

اثربخشی تلفیق الگوی چند محوری شفیق آبادی با نظریه یادگیری اجتماعی کرامبولتز بر تاب آوری دانشجویان شاغل دانشکده علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت

فاطمه پورعلی صفت^۱

دکتر کاترین فکری^۲

دکتر احمد رضا اوجی نژاد^۳

تاریخ دریافت: ۹۴/۰۶/۲۱

تاریخ پذیرش: ۹۴/۰۸/۱۴

چکیده:

هدف پژوهش تعیین اثربخشی تلفیق الگوی چندمحوری شفیق آبادی با نظریه یادگیری اجتماعی کرامبولتز بر تاب آوری دانشجویان شاغل دانشکده علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت بود. روش پژوهش نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون - پس آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری کلیه دانشجویان شاغل گرایش روان شناسی و مشاوره دانشکده علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت بودند که مجموعاً ۱۱۰۰ نفر می شدند. با نمونه گیری در دسترس پرسشنامه تاب آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) روی ۱۰۰ نفر از دانشجویان شاغل اجرا شد از بین کسانی که نمره کمتری گرفتند ۳۲ نفر به تصادف انتخاب و به طور تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل هر کدام ۱۶ نفر جایگزین شدند. اعضای گروه آزمایش ۹ جلسه آموزش ۱/۵ ساعته آموزش دیدند و اعضای گروه کنترل هیچگونه آموزشی دریافت نکردند. پس آزمون برگزار گردید و نتایج توسط آزمون آماری تحلیل کوواریانس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد تلفیق الگوی چند محوری شفیق آبادی با یادگیری اجتماعی کرامبولتز در افزایش تاب آوری دانشجویان تاثیر معنادار دارد.

کلیدواژه‌ها: الگوی چندمحوری شفیق آبادی، نظریه یادگیری اجتماعی کرامبولتز، تاب آوری

^۱ دانشجوی کارشناسی ارشد گروه مشاوره، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران

^۲ استادیار گروه مشاوره، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران katrin_fekri@yahoo.com

^۳ استادیار گروه علوم تربیتی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران

مقدمه

انسان همواره به دنبال دستیابی به راه‌های مقابله مفید با مشکلات بوده است و کوشیده تا با کمترین آسیب ممکن به حل مشکلات و مسائل خود پردازد. یکی از این راه‌ها نگرستن به مشکلات به عنوان فرصتی برای بروز توانایی هاست. در سال‌های اخیر رویکرد روان‌شناسی مثبت با شعار توجه به استعدادها و توانمندی‌های انسان مورد استقبال پژوهشگران روان‌شناسی قرار گرفته است. یکی از سازه‌های مطرح در روانشناسی مثبت نگر تاب‌آوری^۱ است که به معنای قابلیت فرد در برقراری تعادل زیستی روانی-معنوی، در مقابل شرایط مخاطره آمیز است (کانر و دیویدسون^۲، ۲۰۰۳، به نقل از برزگر، ۱۳۹۲). هر چند اصطلاح تاب‌آوری ممکن است واژه‌ای نسبتاً جدید در ادبیات علمی تلقی گردد، با این وجود این واژه با معادل‌های حداقل واکنش منفی به وقایع آشفته‌کننده یا بهبودی موفقیت آمیز پس از یک استرس یا بحران، از اوایل قرن بیستم در علم روانشناسی مطرح گردیده بود. اصطلاح تاب‌آوری نوعی حالت قابل رشد در فرد است که شخص بر اساس آن قادر است علی‌رغم ناکامی‌ها، مصیبت‌ها و تعارض‌های زندگی به تلاش ادامه دهد و برای دستیابی به موفقیت بیشتر از پای‌نشینند (پیچ، دانهیو و جکسون^۳، ۲۰۰۲، به نقل از پورنواب، ۱۳۸۹).

تاب‌آوری به معنای مقاومت منفعل در برابر آسیب‌ها یا شرایط تهدیدکننده نیست بلکه فرد تاب‌آور مشارکت‌کننده فعال و سازنده محیط پیرامونی خود است. از جمله عواملی که باعث سازگاری هر چه بیشتر آدمی با نیازها و تهدیدهای زندگی می‌گردد، تاب‌آوری است به طوری که هر روز بر شمار پژوهش‌های مرتبط با این واژه افزوده می‌گردد (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳، به نقل از جوکار، ۱۳۸۶). افرادی که در سطح پایین تاب‌آوری قرار دارند به مقدار ناچیزی خودشان را با موقعیت‌های جدید وفق می‌دهند. آنان به کندی از موقعیت‌های فشارزا به حالت عادی و طبیعی بهبود برمی‌گردند (سیبرت^۴، ۲۰۰۷، به نقل از برزگر، ۱۳۹۲).

