

## اثر سبک‌های هویت بر افسردگی، اضطراب، و استرس دانشجویان: نقش واسطه‌ی تعهد هویت

دکتر عباس رحیمی‌نژاد<sup>۱</sup>، سمیه برجعلی‌لو<sup>۲\*</sup>، محمدجواد یزدانی ورزنده<sup>۳</sup>، دکتر حجت‌اله فراهانی<sup>۴</sup>، حبیب امانی<sup>۵</sup>

### چکیده

این پژوهش، با هدف تعیین اثرسبک‌های هویت بر افسردگی، اضطراب و استرس دانشجویان از راه تعهد هویت انجام شد. این پژوهشیک پژوهش همبستگی است، که در جامعه دانشجویان کارشناسی سال دوم دانشگاه تهران انجام شد. نمونه شامل ۱۵۰ دانشجو با میانگین سنی ۲۰/۰۹ و انحراف استاندارد ۱/۱۳ سال بود، که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. آنان به سیاهه سبک هویت (ISI-4) و مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس (DASS) پاسخ دادند. تحلیل مسیر نشان داد که سبک‌های اطلاعاتی و هنجاری دارای اثر مستقیم مثبت و سبک آشفته-اجتنابی دارای اثر مستقیم منفی و معنادار بر تعهد هویت است. اثر مستقیم تعهد هویت بر افسردگی و اضطراب منفی و معنادار و بر استرس منفی و غیرمعنادار است. اثر غیر مستقیم سبک‌های اطلاعاتی و هنجاری از راه تعهد هویت بر افسردگی منفی و معنادار و اثر غیرمستقیم سبک آشفته-اجتنابی مثبت و معنادار است. هم‌چنین سبک‌های داده‌ای و هنجاری از راه تعهد هویت بر اضطراب اثر غیرمستقیم منفی و معنادار دارند و اثر غیرمستقیم سبک آشفته-اجتنابی بر اضطراب مثبت و معنادار است. هیچ‌یک از اثرات غیرمستقیم سبک‌های هویت بر استرس معنادار نبود. به‌گونه کلی یافته‌ها واسطه‌گری تعهد هویت در اثر سبک‌های هویت بر سلامت روان دانشجویان را تایید می‌کند. بر اساس یافته‌ها، تدارک محیط‌های دانشگاهی به صورتی که امکان کاوشگری بیش‌تری برای دانشجویان فراهم آورد می‌تواند منجر به تعهد هویت بیش‌تر و درپی آن کاهش مشکلات روان‌شناختی دانشجویان شود.

**واژه‌های کلیدی:** استرس، اضطراب، افسردگی، تعهد هویت، سبک‌های هویت

<sup>۱</sup> - استادیار دانشگاه تهران

<sup>۲</sup> - دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی دانشگاه شهید بهشتی

<sup>۳</sup> - دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی دانشگاه خوارزمی

<sup>۴</sup> - دکتری تخصصی روان‌شناسی از دانشگاه اصفهان

<sup>۵</sup> - کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی از دانشگاه تهران

\*- نویسنده‌ی مسئول مقاله: s\_borjalilu@yahoo.com

## مقدمه

دوره جوانی، یکی از مراحل حساس زندگی است و افراد در این دوران از مرحله بی-مسئولیتی نوجوانی رها شده و به سوی پذیرش چارچوب‌های خاص زندگی (هویت‌یابی) پیش می‌روند. اما در این مسیر با موانع و مشکلاتی مواجه می‌شوند که ممکن است ایشان را دچار استرس کند. رویدادهای نامطلوبی که آرامش جسمی و روان‌شناختی شخص را مختل می‌کند و منجر می‌شود که فرد برای رهایی از این حالت، روش‌ها و راه‌حلی را به کارگیرد، رویدادهای استرس‌زا<sup>۱</sup> نامیده می‌شود (پیکل<sup>۲</sup>، ۱۹۸۷). فراتر بودن خواست‌های محیطی از ظرفیت سازشی یک ارگانیزم به تغییرات زیست‌شناختی و روان‌شناختی می‌انجامد که می‌توانند فرد را در معرض استرس و دیگر اختلالات روانی و از جمله شایع‌ترین آنها، اضطراب و افسردگی قرار دهد (کوهن و همریک<sup>۳</sup>، ۲۰۰۳ و هاتچ، هاروی و موگان<sup>۴</sup>، ۲۰۱۰).

در این میان، اختلالات روانی در میان دانشجویان اهمیت ویژه‌ای دارد. پژوهش‌های گوناگون نشان می‌دهند که دانشجویان در زمان تحصیل استرس زیادی را متحمل می‌شوند و استرس با مشکلات روانی و اجتماعی متعددی در این افراد مرتبط است (کاردوم و کاربیک<sup>۵</sup>، ۲۰۰۱). عوامل آموزشی، روانی-اجتماعی، اقتصادی و نگرانی از آینده در زمینه اشتغال، ازدواج و غیره، عادات فردی، زمینه‌های تحصیلی، مسائل هیجانی-عاطفی، اجتماعی و مسائل خانوادگی است از جمله عوامل و رویدادهای استرس‌زا در میان دانشجویان است (برون<sup>۶</sup>، ۲۰۰۸، خدایاری فرد و همکاران، ۱۳۸۷). از آن‌جا که قشر دانشجو جزء نقش‌آفرینان و آینده‌سازان جامعه هستند، تلاش در جهت رفع مشکلات روان‌شناختی ایشان توجه ویژه‌ای می‌طلبد.

