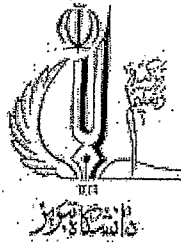


بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

١٢٥٦٨٤-٢-٦٨٦٥



دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

گروه روانشناسی

پایان نامه

جهت دریافت درجه کارشناسی ارشد در رشته روانشناسی بالینی

عنوان

بررسی نقش سازه شخصیتی سخت رویی در تعدیل
آثار سوء استرس بر عملکرد حافظه

استاد راهنما

دکتر عباس بخشی پور رودسری

استاد مشاور

دکتر تورج هاشمی نصرت آباد

پژوهشگر

۱۳۸۸/۸/۴

زهرا سریع القدم

تأیید هیأت مدیره علمی پردیس
توسعه مراکز

بهمن ۱۳۸۷

۱۲۵۶۸۴

تقدیر و سپاس

«یک ساعت تفکر و تأمل بهتر از هزار سال عبادت است»

شکر و سپاس خالق بی‌همتا را که در سایه عنایت و الطاف بی‌درینش توانستم گام دیگری در راه علم و تحقیق برداشته و این مسوئلت دشوار را با موفقیت به اتمام برسانم. بر خود لازم می‌دانم از کلیه اساتید، همکاران، دوستان و تمامی عزیزانی که در طول تحصیل و بخصوص انجام این پژوهش از راهنمایی، مساعدت و همدلی آنها بهره‌مند بوده‌ام سپاسگزاری کنم. از جناب آقای دکتر بخشی پور که به عنوان استاد راهنما هدایت این پژوهش را متقبل شدند. از جناب آقای دکتر شامی، استاد مشاور، این انسان والا که از هیچ‌کسی در این راه دریغ نکرده و با حمایت‌های بی‌دریغ خود سستی‌های راه را بر من هموار نمودند، شکر ویژه دارم. از آقای دکتر علی‌کو که زحمت داوری این پایان‌نامه را متقبل شدند و با راهنمایی‌های بی‌موقع خود در بهبود و اصلاح طرح، بنده یاری دادند. از آقای نادری زاهد نژاد، به عنوان همکار بنده در این پژوهش که در مراحل اجرایی بسیار یاری دادند و از احساس مسوئلت، تعهد و محبت ایشان در راستای اجرای طرح بسیار شکر می‌کنم. از خانمها استاد، اصل‌ذاکر، خسروی پور، زبردست و آقای شاپور احمدیان بخاطر کمک در جهت پیشبرد سیر تعمیر کار قدر دانی می‌کنم. نیز از کلیه دانشجویان دانشگاه تبریز در رشته‌های کتبداری، علوم تربیتی، روانشناسی، تربیت بدنی، مهندسی عمران، مهندسی مکانیک و مهندسی شیمی که به عنوان آزمودنی حاضر به همکاری شده و شرایط منفی و استرس آمیز آزمایش را با بزرگواری تحمل نمودند شکر می‌کنم. نیز از تمامی اساتید کرامت‌دور و کارکنان محترم دانشکده علوم تربیتی، همچنین پرسنل محترم مرکز جمعیت هلال احمر تبریز به خاطر زحماتی که در مدت انجام پژوهش متحمل شدند شکر می‌کنم. در آخر از خانواده عزیز خود به پاس دگر می‌ها و حمایت بی‌پایانشان قدر دانی می‌کنم.

زهراسبیح القدم

بهمن ۱۳۸۷

تقدیم

به انسان‌های سخت‌کوش...