موفقیت در دنیای وسیع مشاغل با وجود تمام گستردگی و بحرانهای روزمره نیازمند تاب‌آوری بالاست. تاب‌آوری می‌تواند تعادل لازم را بین عوامل استرس‌زای درونی و بیرونی برقرار سازد و موجب کنترل استرس‌های شغلی گردد. از آنجایی که فرد در محیط شغلی به دلیل برقراری روابط

¹ Resiliency

² Conner And Davidson

³ Pig , daniho & Jackson

⁴ Sibert

متقابل با مدیر سازمان، همکاران و ارباب رجوع با شرایط غیر قابل پیش بینی زیادی روبرو خواهد شد، شخصیتی منعطف را می‌طلبد که بتواند خود را با این شرایط غیر مترقبه و توقعات و انتظارات محیط کاری وفق دهد. برخورداری از چنین توانایی و قدرت سازگاری و انطباق با شرایط غیر مترقبه و بحران های محیط کاری اجتناب ناپذیر است و آموزش شیوه‌های مواجهه درست با این موقعیت‌ها می‌تواند به بهبود سلامت روان شاغلان کمک کند. لذا بررسی شیوه‌های افزایش تاب آوری شاغلین ضرورت پیدا می‌کند.

استرس‌های شغلی زمانی شدیدتر می‌شود که افراد شاغل در زندگی روزانه خود دارای تعدد نقش باشند. یکی از این نقش‌ها نقش دانشجو است. ادامه تحصیل یک دانشجوی شاغل از یک طرف به بهبود شرایط شغلی مانند افزایش حقوق و مزایای مالی وی منجر می‌شود و از طرف دیگر مسئولیت‌های او را افزایش می‌دهد و ممکن است به صورت غیر مستقیم بر سلامت روان وی تاثیر منفی بگذارد. عدم برخورداری از مهارت‌های ویژه ای که بتواند سازگاری و انعطاف پذیری دانشجویان شاغل را با شرایط پر استرس کار و تحصیل همزمان افزایش دهد می‌تواند برایشان دردسر ساز شود. بخصوص اگر نقش همسری و والدینی نیز به سایر نقش‌های آنان اضافه شود این تداخل شرایط بگرنجی را برای آنان به وجود خواهد آورد. در اینجا وجود تاب آوری و توانایی فرد برای کنار آمدن با مشکلات و انعطاف پذیری در شرایط سخت و دشوار از جمله مواقع امتحان، ماموریت‌های کاری، و عدم تطابق و هماهنگی ساعات کار با ساعت حضور در دانشگاه اهمیت خاصی پیدا می‌کند. لذا کار روی تاب آوری به عنوان متغیری که هم در سازگاری و موفقیت شغلی و هم در آرامش و سلامت روان دانشجویان شاغل موثر است و موجب تحمل شرایط پرتنش کار با تحصیل همزمان می‌شود، اهمیت دارد. بنا براین به نظر می‌رسد اگر در حوزه شغلی بتوانیم به متغیر تاب آوری توجه لازم مبذول شود و با استفاده دوره‌های آموزشی میزان تاب آوری شغلی کارکنان افزایش یابد، سلامت روان کارکنان و بازده کار بالا خواهد رفت.

وقتی صحبت از بالابردن تاب آوری در محیط شغلی می‌شود لازم است که به نقش مشاوره توجه ویژه ای صورت بگیرد. مشاوره یک تعامل پویای و حضوری بین مشاور و مراجع است که با برقراری رابطه حسنه توأم با درک و تفاهم به مراجع کمک می‌کند خودش را بهتر بشناسد، شیوه‌های مناسب تصمیم گیری را بیاموزد و بتواند راه حلی برای مشکلیش پیدا کند (شفیع آبادی، ۱۳۹۳). میچل و کرامبولتز^۱ (۱۹۹۶) هدف مشاوره شغلی را یادگیری و نقش مشاوران شغلی را آسان سازنده این

¹ Michell & Krumboltz

یادگیری شمرده اند. مشاوره شغلی یکی از گرایش های اصلی مشاوره محسوب می شود و در سالهای اخیر مورد توجه و اقبال عمومی قرار گرفته است. به نظر می رسد مشاوره شغلی با افزایش آگاهی فرد شاغل از طریق دریافت اطلاعات شغلی ضروری و همچنین آشنا شدن شاغلان با ویژگی های شخصیتی شان و نحوه تقویت روحیه مقابله با شرایط پر تنش می تواند در افزایش تاب آوری شاغلین موثر باشد. اما در زمینه کاربرد مشاوره شغلی در افزایش تاب آوری تحقیقات کمی انجام شده و تحقیقات مرتبط با اثر بخشی آموزش های گوناگون بر تاب آوری بیشتر در سایر زمینه های غیر شغلی و با سایر روش ها غیر از مشاوره شغلی انجام شده است. برای مثال کاتولی و همکاران^۱ (۲۰۰۶)، به نقل از سلیمی بجنستانی و همکاران، (۱۳۸۹) در پژوهشی روی جوانان دارای مشکلات رفتاری به این نتیجه رسیدند که ۱۲ جلسه برنامه های مداخلاتی مبتنی بر تاب آوری در پیشگیری از نشانه های افسردگی موثر بوده است.

