

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۷/۲۰

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۴/۱۳

تبیین اثر عاملیت انسانی و هوش هیجانی بر سبک مقابله با استرس تحصیلی با میانجیگری تمایلات نوستالژیک در دانش آموزان پسر

عبداله اسلامی^۱، حسن میرزا حسینی^۲، نادر منیر پور^۳

چکیده

زمینه: استرس در معنای کلی و استرس تحصیلی به عنوان یکی از انواع مهم آن می‌تواند، پویایی و خلاقانه بودن آموزش و بهینه‌شدن پتانسیل انسانی را به چالش بکشد بنابراین شناخت عوامل مؤثر بر انتخاب سبک‌های مقابله ضروری به نظر می‌رسد.

هدف: تبیین اثر عاملیت انسانی و هوش هیجانی بر سبک مقابله با استرس تحصیلی با میانجیگری تمایلات نوستالژیک در دانش آموزان پسر.

روش: پژوهش توصیفی - همبستگی از نوع تحلیل معادلات ساختاری بود. جامعه آماری دانش آموزان پسر مقطع متوسطه دوم رشته‌های شاخه نظری شهر کاشان در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ بودند که تعداد ۴۹۷ دانش آموز به روش تصادفی انتخاب شدند. دانش آموزان به پرسش‌نامه‌های شخصیت عاملیتی کوته (۱۹۹۷)، هوش هیجانی شرینگ، سبک‌های مقابله‌ای اندلر و پارکر و آمادگی نوستالژیک هاولنا و هولاک (۲۰۰۴) پاسخ دادند. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها و آزمون فرضیه‌ها از ضریب همبستگی و روش معادلات ساختاری از نرم‌افزار آماری SPSS.26 و lisrel 8.8 استفاده شد.

یافته‌ها: پارامترهای مدل همگی معنادار بودند ($p < 0/01$) میزان بار عاملی سؤالات بالاتر از ۰/۴ بود که نشان می‌دهد که تمام مؤلفه‌ها از همسانی مناسبی برخوردار هستند.

نتیجه‌گیری: عاملیت انسانی و هوش هیجانی به صورت مستقیم و مثبت سبک مقابله‌ای مسئله مدار و به صورت مستقیم و منفی سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار و اجتنابی را با میانجی‌گری تمایلات نوستالژیک تحت تأثیر قرار داد.

کلید واژه‌ها: عاملیت انسانی، هوش هیجانی، سبک‌های مقابله با استرس تحصیلی و تمایلات نوستالژیک.

۱. دانشجوی دکتری، گروه روان‌شناسی تربیتی واحد قم، دانشگاه آزاد اسلامی، قم، ایران. eslamiabdullah@yahoo.com

۲. استادیار گروه روان‌شناسی، واحد قم، دانشگاه آزاد اسلامی، قم، ایران (نویسنده مسئول) Mirzahosseini.Hassan@iau.ac.ir

۳. گروه روانشناسی، واحد قم، دانشگاه آزاد اسلامی، قم، ایران. Monirpoor@qom-iau.ac.ir

پیشگفتار

استرس تحصیلی موضوع مهمی در دوران تحصیل دانش‌آموزان در جوامع مختلف است که به‌عنوان استرسی مزمن شناخته شده و با نتایج منفی سلامتی مانند افسردگی و بیماری‌های جسمانی همراه است. این پدیده می‌تواند تربیت نیروی انسانی خلاق جامعه و بهره‌وری از آن را به شدت کاهش دهد. موقعیت‌های یادگیری ایجاب می‌کند تا دانش‌آموزان با راه‌های مقابله با استرس تحصیلی آشنا شوند، تا بهره‌کافی از یادگیری برده و به عملکرد مطلوب تحصیلی برسند و به تبع آن زمینه تبلور پتانسیل‌های انسانی جامعه فراهم شود. جهت تحقق این امر عوامل مرتبط با استرس تحصیلی باید شناسایی شده، و موارد مؤثر بر مهار و کنترل استرس تحصیلی تقویت و در فرایند آموزش و پرورش بکار گرفته شوند و عوامل تشدیدکننده آن محدود و یا خنثی شوند (قدم پور و همکاران، ۱۳۹۸).

ظرفیت اعمال کنترل بر زندگی توسط روان‌شناسان و جامعه‌شناسان «عاملیت انسانی» نامیده شده و بر پرورش آن تأکید شده است (فتحی و همکاران ۱۳۹۷). میلان و همکاران^۱ (۲۰۱۸) معتقدند عاملیت، عاملی برای آگاهی از خطرات و مشکلات پیش رو است و موجب تاب‌آوری در این شرایط می‌شود؛ لذا افراد دارای عاملیت انسانی بالا و احساس ارزشمندی و معناداری در زندگی، بهتر می‌توانند با وقایع و موقعیت‌ها برخورد نمایند. این افراد در کارها استقامت بیشتری نشان می‌دهند، مشکلات زندگی را برای خود چالشی می‌بینند و فعالانه در جست‌وجوی موقعیت‌های جدید، توانایی مقابله با مسائل و راهبردهای مقابله را در خود بهبود می‌بخشند. ماریا و همکاران^۲ (۲۰۲۱) در پژوهش خود نشان دادند خودکارآمدی و حمایت اجتماعی ادراک شده یک عامل میانجی در کاهش استرس هستند. پژوهش ماتیجانکا^۳ (۲۰۲۱) نشان داد دانش‌آموزانی که از خودکارآمدی تحصیلی بالایی برخوردار بودند و از مقابله مبتنی بر تکلیف یا اجتناب استفاده می‌کردند،

1 . Nilim&et al

2 . Maria&et al

3 . Myjanka

کاهش استرس را تجربه کردند. برعکس، دانش‌آموزانی که از مقابله هیجان محور استفاده کردند، استرس بیشتری را تجربه کردند. گائو و همکاران (۲۰۲۱) نشان داد که بین عزت‌نفس و فرزندپروری مقتدرانه مادر و همچنین بین عزت‌نفس و مقابله مسئله مدار، ارتباط دوسویه وجود دارد. لی و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد تأثیر کل رویدادهای زندگی بر سبک‌های مقابله‌ای با واسطه تاب‌آوری و عزت‌نفس بود.

هوش هیجانی توانایی کنترل احساس‌ها و هیجان‌های خویش و دیگران، تشخیص احساس‌ها و هیجان‌ها در خود و دیگران و استفاده از این اطلاعات برای هدایت، تفکر و اقدام‌های خود فرد است (گنگ و همکاران، ۲۰۱۹). افراد باهوش هیجانی بالا از سلامت روانی بهتری برخوردارند و به همین علت در صورت قرارگرفتن در شرایط تنش‌زا راه‌حل‌های معقولی را به منظور کاهش و رفع استرس خود انتخاب می‌کنند (فیورلیرو همکاران، ۲۰۲۰). نتایج مطالعات استرادا، مونفرر، رودریگز و مولینر (۲۰۲۱)، نشان داد که هوش هیجانی عملکرد تحصیلی را افزایش می‌دهد و استرس روانی را در بین دانش‌آموزان کاهش می‌دهد. پژوهش احمدی و همکاران (۱۴۰۰) نشان دادند که گنجاندن یک برنامه آموزشی هیجانی در مؤسسات آموزشی و کلاس‌های آنلاین برای بهبود فرایند یادگیری می‌تواند باعث کاهش استرس دانشجویان شده و عملکرد دانش‌آموزان را بهبود ببخشد، کازان و ناستاس (۲۰۱۵) و فیوریلی، فارینا، بونومو، کوستا، رومانو، الکان و پتریدس (۲۰۲۰) دریافتند که هوش هیجانی به‌شدت از استرس و فرسودگی دانشجویان جلوگیری می‌کند و عملکرد تحصیلی را افزایش می‌دهد.