پیامدهای استرس خود را به صورت بی‌لذتی شدید و در دراز مدت اضطراب و افسردگی نشان می‌دهد. چنین پیامدهایی می‌تواند عواقبی همچون اغتشاش در ایفای نقش‌های بهنجار فرد در اجتماع را در پی داشته باشد (کاپلن<sup>۷</sup>، ۱۹۹۶ و برک<sup>۸</sup>، ۱۹۹۶). از جمله نشانه‌های افسردگی و اضطراب از دیدگاه سوموزا<sup>۹</sup> و همکاران (۱۹۹۴) عبارت است از: پریشانی کلی یا عاطفه منفی که همراه با علائم اندوه عمومی، احساس گناه، ترس، ناآرامی و بی‌زاری است و علائم اختصاصی

1. stressor events

2. Paykel

3. Cohen & Hamrick

4. Hatch, Harvey & Maughan

5. Kardum & Karpic

6. Brown

7. Kaplan

8. Burke

9. Somsza

افسردگی پایین بودن عاطفه مثبت یعنی ناتوانی در لذت بردن، غمگینی، دلتنگی، ناامیدی و یأس است. شیوه پردازش داده‌ها و مسائل مربوط به خود می‌تواند از متغیرهای تاثیرگذار بر بهداشت روانی افراد باشد. به عبارت دیگر متغیرهای فراوانی با ناتوانی روبرویی با فشار روانی همبسته‌اند که از آن میان می‌توان به هویت اشاره کرد (بورک<sup>۱</sup>، ۱۹۹۶).

در بررسی هویت، موارد بسیاری همچون جریان یا فرایند تحول هویت، محتوا و سبک‌های آن مورد توجه است. در این میان برزونسکی<sup>۲</sup> (۱۹۸۹، ۲۰۰۳) دیدگاه فرایند محور را مطرح می‌کند که بر تفاوت‌های فردی در فرایندهایی که افراد در موقعیت‌های گوناگونی بمنظور تصمیم‌گیری، حل مسئله و پردازش داده‌ها مربوط به خود استفاده قرار می‌دهند، تأکید می‌کند. این الگو به تفاوت فردی در زمینه نحوه درگیری یا اجتناب از تکالیف گوناگون همچون تصمیم‌گیری، حل مسائل شخصی و موضوع‌ها است. همین موضوع منجر به شکل‌گیری سه سبک هویت اطلاعاتی<sup>۳</sup>، هنجاری<sup>۴</sup> و آشفته-اجتنابی<sup>۵</sup> شده است.

سبک اطلاعاتی اشاره به افرادی دارد که به‌طرز فعال از راه جستجو و ارزیابی اطلاعات مربوط به خود احساس هویت می‌کنند. این دسته از افراد در زمانی که با اطلاعات متفاوت مواجه می‌شوند به آزمون، تجدید نظر و انطباق ساختار هویت خود با اطلاعات و شرایط جدید تمایل دارند. این سبک با خود اکتشافی فعال، تصمیم‌گیری آگاهانه و خود مختاری و استقلال در قضاوت، سطوح بالای پیچیدگی شناختی و نیاز بالا برای شناخت همراه است. هم‌چنین این دسته از افراد مقابله موفقیت آمیز با استرس و اضطراب دارند و از سبک مقابله با مسأله مدار استفاده می‌کنند (دورینز، سوننز و بیرز<sup>۶</sup>، ۲۰۰۸).

سبک هویت هنجاری مربوط به افرادی است که استانداردهای مرجع قدرت و دیگر افراد مهم را درونی می‌کنند و با آن هماهنگ می‌شوند. نسبت به داده‌های تهدید کننده باورها و ارزش‌های خود بسته هستند و به‌گونه انعطاف ناپذیر مسائل مربوط به هویت مثل ارزش‌های شغلی، مذهبی و خانوادگی را قبول کرده‌اند و تلاش می‌کنند به صورت دفاعی آن ارزش‌ها را حفظ کنند و به آنها متعهد باشند (برزونسکی، ۲۰۰۸، ۲۰۰۵).

افراد دارای سبک هویت آشفته-اجتنابی از مواجهه با مسائل فردی، تعارض‌ها و تصمیم‌ها اجتناب می‌کنند. این افراد از راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار استفاده می‌کنند، انتظار کنترل

<sup>۱</sup>. Burke

<sup>۲</sup>. Berzonski

<sup>۳</sup>. informational style

<sup>۴</sup>. normative style

<sup>۵</sup>. diffuse-avoidant style

<sup>۶</sup>. Duriez, Soenens & Beyers

بیرونی، راهبرد تصمیم‌گیری غیر انطباقی، روان‌رنجوری خوبی دارند و با واکنش‌های افسردگی رابطه مثبت و با آگاهی از خود، مقاومت شناختی و وظیفه‌شناسی رابطه منفی نشان می‌دهند (لویکس، لنز، اسمیت و گوسنز<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰).

برزونسکی (۲۰۰۳) تعهد<sup>۲</sup> را پذیرفتن مجموعه خاصی از اهداف، ارزش‌ها و باورها و پایبندی به آنها می‌داند. وی معتقد است که اتخاذ تصمیم‌های قاطع در زمینه‌های گوناگون زندگی فرد مانند شغل، ازدواج، دیدگاه سیاسی و عقیدتی و نیز کاربست راهبردهای خاصی برای رسیدن به اهداف شخصی و تعیین مسیر زندگی در واقع بیانگر تعهد هویت وی است.

مطابق با یافته‌های برزونسکی (۲۰۰۸، ۲۰۰۳، ۱۹۹۲) جهت‌گیری هویت داده‌ها با بهزیستی رابطه مثبت و جهت‌گیری هویت اجتنابی با بهزیستی رابطه منفی نشان می‌دهد. افراد با رویکرد هویت اطلاعاتی با مقابله موفقیت‌آمیز با استرس و اضطراب، مقابله مسئله‌مدار و گشودگی رابطه مثبت و با جهت‌دهی به‌وسیله دیگران، اثرات ناتوان‌کننده اضطراب، تفکر آرزومندانه و فاصله‌گیر عاطفی رابطه منفی نشان می‌دهد. جهت‌گیری سردرگم اغلب با مشکلات روان‌رنجورخویی، واکنش افسرده‌گون و اختلالات سلوک رابطه مثبت نشان می‌دهد.