کامپفر و بلوث^۲ (۲۰۰۴) استفاده از سرمشق دهی، مربی گری، تشویق، تقویت، حمایت و تدارک دیدن فرصت را در تاب آوری کودکان موثر دانستند و به والدین و مربیان کودکان توصیه کردند که از این شیوه ها برای افزایش تاب آوری کودکان استفاده کنند. بلگراو و همکاران^۳ (۲۰۰۰) اثربخشی آموزش نقش جنسیتی، مفهوم خود، ارزش ها و هویت را بر تاب آوری دختران آفریقایی سنجیدند. نتایج نشان دادند آموزش این محورها بر افزایش تاب آوری دختران آفریقایی تاثیر دارد.

سلیمی بجنستانی و همکاران (۱۳۸۹) به مقایسه اثربخشی مشاوره به شیوه آدلری و بازسازی شناختی مبتنی بر تمثیل، بر تاب آوری دانشجویان پرداختند. نتایج نشان داد که مداخلات گروهی مشاوره آدلری در تاب آوری افزایش معناداری ایجاد نموده اما اثر مداخلات بازسازی شناختی مبتنی بر تمثیل در تاب آوری معنادار نشد و مشخص شد. این پژوهشگران اینگونه نتیجه گیری کردند که مداخلات به شیوه آدلری به دلیل تاکید بر شناخت و پویای شخصیتی افراد اثرگذاری عمیق تری در تغییر افراد دارد. عرب زاده، شفیق آبادی و سودانی (۱۳۸۹) در پژوهشی به بررسی اثربخشی آموزش مهارت های مقابله ای بر افزایش تاب آوری در زوج های دارای تعارض زناشویی مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر بوشهر پرداختند. نتایج گویای اصالت و اهمیت مهارت های مقابله ای در افزایش تاب آوری زوج های دارای تعارض زناشویی بود. پورنواب (۱۳۸۹) در پایان نامه کارشناسی ارشد خود با

^۱ Cutuli ,J,J

^۲ Kumpfer & Bluth

^۳ Belgrave , Chase- vaughn ,Gray , Dixon Addison , chery

عنوان اثر بخشی آموزش مبتنی بر عوامل تاب آورانه بر میزان تاب آوری و رضایت از زندگی گروهی از زنان دارای مشکلات زناشویی در شهر شیراز، به این نتیجه رسید که آموزش مبتنی بر عوامل تاب آورانه بر افزایش تاب آوری و رضایت از زندگی زنان دارای مشکلات زناشویی تاثیر معنادار دارد.

با نگاهی به کارهای پژوهشی ذکر شده مشخص می شود که کاربرد مشاوره شغلی بخصوص الگوهای بومی که سازگار و مناسب با فرهنگ بومی باشد کمتر مورد توجه قرار گرفته است. الگوی چند محوری شفیع آبادی یک الگوی بومی در زمینه مشاوره شغلی دارای ابعاد گوناگونی همچون پویایی، هدفمندی، خویشتن پنداری، نیازها، و تصمیم گیری است. پویایی در انتخاب شغل مبین تحرک، تغییر پذیری، خلاقیت و شادابی است. و بیان میکند انسان علاوه بر جستجوی شغل باید در جهت یادگیری خصوصیات مشاغل تلاش کند و برای موفقیت در بازار کار به طور مستمر بر دانش و مهارت های شغلی خود بیفزاید. هدفمندی انتخاب شغل به معنای آن است که انسان از طریق اشتغال می خواهد از احساس حقارت و وابستگی به دیگران راحت شود و به احساس برتری و استقلال برسد. خویشتن پنداری قضاوتی است که فرد در زمینه های موفقیت یا شکست، ارزش ها، توانایی ها یا ضعف ها، اهمیت و اعتبار یا بی اعتباری خود دارد. ارضای نیازهای اساسی از عوامل موثر در انتخاب شغل است به طوری که اگر شغلی نیازهای فرد را برآورده نسازد در شرایط عادی انتخاب نخواهد شد. سرانجام فرد باید در مسیر رشدی انتخاب شغل تصمیم بگیرد و شغلی را که با خویشتن پنداری اش همسوست و نیازهایش را برآورده می سازد برگزیند (شفیع آبادی، ۱۳۹۲).

با توجه به محورهای این الگوی بومی و توجهی که در این الگو به مولفه هایی چون تغییر و به روز رسانی اطلاعات، رسیدن به هدف استقلال و هدف های بلند مدت دیگر که هر شخص شاغلی در هنگام ورود به دنیای کار در ذهنش داشت است، قضاوت صحیح فرد در اتباط توانمندی ها و محدودیت هایش در محیط کاری، ارضای نیازهای اساسی و در نهایت انجام تصمیم گیری صحیح و مناسب، به نظر می رسد که توجه به این محورها می تواند توانایی انعطاف پذیری و تاب آوری فرد شاغل را بالا ببرد. لذا با آموزش این ابعاد می توان قدم مهمی در افزایش تاب آوری شاغلین برداشت. این الگو قبلا اثر بخشی خود را در تحقیقات مرتبط با متغیرهای حوزه شغلی از جمله صیادی، شفیع آبادی، کرمی (۱۳۸۹) در پژوهشی با عنوان " تدوین برنامه توانمندسازی روان شناختی مبتنی بر مدل چند محوری شفیع آبادی و مقایسه اثربخشی آن با مدل شناختی توماس و ولتهوس^۱ در مشاوران