افراد در مواجهه با شرایط استرس‌زا از راهبردهای مقابله‌ای مختلفی استفاده می‌کنند. راهبردهای مقابله‌ای مؤثر می‌تواند تأثیر عوامل استرس‌زا را کاهش داده و از عوارض

-
- 1 . Go
 - 2 . Li
 - 3 . Gng
 - 4 . Firorlir&et al
 - 5 . Estrada, Monferrer, Rodríguez & Moliner
 - 6 . Gāzan, A. M., & N`astās`a,

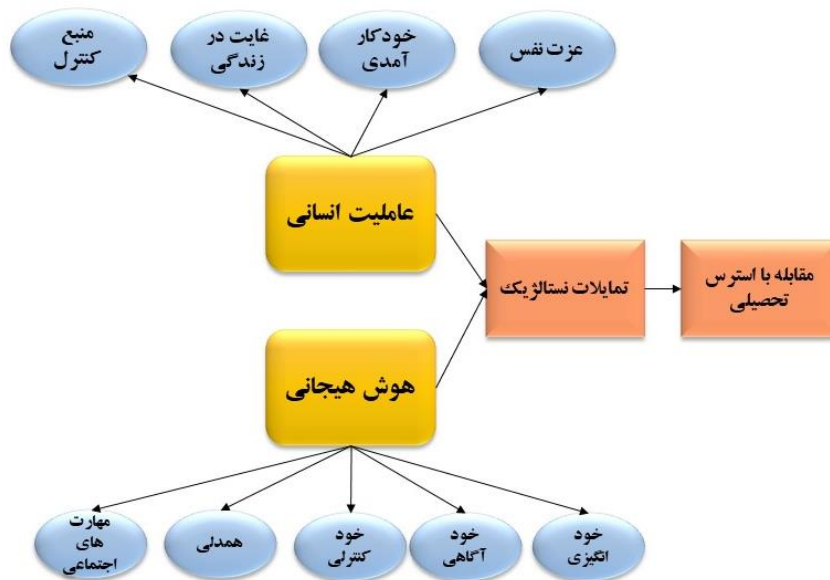
کوتاه مدت و طولانی مدت استرس جلوگیری کند (اسمیت^۱ و همکاران، ۲۰۱۶). به طور کلی سبک‌های مقابله‌ای به تلاش‌های شناختی و رفتاری برای جلوگیری، مدیریت و کاهش استرس اطلاق می‌شود (کایور و همکاران، ۲۰۲۱) در سبک‌های مسئله مدار، فرد به جستجوی بیشتر درباره مسئله و تغییر ساختار آن از نظر شناختی، محاسبات و حل مسئله می‌پردازد. سبک‌های هیجان‌مدار راهبردهایی را در بر می‌گیرد که در آن فرد به جای حل مسئله می‌کوشد احساسات ناخوشایند خود را از طریق عیب‌جویی، اشتغال ذهنی عصبانیت، ناراحتی، گریه کردن کاهش دهد (اسمدز و همکاران، ۲۰۱۹). افرادی که از راهبردهای ناسازگارانه یا همان هیجان‌مدار استفاده می‌کنند دور باطل و فزاینده‌ای از اضطراب و نگرانی را تجربه می‌کنند که به تشدید فشارهای روانی، کاهش اعتماد به نفس، بروز بیماری‌های جسمی، افسردگی و متعاقباً گرایش به سمت رفتارهای پرخطر است را منجر می‌شود (اوداکی و چلیک، ۲۰۱۷). در راهبردهای مقابله‌ای اجتنابی فرد "سعی می‌کند آنچه اتفاق افتاده را فراموش کند" و "شروع به اجتناب از دیگران می‌کند"؛ لذا راهبردهای متمرکز بر اجتناب، تلاشی آگاهانه برای غلبه بر استرس در نظر گرفته می‌شوند و مربوط به یک رویداد خاص با تلاش برای فراموش کردن رویداد یا تلاش برای کاهش تعاملات اجتماعی آن است. استفاده از راهبردهای مقابله‌ای متمرکز بر اجتناب با سطح بالایی از استرس و اضطراب مرتبط است. تامسون و همکاران^۲ (۲۰۱۸). بیشتر کسانی که تمایل به انتخاب راهبردهای مقابله‌ای اجتنابی دارند، منابع اجتماعی و پشتیبانی کمتری دارند (حسن و همکاران، ۲۰۲۱). نتایج پژوهش‌های تقی‌لو و بزرگ‌زاده (۱۳۹۹) رابطه بین هوش هیجانی با سبک تفکر و سبک مقابله‌ای را نشان دادند.

1 . Smith
2 . enley, Tomaka
3 . Ismodz & et al
4 . Odaçı & Çelik
5 . Tmsuk & et al
6 . Hassan

از سوی دیگر نوستالژی به نوعی بازنمایی وضعیت مطلوب روانی است راتلج (۲۰۲۰). نوستالژی عملکردهای مهم روان شناختی دارد. حالت های منفی مانند غم، تنهایی و بی معنایی باعث نوستالژی می شوند. رویارویی با نوستالژی، حالت های منفی را تعدیل می کند و به افراد کمک می کند تا اندوه و آشفتگی خود را تعدیل کنند. نوستالژی باعث افزایش روحیه مثبت، عزت نفس، احساس ارتباط اجتماعی، خوش بینی به آینده و درک معنای زندگی می شود. افزون بر این نوستالژی باعث می شود که افراد به پرورش روابط معنادار و اهداف زندگی بپردازند؛ لذا نوستالژی باعث می شود افراد در بزرگسالی، احیای جوانی و پرانرژی بودن داشته باشند؛ بنابراین حس نوستالژیک در افراد، نوعی احساس دوگانه ایجاد می کند. بدینی نسبت به موضوع موجود و تحولات برآمده آن از یک سو و خوش بینی نسبت به گذشته و تلاش برای بازسازی لحظه های شاد و افتخار آمیز آن از سوی دیگر (نظری، ۱۳۹۹). که هر دو می توانند با استرس و راه های مقابله با آن در ارتباط باشند که این پژوهش به دنبال شفاف سازی این رابطه است.

در کنار توضیحات فوق و نقش راهبردهای مقابله با استرس بر عملکرد تحصیلی دانش آموزان به نظر می رسد هوش هیجانی، عاملیت انسانی و عامل نوستالژیک بر روی انتخاب راهبردهای مقابله با استرس تأثیر گذار باشند و از سوی دیگر با توجه به بررسی پیشینه و خلأ پژوهشی، هدف پژوهش حاضر برآزش مدل و تبیین اثر عاملیت انسانی و هوش هیجانی بر سبک مقابله با استرس تحصیلی با میانجیگری تمایلات نوستالژیک در دانش آموزان پسر است و در پی پاسخگویی به این سؤال است که آیا بین عاملیت انسانی و هوش هیجانی با انتخاب سبک های مقابله با استرس با میانجی گری تمایلات نوستالژیک رابطه معنادار وجود دارد؟

بنابراین فرضیه اصلی پژوهش حاضر با توجه به مدل مفهومی (شکل ۱) زیر عبارت است از: رابطه متغیر عاملیت انسانی و هوش هیجانی با انتخاب سبک مقابله با استرس تحصیلی تحت تأثیر تمایلات نوستالژیک است.



شکل ۱. مدل مفهومی

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی (ضرورت دستیابی به راه حل مشکل خاصی) و بر اساس ماهیت و نحوه گردآوری داده‌ها از نوع توصیفی - همبستگی از نوع تحلیل معادلات ساختاری بود. جامعه آماری مورد مطالعه شامل کلیه دانش آموزان پسر مقطع متوسطه دوم رشته‌های شاخه نظری شهر کاشان در سال تحصیلی ۹۹-۱۴۰۰ که در محدوده سنی ۱۶ تا ۱۸ سال (۳۶۷۹ نفر) بودند. از آنجایی که در تحلیل عاملی تأییدی و مدل معادلات ساختاری،



حداقل حجم نمونه بر اساس متغیرهای پنهان تعیین می‌شود نه متغیرهای مشاهده‌پذیر. ۲۰ نمونه برای هر متغیر پنهان لازم است. این پژوهش دارای ۱۰ متغیر پنهان که با توجه به تعداد متغیرهای پنهان حجم نمونه ۲۰۰ نفر بود. ولی با توجه به اینکه در تحلیل معادلات ساختاری تأکید همیشه بر این است که کف نمونه نباید از ۲۰۰ نفر کمتر باشد (هومن، ۱۳۹۳) و همچنین برای بالابردن اعتبار بیرونی پژوهش (بالابودن حجم جامعه آماری) و بیشتر کردن توان آماری آزمون مورد استفاده (زیاد بودن تعداد متغیرهای مشاهده‌گر) ۵۰۰ نفر از طریق نمونه‌گیری تصادفی به عنوان نمونه مورد مطالعه انتخاب شد. در پژوهش حاضر از ابزار پرسش‌نامه استفاده شد که در نهایت ۴۹۷ پرسش‌نامه برگشت داده شد.

