

مقایسه تاب آوری در دانشجویان دختر مجرد و متاهل دانشگاه لرستان

مسعود صادقی¹

سیده فائزه نجفی زاده²

محمد حاتمی نژاد³

چکیده

تاب آوری نوعی سازگاری مثبت در برابر شرایط ناگوار است و ایجاد تقویت آن در انسان ها بالاخص از زمان کودکی تاثیر بسزایی در سازگاری با شرایط مختلف زندگی و سلامت روان دارد. هدف پژوهش حاضر؛ مقایسه تاب آوری در دانشجویان دختر مجرد و متاهل دانشگاه لرستان بود. طرح پژوهش رابطه ای از نوع علی-مقایسه ای است. جامعه آماری شامل تمام دانشجویان دختر در دانشگاه لرستان در سال تحصیلی ۱۴۰۱_۱۴۰۲ بودند و حجم نمونه شامل 100 نفر، 50 دانشجو متاهل و 50 نفر دانشجوی مجرد در دانشگاه که به صورت نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند. پرسشنامه بصورت الکترونیکی در اختیار دانشجویان قرار گرفت و داده های آن از طریق نرم افزار SPSS_22 جمع آوری گردید. ابزار مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه مقیاس تاب آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) با ضریب پایایی (۰.۸۴) استفاده شد به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از تحلیل واریانس تک متغیره استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داده که بین تاب آوری در دانشجویان متاهل و مجرد رابطه معنادار ($P < 0.01$) وجود دارد. بر اساس یافته های این پژوهش، میزان تاب آوری در دانشجویان کارشناسی و کارشناسی ارشد متاهل بیشتر از گروه مجرد است.

واژگان کلیدی: تاب آوری، دانشجویان دختر، متاهل، مجرد

¹ دانشیار، عضو هیئت علمی دانشگاه لرستان؛ دانشکده ادبیات و علوم انسانی گروه روانشناسی
² دانشجوی کارشناسی مشاوره؛ دانشگاه لرستان؛ دانشکده ادبیات و علوم انسانی گروه روانشناسی
³ دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی؛ دانشگاه لرستان؛ دانشکده ادبیات و علوم انسانی گروه روانشناسی

مقدمه

کانون خانواده واحد اصلی و زیربنایی جامعه است و منبع تأمین احساس امنیت، آرامش و تأمین نیازهای عاطفی و هیجانی است. زیرساخت هرگونه پرورش و تکامل اجتماعی، روانی و اخلاقی، اقتصادی و دینی در خانواده شکل می‌گیرد. خانواده نهادی است که از یک سو با جامعه و از سوی دیگر با خود فرد پیوند دارد. اهمیت این نهاد به اندازه‌ای است که از پایه‌های بنیادین جامعه شمرده می‌شود و رسیدن به جامعه‌ای سالم در گرو دستیابی به خانواده‌های سالم است (ابوالقاسمی و کیامرثی، 1385). پیوند زناشویی یکی از پیچیده‌ترین انواع روابط انسانی و واجد چنان توان بالقوه‌ای در آزادسازی احساسات است که در کمتر رابطه میان فردی دیگری می‌توان مانند آن را یافت (صادق‌مقدم و همکاران، 1385). ارتباط زناشویی میتواند دست مایه شادی یا منبع بزرگ رنج باشد. ارتباط زن و شوهر این امکان را میدهد که با یکدیگر به بحث و تبادل نظر بپردازند، مشکلاتشان را حل کنند و از نیازهای هم آگاهی پیدا کنند (مرادی و همکاران، 1387). انسان‌ها از یک طرف باورند که می‌توانند، یاد بگیرند که تغییر کنند و هر آنچه که با آن مواجه می‌شوند تحت نفوذ خود در آورد و از طرف دیگر اعتقاد دارند که باید خود را به سطحی برتر و بالاتر ارتقا دهند. به دیگر بیان همواره در صدد آن هستند که با تطبیق دادن خود با تغییرات سریع جامعه و فشارهای روانی مرتبط با آن در سطوح اداری، سازمانی، تحصیلی و شغلی پیشرفت چشمگیری داشته باشند، اما در جامعه امروزی به علت استرس‌های زیادی که در زمینه‌های متعدد اقتصادی، خانوادگی، اجتماعی و تحصیلی وجود دارد، تطبیق دادن خود با این استرس‌های مورد انتظار، بسیار مشکل می‌باشد و اگر انسان‌ها توانایی تاب‌آوری و مقاومت موثر نداشته باشند، تغییرات شدید امروزی چه بسا می‌تواند ویرانگر باشد. بنا بر این در شرایط استرس‌زای امروزی، تاب‌آوری برای مقابله با استرس‌های موجود، بسیار جدی‌تر از گذشته می‌باشد. (کاررونی و همکاران، 1392) تاب‌آوری در روانشناسی عبارت است از استعداد و ظرفیت مثبت افراد جهت غلبه بر استرس، حوادث و فجایع و همچنین واژه برای مقاومت و تحمل‌پذیری افراد در برابر وقایع منفی آینده نیز به کار می‌رود. (دیویدسون، 2000) تاب‌آوری به عوامل و فرآیندهای اطلاق می‌شود که رشد جسمی و روانشناختی را از خطر گرفتاری به رفتارهای مشکل‌زا و آسیب‌روانشناختی محافظت می‌کند و به رغم وجود موقعیت ناگوار به پیامدهای سازگارانه منتهی می‌شود. تاب‌آوری به زبان ساده تطابق مثبت در واکنش به اوضاع ناگوار است. (والر و دیگران 2003) شاید تمایل زیاد به پژوهش‌های تاب‌آوری به این دلیل باشد که عوامل

