

تاریخ دریافت مقاله: ۹۷/۲/۳۰

فصلنامه علمی - پژوهشی روان‌سنجی

تاریخ پذیرش مقاله: ۹۷/۳/۲۱

دوره ششم، شماره ۲۳، زمستان ۱۳۹۶

صفحات: ۱۰۲ - ۸۹

مقایسه مدل ارتباطی سبک‌های مقابله با استرس و رضایت از زندگی با میانجی‌گری تاب‌آوری در افراد مصروع و عادی شهر تهران

## Comparison of the communication model of coping styles of stress and life satisfaction with mediating role of resilience in epileptic and normal people in Tehran

فاطمه آزادی<sup>۱</sup> و ابوالفضل قدمی<sup>۲</sup>

### Abstract

The purpose of this study was to compare the relationship model of stress coping styles and life satisfaction through mediating resilience in epileptic and normal people. The aim of this research is applied and regarding methodological point of view is correlation research. The population consisted of all ordinary and epileptic people in Tehran. The sample were selected among 400 (200 in each group) as sample, were used to collect the required data, Billings and Mouse Coping Strategies Questionnaire (1995); Connor and Davidson Resilience Questionnaire (2003) and Life satisfaction questionnaire (Diner et al., 1985). After collecting the research samples, to investigate the research model was used Amos software. The results of data analysis showed that according to the fitting indices, the research model after correction has a suitable fit. Also, between the coping style focused problem-solving style and the coping style focused on evaluation with resilience is a positive and significant relationship in ordinary people And there is

### چکیده

هدف از پژوهش حاضر مقایسه مدل رابطه سبک‌های مقابله با استرس و رضایت از زندگی با میانجی‌گری تاب‌آوری در افراد مصروع و افراد عادی بود. این پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر روش‌شناسی در زمره پژوهش‌های همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه افراد عادی و مصروع شهر تهران بود که از این میان تعداد ۴۰۰ نفر (۲۰۰ نفر در هر گروه) به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. جهت جمع‌آوری اطلاعات موردنیاز از ابزار پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای بیلینگز و موس (۱۹۹۵)؛ پرسشنامه تاب‌آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) و پرسشنامه رضایت از زندگی داینر و همکاران (۱۹۸۵) استفاده شد. پس از جمع‌آوری نمونه‌های پژوهش جهت بررسی مدل پژوهش از نرم‌افزار Amos استفاده شد. نتایج تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد با توجه به شاخص‌های برازش ارائه‌شده مدل

۱. کارشناس ارشد روانسنجی، دانشگاه آزاد اسلامی تهران مرکز. Hasti.azadi1367@yahoo.com

۲. کارشناس ارشد روانسنجی، دانشگاه علامه طباطبائی تهران. ghadami63pnu@gmail.com

a negative and between Coping Social Support style, Physical-focused coping style, Emotional-focused coping style with resilience is a negative and significant relationship. There is a relationship between styles of coping with stress and life satisfaction with resilient mediation. In peoples with epilepsy group, between coping style focused problem-solving with resilience there was a positive and significant relationship With ۹۵٪ confidence, it has a mediating role.

**Keywords:** Stress coping styles, Resilience, Satisfaction with life, Epilepsy

پژوهش پس از اصلاح از برآزش مناسبی برخوردار است. همچنین در افراد گروه عادی بین سبک‌های مقابله‌ای متمرکز بر حل مسئله و سبک مقابله‌ای متمرکز بر ارزیابی با تاب‌آوری رابطه مثبت و معنادار وجود دارد و بین سبک مقابله‌ای حمایت اجتماعی، جسمانی کردن و سبک مقابله‌ای متمرکز بر هیجان رابطه منفی و معنادار وجود دارد. بین سبک‌های مقابله با استرس و رضایت از زندگی با میانجی‌گری تاب‌آوری رابطه وجود دارد. در افراد گروه مصروع نیز تاب‌آوری تنها در رابطه با سبک‌های مقابله‌ای مقابله متمرکز بر حل مسئله و مقابله متمرکز بر ارزیابی با ۹۵ درصد اطمینان نقش واسطه‌ای دارد.

**واژه های کلیدی:** سبک‌های مقابله با استرس، تاب‌آوری، رضایت از زندگی، افراد مصروع

#### مقدمه

رضایت از زندگی<sup>۱</sup> لازمه یک زندگی مفید، مؤثر و رضایت‌بخش فردی است و شامل ارزیابی شناختی افراد از زندگی خودشان است (کییز، شموتکین و ریف،<sup>۲</sup> ۲۰۰۲). این میزان از رضایت به‌عنوان تناسب میان آرزوها و وضعیت فعلی افراد است (یانگ و مینیتسکی،<sup>۳</sup> ۲۰۱۶). به همین دلیل افرادی که میزان مطلوبی از رضایت زندگی را گزارش می‌کنند، هیجان‌های مثبت بیشتری را تجربه کرده و از گذشته و آینده خود رویدادهای مثبت بیشتری را به یاد می‌آورند (تین،<sup>۴</sup> ۲۰۱۰). درحالی‌که افرادی با رضایت از زندگی پایین، گذشته و آینده خود را نامطلوب ارزیابی می‌کنند و هیجان‌های منفی بیشتری را تجربه می‌کنند (لازاروس، فالکمن،<sup>۵</sup> ۱۹۸۴). عوامل متعددی را در افزایش رضایت افراد از زندگی مطرح کرده‌اند. این عوامل را می‌توان در دودسته عوامل زیستی و اجتماعی - روانی طبقه‌بندی نمود (ژانگ و همکاران،<sup>۶</sup> ۲۰۱۴). از این‌رو عواملی که سبب سازگاری هر چه بیشتر آدمی با نیازها و تهدیدهای زندگی می‌شوند، بنیادیترین سازه‌های موردپژوهش این

1. Life Satisfaction
3. Yang & Mitnitski
5. Lazarus & Folkman
7. Resiliency

2. Keyes, Shmotkin & Ryff
4. Teen
6. Zhang
8. Conner & Davidson

رویکرد هستند که در این میان تاب‌آوری و نوع رفتار مقابله‌ای که افراد در مواجهه با مشکلات دارند جایگاه ویژه‌ای در حوزه روانشناسی خانواده و بهداشت دارد.