برای اندازه‌گیری متغیر عاملیت از مقیاس "چندوجهی شخصیت عاملیتی" تهیه شده توسط کوته (۱۹۹۷) استفاده شد. این مقیاس دارای ۲۰ ماده شامل ۴ خرده مقیاس (هر کدام ۵ ماده) عزت نفس (بله - خیر)، غایت در زندگی (۷ درجه‌ای)، منبع کنترل درونی (۶ درجه‌ای) و خودکارآمدی (۵ درجه‌ای) است. طبق گزارش پژوهشی فتحی و همکاران (۱۳۹۷) ضریب آلفای خرده مقیاس‌های ابزار در دامنه ۰/۵۸ تا ۰/۸۶ با میانۀ ۰/۷۶ بوده است. در این پژوهش، ضریب پایایی کل مقیاس ۰/۷۸، خرده مقیاس عزت نفس با روش آلفای کرونباخ ۰/۴۳ و سه خرده مقیاس غایت در زندگی، منبع کنترل درونی و خودکارآمدی با "روش تتای ترتیبی" به ترتیب ۰/۷۳، ۰/۶۷ و ۰/۷۱ به دست آمد. برای بررسی روایی سازه نیز از "تحلیل عاملی تأییدی مرتبه دوم" استفاده شد. نتایج (chi-square = 497.88, df = 164, P-value = 0.00001, RMSEA = 0.064 و df/2 = 3.04) نشان داد، مدل به خوبی با داده‌ها برازنده بوده بنابراین روایی سازه ابزار نیز مورد تأیید هستند (فتحی و همکاران ۱۳۹۷). پایایی این پرسش‌نامه در پژوهش حاضر با استفاده از آلفای کرونباخ محاسبه شد. مقدار پایایی نمره کل پرسش‌نامه، مؤلفه‌های عزت نفس، غایت در زندگی، منبع کنترل درونی، خودکارآمدی به ترتیب ۰/۷۴، ۰/۸۹، ۰/۷۱، ۰/۶۸ و ۰/۸۲ محاسبه شد.

برای اندازه‌گیری متغیر هوش هیجانی از پرسش‌نامه شرینگ استفاده شد. این آزمون در سال ۱۹۹۶ توسط شرینگ بر اساس نظریه گلن تدوین شده است. فرم اصلی شامل ۷۰ سؤال است که چندین جنبه از هوش هیجانی (خودآگاهی، خودنظم‌دهی، انگیزه، همدلی و مهارت‌های اجتماعی) را مورد ارزیابی قرار می‌دهد که البته بعد از هنجار شدن در ایران تعدادی از سؤالات آزمون به دلایل مختلف از قبیل نداشتن مشخصات لازم سؤال، طولانی بودن سؤال و عدم تطبیق با فرهنگ ایران حذف شده است، در نتیجه آزمون هنجار شده دارای ۳۳ سؤال است. این آزمون ۵ مؤلفه هوش هیجانی را اندازه‌گیری می‌کند. این مؤلفه‌ها عبارتند از: خودآگاهی، خودکنترلی، خودانگیزی، هوشیاری اجتماعی، مهارت‌های اجتماعی. هنجار و نمره برش این پرسش‌نامه در هنجار ایرانی آن به این شرح است (نمره پایین تر از ۷۰ = هوش هیجانی غیرعادی، ۷۹-۷۰ = خیلی پایین، ۸۹-۸۰ = پایین، ۱۰۹-۹۰ = متوسط، ۱۱۹-۱۱۰ = بالا، ۱۲۹-۱۲۰ = خیلی بالا، بالاتر از ۱۳۰ = هوش هیجانی استثنایی). تحقیقات انجام شده در خارج از کشور ویژگی‌های روان‌سنجی ابزار را برای ارزیابی هوش هیجانی مطلوب ارزیابی کرده‌اند. در خصوص پایایی، پرسش‌نامه هوش هیجانی سیریا شرینگ توسط جرابکت (۱۹۹۶)، از طریق دو نیمه کردن و آلفای کرونباخ محاسبه و ضرایب ۰/۹۴ و ۰/۹۱ گزارش شد. این مقیاس در ایران هنجاریابی و آلفای کرونباخ هر یک از خرده مقیاس‌ها به ترتیب برای خودکنترلی ۰/۸۲، خودآگاهی ۰/۷۹، مهارت اجتماعی ۰/۶۸، خودانگیزی ۰/۶۶، همدلی ۰/۷۴ و مقیاس کل ۰/۸۱ نشان داده شده است (کریمی و همکاران کریمی، کیمیایی و مهدیان، ۱۳۹۱). پایایی این پرسش‌نامه در پژوهش حاضر با استفاده از آلفای کرونباخ محاسبه شد. مقدار پایایی نمره کل پرسش‌نامه، مؤلفه‌های خودآگاهی، خودنظم‌دهی، انگیزه، همدلی و مهارت‌های اجتماعی به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۴، ۰/۷۲ و ۰/۷۱ محاسبه شد.



پرسش‌نامه سبک‌های مقابله‌ای: برای اندازه‌گیری سبک‌های مقابله‌ای از پرسش‌نامه ابزار راهبردهای مقابله با استرس اندلر- پارکر توسط اندلر و پارکر (۱۹۹۰) استفاده شد. این پرسش‌نامه ابزار راهبردهای مقابله با استرس اندلر- پارکر توسط اندلر و پارکر (۱۹۹۰) تهیه شده و به‌وسیله اکبرزاده (۱۳۷۶) ترجمه شده است. یک ابزار معتبر برای سنجش راهبردهای مقابله با استرس است که شامل ۴۸ ماده است. این پرسش‌نامه سه زمینه اصلی رفتارهای مقابله‌ای را در بر می‌گیرد: ۱- مقابله مسئله مدار یا برخورد فعال با مسئله در جهت مدیریت و حل آن. ۲- مقابله هیجان‌مدار یا تمرکز بر پاسخ‌های هیجانی به مسئله. ۳- مقابله اجتنابی یا فرار از مسئله. به‌منظور کاهش تعداد سؤالات و هم‌چنین افزایش دقت دانشجویان در پاسخ به سؤالات، از فرم کوتاه شده این پرسش‌نامه که شامل ۲۱ سؤال است، استفاده شد. این آزمون به‌عنوان فرم سنجش بزرگسالان و نوجوانان کاربرد دارد. هر ۷ سؤال، یک راهبرد مقابله را می‌سنجد. سؤالات ۱-۴-۷-۹-۱۵-۱۸-۲۱ روش مقابله اجتنابی، سؤالات ۱۱-۱۳-۱۶-۱۹-۲۰-۲۱ روش مقابله مسئله مدار و سؤالات ۲-۳-۵-۱۰-۱۲-۱۴-۱۷ روش مقابله هیجان‌مدار را می‌سنجد. نتایج یافته‌های اندلر و پارکر (۱۹۹۰) و برخی تحقیقات در داخل کشور بیانگر پایا بودن آزمون مدنظر است. روایی این آزمون به روش محتوایی و سازه مورد تأیید است. همسانی درونی خرده مقیاس‌های آزمون در پژوهش حسینی دولت‌آبادی (به نقل از بهرامی و همکاران، ۱۳۹۸)، برای مقابله مسئله مدار ۰/۶۴، برای مقابله هیجان محور ۰/۶۷ و برای مقابله اجتنابی ۰/۵۷ بوده است. پایایی زیرمقیاس‌های مسئله‌محور، هیجان محور و اجتنابی بر روی ۲۰ دانشجو در فاصله ۱۵ روز به ترتیب ۰/۷۷، ۰/۷۷ و ۰/۷۱ محاسبه شده. هر سؤال بر اساس مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرتی هرگز (۱)، به‌ندرت (۲)، گاهی (۳)، اغلب (۴) و خیلی زیاد (۵) نمره‌گذاری می‌شود؛ بنابراین حداکثر نمره برای هر روش ۳۵ و حداقل آن ۷ است. هرکدام از رفتارها نمره بالاتری را کسب کند، آن رفتار به عنوان شیوه رویارویی فرد در نظر گرفته می‌شود. پایایی این پرسش‌نامه در پژوهش حاضر با استفاده از آلفای کرونباخ محاسبه شد.

مقدار پایایی سبک های مسئله مدار، هیجان مدار و اجتنابی به ترتیب ۰/۷۶، ۰/۸۲، ۰/۸۵ محاسبه شد.