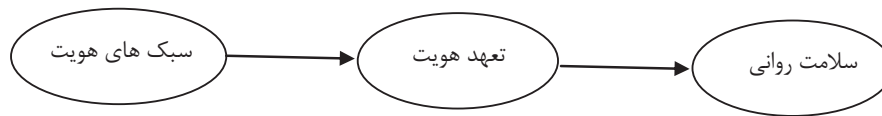
نورمی، برزونسکی، تامی و کینی<sup>۳</sup> (۱۹۹۷) نشان دادند که دانشجویان با سبک هویت اطلاعاتی در مقایسه با دانشجویان آشفته-اجتنابی سالم‌تر بوده و از سبک زندگی بهتری برخوردارند. افرادی که از سبک اجتنابی برخوردارند، از مواجهه با موضوع‌های مربوط به هویت پرهیز می‌کنند. شکری و همکاران (۱۳۸۶) در پژوهش خود نشان دادند که سبک هویت اطلاعاتی از راه تعهد بر مقیاس‌های بهزیستی نظیر استقلال، تسلط محیطی، رشد فردی، روابط مثبت با دیگران، هدف در زندگی و پذیرش خود اثر مثبت و معنادار دارند. سبک هویت هنجاری از راه تعهد بر استقلال، تسلط محیطی، رشد فردی و هدف در زندگی تأثیر مثبت و معنادار دارد و اثر غیرمستقیم سبک هویت آشفته-اجتنابی از راه تعهد بر استقلال، تسلط محیطی، رشد فردی، روابط مثبت با دیگران، هدف در زندگی تأثیر منفی و معنادار است.

هدف از پژوهش، این است که بر مبنای پژوهش‌های انجام شده جهت پیش‌بینی اختلالات روانی همچون افسردگی، اضطراب و استرس در دانشجویان یک مدل مفهومی ارائه شده و روابط بین متغیرهای سبک‌های هویت، تعهد هویت و سلامت روان در قالب این مدل (شکل ۱) تعیین گردد. فرضیه ما این است که سبک‌های هویت با واسطه تعهد هویت، بر افسردگی، اضطراب و استرس دانشجویان اثر می‌گذارد.

<sup>۱</sup> Luyckx, Lens, Smits & Goossens

<sup>۲</sup> commitment

<sup>۳</sup> Nurmi, Berzonsky, Tammi & Kinney



شکل ۱- مدل مفهومی پژوهش

## روش

روش این پژوهش، همبستگی است. جامعه آماری پژوهش را تمامی دانشجویان سال دوم کارشناسی دانشگاه تهران در سال تحصیلی ۹۰-۱۳۸۹ تشکیل می‌دهند. با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تعداد ۱۶۲ نفر (۳۹ مرد، ۱۱۸ زن، ۵ نفر نامشخص) انتخاب شدند. بدین‌صورت که ابتدا کل دانشکده‌های دانشگاه تهران به سه بخش علوم پایه، فنی و مهندسی و علوم انسانی تقسیم شد. در مرحله بعد از هر بخش به‌گونه تصادفی یک دانشکده، از هر دانشکده یک گروه آموزشی و از هر گروه به تناسب جمعیت یک یا دو کلاس از کلاس‌های دانشجویان سال دوم انتخاب شد و پس از توجیه افراد و تشریح اهداف پژوهش، پرسشنامه به همه این دانشجویان در کلاس ارائه شد. در نهایت پس از حذف پرسشنامه‌های ناقص، داده‌های نمونه‌ای به حجم ۱۵۰ نفر (۳۴ مرد، ۱۱۳ زن، ۳ نفر نامشخص) وارد تحلیل نهایی شد.

## ابزارها

۱- ویرایش چهارم سیاهه سبک هویت ISI-4: این مقیاس ۳۳ گویه‌ای که به‌صورت لیکرت پنج‌درجه‌ای نمره‌گذاری می‌شود نسخه چهارم از سیاهه سبک هویت برزونسکی (۱۹۸۹) است، که برای سنجش سبک‌های هویت و تعهد هویت به‌وسیله اسمیت و همکاران (۲۰۰۷) ساخته شده است و روایی آن در نمونه‌هایی از هشت کشور گوناگون احراز شده است. این پرسشنامه در ایران به‌وسیله رحیمی‌نژاد، یزدانی ورزنده، امانی و فراهانی (۱۳۸۹) ترجمه شد و روایی سازه آن از راه تحلیل عاملی و روایی همگرا و واگرایی آن با بررسی همبستگی نمرات حاصل از مقیاس با نمرات پرسشنامه سنجش عینی هویت من (EOM-EIS-2) در نمونه‌ای از دانشجویان ایرانی مطلوب گزارش شد. رحیمی‌نژاد و همکاران (۱۳۸۹) پایایی مقیاس را نیز از راه محاسبه ضرایب همسانی درونی برای سبک‌های اطلاعاتی، هنجاری، آشفته-اجتنابی و نیز تعهد هویت به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۶۱، ۰/۷۱ و ۰/۸۴ گزارش نمودند. در این پژوهش که از نسخه ترجمه شده مقیاس به‌وسیله رحیمی‌نژاد و همکاران (۱۳۸۹) استفاده شد، ضرایب همسانی درونی به روش آلفای کرنباخ برای سبک‌های مذکور و تعهد هویت به ترتیب ۰/۷۷، ۰/۵۶، ۰/۶۶ و ۰/۸۱

محاسبه شد. با توجه به این ضرایب، به جز سبک هنجاری که دارای همسانی درونی متوسط است بقیه سبک‌ها و تعهد دارای همسانی درونی متوسط به بالا می‌باشد.