محافظت‌کننده در زندگی نقش پر اهمیتی ایفا می‌کنند. از سوی دیگر این دیدگاه بر توانمندی‌ها ظرفیت‌ها امید و قدرت فرد تمرکز دارد. همچنین عوامل محافظت‌کننده به عنوان سپری علیه رفتارهای خطرزا و پیامدهای همراه با آنها مطرح است (رسینک ۲۰۰۰). افرادی که دارای تاب‌آوری هستند، اغلب با ایجاد هیجان‌ات مثبت، پس از رویارویی‌های فشارزا به حالت اول باز می‌گردند. (کازرونی و همکاران ۱۳۹۲) افراد تاب‌آور خود را قربانی و ناتوان تصور نمی‌کنند. وقتی با یک بحران دست به‌گریبانند، همواره خود را فردی نجات‌یافته تصور می‌کنند و معتقدند که می‌توانند بر شرایط فائق آیند. نسبت به تغییرات انعطاف‌پذیر هستند، عزت‌نفس خود را بالا نگه‌ میدارند، ارتباطات خود را توسعه‌میدهند چون داشتن روابط عاطفی و اجتماعی محکم عامل بسیار مهمی در سلامت انسان و تاب‌آوری است (انصاری فرد، ۱۴۰۰). لائر، سیجی، بکر (۲۰۰۰)، تاب‌آوری را به عنوان یک فرایند پویا در نظر گرفته‌اند که موجب می‌گردد، زمانی که افراد با مسائل و شرایط سخت رو‌به‌رو میشوند، آن را تعدیل کنند. در واقع تاب‌آوری ظرفیت افراد برای سالم ماندن، مقاومت و تحمل در شرایط استرس‌زا و تهدیدکننده زندگی است.