چکیده

| | |
|---|--|
| نام خانوادگی دانشجو : سریع القدم | نام : زهرا |
| عنوان: بررسی نقش سازه شخصیتی سخت رویی در تعدیل آثار سوء استرس بر عملکرد حافظه | |
| استاد راهنما : دکتر عباس بخشی پور رودسری | استاد مشاور: دکتر تورج هاشمی نصرت آباد |
| درجه تحصیلی: کارشناسی ارشد | رشته: روانشناسی |
| محل تحصیل: دانشگاه تبریز | گرایش: بالینی |
| تاریخ فارغ التحصیلی: ۱۳۸۷/۱۱/۲۶ | دانشکده: علوم تربیتی و روانشناسی |
| | تعداد صفحات: ۱۲۴ |
| کلید واژه ها: استرس، سخت رویی، حافظه کاری | |
| <p>هدف کلی این تحقیق، تعیین اثرات عامل استرس زا بر عملکرد حافظه با توجه به اثرات تعدیلی سخت رویی بوده است. طرح از نوع شبه آزمایشی با پس آزمون و گروه کنترل می باشد و نمونه های پژوهش شامل ۶۰ نفر از دانشجویان دختر و پسر مقطع کارشناسی دانشگاه تبریز بوده که از طریق غربالگری بوسیله مقیاس زمینه یابی دیدگاه های شخصی انتخاب شدند؛ بطوریکه ۳۰ نفر از آنها حائز سخت رویی بالا و ۳۰ نفر دیگر نیز حائز سخت- رویی پایین بوده اند. هر کدام از این گروه ها نیز به دو گروه آزمایشی و کنترل تقسیم شده اند. بطوریکه با اعمال متغیر مستقل (استرس) و تعدیل کننده (سخت رویی) در نهایت ۴ گروه ایجاد شد: آزمایشی با سخت رویی بالا، آزمایشی با سخت رویی پایین، کنترل با سخت رویی بالا و کنترل با سخت رویی پایین، که از لحاظ نمره کلی و نمرات مربوط به هفت خرده مقیاس آزمون حافظه و کسلر (به عنوان متغیر وابسته) به هم مقایسه شدند. برای تحلیل یافته ها از آماره های توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار و استنباطی شامل تحلیل واریانس یک راهه برای آزمودن فرضیه ها و تحلیل واریانس چند متغیره به همراه آزمون های تعقیبی برای بررسی سؤالات پژوهشی با استفاده از نرم افزار آماری SPSS بهره برده شد.</p> <p>نتیجه تجزیه و تحلیل نشان داد که در مورد فرضیه اصلی، بین دو گروه آزمایشی با سخت رویی بالا و سخت رویی پایین به لحاظ نمره کلی حافظه تفاوت معناداری وجود ندارد. همچنین بین گروه آزمایشی و کنترل با سخت- رویی بالا از نظر نمره کلی حافظه تفاوت معناداری وجود ندارد که موافق فرضیه می باشد. نیز بین گروه آزمایشی و کنترل با سخت رویی پایین از نظر نمره کلی حافظه تفاوت معناداری وجود ندارد. از نظر خرده مقیاس ها نیز گروه ها از نظر نمره خرده مقیاس های تکرار ارقام و جهت یابی باهم تفاوت معنادار دارند.</p> | |

فهرست

فصل اول : کلیات پژوهش

| | |
|----|-----------------------------------|
| ۲ | ۱-۱ مقدمه |
| ۴ | ۲-۱ بیان مسئله |
| ۱۲ | ۳-۱ اهمیت و ضرورت پژوهش |
| ۱۵ | ۴-۱ اهداف پژوهش |
| ۱۷ | ۵-۱ فرضیه ها و سؤالات پژوهش |
| ۱۸ | ۶-۱ متغیرهای پژوهش |
| ۱۹ | ۷-۱ تعاریف مفهومی و عملیاتی |
| ۱۹ | ۱-۷-۱ استرس |
| ۱۹ | ۲-۷-۱ سخت رویی |
| ۲۰ | ۳-۷-۱ عملکرد حافظه |

فصل دوم : ادبیات پژوهش

| | |
|----|--------------------|
| ۲۲ | ۱-۲ استرس |
| ۳۷ | ۲-۲ سخت رویی |
| ۴۸ | ۳-۲ حافظه |

فصل سوم : روش پژوهش

| | |
|----|--|
| ۵۵ | ۱-۳ نوع طرح پژوهشی |
| ۵۵ | ۲-۳ جامعه آماری |
| ۵۶ | ۳-۳ نمونه آماری |
| ۵۶ | ۴-۳ شیوه نمونه گیری |
| ۵۷ | ۵-۳ ابزار های پژوهش |
| ۵۸ | ۱-۵-۳ مقیاس زمینه یابی دیدگاه های شخصی |
| ۶۲ | ۲-۵-۳ مقیاس حافظه وکسلر |
| ۶۵ | ۳-۵-۳ ابزار ارائه امواج صوتی مزاحم |
| ۶۷ | ۶-۳ روش اجرای پژوهش |
| ۶۸ | ۷-۳ روش تجزیه و تحلیل آماری |