استرس نقش بسیار مخربی بر بیماران صرع دارد به‌صورتی که می‌تواند زندگی این بیماران را به‌خصوص از نظر فعالیت‌های اجتماعی مختل کند و بر تعداد حملات تشنجی بیفزاید. به عقیده رئیس انجمن صرع استرس یکی از فاکتورهای تشدیدکننده بیماری است. از سوی دیگر تاب‌آوری به‌عنوان یکی از عوامل اصلی در کنترل بیماری صرع محسوب می‌شود، تاب‌آوری توانایی فرد در برقراری تعادل زیستی - روانی در شرایط بحرانی است و علاوه بر آن پژوهشگران معتقدند تاب‌آوری نوعی ترمیم خود با پیامدهای مثبت عاطفی و شناختی است که نقش بسیار مهمی در سازگاری و رضایت از زندگی این نوع افراد دارد (پورسردار، ۱۳۹۱) بنابراین استرس می‌تواند به‌عنوان یک عامل مهم در افراد مصروع ایفای نقش کند و در این میان اگر میزان تاب‌آوری فرد بالاتر برود در شرایط بحرانی توانایی کنترل بالاتری خواهند داشت و میزان رضایت از زندگی و توانایی تقویت روابط اجتماعی را خواهد داشت.

تاب‌آوری<sup>۷</sup> از جمله متغیرهای مهمی است که در ارتباط بین استرس و بیماری‌ها نقش تعدیل‌کننده‌ای دارد لذا می‌تواند بر رضایت از زندگی افراد تأثیر داشته باشد چراکه تاب‌آوری یک کیفیت درونی است که فرد را قادر می‌سازد تا در مقابله با شرایط ناگوار خود را حفظ کند (کانر و دیویدسون<sup>۸</sup>، ۲۰۰۳). تاب‌آوری به معنی توانایی تحمل، سازگاری با بحران‌های زندگی و غلبه بر آن‌ها و شامل منابع فردی و اجتماعی برای برخورد با مشکلات و بحران‌هایی است که در زندگی انسان رخ می‌دهد (محمدی، ۱۳۸۴). تاب‌آوری به فرایند پویای انطباق مثبت با تجربه‌های تلخ و ناگوار (مستن، ۲۰۰۱) و مقاومت در برابر استرس<sup>۱۱</sup> (گارمزی<sup>۲</sup>، ۱۹۸۵) نیز عنوان شده است.

با توجه به تعاریفی که از تاب‌آوری و ارتباط آن با مقابله و شرایط استرس‌زای زندگی عنوان شد و از آنجایی که زندگی پر از چالش‌ها، استرس و مشکلات است، لذا انسان نیازمند مهارت‌هایی برای مقابله با این شرایط است (ریو<sup>۳</sup>، ۲۰۰۵، ترجمه سیدمحمدی، ۱۳۹۶). از نظر علمی راهبردهایی که فرد در مقابله با شرایط تنیدگی‌زا به کار می‌برد، نقش اساسی و تعیین‌کننده در سلامت جسمانی و روانی وی ایفا می‌کند. راهبردهای مقابله‌ای مؤثر باعث می‌شوند که واکنش فرد به سطح بالای تنیدگی کاهش یابد و آثار زیان‌بار آن تعدیل شود (روزگار، ۱۳۹۱). مقابله با استرس<sup>۴</sup> فرایندی است که فرد با انعطاف‌پذیری، پاسخ‌هایی را که بیشترین تناسب را با موقعیت تنیدگی را داشته، بتواند به کار ببرد. فرد هنگام مواجه‌شدن با یک رویداد در زندگی فرآیند مقابله را طی می‌کند، بعد از ارزیابی اولیه و ثانویه، نوبت به پاسخ مقابله‌ای فرد می‌رسد و منظور از پاسخ مقابله‌ای، همان سبک‌های مقابله‌ای است که فرد به شیوه‌های مختلفی به تنیدگی پاسخ می‌دهند یا همان شیوه

1. Stress Resistance  
3. Reeve  
5. Klink

2. Garnezy  
4. Coping Stress  
6. Rosch & Weiner

ترجیحی افراد در پاسخ به عوامل تنیدگی زا است که می‌تواند کارآمد یا ناکارآمد باشد. سبک ناکارآمد در طولانی‌مدت موجب افزایش بیماری‌های روان‌شناختی می‌گردد (کلینکه<sup>۵</sup>، ۱۹۸۸، ترجمه محمدخانی، ۱۳۹۶).

نظریه و پژوهش در زمینه ارتباط بین رویدادهای استرس‌زا و شاخص‌های وضعیت سازگاری مانند نشانه‌های روان‌شناختی و بهداشت جسمانی، این عقیده را بیان می‌کند که این رابطه توسط فرآیندهای مقابله‌ای میانجی‌گری می‌شود. به‌طور پیش‌فرض، فرآیندهای مقابله‌ای حداقل به‌طور متوسط در موقعیت‌های استرس‌زای گوناگون پایدار هستند و بنابراین آن‌ها در طولانی‌مدت پیامدهای انطباقی راحت تأثیر قرار می‌دهند (روش و واینر<sup>۶</sup>، ۲۰۰۱).