۲- مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس DASS-21: این مقیاس ۲۱ گویه‌ای که به وسیله آنتونی، بیلینگ، کاکس، انز و سوئینون<sup>۱</sup> (۱۹۹۸) ساخته شده است در طیف چهاردرجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شود و شامل سه خرده‌مقیاس ۷ گویه‌ای برای سنجش اضطراب، افسردگی و استرس است. اصغری‌مقدم، محرابیان، پاک‌نژاد و ساعد (۱۳۸۹) روایی سازه این مقیاس را با استفاده از تحلیل عاملی تاییدی در نمونه‌ای از مبتلایان به درد مزمن مطلوب گزارش نمودند. هم‌چنین همبستگی مقیاس با مقیاس افسردگی بک (BDI) و مقیاس چندوجهی درد (MPI) شواهدی دال بر روایی همگرای نسخه فارسی مقیاس فراهم ساخت. در پژوهش دیگری نیز، تحلیل عاملی اکتشافی گویه‌های مقیاس، ساختار سه‌بعدی آن را آشکار ساخت و الگوی همبستگی نمرات مقیاس با نمرات حاصل از پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ (GHO) و پرسشنامه چندبعدی سلامت روانی (MHQ) روایی همگرا و واگرایی آن را به تایید رساند (سامانی و جوکار، ۱۳۸۶). ضرایب همسانی درونی برای اضطراب، افسردگی و استرس در پژوهش سامانی و جوکار (۱۳۸۶) به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۸۵ و ۰/۷۵ بود و در این پژوهش که از نسخه ترجمه‌شده به وسیله اصغری‌مقدم و همکاران (۱۳۸۹) استفاده شد، این ضرایب به ترتیب ۰/۸۳، ۰/۸۵ و ۰/۸۷ محاسبه شد. این ضرایب نشان از پایایی مناسب مقیاس دارد.

#### یافته‌ها

سن آزمودنی‌ها در دامنه ۱۹-۲۵ سال با میانگین ۲۰/۱۰ و انحراف معیار ۱/۱۳ قرار داشت. میانگین سنی پسران و انحراف معیار سن آنها به ترتیب ۲۰/۵۷ و ۱/۲۴ سال و میانگین و انحراف معیار سن دختران به ترتیب ۱۹/۹۴ و ۱/۱۰ سال بود. از نظر وضعیت تاهل، ۱۳۹ نفر از پاسخگویان مجرد، ۶ نفر متأهل و ۵ نفر نامشخص بودند. شاخص‌های توصیفی و همبستگی‌های متقابل متغیرهای پژوهش در جدول ۱ آمده است.

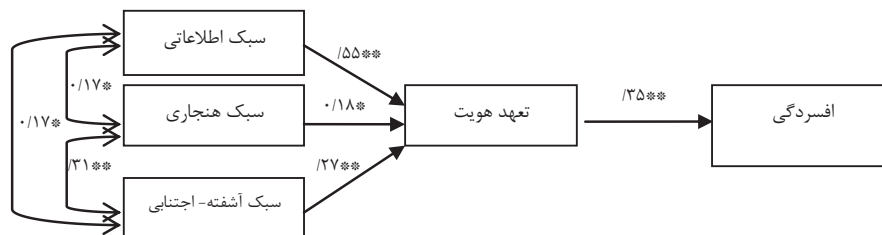
<sup>۱</sup>. Antony, Bieling, Cox, Enns & Swinon

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی و همبستگی‌های متقابل متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱- سبک اطلاعاتی	۲۸/۳۵	۴/۰۴	-						
۲- سبک هنجاری	۱۶/۶۰	۳/۹۵	۰/۱۷*	-					
۳- سبک آشفته-اجتنابی	۱۹/۸۳	۵/۴۸	-۰/۱۷*	۰/۳۱**	-				
۴- تعهد هویت	۳۱/۲۳	۵/۳۸	-۰/۶۳**	۰/۱۹*	-۰/۳۱**	-			
۵- اضطراب	۵/۸۹	۴/۸۷	-۰/۳۵**	۰/۰۰۲	۰/۲۰*	-۰/۳۵**	-		
۶- افسردگی	۴/۰۴	۳/۵۲	-۰/۲۱*	۰/۱۱	۰/۲۹**	-۰/۲۰*	۰/۷۷**	-	
۷- استرس	۵/۲۸	۷/۵۱	-۰/۱۲	۰/۰۴	۰/۱۸*	-۰/۱۰*	۰/۷۶**	۰/۷۲**	-

\*\* : P<0/01, \* : P<0/05

با توجه به جدول ۱، دو سبک اطلاعاتی و هنجاری دارای رابطه مثبت و سبک آشفته-اجتنابی دارای رابطه منفی با تعهد هویت است، که رابطه سبک اطلاعاتی با تعهد قوی‌ترین رابطه است. اضطراب، افسردگی و استرس با تعهد هویت رابطه منفی معنادار، و با سبک آشفته-اجتنابی رابطه مثبت معنادار دارد. همچنین رابطه سبک اطلاعاتی با اضطراب، افسردگی و استرس منفی است، ولی این رابطه برای استرس غیرمعنادار است. در نهایت سبک هنجاری با هیچ‌کدام از اضطراب، افسردگی و استرس رابطه معنادار ندارد. جهت آزمون فرضیه‌ها و تعیین نقش واسطه تعهد هویت در رابطه سبک‌های هویت با اضطراب، افسردگی و استرس، از روش تحلیل مسیر با استفاده از نرم‌افزار ایموس ۱۸ (آربوکل<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹) استفاده شد.



شکل ۲: مدل آزمون‌شده نقش واسطه تعهد هویت در رابطه سبک‌های هویت و افسردگی

\*\* : P<0/01, \* : P<0/05

<sup>۱</sup>.Arbuckle

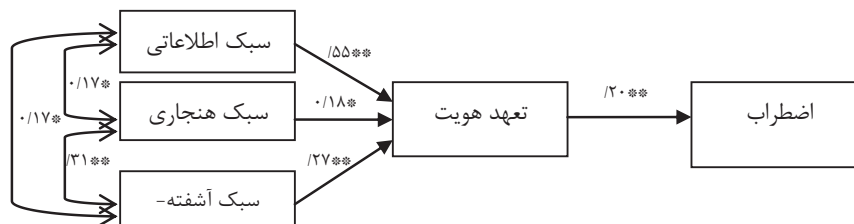
شکل ۲ مدل برازش‌یافته افسردگی را نشان می‌دهد. با توجه به شکل، سبک اطلاعاتی دارای بیش‌ترین اثر مستقیم بر تعهد هویت است ( $\beta=0/55, p \leq 0/01$ ). سبک هنجاری نیز دارای اثر مستقیم مثبت بر تعهد است ( $\beta=0/18, p \leq 0/05$ ) ولی این اثر از سبک اطلاعاتی کمتر است. سبک آشفته-اجتنابی نیز بر تعهد اثر مستقیم منفی دارد ( $\beta=-0/27, p \leq 0/01$ ). تعهد هویت نیز دارای اثر مستقیم منفی بر افسردگی است ( $\beta=0/35, p \leq 0/01$ ).