¹ - Thomas & Velthouse

دبیرستان‌های شهر رشت"، فکری، شفیع‌آبادی، نورانی پور، و احقر (۱۳۹۰) در پژوهشی با عنوان "اثربخشی مشاوره شغلی به شیوه الگوی چند محوری شفیع‌آبادی را روی مهارت‌های کارآفرینی زنان سرپرست خانوار"، فکری، شفیع‌آبادی، نورانی پور، و احقر (۲۰۱۲-a-2012, b, ۲۰۱۳, ۱۳۹۱, ۱۳۹۲) در پژوهشی با عنوان "بررسی و مقایسه اثربخشی الگوی چندمحوری شفیع‌آبادی با نظریه محدودیت و سازش گاتفردسون بر مهارت‌های کارآفرینی و رفتار کارآفرینانه دانشجویان دوره کارشناسی ارشد علوم انسانی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران"، فکری، شفیع‌آبادی، رفاهی، و زابلی (۲۰۱۴-a, b-۲۰۱۴, ۱۳۹۳) در پژوهشی با عنوان "مقایسه اثربخشی الگوی چندمحوری شفیع‌آبادی و نظریه یادگیری اجتماعی کرامبولتز بر افزایش مهارت‌های کارآفرینی دانشجویان روان‌شناسی و مشاوره در دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت"، ارجمند (۱۳۹۲) در پژوهشی با عنوان "توانمندسازی روان‌شناختی کارگران زن کارخانه داروسازی اهورا در شهر شیراز براساس الگوی چند محوری شفیع‌آبادی" واعظی (۱۳۹۲) در پژوهشی با عنوان "اثربخشی الگوی چند محوری بر میزان توانمندسازی روان‌شناختی مشاوران دبیرستان"، و اسدی (۱۳۹۲) در پژوهشی با عنوان "بررسی اثر بخشی مشاوره شغلی مبتنی بر رویکرد چند محوری (شفیع‌آبادی) بر توانمندسازی شغلی پرستاران شاغل در بخش مراقبت‌های ویژه بیمارستان شهدای تجریش شهر تهران" نشان داده است اما در حیطه تاب‌آوری مورد استفاده قرار نگرفته است.

در عین حال در بین نظریه‌های خارجی نظریه یادگیری اجتماعی کرامبولتز با تاکید بر چهار محور استعداد، شرایط محیطی، مهارت‌های انجام کار و تجارب یادگیری اثربخشی خود را در پژوهش‌های فکری و شفیع‌آبادی (۲۰۱۳)، مهربانی (۱۳۸۵)، و مصحف، عابدی و بهرامی (۱۳۸۴) بر نگرش و رفتار کارآفرینانه، آقای، جلالی، و نظری (۱۳۹۲) و پرنون (۱۳۸۶)، به نقل از فکری، شفیع‌آبادی، رفاهی، و زابلی، (۱۳۹۲) بر خودکارآمدی باور ناکارآمد حرفه‌ای و باور به مهارت‌های دانش‌آموزان و بهبود مهارت‌های ارتباطی کارکنان زن اداره بهزیستی شهرستان اسلامشهر نشان دادند اما در حوزه تاب‌آوری مورد استفاده قرار نگرفته است. همچنین فکری و شفیع‌آبادی (۲۰۱۳) الگوی تلفیقی بر مبنای ترکیب الگوی چند محوری شفیع‌آبادی و نظریه یادگیری اجتماعی کرامبولتز برای آموزش کارآفرینی ارائه دادند.

با توجه به اثر بخشی و تاکید این دو الگو بر متغیرهای مهم شغلی و اثربخشی الگوی تلفیقی این دو نظریه بر رفتار کارآفرینانه در پژوهش فکری و شفیع‌آبادی (۲۰۱۳) به نظر می‌رسد تلفیق این دو

الگو نقش موثری در افزایش تاب آوری داشته باشد و تلفیق این دو نتیجه را افزایش دهد. اما نتیجه گیری در این زمینه نیاز به انجام تحقیقات گسترده ای دارد. لذا سوال اصلی پژوهش حاضر این است که آیا تلفیق الگوی چند محوری شفیع آبادی با نظریه یادگیری اجتماعی کرامبولتز بر تاب آوری دانشجویان شاغل موثر است؟

روش شناسی

این تحقیق شبه آزمایشی از نوع پیش آزمون - پس آزمون همراه با گروه کنترل بود. جامعه آماری کلیه دانشجویان شاغل دانشکده علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت در سال تحصیلی ۹۳-۱۳۹۲ بودند. با نمونه گیری در دسترس پرسشنامه تاب آوری کانر و دیویدسون روی ۱۰۰ نفر از دانشجویان شاغل اجرا شد. از بین کسانی که نمره کمتری گرفتند ۳۲ نفر به تصادف انتخاب و به تصادف در دو گروه آزمایش و کنترل ۱۶ نفره جایگزین شدند.

مقیاس تاب آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) دارای ۲۵ گویه است. محمدی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ، ضریب پایایی مقیاس را ۰/۸۹ بدست آورد. سامانی، جوکار و صحرا نورد (۱۳۸۶)، به نقل از پورنواب، (۱۳۸۹) در یک بررسی مقطعی پایایی مقیاس را در دانشجویان شیراز و به کمک ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۷ بدست آوردند و در پژوهش حاضر میزان پایایی بر اساس محاسبه ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۶ بدست آمد.