پژوهش‌های متعددی در زمینه بررسی رابطه بین متغیرهای پژوهش صورت گرفته است، برای مثال آزادی، کوچک‌انتظار و قنبری پناه (۱۳۹۵) در پژوهشی به بررسی تاب‌آوری و رضایت از زندگی در نمونه از افراد مصروع پرداختند، نتایج این پژوهش نشان داد بین تاب‌آوری و رضایت از زندگی آن‌ها رابطه وجود دارد. محمدزمانی و شریعت‌نیا (۱۳۹۶) به بررسی رابطه بین سبک‌های مقابله با استرس و تاب‌آوری در نمونه‌ای از مادران دارای کودک اتیسم پرداختند، نتایج این پژوهش نشان داد بین سبک‌های مقابله با استرس و تاب‌آوری این مادران رابطه وجود دارد. فریبرزی و امانی (۱۳۹۴) به بررسی رابطه بین سبک‌های مقابله با استرس و تاب‌آوری در نمونه‌ای از زنان سرپرست خانوار شهر مشهد پرداختند. نتایج این پژوهش نشان داد افرادی که از سبک‌های مقابله‌ای پخته‌تری استفاده می‌کنند تاب‌آوری بیشتری نیز دارند. ناعمی (۱۳۹۴) به بررسی آموزش تاب‌آوری بر رضایت از زندگی زنان سرپرست خانوار شهر سبزوار پرداخت. نتایج این پژوهش نشان داد که آموزش تاب‌آوری بر رضایت از زندگی زنان سرپرست خانوار مؤثر است و تاب‌آوری را روش مؤثری در افزایش رضایت از زندگی افراد معرفی کردند. همچنین سوری و دیگران (۱۳۹۳) نشان دادند که بین تاب‌آوری و بهزیستی روان‌شناختی رابطه‌ای مثبت و معنادار وجود دارد. خلعتبری و بهاری (۱۳۸۹) رابطه بین تاب‌آوری و رضایت از زندگی را در نمونه‌ای از کارکنان بهداری شهرستان سراب بررسی کردند. نتایج این پژوهش نیز نشان دادند بین تاب‌آوری و رضایت از زندگی رابطه مثبت وجود دارد.

در سال‌های اخیر روانشناسان اظهار داشته‌اند که توجه فراوان به عوامل استرس‌زای زندگی میزان مشکلات را کاهش نداده است. بدین معنا که با توجه به افزایش مطالعات بر روی عوامل خطرآفرین از شدت مشکلات کاسته نشده و در مواردی مشکلات روحی-عاطفی افراد افزایش یافته است. چه بسیاری از عوامل استرس‌زا همچون گرفتار شدن در اعتیاد یکی از اعضای خانواده، مرگ یا بیماری صعب‌العلاج والدین را نمی‌توان تغییر داد بلکه باید با تقویت عوامل حفاظتی شرایطی را فراهم آورد که قدرت و ظرفیت فرد در برابر مشکلات و بحران‌ها افزایش یابد (ماستن<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴).

<sup>۱</sup> Masten

همان‌طور که بیان شد پژوهش‌های متعددی در رابطه با روابط متغیرهای پژوهش انجام شده است؛ اما بررسی این روابط در افزایش رضایت از زندگی در جامعه بیماران مصروع بسیار محدود بوده است و همچنین به دلیل اینکه سه متغیر ذکرشده در این مدل فرضی می‌توانند در بیماران مصروع تأثیرگذار باشند و علاوه بر آن به دلیل عدم توجه بر چنین پژوهشی در کشور، مدل فرضی به بررسی رابطه متغیرهای سبک مقابله با استرس و تاب‌آوری و رضایت از زندگی در افراد مصروع و مقایسه آن با افراد عادی می‌پردازد و سؤال اصلی پژوهش این خواهد بود که آیا سبک‌های مقابله با استرس با میانجی‌گری تاب‌آوری با رضایت از زندگی ارتباط دارد؟

### روش پژوهش

این پژوهش از نظر هدف کاربردی و از نظر روش‌شناسی در زمره پژوهش‌های همبستگی است. با توجه به اینکه هدف پژوهش حاضر آزمون فرضیه و الگوی نظری ارائه‌شده است، در پی تبیین روابط میان متغیرهای تاب‌آوری و سبک‌های مقابله‌ای بر رضایت از زندگی افراد مصروع و عادی است. جامعه آماری شامل کلیه افراد عادی و مصروع شهر تهران بود که از این میان تعداد ۴۰۰ نفر (۲۰۰ نفر در هر گروه) به‌عنوان نمونه به شیوه نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. در این پژوهش از سه پرسشنامه سبک‌های مقابله‌ای موس و بیلگینز (۱۹۹۵)، تاب‌آوری کانر و دیوید سون (۲۰۰۳) و رضایت از زندگی دایر (۱۹۸۵) برای جمع‌آوری داده‌های پژوهش استفاده شد.

### ابزار پژوهش

جهت سنجش متغیرهای پژوهش از ابزار پرسشنامه به شرح زیر استفاده شده است.