انسان‌ها زمانی که با استرس‌ها و موقعیت‌های تهدیدکننده مواجه می‌شوند دسته‌ای از آنها احساس دلهره، بی‌قراری، غم و اندوه و درماندگی می‌کنند به همین دلیل رفتارهای پرخاشگرانه از خود نشان می‌دهند، یا این‌که افسرده می‌شوند و اشتها و خواب خود را از دست می‌دهند. چنانچه شرایط استرس‌زا برای مدت طولانی در زندگی اینگونه افراد وجود داشته باشد، سلامت جسمانی و روانی افراد دچار اغتشاش می‌گردد. این‌گونه افراد تاب‌آوری ضعیفی در مقابل استرس دارند و به تبع آسیب‌پذیری زیادی از خود نشان می‌دهند. در مقابل دسته دیگر وقتی با شرایط سخت مواجه می‌شوند سعی می‌کنند بدون اینکه تسلیم شرایط شوند از شرایط موجود به عنوان فرصتی برای پیشرفت خود استفاده کند. به دیگر سخن آنها بدون نشان دادن واکنش‌های هیجانی و بیمارگونه تلاش می‌کنند که نه تنها شرایط موجود را کنترل نمایند بلکه راه‌حل‌های منطقه‌برای حل تعارضات ناشی از شرایط استرس‌زا پیدا کنند. این مقاومت و تلاش در جهت پیدا کردن راه‌حل‌های منطقی در بستر شرایط استرس‌زا را تاب‌آوری می‌گویند. تاب‌آوری به معنای مقاومت فعل‌پذیر در برابر آسیب‌ها یا شرایط تهدیدکننده نیست، بلکه فرد تاب‌آور مشارکت‌کننده فعال و سازنده محیط پیرامونی خود می‌باشد (رزینک، ۲۰۱۰). در حالی که در جوامع مرسوم است، به نقصان‌ها و کاستی‌ها بیشتر از توانایی‌ها توجه شود، تاب‌آوری آن روی سکه است (شیخ‌الاسلامی، ۱۳۸۸) و از جمله سازه‌هایی است که جایگاه ویژه‌ای در حوزه‌های روانشناسی تحولی، روانشناسی خانواده و بهداشت روانی یافته است، طوری که هر روز بر شمار پژوهش‌های مرتبط به این سازه افزوده می‌شود (سامانی، جوکار و صحراگرد، ۱۳۸۶). اینکه اینگونه افراد بر این باورند لذا بد و آرامش زندگی از دل سختی‌ها و مشکلات گذر می‌کند با چنین دیدگاهی افرادی که دارای تاب‌آوری بالایی هستند شرایط استرس‌زا را سخت کنترل و

سپس با اتخاذ راه حل های منطقی آن موقعیت ها را در مسیری که خود می‌خواهند هدایت می‌کند در چنین شرایطی این گونه افراد احساس خشنودی و خودباوری خود را به عنوان تجربه بزرگ در زندگی خود مورد تلقی قرار می‌دهند. (کارور، شیپور، ۱۹۹۹) افرادی که از تاب آوری ضعیفی برخوردارند به جای اینکه به دنبال راه حل های منطقی باشند با انکار و اجتناب از کنار آن موقعیت ها می‌گذرند بی‌تردید دچار این گونه اغتشاشات شغلی، خانوادگی، تحصیلی و شخصی می‌شوند. اما افرادی که از تاب آوری بالایی برخوردارند گرچه شرایط فوق را به عنوان شرایط تهدید کننده در نظر می‌گیرند اما تلاش می‌کنند با اتخاذ به راه حل های منطقی شرایط سخت را به فرصت های طلایی تبدیل کنند در نتیجه از شرایط موجود به نحو احسن در جهت خواسته های خود استفاده می‌کنند. طبق مطالب مطرح شده در بالا هدف مطالعه‌ی حاضر مقایسه‌ی میان تاب آوری میان دو گروه دانشجویان دختر مجرد و متأهل می‌باشد.

روش شناسی پژوهش و جامعه آماری :

طرح ای پژوهش رابطه ای از نوع علی-مقایسه ای است. جامعه آماری این پژوهش شامل تمام دانشجویان دختر در مقاطع کارشناسی و کارشناسی ارشد دانشگاه لرستان در سال ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بودند. حجم نمونه شامل ۵۰ نفر متأهل که بصورت نمونه گیری در دسترس و ۵۰ نفر دانشجوی مجرد در دانشگاه که به صورت تصادفی ساده انتخاب شدند. بنابراین حجم نمونه برای این پژوهش ۱۰۰ نفر در نظر گرفته شد. روش تجزیه و تحلیل داده ها با توجه به نوع پژوهش و متغیر آن از آمار توصیفی و استنباطی استفاده شده است؛ بدین منظور با استفاده از نرم افزار SPSS ابتدا به محاسبه میانگین و انحراف استاندارد و دیگر شاخص های توصیفی پرداخته، و سپس با استفاده از روش تحلیل آماری، تحلیل واریانس تک متغیره، تجزیه و تحلیل استنباطی داده های پژوهش انجام شد.