گروه آزمایش ۹ جلسه ۱/۵ ساعته آموزش براساس تلفیق مفاهیم بنیادی الگوی چند محوری شفیع آبادی با نظریه یادگیری اجتماعی کرامبولتز برای افزایش تاب آوری طبق بسته طراحی شده فکری (۱۳۹۳) دریافت کردند و در گروه گواه مداخله ای صورت نگرفت.

در این بسته از تلفیق محور نیازها با شرایط محیطی به منظور شناخت عوامل درونی و بیرونی موثر بر عدم تاب آوری، از تلفیق محور پویایی با تجارب یادگیری به منظور یادگیری تجارب همکاران در زمینه شناخت شیوه‌های پویا ماندن در کار برای تامین نیازها و کنترل شرایط محیطی نامطلوب، از تلفیق محور خویشتن پنداری با استعداد به منظور شناخت استعدادها و کاهش خویشتن پنداری منفی موثر بر عدم تاب آوری، از تلفیق محور هدفمندی با مهارت‌ها به منظور شناسایی مهمترین اهداف شغلی در ارتباط با تاب آوری مشخص کردن مهارت‌های لازم برای دستیابی به آن اهداف و سپس پس آزمون اجرا گردید و داده‌ها با استفاده از تحلیل کوواریانس تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها

ابتدا داده‌ها از طریق میانگین و انحراف استاندارد توصیف شده است.

جدول ۱. توصیف نمرات تاب آوری پیش آزمون و پس آزمون در گروه کنترل

متغیرها	مرحله آزمون	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
تاب آوری	پیش آزمون	۱۶	۶۱/۷۵	۱۱/۷۶
	پس آزمون	۱۶	۶۴	۱۱/۲۹

با توجه به جدول شماره ۱ میانگین تاب آوری افراد گروه کنترل در مرحله پیش آزمون ۶۱/۷۵ با انحراف استاندارد ۱۱/۷۶ و در مرحله پس آزمون ۶۴ با انحراف استاندارد ۱۱/۲۹ گزارش شده است.

جدول ۲. توصیف نمرات تاب آوری پیش آزمون و پس آزمون در گروه آزمایش

متغیرها	مرحله آزمون	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد
تاب آوری	پیش آزمون	۱۶	۵۸/۶۹	۱۵/۵۲
	پس آزمون	۱۶	۷۳	۱۳/۷۶

با توجه به جدول شماره ۲ میانگین تاب آوری در افراد گروه آزمایش در مرحله پیش آزمون ۵۸/۶۹ با انحراف استاندارد ۱۵/۵۲ و در مرحله پس آزمون ۷۳ با انحراف استاندارد ۱۳/۷۶ گزارش شده است.

یافته‌های استنباطی پژوهش به شرح زیر می باشد:

فرضیه پژوهش: تلفیق الگوی چند محوری با نظریه یادگیری اجتماعی بر تاب آوری

دانشجویان شاغل دانشگاه مرودشت تاثیر معنادار دارد.

جدول ۳- نتایج آزمون F لوین جهت بررسی برابری واریانس

نسبت F لون	۰/۳۷۸
درجه آزادی اول	۱
درجه آزادی دوم	۳۰
سطح معناداری	۰/۵۴۳

همانگونه که در جدول ۳ مشاهده می شود در نمره‌های تاب آوری سطوح معناداری محاسبه شده F لوین از ۰/۰۵ بزرگتر است لذا فرض صفر F لوین در این نمره‌ها تایید می شود یعنی واریانس‌های دو گروه در این نمره‌ها با هم برابرند. لذا می توان از تحلیل کوواریانس برای تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده کرد.

جدول ۴. خلاصه محاسبات اثرات بین آزمونی ها

خطا		گروه					منبع	
میانگین مجذورات	درجه آزادی	توان آماری	میزان تاثیر	سطح معناداری	F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	متغیرهای وابسته
۱۱۲/۷۳۷	۲۶	۰/۷۸	۰/۲۳	۰/۰۰۸	۸/۱۳	۹۱۷/۰۵	۱	تاب آوری

به استناد جدول شماره ۴ خلاصه محاسبات اثرات بین آزمونی‌های نمرات تاب آوری و با در نظر داشتن میزان خطا (تفاوت‌های فردی) سطح معناداری ($P=۰/۰۰۸$) به دست آمده از خطای $۰/۰۵$ کوچکتر است در نتیجه می‌توان گفت تلفیق الگوی چند محوری با نظریه یادگیری اجتماعی بر تاب آوری دانشجویان شاغل دانشگاه مرودشت تاثیر معنادار دارد و فرض صفر تحقیق با اطمینان $۰/۹۵$ درصد رد می‌شود.