پرسش نامه نوستالژی: به منظور اندازه گیری متغیر آمادگی نوستالژیک، از مقیاس پرسش نامه آمادگی نوستالژیک که در سال (۲۰۰۴) توسط هاولنا و هولاک طراحی و در سال (۱۳۹۴) توسط شفیعی و قمرانی در ایران بومی سازی شد استفاده شد. مقیاس دارای ۴ خرده مقیاس با ۳۱ گویه است که بعد از بومی سازی به ۲۵ گویه کاهش یافت. این مقیاس یک مقیاس خود گزارشی چهار عاملی است که شامل نوستالژی شخصی (گویه های ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۶، ۱۷، ۱۹، ۲۲، ۲۴، ۲۶، ۲۷ و ۳۰)، نوستالژی بین فردی (گویه های ۱۴ و ۲۳)، نوستالژی فرهنگی (گویه های ۲۰، ۲۱، ۲۵ و ۲۸) و نوستالژی مجازی (گویه های ۱۵، ۱۸، ۲۹ و ۳۱) هستند. در این مقیاس گویه های (۶، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۴، ۱۶ و ۱۷)، به صورت معکوس نمره گذاری می شود. برای هر سؤال به صورت طیف لیکرت کاملاً مخالفم (۱)، مخالفم (۲)، نظری ندارم (۳)، موافقم (۴) و کاملاً موافقم (۵) نمره گذاری انجام می شود. براین اساس نمرات بالاتر در این مقیاس نشانگر آمادگی به نوستالژی بیشتر در آزمودنی است. این مقیاس تاکنون در مطالعات متعددی استفاده شده است. برای مثال هولاک و همکاران در پژوهش خود به کاربرد این مقیاس در ژاپن، چین، ایالات متحده و روسیه اشاره کرده اند. همسانی درونی مقیاس به شیوه آلفای کرونباخ ۰/۸۷ برآورد شده است. ضریب آلفای کرونباخ برای نوستالژی شخصی، نوستالژی بین فردی، نوستالژی فرهنگی، نوستالژی مجازی به ترتیب برابر با ۰/۷۹، ۰/۷۷، ۰/۸۳ و ۰/۹۷ هستند. در ایران بررسی روایی و پایایی مقیاس نوستالژی در دانشجویان علوم پزشکی اصفهان توسط قمرانی و شفیعی (۱۳۹۴) انجام شده که نتایج همبستگی گویه ها با نمره کل را بین ۰/۲۰ تا ۰/۶۰ نشان داد. نتایج تحلیل عاملی، مقیاس را ۴ عاملی به ترتیب شامل نوستالژی شخصی، نوستالژی بین فردی، نوستالژی فرهنگی و نوستالژی مجازی برآورد کرد که در مجموع ۶۳/۲۴ درصد از واریانس کل سؤالات را تبیین نمود. ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۳ و ضریب پایایی تنصیفی ۰/۷۵ به دست

آمد در نتیجه یافته‌ها مبین روایی و پایایی قابل قبول ابزار مورد مطالعه جهت سنجش نوستالژیک‌گرایی هستند ضمناً لازم به ذکر است که طبق گزارش قمرانی و شفیعی (۱۳۹۴) پس از تحلیل‌های آماری گسترده مشخص شد در کل شش گویه به دلیل نداشتن معیارها آماری لازم حذف شدند و نسخه فارسی مقیاس با ۲۵ گویه طراحی شد که در مجموع نتایج پژوهش فوق‌گویی آن بود که نسخه فارسی مقیاس آمادگی به نوستالژی فرم ۲۵ سؤالی، از ویژگی‌های روان‌سنجی مطلوبی برای کاربرد در ایران برخوردار است. پایایی این پرسش‌نامه در پژوهش حاضر با استفاده از آلفای کرونباخ محاسبه شد. مقدار پایایی برای نمره کل و مؤلفه‌های نوستالژی شخصی، بین‌فردی، فرهنگی و مجازی به ترتیب ۰/۹۴، ۰/۸۲، ۰/۷۳، ۰/۶۶، ۰/۷۱ محاسبه شد.

جهت تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش و به منظور آزمون فرضیه‌ها از ضریب همبستگی و روش معادلات ساختاری با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS.26؛ lisrel 8.8 استفاده شد.



یافته‌های پژوهش

یافته‌های پژوهش حاکی از این بود از ۴۹۷ دانش‌آموز پاسخ‌دهنده به پرسش‌نامه‌های پژوهش ۲۵۶ نفر (۵۱/۵ درصد) در رشته ادبیات و علوم انسانی، ۱۸۵ نفر (۳۷/۲ درصد) در رشته علوم تجربی و ۵۶ نفر (۱۱/۳) و ۱۶۸ نفر (۳۳/۸ درصد) در پایه دهم، ۲۱۲ نفر (۴۲/۷) در صد در پایه یازدهم و ۱۱۷ نفر (۲۳/۵) در پایه دوازدهم مشغول به تحصیل بودند.

جدول ۱. یافته‌های توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش

متغیر	تعداد	حداقل	حداکثر	میانگین	انحراف معیار	خطای معیار برآورد	کجی	کشیدگی
سبک مسئله‌دار	۴۹۷	۱۱	۳۲	۲۰/۶۳	۳/۸۹	۰/۱۷	۰/۰۰۸	۰/۴۹
سبک هیجان‌مدار	۴۹۷	۶	۳۳	۱۷/۱۸	۴/۹۶	۰/۲۲	۰/۴۸	۰/۱۷
سبک اجتنابی	۴۹۷	۸	۳۵	۲۰/۲۶	۴/۳۱	۰/۱۹	-۰/۱۹	۰/۵۰
تمایلات نوستالژیک	۴۹۷	۳۲	۱۱۸	۸۳/۲۰	۱۳/۸۶	۰/۶۲	-۱/۰۹	۱/۳۷
نوستالژی شخصی	۴۹۷	۲۱	۷۶	۵۷/۵۹	۸/۲۵	۰/۳۷	-۱/۳۵	۱/۳۹
نوستالژی بین فردی	۴۹۷	۲	۱۰	۵/۳۲	۱/۹۷	۰/۰۹	۰/۱۶	-۰/۴۸
نوستالژی فرهنگی	۴۹۷	۴	۲۰	۱۱/۲۰	۲/۸۸	۰/۱۳	۰/۰۵	۰/۸۶
نوستالژی مجازی	۴۹۷	۳	۱۵	۹/۰۹	۴/۵۳	۰/۲۰	۰/۰۳	۱/۴۷
عاملیت انسانی	۴۹۷	۲۲	۸۸	۵۹/۲۵	۱۴/۹۴	۰/۶۷	-۰/۴۵	-۰/۶۲
عزت نفس	۴۹۷	۵	۱۰	۷/۲۴	۱/۲۵	۰/۰۵	۰/۰۵	-۰/۱۳
غایت در زندگی	۴۹۷	۵	۲۹	۱۸/۹۵	۵/۵۴	۰/۲۵	۰/۳۹	-۰/۸۵
منبع کنترل درونی	۴۹۷	۵	۲۹	۱۷/۰۹	۵/۷۲	۰/۲۵	۰/۰۱	-۰/۹۳
خود کارآمدی	۴۹۷	۵	۲۵	۱۵/۹۵	۴/۸۱	۰/۲۱	-۰/۴۰	-۰/۶۶
هوش هیجانی	۴۹۷	۳۸	۱۴۱	۹۲/۶۲	۲۱/۸۶	۰/۹۸	-۰/۵۴	-۰/۲۳
خود آگاهی	۴۹۷	۱۰	۳۹	۲۳/۵۷	۶/۰۸	۰/۲۷	-۰/۴۴	-۰/۱۲
خود کنترلی	۴۹۷	۶	۲۹	۱۷/۱۸	۴/۸۰	۰/۲۱	-۰/۱۲	-۰/۱۶
خودانگیزی	۴۹۷	۸	۳۲	۱۹/۴۹	۵/۲۹	۰/۲۳	-۰/۱۸	-۰/۶۶
هشیاری اجتماعی	۴۹۷	۵	۲۸	۱۷/۱۶	۴/۹۲	۰/۲۲	-۰/۴۲	-۰/۵۷
مهارت‌های اجتماعی	۴۹۷	۵	۲۳	۱۵/۲۰	۴/۰۹	۰/۱۸	-۰/۲۶	-۰/۷۸

جدول ۱ یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. همانطور که مشاهده می‌شود میزان کجی و کشیدگی متغیرهای پژوهش بین $+1/5$ و $-1/5$ قرار دارند در نتیجه متغیرهای پژوهش از توزیع نرمال برخوردار هستند.