در این پژوهش از پرسشنامه تاب آوری به همراه ویژگی های جمعیت شناختی استفاده شد.

ابزار مورد استفاده در پژوهش:

در این پژوهش از پرسشنامه تاب آوری کانر و دیویدسون (CD-RISC) استفاده شد که پرسشنامه تاب آوری به منظور اندازه گیری قدرت مقابله با فشار و تهدید تهیه شده است. کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) با مرور منابع پژوهشی (۱۹۷۹-۱۹۹۱) حوزه تاب آوری این ابزار را تهیه کردند و معتقدند که این ابزار می‌تواند افراد تاب آور را از غیر تاب آور جدا کند. محمدی (۱۳۸۴) آن را برای استفاده در ایران انطباق داده است. این پرسشنامه ۲۵ گویه

دارد و در مقیاس لیکرت بین صفر (کاملاً نادرست) و پنج (کاملاً درست) نمره گذاری می شود و دارای یک نمره کل است. در پژوهشی که توسط سامانی جوکار و صحراگرد (۱۳۸۶) انجام شده است پایایی مقیاس به کمک ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۸۷٪ به دست آمده است. محمدی (۱۳۸۴) با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ ضریب پایایی مقیاس را ۸۹٪ و روایی مقیاس را به روش همبستگی با نمره کل مقوله ضریب ها بین ۴۱ درصد تا ۶۴ درصد به دست آورد. جوکار (۱۳۸۶) نیز در پژوهشی در مورد ۵۷۷ دانش آموز دبیرستانی با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ همسانی ۹۳٪ را برای این مقیاس گزارش کردند، که بیانگر پایایی مطلوب به این مقیاس بود. در ضمن در تحقیق جوکار روایی با این پرسشنامه ۸۹٪ گزارش شد و با تحلیل عاملی مولفه های اصلی وجود یک عامل را در این مقیاس تایید کرد (به نقل از همایون نیا ۱۳۹۳)

یافته های پژوهش:

شاخص های توصیفی متغیرهای جمعیت شناختی پژوهش، به تفکیک گروه ها در جدول شماره ۱ شرح داده شد.

جدول شماره ۱

متغیر وابسته	گروه اصلی	مجرد	متاهل
--------------	-----------	------	-------

گروه بندی	فراوانی درصد	فراوانی درصد	درصد
سن	۱۵_۲۰ ۲۱_۲۵ ۲۶_۳۰ بالای ۳۱	۱۱ ۳۶ ۰ ۳	۵ ۲۷ ۱۲ ۶
تحصیلات	کارشناسی ارشد	۴۴ ۶	۴۲ ۸

جدول شماره ۲

متغیر های وابسته	گروه مجرد	گروه متاهل
تاب آوری	میانگین انحراف معیار	میانگین انحراف معیار
داده ها	۷۰/۸۰	۱۶/۸۷
	۰۶۱/۱۴	۱۶۲/۱۳

مندرجات جدول توصیفی میانگین و انحراف معیار متغیر وابسته به پژوهش به تفکیک گروه ها نشان میدهد . همانطور که مشاهده می شود میانگین و انحراف معیار تاب آوری بیانگر کسب نمره های بیشتر در مولفه ها توسط گروه متاهل می باشد. به منظور مشخص شدن تفاوت معنادار گروه ها از تحلیل واریانس تک متغیری استفاده شده است . پیش از تحلیل ، پیش فرض های یکسانی واریانس و نرمالیتی تایید شد.