**پرسشنامه سبک‌های مقابله با استرس:** این ابزار ۲۳ سوالی توسط موس و بیلینگز<sup>۱</sup> (۱۹۹۵) طراحی شده است. نمره گذاری آن به‌صورت طیف لیکرت چهار درجه‌ای از هرگز (۱) تا همیشه (۴) است. در این پرسشنامه پنج راهبرد مقابله‌ای مقابله متمرکز بر ارزیابی شناختی؛ مقابله متمرکز بر حل مسئله؛ مقابله متمرکز بر هیجان؛ مقابله مبتنی بر حمایت اجتماعی مقابله‌ی متمرکز بر مهار جسمانی مشخص شده است. ضریب پایایی بازآزمایی برای خرده مقیاس حل مسئله ۰/۹۰، مقابله مبتنی بر مهار هیجانی ۰/۶۵، مقابله مبتنی بر ارزیابی شناختی ۰/۶۸، مقابله مبتنی بر جسمانی کردن مشکلات ۰/۹۰ و برای مقابله مبتنی بر جلب حمایت اجتماعی ۰/۹۰ گزارش شده است. کهدویی (۱۳۸۴) پایایی این ابزار را ۰/۸۶ و ۰/۸۲ گزارش می‌نماید.

**تاب‌آوری:** پرسشنامه تاب‌آوری، توسط کانر و دیوید سون (۲۰۰۳) تهیه شده است. این پرسشنامه ۲۵ عبارت دارد که در یک مقیاس لیکرتی بین صفر (کاملاً نادرست) تا پنج (کاملاً درست) نمره‌گذاری می‌شود. گویه‌های این پرسشنامه تصور از شایستگی فردی؛ اعتماد به‌غرایز فردی؛ پذیرش مثبت تغییر و روابط ایمن و کنترل است. کانر و دیوید سون (۲۰۰۳) ضریب آلفای

<sup>۱</sup> Moos & Bilings

کرونباخ مقیاس تاب‌آوری را ۰.۸۹٪ گزارش کرده‌اند. همچنین ضریب پایایی حاصل از روش بازآزمایی در یک‌فاصله چهارهفته‌ای ۰.۸۷٪ گزارش شده است. جوکار (۱۳۸۶) نیز در پژوهشی بر روی ۵۷۷ دانش‌آموز دبیرستانی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ، همسانی درونی ۹۳ درصد را برای این مقیاس گزارش کرد.

**رضایت از زندگی:** مقیاس رضایت از زندگی توسط دایر و همکاران (۱۹۸۵) و به‌منظور سنجش رضایت از زندگی تهیه شده است. این پرسشنامه شامل پنج سؤال می‌باشد که بر اساس مقیاس لیکرتی ۷ درجه‌ای از (کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۷)) درجه‌بندی شده است. شیخی و همکاران (۱۳۹۰) نیز در پژوهش خود روایی و پایایی این مقیاس را بررسی کردند. نتایج نشان داد که هماهنگی درونی این مقیاس برابر با ۰.۸۵٪ و پایایی بازآزمایی آن برابر با ۰.۷۷٪ می‌باشد. دایر<sup>۱</sup> و همکاران (۱۹۸۵) پایایی این آزمون با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰.۸۳٪ و با روش بازآزمایی ۰.۶۹٪ گزارش کردند.

### یافته‌ها

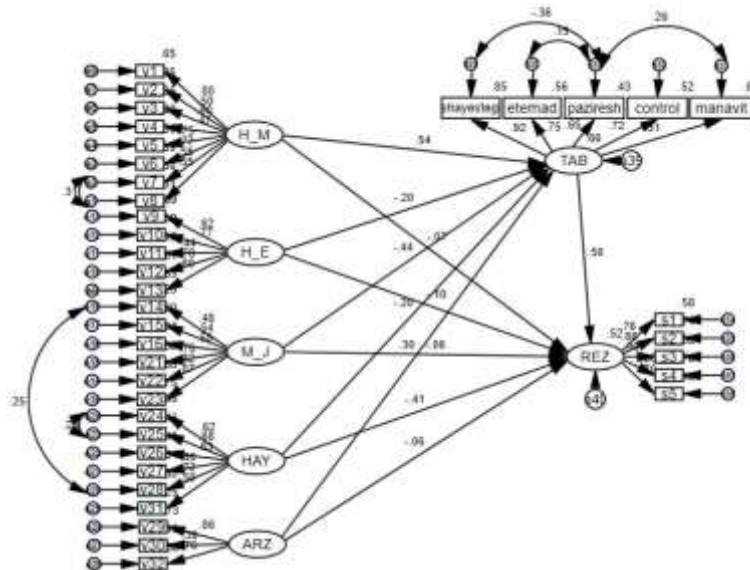
پیش از پرداختن به بررسی روابط موجود، آمار توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش در جدول (۱) ارائه شده است.