فصل چهارم : نتایج

- ۱-۴ آماره های توصیفی مربوط به ویژگیهای جمعیت شناختی ۷۰
- ۲-۴ آماره های توصیفی مربوط به نمرات کلی حافظه گروه ها ۷۱
- ۳-۴ بررسی فرضیه اول ۷۲
- ۴-۴ بررسی فرضیه دوم ۷۴
- ۵-۴ بررسی فرضیه سوم ۷۶
- ۶-۴ آماره های توصیفی مربوط به نمرات خرده مقیاس ها ۷۸
- ۷-۴ بررسی سؤالات پژوهشی ۸۰

فصل پنجم : بحث و بررسی

- ۱-۵ بحث و نتیجه گیری ۸۷
- ۲-۵ محدودیت های پژوهش ۹۴
- ۳-۵ پیشنهادات پژوهشی ۹۴
- منابع فارسی و انگلیسی ۹۶
- پیوست ۱۰۷
- چکیده انگلیسی ۱۱۵

فهرست جداول

| عنوان | صفحه |
|--|------|
| جدول ۱-۴ توزیع فراوانی و درصد فراوانی متغیرهای جمعیت شناختی بر اساس گروه | ۷۰ |
| جدول ۲-۴ آماره های توصیفی نمرات کلی حافظه گروه ها | ۷۱ |
| جدول ۳-۴ آزمون لون در تحلیل واریانس یکراه جهت بررسی همگنی واریانس ها (فرضیه ۱) | ۷۲ |
| جدول ۴-۴ تحلیل واریانس یکراه برای مقایسه نمره کلی حافظه گروههای آزمایشی | ۷۳ |
| جدول ۵-۴ آزمون لون در تحلیل واریانس یکراه جهت بررسی همگنی واریانس ها (فرضیه ۲) | ۷۴ |
| جدول ۶-۴ تحلیل واریانس یکراه برای مقایسه نمره کلی حافظه گروه آزمایشی و کنترل سخت رو | ۷۵ |
| جدول ۷-۴ آزمون لون در تحلیل واریانس یکراه جهت بررسی همگنی واریانس ها (فرضیه ۳) | ۷۶ |
| جدول ۸-۴ تحلیل واریانس یکراه برای مقایسه نمره کلی حافظه گروه آزمایشی و کنترل غیرسخت رو | ۷۷ |
| جدول ۹-۴ داده های توصیفی مربوط به نمرات خرده مقیاسهای گروه ها | ۷۸ |
| جدول ۱۰-۴ آزمون باکس جهت بررسی برابری ماتریس کوواریانس ها | ۸۱ |
| جدول ۱۱-۴ تحلیل واریانس چندمتغیره جهت بررسی تفاوت بین گروهی از نظر نمرات خرده مقیاسها | ۸۲ |
| جدول ۱۲-۴ بررسی اثرات بین آزمودنیها از نظر خرده مقیاسها | ۸۳ |
| جدول ۱۳-۴ نتایج آزمون تعقیبی LSD در مقایسه های چندگانه | ۸۴ |

فصل اول

کلیات پژوهش

۱-۱- مقدمه

با توجه به تعارض موجود میان تمایلات ما و واقعیات محیطی، فشار روانی در زندگی انسان امری اجتناب ناپذیر است. فشار روانی گاهی مفید است ولی اگر از حد تجاوز کند برای سلامتی انسان مشکلات جدی به بار می آورد. به همین دلیل انسانها از مدتها پیش به دنبال این بوده اند که بفهمند چه عواملی باعث فشار روانی می شود، کنترل مناسب فشار روانی منوط به چه عواملی است و چه عواملی در حفظ سبک سالم زندگی مهمند. دیدگاه معاصر در باب سلامتی و بیماری اینست که بدن و ذهن همانگونه که اطبای قدیم می پنداشتند، تأثیر زیادی بر سلامتی دارند. در واقع ترکیبی از عوامل زیست شناختی، روانشناختی و اجتماعی علت سلامتی و بیماری هستند.

بر اساس آمار آکادمی پزشکان خانواده امریکا (پاول و انرایت، ۱۹۹۵) امروزه دو سوم از مراجعات مردم به پزشکان خانواده به دلیل نشانه های مرتبط با فشار روانی است؛ نیز فشار روانی یکی از عوامل مهم دخیل در بیماری قلبی، سرطان، مشکلات ریوی، محرومیت های ناشی از سوانح، سیروز کبدی و خودکشی است که شش مورد از مهمترین علل مرگ و میر مردم امریکا محسوب می شوند (همان منبع). فشار روانی نشان عصر ماست. به هر سو که می نگریم انسان هایی را می بینیم که با پرداختن به ورزش و رعایت رژیم غذایی، سعی دارند تا تأثیرات تنشهای شدید زندگی را کنترل کنند.