جدول ۲: اثرات غیرمستقیم استاندارد سبک‌های هویت بر افسردگی

سبک هویت	اطلاعاتی	هنجاری	آشفته-اجتنابی
ضریب بتا	-0/23***	-0/08***	0/08***

\*\*\*:  $P < 0/01$

چنان‌که در جدول ۲ مشاهده می‌شود همه سبک‌های هویت از راه تعهد بر افسردگی اثر غیرمستقیم معنادار دارند، که این اثر برای سبک‌های اطلاعاتی و هنجاری مثبت و برای سبک آشفته-اجتنابی مثبت است. هم‌چنین بیش‌ترین اثر کاهنده افسردگی مربوط به سبک اطلاعاتی است. اکثر شاخص‌های برازش مدل نیز حاکی از برازش مطلوب مدل با داده‌ها است. ( $\chi^2/df=2/13, df=3, X^2=6/40$ ).  $AGFI=0/98, GFI=0/98, CFI=0/98$ . بر این اساس می‌توان فرضیه واسطه‌بودن تعهد هویت در رابطه سبک‌های هویت و افسردگی را پذیرفت. ( $RMSEA=0/09$ ).



شکل ۳: مدل آزمون‌شده نقش واسطه تعهد هویت در رابطه سبک‌های هویت و اضطراب

\*\*\*:  $P < 0/01$ , \*:  $P < 0/05$

با توجه به شکل ۳ اثر مستقیم تعهد هویت بر اضطراب منفی و معنادار است ( $p \leq 0/01$ ). همه اثرات غیرمستقیم سبک‌های هویت از راه تعهد بر اضطراب نیز که در جدول ۳ ارائه شده است نیز معنادار است. همانند مدل ارائه شده برای افسردگی، بیش‌ترین اثر کاهنده اضطراب مربوط به سبک اطلاعاتی و سپس سبک هنجاری است. هم‌چنین سبک آشفته-اجتنابی دارای اثر افزایش‌دهنده بر اضطراب است. اکثر شاخص‌های برازش مدل



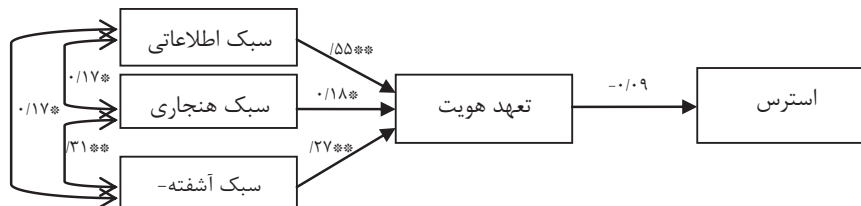
به  $(RMSEA=0/14, AGFI=0/85, GFI=0/97, CFI=0/93, X^2/df=3/90, df=3, X^2=11/7)$  جز شاخص RMSEA نیز بر برازش مناسب مدل با داده‌ها دلالت دارد. بر این اساس می‌توان بر واسطه‌گری تعهد در رابطه سبک‌های هویت با اضطراب صحه گذاشت.

جدول ۳: اثرات غیرمستقیم استاندارد سبک‌های هویت بر اضطراب

سبک هویت	اطلاعاتی	هنجاری	آشفته-اجتنابی
ضریب بتا	-0/11**	-0/04**	0/05**

\*\* :  $P < 0/01$

با توجه به شکل ۴، تعهد هویت اثر معناداری بر استرس ندارد ( $\beta = -0/09, p > 0/05$ ). همه ضرایب اثر غیرمستقیم ارایه شده در جدول ۴ نیز غیرمعنادار است. بنابراین هرچند شاخص‌های برازش مدل ( $RMSEA=0/06, AGFI=0/94, GFI=0/99, CFI=0/98, X^2/df=1/62, df=3, X^2=4/78$ ) مناسب را نشان می‌دهد، ولی شواهد کافی برای تایید فرضیه واسطه‌گری رابطه سبک‌های هویت با استرس به‌وسیله تعهد وجود ندارد.



شکل ۴: مدل آزمون شده نقش واسطه تعهد هویت در رابطه سبک‌های هویت و استرس

\*\* :  $P < 0/01$ , \* :  $P < 0/05$

جدول ۴: اثرات غیرمستقیم استاندارد سبک‌های هویت بر استرس

سبک هویت	اطلاعاتی	هنجاری	آشفته-اجتنابی
ضریب بتا	-0/05	-0/02	0/03

توجه: تمامی ضرایب غیرمعنادار است.

### بحث و نتیجه گیری

یافته‌های پژوهش نشان داد که سبک‌های هویت اطلاعاتی و هنجاری بر تعهد هویت اثر مستقیم منفی و سبک هویت آشفته-اجتنابی تاثیر منفی و معنادار دارد. پژوهش‌های گوناگونی به

صورت مبسوط اشاراتی جهت تبیین روابط حاضر داشته‌اند (سوانس، دوریز و گوسنز<sup>۱</sup>، ۲۰۰۵؛ برزونسکی و کینی<sup>۲</sup>، ۲۰۰۸؛ برجعلی لو، ۱۳۸۹) که یافته‌های این پژوهش در راستای این پژوهش‌ها است.