جدول شماره ۳ (نتایج کلی تحلیل واریانس یک متغیره برای مقایسه گروه ها از لحاظ متغیر تاب آوری)

اندازه اثر	سطح معنا داری	مقدار F	میانگین مجذورات	درجه آزادی	مجموع مجذورات	گروه
۰.۲۰	۰.۰۰۱	۵.۶۲۵	۱۰۴۳.۲۹۰	۱	۱۰۴۳.۲۹۰	تاب آوری

همانطور که جدول ۳ نشان میدهد، آزمون تحلیل واریانس تک متغیره نشان میدهد بین دو گروه در مولفه تاب آوری تفاوت معنا دار وجود دارد ، ($P < 001\%$) . به عبارت دیگر میزان نمرات تاب آوری در گروه دانشجویان متأهل بطور معنا داری بیش از گروه دانشجویان مجرد می باشد .

نتیجه گیری

هدف از این مطالعه مقایسه تاب آوری در دانشجویان دختر مجرد و متأهل دانشگاه لرستان بود . نتایج پوهش نشان داد بین تاب آوری دانشجویان متأهل و مجرد تفاوت معنی داری وجود دارد ($P < 01\%$) . در نتیجه گیری کلی می تواند اینطور بیان کرد که ازدواج می تواند بسیاری از مشکلات روحی و روانی و اجتماعی افراد جامعه به خصوص قشر فرهیخته و دانشجویان را برطرف نماید و از طرفی با تغییر سبک زندگی می توان قابلیت های فردی و تاب آوری آنها را افزایش داد . در انتها پیشنهاداتی برای انجام تحقیقات کامل تر و همسو با این تحقیق ارائه می شود همچنین آموزش مهارتهای عملی حل مسئله و ایجاد زمینه های مناسب برای ازدواج جوانان می تواند زمینه ساز موفقیت های فردی و گروهی آنان شود.

طبق پژوهشی که فرامرزی ، خانی ، محمدی پویا (1394) انجام دادند یافته ها نشان داد که در کل بین بهداشت روانی دانشجویان دختر متأهل و مجرد تفاوت معناداری وجود دارد و در دانشجویان دختر متأهل در مقایسه با مجردها به میزان کمتری دچار اضطراب، افسردگی و اختلال در عملکرد اجتماعی می شوند. در پژوهشی که توسط لامعی و نصراله پور(1400) در بررسی تاثیر ازدواج بر سلامت روانی افراد از دیدگاه قرآن انجام شد، یافته ها ازدواج به دلیل نقشی که در بنانهادن نظام خانوادگی و تربیت نسل آینده دارد مهم ترین و اساسی ترین رابطه بشری و اصلی ترین منبع تامین سلامت روان توصیف شده است.

محدودیت های پژوهش:

هر مطالعه ای کاستی هایی دارد و پژوهش حاضر نیز فارغ از این قاعده نمیباشد، از جمله محدودیت های پژوهش می توان به جامعه و نمونه مورد مطالعه اشاره کرد. با توجه به اینکه در این پژوهش فقط گروه دختران دانشگاه لرستان مورد بررسی قرار گرفت، از نظر تعداد نمونه محدودیت وجود داشت. در صورتی که چنین پژوهشی در جامعه و نمونه های دیگر قابلیت تعمیم بیشتری خواهد داشت. محدودیت دیگر این است که به علت عدم سنجش عینی متغیرها (مبتنی بر خودسنجی)، نبود کنترل دیگر متغیرهای تاثیرگذار، طرح همبستگی و نامشخص بودن رابطه علی از محدودیت های پژوهش است.

پیشنهاد می شود در مطالعات آینده همزمان از چند روش آزمون دیگر (نظیر مصاحبه بالینی و آزمون عملی) در پژوهش های آتی استفاده شود.

تشکر و قدردانی: بدین وسیله مراتب سپاس و قدردانی خود را از تمام کسانی در این پژوهش کمک کردند به ویژه دانشجویان دانشگاه لرستان، اعلام میشود.