کلمه فشار روانی از لغت "stress" در علم فیزیک برگرفته شده است. با این فرض که انسانها مشابه اشیائی مثل فلزات بوده و در برابر نیروهای متوسط بیرونی مقاومت می کنند ولی وقتی نیروها از حد خاصی فراتر می روند، انعطاف پذیری انسانها از بین می روند. انسان بر خلاف فلزات می تواند به تفکر و استدلال پردازد. از آنجائی که انسانها در معرض هزاران موقعیت اجتماعی و محیطی متفاوت قرار می گیرند، تعریف فشار روانی در علم روانشناسی از تعریف فشار در علم فیزیک مشکلتر می شود (هوبفول^۱، ۱۹۸۹). بنابراین فشار روانی در روانشناسی، پاسخ شخص به عوامل فشارزا و شرایط و وقایع تهدید کننده ای است که توان کنار آمدن او را محدود می کنند. منشأ فشار روانی می تواند عوامل شخصیتی، محیطی یا عوامل اجتماعی- فرهنگی باشد، و با وجود مضرات عدیده ای که فشار روانی در پی دارد، آیا برخی از خصوصیات شخصیتی وجود دارند تا به افراد کمک کنند با فشار روانی بهتر کنار آمده و در برابر بیماریها کمتر آسیب پذیر باشند؟ جواب این سؤال مثبت است. سه بعد به لحاظ رابطه ای که با فشار روانی دارند در این حیطه مورد بررسی قرار گرفته اند که شامل الگوهای رفتاری نوع الف و ب، استقامت روانی^۲ (سخت رویی^۳ و تاب آوری^۴) و کنترل شخصی هستند که در این پژوهش بطور اختصاصی به بررسی نقش سخت رویی در تعدیل آثار سوء فشار روانی پرداخته خواهد شد.

1. Hobfoll

2. psychological resistance

3. hardiness

4. resilience

۱-۲- بیان مسئله

امروزه محققان نقش استرس را به عنوان عاملی در برانگیختگی فیزیولوژیک مکرر و طولانی که به بروز بیماریها منجر می شود تأیید می کنند (فریدمن و بوت- کولی، ۱۹۸۷). نیز رابطه میان رویدادهای استرس آمیز زندگی و سلامت جسمی و روانشناختی افراد بارها به اثبات رسیده است (تئورل و راهه، ۱۹۷۱). استرس، فشار یا تنش فیزیکی، روانی یا هیجانی است که بر اثر الزامات و مطالبات محیطی، موقعیتی یا فردی ایجاد می شود (فیلیپ رایس، ۲۰۰۳). واکنش افراد به استرس متفاوت است. سطح تحمل ناکامی در عده ای بسیار بالا و در برخی دیگر بسیار پایین است. میزان تحمل تا حدودی به ترکیب ژنتیکی و تجارب گذشته فرد (پدیده شرطی شدن) وابسته است.

استرس با فشار خون بالا، برخی از بیماریهای قلبی (برودسکی و آلن، ۱۹۸۸؛ رویین، ۱۹۸۸)، سردردهای میگرنی، مشکلات تنفسی نظیر آسم، اختلالات معدی-روده ای مانند زخم پپتیک، آرتریت روماتوئید، اختلالات پوستی از جمله اگزما و درماتیت مرتبط است. نیز استرس می تواند در کرامپهای عضلانی، دردهای پشت و مشکلات قاندهگی نقش داشته باشد؛ علاوه بر آن سطح تستوسترون را در مردان سالمندتر کاهش می دهد (اوتن ولر، تپ، کریتون و نلسون؛ ۱۹۸۸). استرس بدلیل تضعیف سیستم ایمنی بدن، شخص را بیشتر در معرض بیماری قرار می دهد (استون، ۱۹۸۷). حتی میزان بروز سرطان نیز در افرادی که تحت استرس بیش از حد تحمل خود هستند بیشتر است (اسمیت، ۱۹۸۸). استرس

میتواند مانع کارکرد روانشناختی فرد نیز شود. افسردگی (کروز، ۱۹۸۶)، اختلال هراس (رابرتس، ۱۹۸۸)، پارانوئیا، پرخاشگری، احساس گناه رنج آور و بی خوابی، اغلب در واکنشهای استرس پس آسیبی^۱ دیده می شود.