با توجه به نتایج، تعهد هویت دارای اثر مستقیم معنادار منفی و کاهش دهنده بر متغیرهای افسردگی و اضطراب است و بر استرس اثر مستقیم و منفی و غیر معنادار دارد. نتایج پژوهش را می‌توان این‌گونه تبیین نمود که خود تعهد هویت بنا به نظر لوکس، گوسنس و سوانس<sup>۳</sup> (a,b2006) به مثابه یک چارچوب مرجع عمل می‌کند که در محدوده آن رفتار و بازخورد فرد، ارزیابی و تنظیم می‌گردد و برای افراد احساس هدفمندی و جهت‌گیری‌های خاصی به همراه دارد، زیرا افراد علاقه‌مند به پیگیری اهداف، عقاید و ارزش‌های خود هستند. همین امر منجر می‌شود که افراد در راستای رسیدن به علایق و اهداف و ارزش‌های خود ثابت قدم بوده و تاب‌آوری بالایی از خود نشان دهند و در راه رسیدن به علایق خود با تمام مشکلات مبارزه کنند. در چنین مواقعی است که مشاهده می‌کنیم افراد با تعهد بالا به علت احساس معنا در زندگی از انگیزه بالایی برخوردارند و از یأس، ناامیدی و تنش به دور هستند.

سبک‌های هویت به واسطه تعهد هویت رابطه غیر مستقیم با افسردگی، اضطراب و استرس دارند. نتایج این پژوهش با پژوهش‌های برزونسکی و کاک<sup>۴</sup> (۲۰۰۵)، برزونسکی (۱۹۹۲)، دولینگر<sup>۵</sup> (۱۹۹۵) همراستا است. افراد با سبک هویت اطلاعاتی هنگام مواجهه با مسائل استرس‌زا دارای رویکرد مقابله‌ای مسئله مدار هستند (سوانس و همکاران، ۲۰۰۵). این دسته از افراد در مواجهه با مسائل تصمیم‌گیری هوشیارانه دارند. دارای خود مختاری عاطفی هستند و از خود نظم‌دهی و سطح تعهد بالایی برخوردارند. این افراد به واسطه ارزش‌های شخصی، اهداف و معیارهایی که برای خودشان ارزشمند است، خود را معرفی می‌کنند (برزونسکی و فری<sup>۶</sup>، ۲۰۰۹). بنابراین، با توجه به پایبندی به اهداف و ارزش‌های شخصی خود در پی رسیدن به اهدافشان هستند و زمانی که در مسیر رسیدن به این اهداف با مانعی مواجه می‌شوند برای مقابله با این مانع از روش‌های عقلانی استفاده می‌کنند و درگیر عواطف منفی نمی‌شوند. از سویی همان‌گونه که پژوهش‌های انجام شده نشان داده‌اند، این افراد از شبکه روابط میان فردی و صمیمیت

<sup>1</sup>.Soenens, Duriez & Goossens

<sup>2</sup>.Kinny

<sup>3</sup>.Luyckx, Goossens & Soenens

<sup>4</sup>.Kuk

<sup>5</sup>.Dollinger

<sup>6</sup>. Ferrari

(برزونسکی و کاک، ۲۰۰۵، برزونسکی، سیسیچ<sup>۱</sup>، دوریز و سوئنز، ۲۰۱۱) و باورهای مذهبی بالا (دوریز و همکاران، ۲۰۰۸) برخوردار هستند و اگر زمانی دچار افسردگی شدند وجود حمایت‌های اجتماعی و برقراری روابط صمیمی و وجود باورهای معنوی ایشان را یاری می‌دهد (گراهام<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۰۶ و فابریکتور<sup>۳</sup>، ۲۰۰۴).

در مورد رابطه سبک هویت هنجاری با عوامل اضطراب، افسردگی و استرس، اگر به یافته‌های پژوهشی توجه شود ضریب بتا سبک هنجاری بر هر یک عوامل اضطراب، افسردگی و استرس، کمتر از سبک اطلاعاتی است. زیرا همان‌گونه که بیان شد افراد با سبک هنجاری در مواجهه با ابهام و پیچیدگی تحمل کمی دارند و نیاز بالایی به ساختاری مستحکم دارند و در برابر داده‌هایی که نظام ارزش‌ها و باورهای فردی ایشان را با چالش مواجه کند، بسته عمل می‌کنند. اغلب غیر انعطاف‌پذیر هستند، نسبت به داده‌های تهدید کننده‌ی باورهای خود نامتعطف عمل می‌کنند و به کنترل بیرونی معتقدند (دوریز و همکاران، ۲۰۰۴). از سوی برزونسکی (۲۰۰۸) نشان داد که این دسته از افراد زمان مواجه‌شدن با تنش‌ها، بر روش‌های پرهیزی همچون دوری‌گزینی و آرزو پنداری تکیه می‌کنند. همین تفاوت به خوبی تفاوت مقدار ضرایب اثر را توجیه می‌کند. زیرا، این دسته از افراد چارچوب ارزشی دیگران را بدون ارزیابی درونی می‌پذیرند و نسبت به آن تعهد دارند و زمانی که مانعی برای رسیدن به اهداف و ارزش‌ها به وجود می‌آید به علت انعطاف ناپذیری پائین دچار استرس شده و افسردگی و اضطراب را تجربه می‌کنند.