بحث و نتیجه گیری

نتیجه محاسبات آزمون کوواریانس بر اساس جدول شماره ۴ نشان می‌دهد که فرض صفر تحقیق با اطمینان ۹۵% رد شده است و معناداری تلفیق آموزش مورد نظر را به اثبات می‌رساند به این معنی که آموزش تلفیق الگوی چندمحوری با یادگیری اجتماعی بر تاب آوری دانشجویان شاغل اثربخش بوده و سبب افزایش میزان تاب آوری این دانشجویان در پس آزمون گردیده است. نتایج یافته‌های پژوهش حاضر بطور غیر مستقیم با نتایج یافته‌های تحقیقات عرب زاده، شفیع آبادی و سودانی (۱۳۸۹) و جعفری، اسکندری، سهرابی و دلاور (۱۳۸۸) در ارتباط با تاثیر شیوه‌های آموزش مهارت‌های مواجهه با استرس، آموزش مهارت‌های مقابله ای و کاربرد مشاوره آدلری بر افزایش تاب آوری همسو می‌باشد.

علت اثر بخشی این روش را بر تاب آوری دانشجویان می‌توان به اثر بخشی الگوی چند محوری شفیع آبادی و نظریه یادگیری اجتماعی کرامبولتز به عنوان دو روش کاربردی مشاوره شغلی و همچنین تاثیر تلفیق الگوی چند محوری با نظریه یادگیری اجتماعی کرامبولتز در بسته آموزشی طراحی شده توسط فکری (۱۳۹۳) نسبت داد زیرا در این بسته با تلفیق مفاهیم بنیادی دو الگوی چند محوری بومی با غیر بومی یعنی با تلفیق محور نیازها با شرایط محیطی عوامل درونی (نیازها) و

عوامل بیرونی (شرایط محیطی) کاهش تاب آوری شغلی دانشجویان شاغل مورد بررسی قرار گرفت. سپس دانشجویان با تلفیق محور پویایی با تجارب یادگیری به بررسی تجارب همکارانشان در زمینه شیوه‌های پویا ماندن (تحرك، تغییر و شادابی) در زندگی شغلی برای تامین نیازها و کنترل شرایط محیطی نامطلوب پرداختند و در این زمینه اطلاعات مفیدی کسب کردند. در مرحله بعد با تلفیق محور خویشتن‌پنداری با استعداد به مقایسه استعداد و خویشتن‌پنداری شغلی شان پرداختند و با شناخت دقیق‌تر استعدادهای خود از میزان خویشتن‌پنداری شغلی منفی شان که تاثیر نامطلوبی روی تاب آوری آنان می‌گذاشت کاستند. در گام بعدی با تلفیق محور هدفمندی با مهارت‌ها به مشخص کردن مهمترین اهداف شغلی در زمینه تاب آوری و بررسی مهمترین مهارت‌های مورد نیاز برای دستیابی به این اهداف پرداختند. سپس آن مهارت‌ها را آموزش دیدند و تمرین کردند و در نهایت با تلفیق محور تصمیم‌گیری با مهارت‌ها به اهمیت مهارت تصمیم‌گیری شغلی در کاهش عدم تاب آوری شغلی پی بردند و مهارت تصمیم‌گیری و حل مساله را تمرین کردند.

بعلاوه همانطور که نتایج تحقیقات جعفری، اسکندری، سهرابی و دلاور (۱۳۸۸) و عرب زاده، شفیع آبادی و سودانی (۱۳۸۹) نشان داده اند آموزش مهارت‌های مواجهه با استرس و مهارت‌های مقابله‌ای، و مشاوره به شیوه آدلری بر افزایش تاب آوری موثرند و در این پژوهش در بخش تمرین مهارت‌های انجام کار برخی از مهمترین مهارت‌های انجام کار که باعث کاهش استرس و افزایش توان مقابله فرد با شرایط پرتنش می‌شود یعنی مهارت مدیریت زمان که موجب کاهش استرس‌های ناشی از فشار کار می‌شود و مهارت رفتار مدیریت خشم و رفتار جرات‌مندانه در محیط کار که از طریق کاهش تنش و آموزش ابراز صادقانه نظرات، احساسات، افکار و نگرش‌ها بدون احساس اضطراب و دفاع فرد از حقوق خود بدون پایمال کردن حقوق دیگران با رعایت نزاکت و ادب و به دور از پرخاشگری موجب کاهش استرس‌های شغلی می‌شود به دانشجویان شاغل آموزش داده شد. همچنین با تاکید بر استعدادهای دانشجویان میزان خویشتن‌پنداری منفی آنان کاهش یافت و همانطور که می‌دانیم کاهش خویشتن‌پنداری منفی موجب کاهش احساس حقارت که در نظریه آدلر به آن اشاره شده است می‌گردد و می‌تواند تاب آوری فرد را در مقابل شرایط پرتنش افزایش دهد. لازم به ذکر است که در این بسته آموزشی مهارت مدیریت زمان، کنترل خشم و رفتار جرات‌مندانه بیشتر با هدف افزایش تاب آوری شغلی به افراد آموزش داده شد لیکن مهارت حل مساله و تصمیم‌گیری آموزش داده شده نیز با افزایش قدرت افراد هنگام مواجهه با مشکلات به مقابله با شرایط پرتنش و افزایش تاب آوری دانشجویان شاغل کمک کردند.