جدول ۱: شاخصه‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

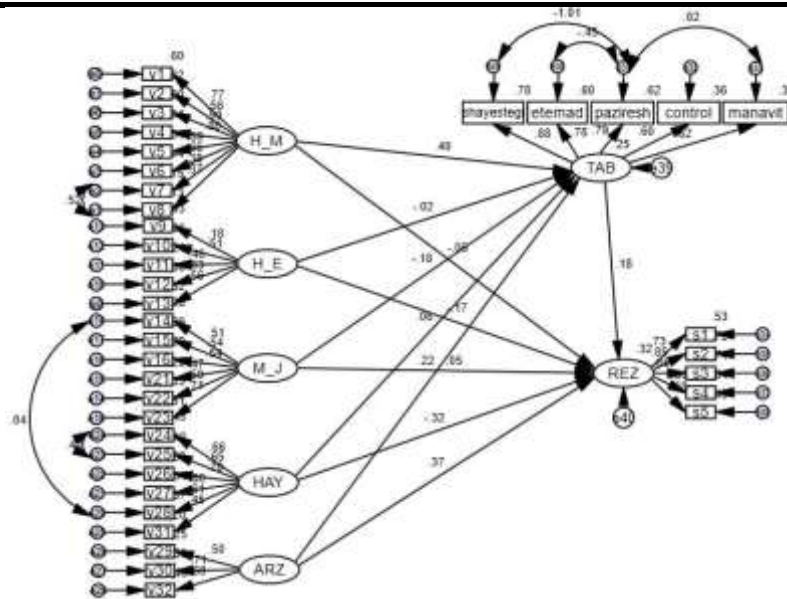
مؤلفه	گروه	کمینه	بیشینه	میانگین	کجی	کشیدگی	انحراف استاندارد
رضایت از زندگی	عادی	۷	۳۳	۷۱/۱۹	-۲۶۶/۰	-۱۱۷۵	۸/۷
	مصروع	۵	۲۵	۱۹/۱۵	۲۷۱/۰	۳۹۶/۰	۲/۵
تاب‌آوری	عادی	۱۳	۸۸	۴/۵۵	-۳۱۴/۰	-۶۲۲/۰	۳/۱۶
	مصروع	۷	۶۶	۵/۴۱	-۲۶۰/۰	-۰۱۷/۰	۹/۱۰
مقابله متمرکز بر حل مسئله	عادی	۳	۳۰	۵/۱۵	۴۲۸/۰	۰۱۵/۰	۵
	مصروع	۴	۲۰	۸/۱۳	۳۸۷/۰	-۵۰۹/۰	۷/۴
متمرکز بر جلب حمایت اجتماعی	عادی	۴	۲۲	۳/۱۰	۱۲۰/۰	۱۷۲/۰	۲/۴
	مصروع	۳	۲۱	۹/۶	۹۸/۰	-۲۳۶/۰	۲/۲
مقابله متمرکز بر مهار جسمانی	عادی	۵	۱۸	۲/۶	۴۲۴/۰	-۷۰۱/۰	۶/۵
	مصروع	۳	۱۹	۸/۸	۴۵۲/۰	۰۵۸/۰	۶
مقابله متمرکز بر هیجان	عادی	۴	۱۶	۴/۶	-۸۲۹/۰	-۱۳۲/۰	۵
	مصروع	۵	۲۰	۷/۸	۸۴۶/۰	۵۳۶/۰	۶/۳
مقابله متمرکز بر ارزیابی	عادی	۶	۱۲	۵/۴	-۰۲۱/۰	-۳۷۸/۰	۳/۲
	مصروع	۴	۱۰	۷/۲	۴۴۱/۰	۱۱۱/۰	۷/۱

<sup>۱</sup> Diner

پس از بررسی آمار توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش در این بخش به بررسی روابط موجود بین متغیرهای پژوهش پرداخته می‌شود. همان‌گونه که اشاره شد بر اساس مبانی نظری و پژوهش‌های انجام‌شده مدلی فرضی تدوین شد که شامل متغیرهای سبک‌های مقابله با استرس و رضایت از زندگی با میانجی‌گری تاب‌آوری بوده است. در این بخش در پی بررسی برازش مدل اصلی تحقیق، از تحلیل معادلات ساختاری و نرم‌افزار ایموس بهره برده شده است. پس از اجرای مدل مشخص شد مدل با داده‌ها برازش مناسبی ندارد بنابراین در پی اصلاح مدل ابتدا متغیرهایی که دارای بار عاملی ضعیف بودند از مدل حذف شدند و بین خطاها کوواریانس برقرار شد و در نهایت مدل اصلاح‌شده به تفکیک گروه عادی و مصروع در شکل‌های (۱) و (۲) ارائه شدند.



شکل ۱: ضرایب استانداردشده مدل اصلاح‌شده (گروه عادی)



شکل ۲: ضرایب استانداردشده مدل اصلاح شده (گروه مصروع)

پس از بررسی مدل های پژوهش نتایج مربوط به برخی از مهم ترین شاخص های برازش در جدول (۲) ارائه شده است:

جدول ۲: شاخص های برازش مدل معادلات ساختاری پژوهش

مطلوبیت	میزان کفایت برازش	نام شاخص
کمتر از ۴	۳/۵۵۲	$\frac{\chi^2}{df}$ نسبت مجذور کای به درجه آزادی
کمتر از ۰/۰۹	۰/۰۸۱	ریشه خطای میانگین مجذورات تقریبی (RMSEA)
بالاتر از ۰/۹۰	۰/۹۰۱	شاخص نرم شده برازش (NFI)
بالاتر از ۰/۹۰	۰/۹۱۵	شاخص برازش تطبیقی (CFI)
بالاتر از ۰/۹۰	۰/۹۱۱	شاخص نیکویی برازش (GFI)
بالاتر از ۰/۹۰	۰/۸۰۴	شاخص نیکویی برازش تعدیل شده (AGFI)

نتایج حاصل از جدول (۲) حاکی از آن است به استثنای شاخص نیکویی برازش تعدیل شده (AGFI) تمامی شاخص ها در حد مطلوب گزارش شده اند و مدل با داده ها برازش مناسبی دارد و از



آن‌جا که مقادیر مطلوبیت نسبی هستند بیانگر این است که رابطه خطی بین متغیرها و سازه‌های مکنون وجود دارد.

مدل‌های ارائه‌شده در شکل (۱) و (۲) در این پژوهش از نوع بازگشتی<sup>۱</sup> است، به این معنی که همه مسیرها یک‌طرفه هستند. در مدل اولیه فرض شده است بین سبک‌های مقابله‌ای با تاب‌آوری رابطه مستقیم وجود دارد، هرچند متغیرهای یادشده با نقش میانجی متغیر تاب‌آوری با رضایت از زندگی نیز رابطه غیرمستقیم دارد. با توجه به اینکه در مدل ساختاری آزمون شده مسیرهای بین متغیرهای مکنون همان فرضیه‌های پژوهش هستند، در ادامه در جدول (۳) به اثرات مستقیم، غیرمستقیم و کل به آزمون فرضیه‌های پژوهش به تفکیک گروه‌های عادی و مصروع پرداخته شد.