همان‌گونه که در یافته‌ها اشاره شد سبک هویت آشفته-اجتنابی با افسردگی، اضطراب و استرس رابطه مثبت دارد. از سوی سبک هویت آشفته-اجتنابی از راه تعهد بر افسردگی و اضطراب اثر غیر مستقیم مثبت و معنادار و بر استرس از راه تعهد اثر غیر مستقیم و مثبت و غیر معنادار دارد. نتایج این پژوهش با یافته‌های برزونسکی (۱۹۹۲) و برزونسکی و فری (۲۰۰۰) همسو است. این افراد زمان مواجهه با تنش از روش مقابله هیجان‌مدار استفاده می‌کنند (برزونسکی و کنی، ۲۰۰۸). نسبت به آینده چشم‌انداز امیدوارکننده‌ای ندارند و منبع کنترل آنها بیرونی است، تکانشی هستند و در برقراری روابط میان‌فردی دچار مشکل می‌شوند و برای تشکیل روابط دوستانه و حفظ شبکه حمایت اجتماعی مهارتی ندارند (برزونسکی و کاک، ۲۰۰۵؛ برزونسکی و همکاران، ۲۰۱۱). و نسبت به افراد با سبک اطلاعاتی و هنجاری مقدار پایین‌تری از دینداری در آنها مشاهده شده است و سطح تعهد ایشان پائین است (دوریز و همکاران، ۲۰۰۴). با توجه به مطالب اشاره‌شده نتایج به خوبی قابل تبیین است. زیرا این دسته از افراد در ارتباط با خود

<sup>1</sup>.Cieciuch

<sup>2</sup>.Graham

<sup>3</sup>.Fabricatore

معیارهای واضح و قدرتمندی ندارند و فاقد دیدگاهی ثابت و روشن در مورد دنیای پیرامون خود هستند و بدین ترتیب دنیار را پرآشوب می‌بینند. از سویی خود هیچ کنترلی بر رویدادهای زندگی ندارند، و از سوی دیگر هیچ منبع حمایتگر مادی و معنوی (روابط میان فردی و باورهای مذهبی) قوی نیز ندارند. به بیان بهتر این افراد هنگام مواجهه با چالش‌های روزمره نه مانند افراد با سبک اطلاعاتی می‌توانند بر کاوشگری و حل‌مساله خودشان تکیه کنند، و نه مانند افراد با سبک هنجاری می‌توانند به دیگران متکی باشند. بدین ترتیب به آسانی زمان مواجهه با مسائل تنش‌زا دچار مشکلات روان‌شناختی می‌شوند.

داده‌های کسب شده از دانشجویان بیانگر این موضوع است که اگر دانشجویان جهت بررسی مسائل و تصمیم‌گیری در زمان مواجهه با تنش‌های دوران دانشجویی از جمله چالش‌های ارزشی، مذهبی، اخلاقی، عاطفی، خانوادگی، انتخاب دوست، انتخاب همسر، انتخاب رشته و غیره به شیوه اطلاعاتی عمل نمایند به دلیل ایجاد تعهد هویت حاصل از کاوشگری می‌توانند از سلامت روانی بیش‌تری برخوردار باشند. با عین‌حال در غیاب سبک اطلاعاتی، پردازش این چالش‌ها با تکیه بر دیگران مهم (سبک هنجاری) نیز اثرات سودمندی در افزایش سلامت روان دانشجویان دارد. اما این سودمندی به اندازه کاوشگری نیست، چرا که این سبک، تعهد هویتی کمتری در پی دارد. به عبارت بهتر، از لحاظ اثرگذاری سبک‌های هویت بر تعهد به هویت و در پی آن سلامت روان دانشجویان، صرف حرکت فرد در جهت حل چالش‌های هویتی پیش‌رویش ارزشمند است، حال این حرکت چه با تکیه بر جستجوگری خود فرد باشد (سبک اطلاعاتی) و چه با تکیه بر عوامل بیرونی و جستجوگری کمتر (سبک هنجاری). از طرفی، آنچه "بد" است و باید آن را تغییر داد حرکت نکردن فرد برای حل چالش‌های هویتی در زندگی و اعتقاد به "هرچه پیش آید خوش آید" (سبک آشفته-اجتنابی) است.

در این پژوهش، به خوبی نشان داده شد که افراد به نسبت مقدار کاوشگری که بر پایه سبک هویت‌شان دارند، تعهد بالاتری نیز به اهداف و ارزش‌های خود پیدا می‌کنند و به همان نسبتی که سردرگمی و عدم تعهد کمتری دارند، از سلامت روانی بیش‌تری نیز برخوردارند. بنابراین، پیشنهاد می‌شود در دانشگاه‌ها و نهادهای آموزشی که مکان مناسبی جهت پرسشگری و مباحثه است فضاهایی مناسب برای خودشناسی بیش‌تر دانشجویان که در مرحله شکل‌گیری هویت فردی، اجتماعی هستند، ایجاد شود. در این امر بایستی نقش مراکز مشاوره دانشجویی پررنگ‌تر شود. همچنین ایجاد فضاهایی همچون کرسی‌های مناظره دانشجویی که حس جستجوگری دانشجویان را ارتقا دهد می‌تواند در این راستا مفید باشد.

با توجه به ویژگی‌های خاص اوایل دوران دانشجویی نسبت به سایر دوره‌های زندگی و نیز دانشجویان نسبت به سایر اقشار، یافته‌های این پژوهش برای تعمیم به دوره‌های زمانی دیگر و گروه‌های غیردانشجو دارای محدودیت است. بر این اساس پیشنهاد می‌شود این پژوهش در سایر سنین و در گروه‌های دیگر تکرار شود.