از جمله آثار سوء خاص استرس، تأثیر مخرب آن بر سیستم شناختی و کارکردهای آن می باشد. مندلر (۱۹۷۹) از جمله نخستین روانشناسان شناختی بود که در مورد تأثیرات این چینی نظریه پردازی کرد و آنها را به محدودیت های منابع شناختی و پارازیت های استرس زاد در سیستم شناختی نسبت داد. طیفی از شرایط استرس آمیز به انحاء مختلف بر حافظه اثر می گذارند که معمولاً (و نه همیشه) این آثار منفی اند. بسیاری از تئوریهای مربوط به استرس پیش بینی می کنند که تحت شرایط استرس آمیز، توجه فرد محدودتر و دید او متمرکزتر می شود (فرانک ریتز، ۱۹۹۹). ادبیات پژوهش حاکی از اینست که بخشهایی از حافظه کاری^۲ تحت استرس آسیب می بیند. هر چند مکانیسم های پشت پرده این پدیده چندان شناخته شده نیست ولی به نظر می رسد که مراحل کد گذاری^۳ و نگهداری^۴ حافظه، تحت استرس بیشتر متأثر می شوند. برخی از پژوهشگران به این نتیجه رسیده اند که این امر نشان دهنده کاهش ظرفیت منبع است. به احتمال زیاد اضطراب از جمله متداول ترین شرایط استرس آمیزی است که پژوهشگران حوزه حافظه به بررسی عملکرد آن تحت اضطراب پرداخته اند (آیزنک، ۱۹۷۹؛

^۱. Post Traumatic Stress Disorder

^۲. working memory(wm)

^۳. encoding

^۴. maintenance

آیزنک، ۱۹۸۵؛ واشتل، ۱۹۶۸). اثرات منفی این استرسور بر حافظه کاری بخصوص حین انجام تکالیف محاسباتی و ریاضی بخوبی ثابت شده است (آشکرافت، ۲۰۰۲؛ آشکرافت و کیرک، ۲۰۰۱؛ آیزنک، ۱۹۹۲ و آیزنک، ۱۹۹۷). آشکرافت و کیرک (۲۰۰۱) گزارش کرده اند که افراد مضطرب در جنبه های مختلف فرایند محاسبه، تمایل به عملکرد آهسته و تعمق بیشتر دارند؛ به نظر می رسد که این افراد مشکلات خاصی در عمل «انتقال دادن»^۱ دارند.

به نظر می رسد که عوامل متعددی در محیط فیزیکی یا طبیعی وجود دارند که پیوسته در بالا بردن سطوح استرس مؤثرند. از جمله این عوامل سر و صدا^۲ می باشد که باعث تحریک سیستم عصبی خودمختار شده و موجب اختلال در فرایندهای شناختی چون حافظه، یادآوری و افزایش خطا در عملکرد یادگیری می گردد (اسمیت^۳ و همکارانش، ۱۹۸۱؛ کوهن و لداک^۴، ۱۹۷۷؛ استیونس^۵، ۱۹۷۲ و پرودبنت^۶، ۱۹۵۷). گومز، مارتینو، پاپ منتا و کاستلو-برانکو (۱۹۹۹) نیز تأثیر معنادار سر و صدای تنش زا را بر حافظه کلامی فوری نشان دادند. می یاک و شه^۷ (۱۹۹۹) مشاهده کردند که هیجان استرس و بخصوص اضطراب عوامل عمده تعدیل کننده ظرفیت WM می باشند. هر چند که پس از بررسی پیشینه پژوهشها به این نتیجه رسیدند که در این زمینه داده های عملی کافی وجود ندارد و

1. carry over

2. noise

3. Smith

4. Lezak

5. Stevens

6. Broadbent

7. Myake & Shah

پژوهش‌های بیشتر به منظور تشخیص این که چه جنبه‌هایی از WIM تحت تأثیر عوامل هیجانی است، مورد نیاز می‌باشد. شواهد بسیاری حاکی از اینست که عمدتاً استرس ناشی از موقعیت‌های اضطرابی موجب تمرکز فرد بر اینجا و اکنون شده و همزمان با آن موجب آسیب بالقوه به عملکرد پیش‌گستر و پس‌گستر حافظه می‌شود که این نتایج با فرضیه «باریک شدن حافظه» هماهنگ است.