جدول ۳: بررسی روابط غیرمستقیم مهارت‌های مقابله‌ای و رضایت از زندگی

معناداری	Z سوبل	انحراف استاندارد	گروه	وابسته	میانجی	متغیر مستقل
۰/۰۰۱	۷/۳	۰/۰۳۷	عادی	رضایت	تاب‌آوری	مقابله متمرکز بر حل مسئله
۰/۰۳	۲/۱۷	۰/۰۳۲	مصروع	زندگی		
۰/۰۰۱	-۳/۱۲	۰/۰۳۲	عادی	رضایت	تاب‌آوری	متمرکز بر جلب حمایت اجتماعی
۰/۸	۰/۲۵۰	۰/۱۲	مصروع	زندگی		
۰/۰۰۱	۴/۳۵	۰/۰۵۱	عادی	رضایت	تاب‌آوری	مقابله متمرکز بر مهار جسمانی
۰/۰۵۶	-۱/۹۱	۰/۰۲	مصروع	زندگی		
۰/۰۰۱	-۳/۳۶	۰/۰۲۹	عادی	رضایت	تاب‌آوری	مقابله متمرکز بر هیجان
۰/۲۸۹	-۱/۰۶	۰/۰۱	مصروع	زندگی		
۰/۰۰۱	۴/۳۲	۰/۰۳۵	عادی	رضایت	تاب‌آوری	مقابله متمرکز بر ارزیابی
۰/۰۴۵	۲/۰۱	۰/۰۲۰	مصروع	زندگی		

همان‌طور که از نتایج جدول (۳) آزمون سوبل جهت بررسی نقش واسطه‌ای تاب‌آوری در رابطه بین سبک‌های مقابله‌ای و رضایت از زندگی در افراد عادی و مصروع مشاهده می‌شود با ۹۹ درصد اطمینان ( $Z \geq 2/58$ ) در گروه عادی در هر ۵ سبک مقابله‌ای (متمرکز بر حل مسئله، حمایت اجتماعی، مهار جسمانی، هیجان و ارزیابی) نقش واسطه‌ای دارد. در گروه افراد مصروع نیز تاب‌آوری تنها در رابطه با سبک‌های مقابله‌ای مقابله متمرکز بر حل مسئله و مقابله متمرکز بر ارزیابی با ۹۵ درصد اطمینان ( $Z \geq 1/96$ ) نقش واسطه‌ای دارد.

**بحث و نتیجه گیری**

در این پژوهش به بررسی روابط بین مؤلفه‌های سبک‌های مقابله با استرس با رضایت از زندگی با میانجی‌گری تاب‌آوری در دو گروه افراد عادی و مصروع پرداخته شد. نتایج به دست آمده نشان داد که در گروه افراد عادی، بین سبک‌های مقابله متمرکز بر مهار جسمانی، مقابله متمرکز بر هیجان، مقابله متمرکز بر حل مسئله، مقابله مبتنی بر جلب حمایت اجتماعی و مقابله متمرکز بر ارزیابی و تاب‌آوری رابطه وجود دارد که این روابط از نظر آماری با ۹۹ درصد اطمینان معنادار بودند. نکته اینکه مقابله متمرکز بر حل مسئله و مقابله متمرکز بر ارزیابی با تاب‌آوری رابطه مثبت و معنادار اما بین مقابله متمرکز بر مهار جسمانی، مقابله متمرکز بر حمایت اجتماعی و مقابله متمرکز بر هیجان با تاب‌آوری رابطه منفی و معنادار وجود داشت؛ همچنین بین رضایت از زندگی و تاب‌آوری رابطه معنادار وجود داشت بدین معنی که تاب‌آوری، بین سبک‌های مقابله با استرس و رضایت از زندگی نقش میانجی‌گری دارد. در افراد گروه مصروع نیز تاب‌آوری تنها در رابطه با سبک‌های مقابله‌ای مقابله متمرکز بر حل مسئله و مقابله متمرکز بر ارزیابی با ۹۵ درصد اطمینان نقش واسطه‌ای داشت. نتایج این پژوهش با پژوهش مولایی (۱۳۹۴)، خادمیان و کجباف نژاد (۱۳۹۴)، اندامی خشک، گلزاری و اسماعیلی نسب (۱۳۹۲) و زارعی و اسدی (۱۳۹۱) که نشان داده‌اند راهبردهایی که افراد برای تنظیم هیجان‌اتشان به کار می‌گیرند، می‌تواند عامل بسیار مهمی در تعیین تاب‌آوری آن‌ها باشد، همسو می‌باشد. استفاده از راهبردهای مختلف در برابر رویدادهای تنش‌زا و فشارهای روانی از تأثیر فشارها بر سلامت می‌تواند بکاهد و باعث ایجاد سازگاری و افزایش رضایت از زندگی در افراد گردد. بررسی‌ها نشان داده‌اند چنانچه افراد به راهبردهای مقابله‌ای کارآمد مجهز نباشند و توانایی کمی برای درک هیجان‌های خود و دیگران داشته باشند، در برخورد با استرس‌ها و بحران‌های به وجود آمده در زندگی خود توان کمتری خواهند داشت. این راهبردها انواع متفاوتی دارد، راهبرد مقابله‌ای حل مسئله شیوه‌ای را توصیف می‌کند که بر اساس آن فرد اعمالی را که باید برای کاستن یا از بین بردن تنیدگی انجام دهند بررسی و محاسبه می‌کنند، راهبردهای حل مسئله و ارزیابی شامل جستجوی اطلاعات بیشتر درباره مسئله، تغییر ساختار مسئله از نظر شناختی و اولویت دادن به گام‌هایی برای مخاطب قرار دادن مسئله می‌شود. افرادی که از این سبک استفاده می‌کنند به نظر می‌رسد در مواقع بروز تنش با استفاده از برنامه‌ریزی، حل ذهنی مسائل و راهبردهای مؤثر، تاب‌آوری بالایی از خود نشان می‌دهند. مقابله‌های متمرکز بر مهار هیجانی، جسمانی کردن و جلب حمایت اجتماعی از نوع مقابله‌های هیجان مدار می‌باشند. راهبردهای مقابله‌ای هیجان مدار، شیوه‌هایی را توصیف می‌کند که بر اساس آن فرد بر خود متمرکز شده و تمام تلاش او متوجه کاهش احساسات ناخوشایند خویش است. واکنش‌های مقابله‌ای هیجان مدار شامل گریه کردن، عصبی و ناراحت شدن، پرداختن به راه‌های عیب جویانه، اشتغال ذهنی و خیال‌پردازی است همچنین افراد هیجان مدار کنترل پایین‌تری بر امر خود دارند و این کنترل