مهم ترین محدودیت این پژوهش این است که با توجه به ماهیت نیمه آزمایشی بودن پژوهش (اجرای پژوهش روی انسان) امکان کنترل تمام متغیرهای مزاحم موثر بر تاب آوری آزمودنی‌ها وجود نداشت. با توجه به اثر بخشی تلفیق الگوی چند محوری با نظریه یادگیری اجتماعی بر افزایش تاب آوری دانشجویان شاغل به مسئولین محترم دانشگاه‌ها و مدیران محترم سازمان‌ها و ارگان‌های مختلف پیشنهاد می‌شود که با برگزاری کارگاه‌های آموزشی مبتنی بر تلفیق این الگو در هفته پژوهش، تعطیلات بین ترم یا ایام تابستان در دانشگاه‌ها و در ایام برگزاری دوره‌های آموزشی کارکنان در سازمان‌ها به افزایش تاب آوری آنان کمک کنند و همچنین به مسئولین محترم وزارت کار پیشنهاد می‌شود دوره‌های آموزشی برای مدیران و سرپرستان سازمان‌ها و ارگان‌های مختلف جهت آشنایی با این بسته آموزشی برای آموزش به کارکنانشان تشکیل دهند.

کتابنامه:

- آقایی، اصغر؛ جلالی، داریوش؛ نظری، فرحناز. (۱۳۹۲). تاثیر مشاوره گروهی به روش یادگیری کرامبولتز بر خود کارآمدی، باورهای ناکارآمد حرفه ای و باور به مهارت‌های دانش آموزان، فصلنامه علمی- پژوهشی رهیافتی نو در مدیریت آموزشی، (۱) ۴، ص ۱۲۶-۱۰۹.
- ارجمند، ملیحه (۱۳۹۲) " توانمند سازی روان شناختی کارگران زن کارخانه داروسازی اهورا در شهر شیراز براساس الگوی چند محوری شفیع آبادی "، پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره شغلی دانشگاه علامه طباطبایی.
- اسدی، ثریا (۱۳۹۲) " اثر بخشی مشاوره شغلی مبتنی بر رویکرد چند محوری انتخاب شغل شفیع آبادی بر توانمندسازی شغلی پرستاران شاغل در بخش مراقبتهای ویژه بیمارستان شهدای تجریش "، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی علوم و تحقیقات تهران.
- برزگر، رضا (۱۳۹۲) " نقش واسطه ای خودکارآمدی در تبیین رابطه بین مدیریت زمان با تاب آوری پرستاران بیمارستان شهید مطهری شهر مرودشت "، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- پورنواب، فرحناز (۱۳۸۹) " اثربخشی آموزش مبتنی بر عوامل تاب آورانه بر میزان تاب آوری و رضایت از زندگی گروهی از زنان دارای مشکلات زناشویی در شهر شیراز "، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- جلالی، داریوش و نظری، آذر (۱۳۸۸) " تاثیر آموزش الگوی یادگیری اجتماعی بر عزت نفس، اعتماد به نفس، رفتارهای خودابرازی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان کلاس سوم دوره راهنمایی "، تحقیقات علوم رفتاری، (۱) ۷، ص ۵۳-۴۳.
- جوکار، بهرام (۱۳۸۶) " نقش واسطه ای تاب آوری در رابطه بین هوش هیجانی و هوش عمومی با رضایت از زندگی "، روانشناسی معاصر، (۲) ۲، ص ۱۲-۳.
- سلیمی بجستانی، حسین؛ اعتمادی، احمد و دلاور، علی (۱۳۸۹) " مقایسه اثربخشی مشاوره به شیوه آدلری و بازسازی شناختی مبتنی بر تمثیل بر تاب آوری دانشجویان "، فصلنامه فرهنگ مشاوره، (۱) ۱، ص ۷۳-۵۰.
- صیادی، علی؛ شفیع آبادی، عبدالله و کرمی، ابوالفضل (۱۳۸۹) " تدوین برنامه توانمند سازی روانشناختی مبتنی بر مدل چندمحوری شغلی شفیع آبادی و مقایسه اثر بخشی آن با مدل شناختی توماس و ولتهوس بین مشاوران دبیرستانهای شهر رشت "، فصلنامه فرهنگ مشاوره، (۱) ۱، ص ۴۸-۲۰.

- شفیع آبادی، عبدالله (۱۳۹۲)، راهنمایی و مشاوره شغلی و نظریه‌های انتخاب شغل (با تجدیدنظر کلی و اضافات)، تهران، انتشارات رشد، چاپ دوم از ویرایش جدید.

- شفیع آبادی، عبدالله (۱۳۹۳) روش‌ها و فنون مشاوره (مصاحبه بالینی). با اضافات و تجدید نظر کلی، تهران: فکر نو، چاپ اول از ویرایش جدید.

- عرب زاده، احمد؛ شفیع آبادی، عبدالله و سودانی، منصور (۱۳۸۹) " اثر بخشی آموزش مهارت‌های مقابله ای بر افزایش تاب آوری در زوج های دارای تعارض زناشویی مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر بوشهر"، فصلنامه پژوهش‌های مشاوره، جلد ۱۰، شماره ۳۹، ۱۹ تا ۳۶.