جدول ۲. ماتریس ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵
سبک مسئله‌دار	۱				
سبک هیجان‌مدار	-۰/۵۷۴ ^{°°}	۱			
سبک اجتنابی	-۰/۴۶۵ ^{°°}	۰/۲۹۱ [°]	۱		
تمایلات نوستالژیک	-۰/۵۹۸ ^{°°}	۰/۵۲۰ ^{°°}	۰/۴۱۹ ^{°°}	۱	
عاملیت	۰/۵۱۵ ^{°°}	-۰/۳۸۲ ^{°°}	-۰/۳۹۹ ^{°°}	-۰/۳۴۷ ^{°°}	۱
هوش هیجانی	۰/۴۲۱ ^{°°}	-۰/۳۷۹ ^{°°}	-۰/۲۹۳ ^{°°}	-۰/۳۳۵ ^{°°}	۰/۲۹۲ ^{°°}

باتوجه به جدول ۲ که نتایج ضریب همبستگی پیرسون برای بررسی رابطه خطی ساده بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد: بین تمایلات نوستالژیک با سبک مسئله مدار رابطه منفی ($r = -0/598, p < 0/01$)، با سبک هیجان مدار ($r = 0/520, p < 0/01$)، با سبک اجتنابی ($r = 0/419, p < 0/01$) رابطه مثبت معنادار وجود دارد. بین عاملیت با سبک مسئله مدار رابطه مثبت ($r = 0/515, p < 0/01$) با سبک هیجان مدار ($r = -0/382, p < 0/01$)، با سبک اجتنابی ($r = -0/39, p < 0/01$) رابطه منفی معنادار وجود دارد. بین هوش هیجانی با سبک مسئله مدار همبستگی ($r = 0/421, p < 0/01$) رابطه مثبت، با سبک هیجان مدار ($r = -0/379, p < 0/01$) با سبک اجتنابی ($r = -0/293, p < 0/01$) رابطه منفی معنادار وجود دارد.

جدول ۳. بارهای عاملی استاندارد شده، واریانس تبیین شده و آماره t برای متغیرهای مکنون پژوهش

عامل	عامل‌ها	بار عاملی	واریانس تبیین شده	آماره t
تمایلات نوستالژیک	نوستالژی شخصی	0/68	0/47	-
	نوستالژی بین فردی	0/64	0/41	12/16**
	نوستالژی فرهنگی	0/68	0/46	12/77**
	نوستالژی مجازی	0/59	0/35	11/44**
عاملیت	عزت نفس	0/87	0/76	23/60**
	غایت در زندگی	0/79	0/62	20/15**
	منع کنترل درونی	0/79	0/62	20/19**
	خودکارآمدی	0/81	0/65	20/90**
هوش هیجانی	خودآگاهی	0/90	0/81	25/42**
	خودکنترلی	0/80	0/65	21/19**
	خودانگیزی	0/86	0/74	23/56**
	هشیاری اجتماعی	0/83	0/70	22/46**
	مهارت‌های اجتماعی	0/73	0/53	18/36**

$P < 0/05^*$ $P < 0/01^{**}$

شاخص‌های گزارش شده در تحلیل معادلات ساختاری نشان‌دهنده برازش مطلوب داده‌ها با مدل است. یعنی داده‌های تجربی جمع‌آوری شده توسط محقق مدل نظری تدوین شده بر اساس ادبیات پژوهشی را تأیید کرده و نشان می‌دهد که مدل علی تدوین شده برای تبیین

سبک‌های مقابله‌ای با استرس تحصیلی دانش‌آموزان شهر کاشان بر اساس عاملیت، هوش هیجانی با میانجی‌گری تمایلات نوستالژیک یک مدل مطلوب است.

($\chi^2[95, n=497] = 258.50, p=0.0001; \chi^2/df=2.72; CFI=0.96;$
 $TLI=0.96; RMSEA[CI90\%] = 0.078[0.072; 0.096]; SRMR = 0.05$.)

میزان واریانس تبیین شده سبک مسئله‌مدار، سبک هیجان‌مدار و سبک اجتنابی به وسیله ترکیب خطی متغیرهای برون‌زا و میانجی به ترتیب ۰/۶۲، ۰/۴۴ و ۰/۲۸ هستند که نشان می‌دهد ترکیب خطی عاملیت، هوش هیجانی و تمایلات نوستالژیک به ترتیب ۶۲، ۴۴ و ۲۸ درصد از تغییرات سبک مسئله‌مدار، سبک هیجان‌مدار و سبک اجتنابی تبیین می‌شود. علاوه بر این، میزان واریانس تبیین شده تمایلات نوستالژیک ۳۳ درصد هستند. همچنین ترکیب خطی عاملیت، هوش هیجانی به ترتیب ۳۸، ۲۵ و ۱۹ درصد از واریانس سبک مسئله‌مدار، سبک هیجان‌مدار و سبک اجتنابی را تبیین می‌کردند.

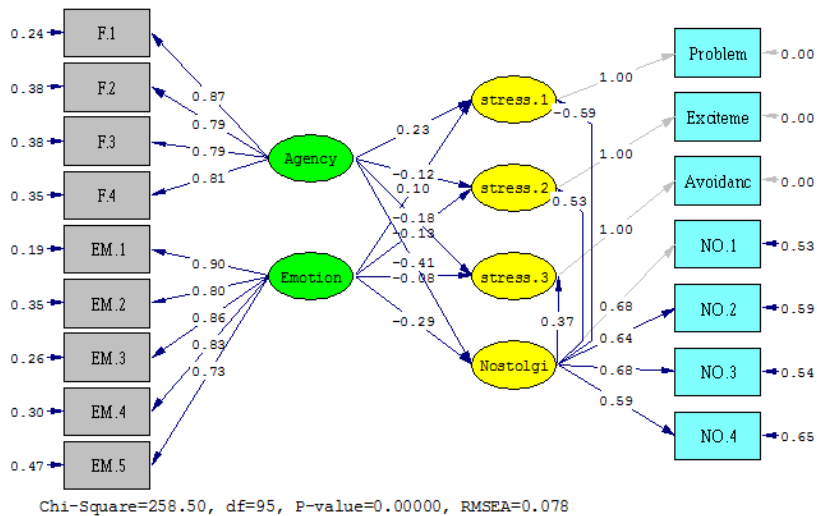
بر اساس نتایج جدول ۳ پارامترهای مدل همگی معنادار بودند ($p < 0.01$) میزان بار عاملی سؤالات بالاتر از ۰/۴ بود که نشان می‌دهد که تمام مؤلفه‌ها از همسانی مناسبی برخوردار هستند.

جدول ۴. برآوردهای اثرات مستقیم، غیرمستقیم و کل متغیرهای برونزا و میانجی بر سبک‌های مقابله‌ای با استرس تحصیلی

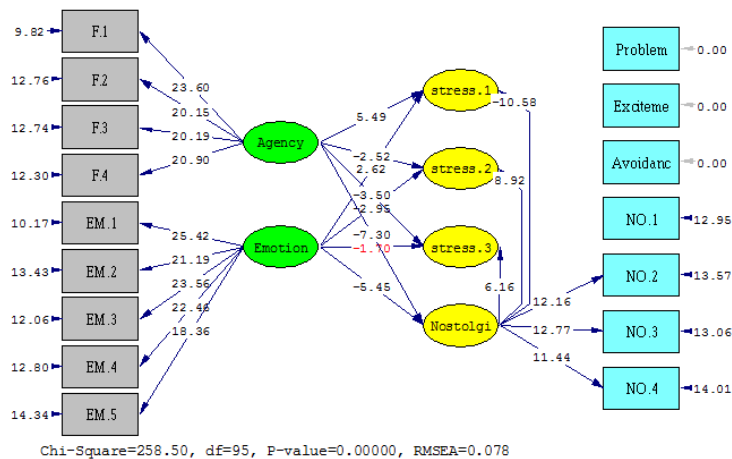
اثرات کل		اثرات غیرمستقیم		اثرات مستقیم		متغیرها
T	β	T	β	T	B	
۱۱/۱۱ ^{oo}	۰/۴۸	۶/۵۹ ^{oo}	۰/۲۴	۵/۴۹ ^{oo}	۰/۲۳	سبک مسئله‌مدار ← عاملیت
۶/۶۷ ^{oo}	۰/۲۷	۵/۱۰ ^{oo}	۰/۱۷	۲/۶۲ ^{oo}	۰/۱۰	سبک مسئله‌مدار ← هوش هیجانی
-۷/۴۵ ^{oo}	-۰/۳۴	-۶/۰۸ ^{oo}	-۰/۲۲	-۲/۵۲ ^{oo}	-۰/۱۲	سبک هیجان‌مدار ← عاملیت
-۶/۳۶ ^{oo}	-۰/۲۸	-۴/۸۹ ^{oo}	-۰/۱۵	-۲/۹۵ ^{oo}	-۰/۱۳	سبک هیجان‌مدار ← هوش هیجانی
-۷/۰۷ ^{oo}	-۰/۳۳	-۴/۹۸ ^{oo}	-۰/۱۵	-۳/۵۰ ^{oo}	-۰/۱۸	سبک اجتنابی ← عاملیت
-۴/۰۹ ^{oo}	-۰/۱۹	-۴/۲۳ ^{oo}	-۰/۱۱	-۱/۷۰	-۰/۰۸	سبک اجتنابی ← هوش هیجانی
-۱۰/۵۸ ^{oo}	-۰/۵۹	-	-	-۱۰/۵۸ ^{oo}	-۰/۵۹	سبک مسئله‌مدار ← تمایلات نوستالژیک
۸/۹۲ ^{oo}	۰/۵۳	-	-	۸/۹۲ ^{oo}	۰/۵۳	سبک هیجان‌مدار ← تمایلات نوستالژیک
۶/۱۶ ^{oo}	۰/۳۷	-	-	۶/۱۶ ^{oo}	۰/۳۷	سبک اجتنابی ← تمایلات نوستالژیک
-۷/۳۰ ^{oo}	-۰/۴۱	-	-	-۷/۳۰ ^{oo}	-۰/۴۱	تمایلات نوستالژیک ← عاملیت
-۵/۴۵ ^{oo}	-۰/۲۹	-	-	-۵/۴۵ ^{oo}	-۰/۲۹	تمایلات نوستالژیک ← هوش هیجانی