پایین منجر می‌شود که تلاش فعالانه‌ی کمتری برای کاهش استرس و اضطراب در خود انجام دهند و در نتیجه تاب‌آوری پایین‌تری نیز دارند.

نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل آماری در بین گروه افراد مصروع نیز نشان داد، تاب‌آوری تنها در رابطه با سبک‌های مقابله‌ای مقابله متمرکز بر حل مسئله و مقابله متمرکز بر ارزیابی با ۹۵ درصد اطمینان نقش واسطه‌ای دارد و بین سایر مؤلفه‌های سبک‌های مقابله با استرس با تاب‌آوری رابطه معناداری گزارش نشد، در افراد مصروع به دلیل شرایط خاص بیماری و عوارض ناشی از آن، شیوه‌ی برخورد و مواجهه با استرس و مشکلات می‌تواند تأثیر بسزایی در بروز حملات تشنجی ایشان گردد، بنابراین سبک مقابله‌ای آن‌ها هنگام بروز استرس و اضطراب بسیار حائز اهمیت می‌باشد. زمانی که فرد مصروع از پاسخ‌های مقابله‌ای متمرکز بر حل مسئله استفاده می‌کند، می‌تواند کارهای سازنده انجام دهد و بر اضطراب و آسیب جسمانی ناشی از استرس فائق آید. از محدودیت‌های این پژوهش افت شدید نمونه‌گیری در افراد مصروع به علت شرایط نامساعد جسمانی و ناقص پر کردن پرسشنامه‌ها با توجه به تعداد زیاد سؤال‌ها و محدود بودن نمونه به شهر تهران و عدم قابلیت تعمیم به دیگر شهرها بود.

## منابع

### فارسی

- آزادی، فاطمه؛ کوچک انتظار، رؤیا و قنبری پناه، افسانه (۱۳۹۵). *تاب‌آوری و رضایت از زندگی*. کنگره بین‌المللی جامع روانشناسی ایران.
- آقا یوسفی، علیرضا (۱۳۷۸). *معرفی روی آوردهای درمانگری و راهبردهای عملی*. قم: انتشارات شهریار.
- پورسردار، فیض‌الله؛ عباسپور، ذبیح‌اله؛ عبدی زرین، سهراب و سنگری، علی‌اکبر (۱۳۹۱). تأثیر تاب‌آوری بر سلامت روانی و رضایت از زندگی، یک الگوی روان‌شناختی از بهزیستی. *فصلنامه یافته، ۱۴(۱)*، ۸۱ - ۸۹.
- جوکار، بهرام (۱۳۸۶). نقش واسطه‌ای تاب‌آوری در رابطه‌ی بین هوش هیجانی و هوش عمومی با رضایت از زندگی. *فصلنامه روانشناسی معاصر، ۲(۲)*، ۱۲-۳.
- خلعتبری، جواد و بهاری مونا (۱۳۸۹). ارتباط بین تاب‌آوری و رضایت از زندگی. *مجله روانشناسی تربیتی، ۱(۲)*، ۸۳-۹۴.
- دارنجانی، فاطمه؛ سهرابی، نادره و خیر، محمد (۱۳۹۱). نقش واسطه‌گری سبک‌های مقابله‌ای در رابطه هوش هیجانی با رضایت از زندگی در زنان دارای مشکلات خانوادگی. *مجله روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، ۲(۹)*، ۹۱-۱۱۱.