منابع

ابوالقاسمی، عباس؛ کیامرثی، آذر. (1385). بررسی رابطه آندروژنی و سلامت روانی با سازگاری زناشویی در زنان. مطالعات اجتماعی روان شناختی زنان، شماره 10، 55 - 66

انصاری فرد، مهین؛ کارشناس سلامت روان معاونت بهداشت دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز ۱۴۰۰

سوری حسین؛ حجازی الهه؛ سوری نژاد محسن. ۱۳۹۳ رابطه بین تاب آوری و بهزیستی روانشناختی نقش واسطه ای خوش بینی دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی. شماره ۵۵: ۱۵

کازرونی زند، بهناز؛ سپهری شاملو، زهره؛ میرزاییان بهار؛ ۱۳۹۳ بررسی ویژگی های روانسجی تاب آوری کودک و نوجوان. شماره ۳: ۲۱_۱۵

لامعی حسین؛ لامعی راحله؛ نصرالله پور محمد حسین. مقاله بررسی تاثیر ازدواج بر سلامت روحی و روانی از دیدگاه قرآن کریم. هشتمین همایش دانشجویی بررسی فرهنگ سلامت از منظر قرآن و حدیث 1400 -

اسدی، مصطفی (1386). نگاهی به اهداف و آثار ازدواج در قرآن. در تبیان: بازیابی در 1393/9/15

مهکام، رضا. (1389). تصویر ازدواج در رسانه ملی. مجله کتاب زنان. شماره 25. در: پایگاه اطلاع رسانی حوزه: بازیابی در 1393/9/15

محمدی پویا، فرامرزی، خانی سهراب، پویا؛ محمدی، سهراب؛ مقاله کنفرانس مقایسه بهداشت روانی دانشجویان دختر متأهل و مجرد. دومین همایش علمی پژوهشی علوم تربیتی و روانشناسی آسیب های اجتماعی و فرهنگی ایران - 1394

رضایی، مریم، و گلستانه، سیدموسی. (1392). بررسی ارتباط تاب آوری با نیازهای روانشناختی نوجوانان. کنگره سراسری روانشناسی کودک و نوجوان

سامانی سیامک، جوکار بهرام، صحراگرد نرگس. تاب آوری، سلامت روانی و رضایتمندی از زندگی. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران 1386؛ 13 (3): 290-295

مرادی، زینب؛ شفیق آبادی، عبدالله؛ سودانی، منصور. (1387). اثربخشی آموزش ارتباط مؤثر بر رضایت زناشویی در مادران دانش آموزان مقطع ابتدایی شهرستان خرم آباد. پژوهشنامه تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد، شماره 17.

صادق زاده، ص، هدایت، ف (1399) فراتحلیل رابطه هوش معنوی با تاب آوری. مجله پیشرفت های نوین در روانشناسی، علوم تربیتی و آموزش و پرورش، (3) 26. 74-63.

نیک آمال، م. شادمان فر، ن (1393) ارتباط هوش معنوی با تاب آوری روان شناختی در دانشجویان. فصلنامه تحقیقات روان شناختی، (6) 22. 14-1.

Manap, J.; Kassim, A.C.; Hoesni, S.; Nen, S.; Idris, F.; Ghazali, F. 2013. The Purpose of Social and Behavioral Sciences, 82, - Marriage Among Single Malaysian Youth. Procedia .116 - 112

Sinha, SP.; Makerjee, N. (1990). Marital adjustment and personal space orientation. The .639-Journal of Social Psychology, 130 (5), 633

Stebnicki, MA. 2008. Empathy fatigue: Healing the mind, body, and spirit of professional counselors. New York, NY: Springer Publishing Company, 28

Javadi Nejad, A., Heidari, A., Naderi, F., Bakhtiyar pour, S. & Haffezi, F.(2019) Effectiveness of spiritual intelligence in resilience and responsibility of students. In Journal : School Health.6(3).1-7

Connor.K.M.&Davidson, J.R.T (2003).Development of a new Resilience scale: The Connor- Davidson Resilience scale.Depression and Anxiety. 18.pp6-82