براساس نتایج جدول (۴) متغیر عاملیت و هوش هیجانی به ترتیب با ضریب استاندارد ۰/۲۳، ۰/۱۰ به صورت مستقیم و مثبت متغیر سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار را تحت تأثیر قرار می‌داد ($p < 0.01$). این متغیرها از طریق تمایلات نوستالژیک به ترتیب با ضریب استاندارد ۰/۲۴ و ۰/۱۷ به صورت مثبت متغیر سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار را تحت تأثیر قرار می‌دادند ($p < 0.01$). اثر کل این متغیرها بر سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار به ترتیب ۰/۴۸ و ۰/۲۷ بود، که در سطح آلفای ۰/۰۱ معنادار بود ($p < 0.01$). متغیرهای عاملیت و هوش هیجانی به ترتیب با ضریب استاندارد ۰/۱۲ و ۰/۱۳ به صورت مستقیم و منفی متغیر سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار را تحت تأثیر قرار می‌داد ($p < 0.01$). این متغیرها از طریق تمایلات نوستالژیک به ترتیب با ضریب استاندارد ۰/۲۲ و ۰/۱۵ به صورت منفی متغیر سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار را تحت تأثیر قرار می‌دادند ($p < 0.01$). اثر کل این متغیرها بر سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار به ترتیب ۰/۳۴ و ۰/۲۸ بود، که در سطح آلفای ۰/۰۱ معنادار بود ($p < 0.01$). متغیرهای

عاملیت و هوش هیجانی به ترتیب با ضریب استاندارد $-0/18$ و $-0/08$ به صورت مستقیم و منفی متغیر سبک مقابله‌ای اجتنابی را تحت تأثیر قرار می‌دادند که اثر عاملیت معنادار و اثر هوش هیجانی غیر معنادار بود. این متغیرها از طریق تمایلات نوستالژیک به ترتیب با ضریب استاندارد $-0/15$ و $-0/11$ به صورت منفی متغیر سبک مقابله‌ای اجتنابی را تحت تأثیر قرار می‌دادند ($p < 0.01$). اثر کل این متغیرها بر سبک مقابله‌ای اجتنابی به ترتیب $-0/28$ و $-0/33$ بود، که در سطح آلفای $0/01$ معنادار بود ($p < 0.01$). متغیر تمایلات نوستالژیک با ضریب استاندارد $-0/59$ به صورت مستقیم و منفی متغیر سبک مقابله‌ای مسئله مدار را تحت تأثیر قرار می‌داد ($p < 0.01$). این متغیر به ترتیب با ضریب استاندارد $0/53$ و $0/37$ به صورت مستقیم و مثبت متغیر سبک مقابله‌ای هیجان مدار و اجتنابی را تحت تأثیر قرار می‌داد ($p < 0.01$). متغیرهای عاملیت و هوش هیجانی به ترتیب با ضریب استاندارد $-0/41$ و $-0/29$ به صورت مستقیم و منفی متغیر تمایلات نوستالژیک را تحت تأثیر قرار می‌دادند ($p < 0.01$).



شکل ۱. مدل استخراج شده از نرم افزار بر اساس ضرایب استاندارد



شکل ۲. مدل استخراج شده از نرم افزار براساس آماره تی

بحث و نتیجه گیری

هدف پژوهش حاضر تبیین اثر عاملیت انسانی و هوش هیجانی بر سبک مقابله با استرس تحصیلی با میانجیگری تمایلات نوستالژیک در دانش آموزان پسر بود. متغیر عاملیت و هوش هیجانی از طریق تمایلات نوستالژیک به ترتیب با ضریب استاندارد ۰/۲۴ و ۰/۱۷ به صورت مثبت متغیر سبک مقابله‌ای مسئله مدار را تحت تأثیر قرار می‌دادند. متغیرهای عاملیت و هوش هیجانی از طریق تمایلات نوستالژیک به ترتیب با ضریب استاندارد ۰/۲۲- و ۰/۱۵- به صورت منفی متغیر سبک مقابله‌ای هیجان مدار را تحت تأثیر قرار می‌دادند. متغیرهای عاملیت و هوش هیجانی از طریق تمایلات نوستالژیک به ترتیب با ضریب استاندارد ۰/۱۵- و ۰/۱۱- به صورت منفی متغیر سبک مقابله‌ای اجتنابی را تحت تأثیر قرار می‌دادند. بنابراین فرضیه اصلی پژوهش تأیید می‌شود. این یافته با نتایج پژوهش‌های تقیلو و بزرگ زاده (۱۳۹۹) که رابطه بین هوش هیجانی با سبک تفکر و سبک مقابله‌ای را نشان دادند، ماتيجانکا (۲۰۲۱) که وجود رابطه معنادار بین سبک‌های مقابله‌ای و خودکارآمدی و گائو (۲۰۲۱) و

لی و همکاران (۲۰۲۰) که همبستگی معنادار بین عزت نفس و سبک‌های مقابله‌ای را نشان دادند سنخیت داشت. همچنین این یافته با نتایج پژوهش‌های احمدی و همکاران (۱۴۰۰)، کازان و ناستاس (۲۰۱۵)، فیوریلی، فارینا، بونومو، کوستا، رومانو، الرکان و پتریدس (۲۰۲۰)، استرادا، مونفرر، رودریگز و مولینر (۲۰۲۱) که نقش هوش هیجانی در مقابله با استرس و راهبردهای مقابله با استرس نشان دادند همخوانی داشت. همچنین نتایج پژوهش مقدسی و علی بیکی (۱۳۹۹) نیز اثر هوش هیجانی در پیش بینی خلاقیت دانشجویان را تأیید نمود که به نوعی با بخشی از یافته‌های این پژوهش همسو بود. همچنین آغاجری و همکاران (۱۳۹۹) وجود رابطه مثبت و معنادار میان عاملیت شخصیت، هوش اخلاقی، سرمایه اجتماعی و سرمایه روان‌شناختی را بدست آوردند که می‌تواند با نتایج این پژوهش همگرایی داشته باشد.

همینطور مطالعات (فیوریلی، فارینا، بونومو، کوستا، رومانو، الرکان و پتریدس^۱، ۲۰۲۰) نشان داد که هوش هیجانی نقش بزرگی در کنترل بحران‌ها در مواقع اضطراری ایفا می‌کند. آنها دریافتند که هوش هیجانی به شدت از استرس و فرسودگی فراگیران جلوگیری می‌کند و عملکرد تحصیلی را افزایش می‌دهد. از طرفی نتایج پژوهش موسوی و همکاران (۱۴۰۱) نشان داد خلاقیت هیجانی به عنوان بخشی از هوش هیجانی در نقش متغیر میانجی رابطه هیجان‌های اساتید با مدیریت کلاس درس را بهبود می‌بخشد که می‌تواند در کنترل استرس تحصیلی نیز مؤثر باشد.

هوش هیجانی می‌تواند به فراگیران کمک کند تا مشکلات تحصیلی و روزانه را به طور مؤثرتر حل کنند و فشار روانی را به طور مؤثر مدیریت کنند. افرادی که هوش هیجانی کمتری دارند، در طول فرآیند یادگیری استرس روانی بالایی را تجربه کرده‌اند (هررا، اللال و محمدآ، ۲۰۲۰). مهارت‌های هوش هیجانی باعث تعادل بین عاطفه و شناخت می‌شود؛ که

1 . Fiorilli, Farina, Buonomo, Costa, Romano, Larcan & Petrides
2 . Herrera, Al-Lal, & Mohamed

این مسئله به نوبه خود، منجر به کنش سازگارانه با استرس می‌شود. همچنین افراد با هوش هیجانی بالا، بیشتر از راهبرد مقابله‌ای مسئله مدار، به منظور مواجهه با چالش‌ها استفاده می‌نمایند؛ که باعث حل مشکل موفقیت آمیز می‌شود و نهایتاً منجر به کاهش استرس درک شده و به تبع آن، کاهش واکنش جسمانی به آن می‌شود. لذا افرادی که از هوش هیجانی بالایی برخوردارند تعادل هیجانی بالاتری دارند و عواطف خود را به درستی تدبیر و ابراز می‌کنند؛ بنابراین، هر عاملی که باعث بالارفتن هوش هیجانی شود، می‌تواند در کنترل هیجان‌ها یاری رسان باشد. هوش هیجانی توانایی است که به فرد کمک می‌کند تا بتواند انگیزه‌های خود را حفظ کند و در مقابل ناملايمات پایداری نماید و تکانش‌ها و حالات هیجانی شدید خود را کنترل و تنظیم کند و به موقعیت‌ها و ناملايمات پاسخ منطقی بدهد.