- روزگار، زهرا (۱۳۹۱). رابطه بین تاب‌آوری و سبک‌های مقابله‌ای با استرس و رضایت از زندگی در دبیران زن آموزش و پرورش شهرستان شیراز. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد*، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- ریو، جان مارشال (۲۰۰۵). *انگیزش و هیجان*، ترجمه یحیی سیدمحمدی (۱۳۹۶). تهران: انتشارات ویرایش.
- زارعی، سلمان؛ اسدی، زهرا (۱۳۹۱). مقایسه ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های مقابله با استرس در نوجوانان معتاد و بهنجار. *فصلنامه اعتیاد پژوهی*، (۲۰)، ۸۷-۹۱.
- سامانی، سیامک؛ جوکار، بهرام و صحراگرد، نرگس (۱۳۸۶). تاب‌آوری، سلامت روانی و رضایتمندی از زندگی. *مجله اندیشه و رفتار*، ۱۳(۳)، ۲۹۰-۲۹۵.
- سوری، حسین؛ حجازی، الهه و سوری نژاد، محسن (۱۳۹۳). رابطه تاب‌آوری و بهزیستی روان‌شناختی: نقش واسطه‌ای خوش‌بینی. *مجله دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، (۱)۱۵، ۵-۱۵.
- شفیع‌زاده، رقیه (۱۳۹۱). رابطه تاب‌آوری با پنج عامل بزرگ شخصیت. *مجله دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، ۱۳(۳)، ۹۵-۱۰۲.
- شیخی، منصوره؛ هومن، حیدرعلی؛ احدی، حسن و سپاه منصور، مژگان (۱۳۹۰). مشخص‌های روان‌سنجی مقیاس رضایت از زندگی. *اندیشه رفتار*، (۱۹)۵، ۱۷-۲۹.
- فریبرز، الهام و امانی، فرشته (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین کیفیت زندگی و مدیریت استرس با تاب‌آوری زنان بی‌سرپرست تحت پوشش کمیته امداد امام خمینی‌شهر مشهد سال ۱۳۹۴. اولین کنفرانس بین‌المللی روانشناسی و علوم تربیتی.
- کلینکه، کریس (۱۹۸۸). *مجموعه کامل مهارت‌های زندگی*، ترجمه شهرام محمدخانی (۱۳۹۶). تهران: انتشارات رسانه تخصصی.
- کهدویی، جلیل (۱۳۸۴). بررسی نقش عزت‌نفس و کانون کنترل در شیوه‌های مقابله با استرس در افراد افسرده، مضطرب و عادی. *پایان‌نامه کارشناسی ارشد*، دانشگاه علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شیراز.
- گلزاری، محمود؛ اسماعیلی نسب، مریم؛ اندامی خشک، علیرضا (۱۳۹۲). نقش واسطه‌ای تاب‌آوری در رابطه بین تنظیم شناختی هیجان و تحمل‌پیشانی با رضایت از زندگی. وزارت علوم، تحقیقات و فناوری - دانشگاه علامه طباطبائی.
- مامن پوش، مریم؛ آقاپوسفی، علیرضا؛ ابراهیمی، امراه و میرمهدی؛ رضا (۱۳۹۳). اثر بخشی آموزش مهارت‌های مقابله‌ای بر کاهش تنیدگی بیماران مبتلا به صرع. *ماهنامه علمی پژوهشی فیض*، ۱۸(۲)، ۱۱۶-۱۲۱.

- محمدزمانی، ساره و شریعت نیا، کاظم (۱۳۹۶). بررسی رابطه راهبردهای مقابله‌ای و تنیدگی با تاب‌آوری مادران دارای کودکان کم‌توان واتیسم در شهرستان گرگان. دومین کنفرانس ملی رویکردهای نوین در آموزش و پژوهش.
- محمدی، مسعود (۱۳۸۴). بررسی عوامل مؤثر بر تاب‌آوری در افراد در معرض خطر سو مصرف مواد. پایان‌نامه دکتری. دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی. تهران.
- مولایی یساولی، مهدی و مولایی یساولی، هادی (۱۳۹۴). پیش‌بینی تاب‌آوری بر اساس راهبردهای مقابله‌ای و سبک‌های فرزندپروری در دانش‌آموزان. همایش بین‌المللی روانشناسی و فرهنگ زندگی.
- ناعمی، علی محمد (۱۳۹۴). تأثیر آموزش تاب‌آوری بر سلامت روان، خوش‌بینی و رضایت از زندگی زنان سرپرست خانوار. مجله روانشناسی مثبت، ۱(۳)، ۳۳-۴۴.
- نصیر، مرضیه (۱۳۹۲). رابطه راهبردهای مقابله با استرس و تاب‌آوری با خوش‌بینی در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان دزفول. *روانشناسی اجتماعی (یافته‌های نو در روانشناسی)*، ۵(۱۶)، ۵۷-۷۰.

## Reference

- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American psychologist*, 55(1), 34.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.
- Garmezy, N. (1985). Stress-resistant children: The search for protective factors. *Recent research in developmental psychopathology*, 4, 213-233.
- Garmezy, N., & Masten, A. S. (1991). The protective role of competence indicators in children at risk.
- Handerson, S., & Schlaf, M. (2002). Palladium (II)-catalyzed transfer vinylolation of protected monosaccharides. *Organic letters*, 4(3), 407-409.

- Keyes, C. L., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of personality and social psychology*, 82(6), 1007.
- Kumpfer, K. L., & Summerhays, J. F. (200۰). Prevention Approaches to Enhance Resilience among High-Risk Youth. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094(1), 151-163.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Masten, A. S. (2004). Regulatory processes, risk, and resilience in adolescent development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1021(1), 310-319.
- Masten, S. E. (1996). Empirical research in transaction cost economics: challenges, progress, directions. In *Transaction cost economics and beyond* (pp. 43-64). Springer Netherlands.
- Moos, H., & Billings A.G. (1981). The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events. *Journal of behavioral medicine*, 4(2), 139-157.
- Rayt. E. M. & KErouponzano,D. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American psychologist*, 55(1), 34.
- Roesch, S. C., & Weiner, B. (2001). A meta-analytic review of coping with illness: Do causal attributions matter?. *Journal of psychosomatic research*, 50(4), 205-219.
- Teen,M. B. (2010). Life satisfaction across the lifespan: Findings from two nationally representative panel studies. *Social indicators research*, 99(2), 183-203.
- Yang, F., Gu, D., & Mitnitski, A. (2016). Frailty and life satisfaction in Shanghai older adults: The roles of age and social vulnerability. *Archives of gerontology and geriatrics*, 67, 68-73.
- Zhang, J., Zhao, S., Lester, D., & Zhou, C. (2014). Life satisfaction and its correlates among college students in China: A test of social reference theory. *Asian journal of psychiatry*, 10, 17-20.