### منابع

- اصغری‌مقدم، محمدعلی؛ محرابیان، نرگس؛ پاک‌نژاد، محسن و ساعد، فؤاد (۱۳۸۹). ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس‌های افسردگی، اضطراب و استرس در بیماران مبتلا به درد مزمن. *مجله روان‌شناسی و علوم تربیتی*، ۴۰(۱): ۴۲-۱۳.
- حجازی، الهه و برجلی‌لو، سمیه (۱۳۸۹). تفکر انتقادی، سبک هویت و تعهد هویت در نوجوانان: ارائه یک مدل علمی. *روانشناسی معاصر*، ۴(۲): ۱۵-۳.
- خدایاری فرد، محمد؛ غباری بناب، باقر و شکوهی یکتا، محسن (۱۳۸۷). تنیدگی و سبک‌های کنار آمدن با آن در دانشجویان. *پژوهش‌های روان‌شناختی*، ۱۱(۴ و ۳): ۴۴-۲۷.
- رحیمی‌نژاد، عباس؛ یزدانی ورزنده، محمد جواد؛ امانی، حبیب و فراهانی، حجت‌اله (۱۳۸۹). بررسی ویژگی‌های سنجشی نسخه چهارم پرسشنامه سبک‌های هویت (ISI-4). *علوم روانشناختی*، ۳۶(۹): ۴۰۵-۴۱۸.
- سامانی، سیامک و جوکار، بهرام (۱۳۸۶). بررسی اعتبار و روایی فرم کوتاه مقیاس افسردگی، اضطراب و فشار روانی. *مجله علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز*، ۲۶(۳): ۶۵-۷۶.
- شکری، امید؛ تاجیک، عزیزا...؛ دانشور پور، زهره؛ غنایی، زیبا و دستجردی، رضا (۱۳۸۶). تفاوت‌های فردی در سبک‌های هویت و بهزیستی روان‌شناختی: نقش تعهد هویت. *تازه‌های علوم شناختی*، ۹(۲): ۴۶-۳۳.
- Antony, M. M., Bieling, P. J., Cox, B. J., Enns, M. W., & Swinon, R., P. (1998). Psychometric properties of the 42 item and 21 item versions of the depression, anxiety and stress scales in clinical groups and community sample. *Psychometric Assessment*, 10:176-181.
- Arbuckle, J. L. (2009). *Amos 18*. Crawfordville, FL: Amos Development Corporation.
- Berzonsky, M. D. (1992). *A process perspective on identity and stress management*. In G. R. Adams, T. P. Gullotta, & R. Montemayor (Eds.), *Adolescent identity formation (Advances in adolescent development)*, Vol. 4 (pp. 193-215). Newbury Park, CA: Sage.
- Berzonsky, M. D. (2003). Identity style and well-being: Does commitment matter? *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 3: 131-142.
- Berzonsky, M. D. (2008). Identity formation: The role of identity processing style and cognitive processes. *Personality and Individual Differences*, 44: 645-655.
- Berzonsky, M. D., & Ferrari, J., R. (2009). A diffuse-avoidant identity processing style: Strategic avoidance or self confusion? *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 9: 145-158.
- Berzonsky, M. D., & Kinny, A. (2008). Identity processing style and defense mechanisms. *Polish Psychological Bulletin*. 39: 111-117.
- Berzonsky, M. D., & Kuk, L.S. (2005). Identity style, psychosocial maturity and academic performance. *Personality and Individual Differences*, 30: 235-247.

- Berzonsky, M. D., Ciecuch, J., Duriez, B., & Soenens, B. (2011). The how and what of identity formation: Associations between identity styles and value orientations. *Personality and Individual Differences*, 50: 295-299.
- Brown, L. (2008). The incidence of study-related stress in international students in the initial stage of the international. *Journal of studies international education*, 12: 5-28.
- Burke, P. J. (1996). *Social identities and psychosocial stress*. In H. B. Kaplan (Ed.), *Psychosocial stress* (pp.141- 174). Academic Press.
- Cohen, S., & Hamrick, N. (2003). Stable individual differences in physiological response to stressors: Implications health. *Brain, Behavior and immunity*, 17: 407-414.
- Dollinger, S. M. C. (1995). Identity styles and the five-factor model of personality. *Journal of Research in Personality*, 29: 475-479.
- Duriez, B., Soenens, B., & Beyers, W. (2008). Religiosity, personality, and identity styles: An integrative study among late adolescents in Flanders (Belgium). *Journal of Personality*, 72: 877-910.
- Fabricatore, A. N. (2004). Stress, religion, and mental health: Religious coping in mediating and moderating roles. *International Journal for the Psychology of Religion*, 14: 91-108.
- Graham, S., Furr, S., Flowers, C., & Burke, M. T. (2006). Religion and Spirituality in Coping with Stress. *Counseling and Values*, 46:2-13.
- Hatch SL, Harvey SB, Maughan B. (2010). A developmental-contextual approach to understanding mental health and well-being in early adulthood. *Social Science & Medicine*. 70: 261-268.
- Kaplan, H. B. (1996). *Psychosocial stress from the perspective of self Theory*. In H. B. Kaplan (Ed.), *psychosocial stresses* (pp.3-24). Academic Press.
- Kardum, I., & Krapić, N. (2001). Personality traits, stressful life events, and coping styles in early adolescence. *Personality and Individual Differences*, 30: 503-515.
- Luyckx, K., Goossens, L., & Soenens, B. (2006a). A developmental contextual perspective on identity construction in emerging adulthood: Change dynamics in commitment formation and commitment evaluation. *Developmental Psychology*, 42: 366-380.
- Luyckx, K., Goossens, L., Soenens, B., & Beyers, W. (2006b). Unpacking commitment and exploration: Validation of an integrative model of adolescent identity formation. *Journal of Adolescence*, 29: 361-378.
- Luyckx, K., Lens, W., Smits, I., & Goossens, L. (2010). Time perspective and identity formation: Short-term longitudinal dynamics in college students. *International Journal of Behavioral Development*, 34: 238-247.
- Nurmi, J.E., Berzonsky, M. D., Tammi, K., & Kinney, A. (1997). Identity processing orientation, cognitive and behavioral strategies and well being. *International Journal of Behavioral Development*, 21:555-570.
- Paykel, E. S. (1987). Methodology of the life events research. *Advanced Psychosomatic Medicine*, 17: 13-29.

- Smits, I., Soenes, B., Berzonsky, M.D., Luyckx, K., Gossens, L., kunnen, S & Bosma, H. (2007). *Identity Styles Inventory Version 4: A Cross National study in scale Development and Validation*. Unpublished article.
- Soenens, B., Duriez, B., & Goossens, L. (2005). Social-psychological profiles of identity styles: Attitudinal and social-cognitive correlates in late adolescence. *Journal of Adolescence*, 28:107-125.
- Somsza, E., Steer, R., Beck, A. T., & Clark. D. A. (1994). Differentiating major depression and panic disorders by self-report and clinical rating scale. ROC analysis and information theory. *Behavioral research and therapy*, 32:771-772.