در میان سازوکارهای عاملیت انسانی مهمتر و نافذتر از عقاید کارآمدی شخصی وجود ندارد. دانش‌آموزانی که نسبت به توانمندی خود در انجام تحصیل مطمئن نیستند، همچنین اعتقاد ندارند که تمرین و تلاش به موفقیت منتهی خواهد شد، اغلب مضطرب شده و به‌خصوص زمانی که مورد ارزیابی قرار می‌گیرند احساس عدم شایستگی می‌کنند؛ در مقابل دانشجویانی که به شایستگی خود باور و اعتقاد دارند می‌توانند راحت‌تر در امورات تحصیلی خود اقدام کنند و مشخص شده است باورهای خودکارآمدی تحصیلی میانجی‌کننده مهمی از انواع رفتارهای مرتبط با پیشرفت بوده و به طور کلی در باورهای افراد نسبت به توانایی‌هایشان در تلاش و پشتکار آنها مؤثر است (محمدی و همکاران، ۱۳۹۵). بر این اساس افراد با خودکارآمدی ادراک شده بالا تمایل دارند تا از راهبردهای مقابله انطباقی بهره و در نتیجه میزان استرس تحصیلی کمتری را تجربه می‌کنند (محمدی و همکاران، ۱۳۹۵). عوامل شخصی (مانند باورهای شخصی، اهداف انگیزشی، تعهدات و ارزش‌ها) و عوامل موقعیتی (مانند نیازهای محیطی، منابع، محدودیت‌های اجتماعی و دیدگاه‌های سکولار) بر ارزیابی شناختی فرد تأثیر می‌گذارند و ارزیابی شناختی فرد، راهبردهای مقابله‌ای فرد را تعیین

می‌کند. همچنین ارزیابی‌ها و مقابله بر انطباق فردی تأثیر می‌گذارد (هلیبگ و بک هاوس^۱، ۲۰۱۷). بنابراین هرچه سطح عاملیت بالا می‌رود، نوجوانان بیشتر بر خود تمرکز می‌کنند، اکتشاف هویت بیشتری دارند و بیشتر به دنبال پاسخ به پرسش‌های هویتی هستند. آنها نگاه خوشبینانه‌تری به این دوره از زندگی خود دارند و به آنچه در این سنین رخ می‌دهد به‌عنوان فرصت نگاه می‌کنند (فتحی و همکاران، ۱۳۹۷).

پژوهش‌های کلی راتلیج و همکارانش (۲۰۲۰) نشان داد نوستالژی عملکردهای مهم روانشناختی دارد. حالت‌های منفی مانند غم، تنهایی و بی‌معنایی باعث نوستالژی می‌شوند. رویارویی با نوستالژی، حالت‌های منفی را تعدیل می‌کند و به افراد کمک می‌کند تا اندوه و آشفتگی خود را تعدیل کنند. نوستالژی باعث افزایش روحیه مثبت، عزت نفس، احساس ارتباط اجتماعی، خوش بینی به آینده و درک معنای زندگی می‌شود. افزون بر این نوستالژی باعث می‌شود که افراد به پرورش روابط معنادار و اهداف زندگی بپردازند. لذا نوستالژی باعث می‌شود افراد در بزرگسالی، احیای جوانی و پر انرژی بودن داشته باشند. بنابراین حس نوستالژیک در افراد، نوعی احساس دوگانه ایجاد می‌کند. بدینی نسبت به موضوع موجود و تحولات بر آمده آن از یک سو و خوش بینی نسبت به گذشته و تلاش برای بازسازی لحظه‌های شاد و افتخار آمیز آن از سوی دیگر (نظری، ۱۳۹۹). بنابراین نوستالژی سبب بروز نشانه‌های پزشکی، روان پریشی و روانشناختی نمی‌شود در عوض برای مقابله با این نشانه‌ها و به عنوان گنجینه معنا عمل می‌کند (سدیکیدز و ویلدشات، ۲۰۱۸). نوستالژی می‌تواند زمینه، چشم انداز و جهت مورد نیاز خود را به ما ارائه می‌دهد و به ما یادآوری کند و اطمینان دهد که زندگی ما و زندگی دیگران ریشه در روایتی دارد و یک بار دیگر لحظه‌ها و تجربه معناداری خواهیم داشت (بیورتن^۲، ۲۰۲۰). نوستالژی با غنا بخشیدن به زندگی مردم از طریق معنا، تقویت انگیزه برای رسیدن به معنا، به تقویت انگیزه برای رسیدن به هدف، برابری

1 . Helbig, Backhaus
2 . Sedikides & Wildschut
3 . Briton

روانی و سلامت جسمی یا روانی کمک می‌کند (سدیکیدز و ویلدشات، ۲۰۱۸). بنابراین احساسات نوستالژیک معمولاً در شرایط ترس، نارضایتی، اضطراب و عدم اطمینان رخ می‌دهد و به دنبال کاهش احساسات منفی است (حاجی بابایی و قبادی، ۱۳۹۹). در این وضعیت فرد تمام توانایی‌های بالقوه خود را برای مقابله مثبت و حل مسئله فرا می‌خواند و احتمال موفقیت خود را افزایش می‌دهد و دست از تلاش برای حل مشکلات و استرس تحصیلی بر نمی‌دارد و از سبک اجتنابی و هیجان مدار کمتر استفاده می‌کند.

این پژوهش دارای محدودیت‌هایی است که از جمله آن‌ها می‌توان به موارد زیر اشاره کرد. در این پژوهش، از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شده و در میان صرفاً بر روی دانش‌آموزان پسر دوره متوسطه دوم شهرستان کاشان انجام شده است؛ بنابراین در تعمیم دادن نتایج پژوهش به سایر مقاطع سنی و دختران باید جانب احتیاط را رعایت کرد. استفاده از ابزار خود گزارشی، نبود پیشینه پژوهشی کافی در رابطه با دو متغیر پژوهش (عاملیت انسانی و تمایلات نوستالژیک) و عدم آشنایی جامعه آماری پژوهش با بارهای معنایی متفاوت مفهوم تمایلات نوستالژیک از دیگر محدودیت‌های پژوهش حاضر بود. پیشنهاد می‌شود مشاوران در سطح مدارس با برگزاری کارگاه‌های آموزشی، راهبردهای سازگارانۀ مقابله با استرس را به دانش‌آموزان، آموزش دهند. نحوه صحیح کنار آمدن فرد با استرس می‌تواند در دستور کار مشاوران قرار بگیرد که در واقع تأثیر مستقیم بر وضعیت تحصیلی فراگیران دارد.

منابع و مآخذ

- آغاچری، عطا دخت، حاجیلو، موسوی، میرطاهر و عباسی. (۲۰۲۰). پیش‌بین‌های وضعیت‌های هویتی در بین دانشجویان؛ نقش شخصیت عامل، سرمایه اجتماعی، هوش اخلاقی و سرمایه روان‌شناختی در پیش‌بینی هویت. فصلنامه رفاه اجتماعی، ۲۰(۷۸)، ۱۰۷-۷۵.

احمدی، سید. معصومه؛ صدوقی، میترا و پور حسین گیلاکجانی، عباس. (۱۴۰۰). آموزش الکترونیک در دوران کرونا: بکارگیری استراتژی‌های هوش هیجانی برای مقابله با استرس تحصیلی در دانشجویان. فصلنامه علمی تخصصی رویکردهای پژوهشی نوین در مدیریت و حسابداری، ۵(۸۳): ۱۷۰۰-۱۶۸۳.

بهرامی جلال، شیماء؛ مقدری کوشا، مهناز و روشنایی، قدرت الله. (۱۳۹۸). بررسی رابطه هوش هیجانی با راهکارهای مقابله با استرس در دانشجویان دانشکده پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی همدان در سال ۱۳۹۶. دوماهنامه علمی- پژوهشی راهبردهای آموزش در علوم پزشکی، ۱۲(۴): ۷۷-۸۵.