- فکری، کاترین؛ شفیع آبادی، عبدالله؛ نورانی پور، رحمت الله، واحقر، قدسی (۱۳۹۰) " توانمند سازی زنان سرپرست خانوار از راه آموزش مهارت های کارآفرینی (با طراحی جلسات مشاوره شغلی براساس الگوی چند محوری شفیع آبادی)"، همایش ملی زنان سرپرست خانوار، دانشگاه شهید بهشتی.

- فکری، کاترین (۱۳۹۱) " مقایسه اثر بخشی مشاوره شغلی به شیوه الگوی شفیع آبادی و نظریه گانفردسون بر افزایش رفتار کارآفرینانه و مهارت‌های کارآفرینی دانشجویان علوم انسانی واحد علوم و تحقیقات تهران"، رساله دکتری مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات تهران.

- فکری، کاترین؛ شفیع آبادی، عبدالله؛ نورانی پور، رحمت الله، واحقر، قدسی (۱۳۹۲) " مقایسه اثر بخشی دو دیدگاه مشاوره شغلی بر رفتار کارآفرینانه"، فصلنامه رهیافتی نو در مدیریت آموزشی، (۱)، ۴، ۲۲-۱۹.

- فکری، کاترین؛ شفیع آبادی، عبدالله؛ رفاهی، ژاله؛ زابلی، پریسا (۱۳۹۲) مقایسه اثر بخشی الگوی چند محوری شفیع آبادی با نظریه یادگیری اجتماعی کرامبولتز بر مهارت‌های کارآفرینی دانشجویان روان شناسی و مشاوره دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت، طرح پژوهشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.

- فکری، کاترین؛ شفیع آبادی، عبدالله؛ رفاهی، ژاله؛ و زابلی، پریسا (۱۳۹۳) مقایسه پایداری اثر بخشی دو بسته آموزشی طراحی شده بر اساس نظریه‌های مشاوره شغلی بر مهارت‌های کارآفرینی، کنگره بین المللی مدیریت در قرن ۲۱، تهران: مرکز همایش‌های صدا و سیما

- مصحف، هایده؛ عابدی، محمدرضا و بهرامی، فاطمه (۱۳۸۴) " بررسی تاثیر مشاوره شغلی به شیوه نگره یادگیری اجتماعی و شغل‌گزینی کرامبولتز بر تغییر نگرش کارآفرینانه در دانشجویان دانشگاه اصفهان"، اندیشه‌های نوین تربیتی، (۴)، ۱، ۴۹-۶۶.

- مهربانی، رزوه (۱۳۸۵) بررسی تأثیر مشاوره شغلی به سبک نظریه یادگیری اجتماعی کرامبولتز بر تغییر نگرش و رفتار کارآفرینی دانشجویان اداره کار شهر اصفهان، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبائی

-واعظی، محبوبه (۱۳۹۲) تاثیر توانمند سازی روان شناختی بر اساس الگوی چند محوری شفیع آبادی بر رضایت شغلی معلمان دبیرستان ، پایان نامه کارشناسی ارشد مشاوره، دانشگاه علامه طباطبایی

-Belgrave , faye z. , Chase –vaughn ,Gretchen , Gray , famebridge , Dixon Addison , jerveada and Cherry Valerie r. , (2000) The Effectiveness of a Cultureand Gender-Specific Intervention for Increasing Resiliency among African American Preadolescent Females , Journal of Black Psychology, 26 (2) ,133-147.

-Fekri, k. , Shafiabady , A., Nooranipour, R., Ahghar, Gh (2012-A) Determine and compare Effectiveness of entrepreneurship education Based on Multi- axial model and Theory of constraints andcompromises on learning entrepreneurship skills , Procedia - Social and Behavioral Sciences Journaul , 69, 566-570.

-Fekri, k. , Shafiabady , A., Nooranipour, R., Ahghar Gh (2012- B) Comparison effectiveness stability in two career counseling approaches on entrepreneurship skills over time, The European Journal of Social & Behavioural Sciences.2 (1),553-561.

-Fekri, k. , Shafiabady , A. (2013)Compilation of Multi-axial Model and Social Learning Theory At Entrepreneurship Education Advances in Environmental Biology, 7 (8), 2013-2019.

-Fekri, K.,Shafiabadi, A.,Refahi , Zh. , Zaboli,P(.2014- A).Comparison of efficacy two native and non-native multiaxial approaches on personal, interpersonal, and practical of entrepreneurship, Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences, 4, 940-946.

-Fekri, K., Shafiabady, A. , Refahi. , Zh, & Zaboli,P (2014- B) Comparing the Effectiveness of Vocational counseling according to Shafiabady's Multi-axial Pattern of Vocational Choice (SMPVC) with Krumboltz's Social Learning Theory onEntrepreneurship Skills of the students at Marvdasht Branch ,Islamic Azad University, , 2nd International Conference on Entrepreneurship: Emphasizing improvement of Business Environment , Tehran.

-Kumpfer KL, Bluth B.(2004). Parent/child transactional processes predictive of resilience or vulnerability to "substance abuse disorders. Subst Use Misuse,39 (5),671-98