investigation, 16(12), 911.
- Pia, T., Galynker, I., Schuck, A., Sinclair, C., Ying, G., & Calati, R. (2020). Perfectionism and Prospective Near-Term Suicidal Thoughts and Behaviors: The Mediation of Fear of Humiliation and Suicide Crisis Syndrome. *International journal of environmental research and public health*, 17(4), 1424.
- Serrano-Fernández, M. J., Boada-Grau, J., Assens-Serra, J., Boada-Cuerva, M., & Vigil-Colet, A. (2019). *Influence of personality variables, impulsivity, perfectionism, self-esteem and self-efficacy in Work Craving*. Anales De Psicología/Annals of Psychology, 35(3), 506-513.
- Smith, M. M., Sherry, S. B., Chen, S., Saklofske, D. H., Mushquash, C., Flett, G. L., et al. (2018). The perniciousness of perfectionism: A meta-analytic review of the perfectionism–suicide relationship. *Journal of Personality*, 86(3), 522-542.
- Wainwright, K., & Romanowich, P. (2016). *The relationship between perfectionism and discounting measures*. Personality and Individual Differences, 10, 407-412.
- Zeifman, R. J., Antony, M. M., & Kuo, J. R. (2020). *When being imperfect just won't do: Exploring the relationship between perfectionism, emotion dysregulation, and suicidal ideation*. Personality and Individual Differences, 152, 109612.