تقیلو، اکرم و بزرگ زاده، علیرضا. (۱۳۹۹). رابطه هوش هیجانی با سبک تفکر و سبک مقابله‌ای مدیران مدارس ابتدایی منطقه یک زنجان، پنجمین همایش ملی روانشناسی و علوم تربیتی ایران، جیرفت.

حاجی بابایی، حسین و قبادی لموکی، تحفه. (۱۳۹۹). رویکردی نوین به پیوندهای احساسی برند: از نوستالژی تا عشق به برند. مطالعات رفتار مصرف کننده، ۷(۳): ۱۰۴-۸۹.

شفیعی، زهرا و قمرانی، امیر. (۱۳۹۶). ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس آمادگی به نوستالژی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در سال ۱۳۹۴. مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان، ۱۶(۲): ۱۴۴-۱۳۱.

فتحی، محمدرضا؛ کیامنش، علیرضا و جمهری، فرهاد. (۱۳۹۷). نقش عاملیت انسانی، جنس و سن در ویژگیهای هویتی: بزرگسالی درحال ظهور آرنت. روانشناسی تحولی (روانشناسان ایرانی)، ۱۵(۵۷): ۳۳-۴۴.

کریمی، ام البنین؛ کیمیایی، سیدعلی و مهدیان، حسین. (۱۳۹۱). بررسی نقش سبک‌های دلبستگی، هوش هیجانی و استرس شغلی بر رضایت شغلی دبیران مقطع متوسطه شهر مشهد در سال تحصیلی ۱۳۸۹-۹۰. مشاوره شغلی و سازمانی، ۴(۱۰): ۴۵-۳۱.

محمدی، محمدجواد؛ محبی، سیامک؛ دهقانی، فاطمه و قاسم‌زاده، محمدجواد. (۱۳۹۵). همبستگی خودکارآمدی تحصیلی با اضطراب یادگیری در دانشجویان پزشکی دانشگاه آزاد اسلامی واحد قم، مجله دانشگاه علوم پزشکی قم. ۱۳۹۷؛ ۱۲(۱۲): ۸۹-۹۸.

مقدسی، محمد مهدی و علی بیگی، نگین (۱۳۹۹) تحلیل رابطه بین هوش هیجانی و هوش معنوی دانشجویان و نظریه خلاقیت گیلفورد در محیط های آموزشی، نشریه ابتکار و خلاقیت در علوم انسانی، ۱۰(۳) ۱-۱۶.

باقری موسوی، مریم سادات؛ کدیور، پروین؛ حبیب زاده، عباس. (۱۴۰۱). نقش میانجی خلاقیت هیجانی در رابطه بین هیجان های اساتید و مدیریت کلاس در دانشگاه فرهنگیان، نشریه ابتکار و خلاقیت در علوم انسانی، ۱۲(۱) ۱-۲۸.

نظری، علی اشرف. (۱۳۹۹). پی جویی آینده در گذشته و بازنمایی امر نوستالژیک در ایران معاصر. پژوهشنامه علوم سیاسی، ۱۵(۳): ۲۳۶-۲۰۱.

Burton, Neel (2020), Hide and Seek, The Meaning of Nostalgia; The Psychology and Philosophy of Nostalgia, Last visited: 6/10/2020, available at: <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/hide-and-see/201411/the-meaning-nostalgia> Cambridge dictionary, Nostology, available at: <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/nostalgia>.

Cazan, A. M., & N`astas`a, L. E. (2015). Emotional intelligence, satisfaction with life and burnout among University students. *Procedia*, 180, 1574-1578.

Cheung WY, Wildschut T, Sedikides C, Hepper EG, Arndt J, Vingerhoets AJJM. Back to the future: Nostalgia increases optimism. *Personality and Social Psychology Bulletin* 2013; 39: 1484-96.

Clay Routledge, Nostalgia, Last Visited: (2020). Available at: <https://www.clayroutledge.com/nostalgia>.

Damasio A. Looking for Spinoza, Joy. (2013). *sadness and the feeling brain*. Tehran: Mehrvista, New York, NY: Putnam 2013.

Eludoyin, O.M. (2015). Assessment of daytime physiologic comfort, its perception and coping strategies among people in tertiary institutions nine Nigeria. *weater Climate*, 10(2): 70-84.

Enley JA, Tomaka J. (2011). Associations among the big five emotional responses and coping with acute stress. *Personality and Individual Differences*. 2011; 32(7): 1215-28

- Estrada, M., Monferrer, D., Rodríguez, A., & Moliner, M. Á. (2021). Does emotional intelligence influence academic performance? The role of compassion and engagement in education for sustainable development. *Sustainability*, 13, 1721.
- Fiorilli, C., Farina, E., Buonomo, I., Costa, S., Romano, L., Larcan, R., & Petrides, K. V. (2020). Trait Emotional Intelligence and School Burnout: The Mediating Role of Resilience and Academic Anxiety in High School. *International journal of environmental research and public health*, 17(9), 3058.
- Gao, D., Liu, J., Bullock, A., Li, D., & Chen, X. (2021). Transactional models linking maternal authoritative parenting, child self-esteem, and approach coping strategies. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 73, 101262.
- Gong, Z., Chen, Y., & Wang, Y. (2019). The Influence of Emotional Intelligence on Job Burnout and Job Performance: Mediating Effect of Psychological Capital, *Original Research Article*, 10, pp. 1-11.
- Hassan N, Muazzam, A Ejaz, B Faran Nazir M, Rasool, H. (2021). Coping Strategies in Hepatitis C Patients during the Course of antiviral Treatment of HCV. *Palarch's Journal of Palaeontology and Egyptology*, 18(1), 91-104.
- Helbig S, Backhaus J. (2017). Sex differences in a real academic stressor, cognitive appraisal and the cortisol response. *Physiol Behav.* 1; 179:67-74.
- Herrera, L., Al-Lal, M., & Mohamed, L. (2020). Academic achievement, self-concept, personality and emotional intelligence in primary education analysis by gender and cultural group. *Front. Psychol*, 10, 3075
- Ireland JL, Boustead R, Ireland CA. Coping style and psychological health among adolescent prisoners: a study of young and juvenile offenders. *Journal of Adolescence.* 2005;28(3):411-23.
- Li, Juan, Chen, Yi-ping, Zhang, Jie, Lv Meng-meng, Välimäki, Maritta, Li, Yi-fei, Yang, Si-lan, Tao, Ying-xiang, Ye, Bi-yun, and Chu-xia Tan, Zhang, Jing-ping (2020) * The Mediating Role of Resilience and Self-Esteem Between Life Events and Coping Styles Among Rural Left-Behind Adolescents in China: A Cross-Sectional Study *Psychiatry*, 20.

- María L. Pardo Campos, Rosa Enacan, María G. Valle, and Ana Chiesa. (2021). Parenting Styles and Coping Strategies in PKU Early Detected Children. *Journal of Inborn Errors of Metabolism & Screening*, 9.
- Matyjanka, O. (2021). *Navigating the transition to postsecondary studies: exploring the relationships between perceived stress, coping styles and academic self-efficacy (Unpublished master's thesis)*. University of Calgary, Calgary, AB.
- Millam, L. A., Cohen, G., Mueller, C., & Salles, A. (2018). The relationship between self-efficacy and well-being among surgical residents. *Journal of Surgical Education*, 76(3): 321-328.
- Odacı, H., & Çelik, Ç. B. (2017). Internet Dependence in an Undergraduate Population: The Roles of Coping with Stress, Self-Efficacy Beliefs, and Sex Role Orientation. *Journal of Educational Computing Research*, 55(3), 395–409
- Routledge C, Arndt J, Wildschut T, Sedikides C, Hart C, Juhl J, et al. The past makes the present meaningful: Nostalgia as an existential resource. *Journal of Personality and Social Psychology*; 101: 638–52.
- Secombe, K. (2002). “Beating the odds” versus “changing the odds”: Poverty, resilience, and family policy. *Journal of Marriage and Family*, 64, 384–394
- Sedikides, Constantine and Wildschut, Tim (2018). Finding Meaning in Nostalgia. *Review of General Psychology*, Vol. 22, No. 1, 48–61.
- Smith, MM, Saklofske DH, Keefer KV, Tremblay PF (2016). Coping strategies and psychological outcomes: The moderating effects of personal resiliency. *The Journal of Psychology*.: 150(3):318-32
- Weis JA, Robinson S, Fung S, Tint A, Chalmers P, Lunskey Y. (2013). Family hardiness, social support, and self-efficacy in mothers of individuals with Autism Spectrum Disorders. *Research in Autism Spectrum Disorders*; 7: 1310–1317.
- Zhou X, Wildschut T, Sedikides C, Shi K, Feng C. (2012). Nostalgia: The gift that keeps on giving. *Journal of Consumer Research*; 39: 39–50.