متیوس (۱۹۹۶) در جواب به این پرسش که: چرا ظرفیت WIM تحت تأثیر استرس کاهش می‌یابد؟ اینگونه استدلال می‌کند که نگرانیها، تنش‌های جزئی روزمره و افکار مزاحم که گرایش به اشغال فضای بیشتری در WIM دارند در انجام تکالیف شناختی ابتدایی چون محاسبات ریاضی، فضای در دسترس WIM افراد با اضطراب بالا را نسبت به افرادی که اضطراب کمتری دارند بیشتر محدود می‌کند (داک و استبر، ۲۰۰۱). برخی از شواهد نیز بیانگر این است که رویداد استرس آمیز به خودی خود میتواند افکار مزاحم درنگیده ایجاد کند ولی در حال حاضر داده‌های اندکی از فرضیه اندیشناکیهای^۱ متیوس حمایت می‌کنند.

اما از طرفی تغییر شرایط زندگی به عنوان یک رویداد استرس‌زا معمولاً بطور بالقوه با فرصت برای داشتن یک زندگی بهتر همخوان است (کوباسا^۲، ۱۹۷۹). فردی که در جامعه مدرن زندگی می‌کند با اجتناب از بسیاری از تغییرات استرس‌زای زندگی ممکن است فرصت داشتن یک زندگی بارورتر را

^۱. Worries Theory

^۲. Kobasa

از دست بدهد (همان منبع). بنابراین با وجود تمام اثرات منفی مذکور در باب استرس، توصیه صرف به اجتناب از استرس در بسیاری از موقعیت ها ممکن است به رکود زندگی فرد منجر شود. در عین حال در مطالعاتی که ارتباط بین استرس و بیماریها را بررسی کرده اند دامنه همبستگی ها بسیار گسترده بوده است (کوباسا، ۱۹۷۹). چنین دامنه گسترده در این همبستگی ها، بر وجود متغیرهای تعدیل کننده و تفاوت های فردی در ارتباط بین استرس و بیماری (و یا هر گونه آسیب روانشناختی) دلالت می کند. به عبارتی دیگر، افرادی وجود دارند که با وجود قرار گرفتن در شرایط استرس زا دچار آسیب نمیشوند. حال سؤال اینجاست که چه متغیرهایی در این ارتباط نقش تعدیل کننده دارند؟

کوباسا (۱۹۷۹) از نخستین محققانی بود که در میان متغیرهای تعدیل کننده ارتباط بین استرس و بیماری ویژگیهای شخصیتی را مورد توجه قرار داد. وی در اولین مطالعه خود، این فرضیه را بررسی کرد که اشخاصی که درجه بالایی از استرس را بدون بیماری تجربه می کنند، ساختار شخصیتی متفاوتی نسبت به افرادی که در شرایط استرس زا بیمار می شوند، دارند. کوباسا (۱۹۷۹) در این مطالعه نشان داد که این تمایز شخصیتی در ساختاری بنام سخت رویی منعکس است. وی با استفاده از تئوریهای وجودی به ویژه اندیشه های کیرکگارد در شخصیت، سخت رویی را ترکیبی از باورها در مورد خویشتن و جهان تعریف می کند که از سه مؤلفه تعهد^۱، کنترل و چالش طلبی^۲ تشکیل شده

^۱. Commitment

^۲. Challenge

است (کوباسا، ۱۹۸۸). شخصی که از تعهد بالایی برخوردار است به اهمیت، ارزش و معنای اینکه چه کسی هست و چه فعالیت‌هایی انجام می دهد باور دارد و قادر است برای زندگی خود معنایی بیابد. این اشخاص با بسیاری از جنبه های زندگی خود از جمله شغل، خانواده و روابط بین فردی درآمیخته میشوند. افرادی که در بعد کنترل قوی هستند، وقایع زندگی را قابل پیش بینی و کنترل می دانند؛ از اینرو برای حل مشکلات به تلاش و مسئولیت خود بیش از اعمال یا اشتباهات دیگران تأکید می کنند. چالش طلبی نیز باور به این امر است که تغییر جنبه طبیعی زندگی است. این افراد موقعیت های مثبت و منفی نیازمند سازگاری را به عنوان فرصتی برای یادگیری و رشد در نظر می گیرند تا تهدیدی علیه آرامش و امنیت خود. چنین باوری، انعطاف پذیری شناختی و قدرت تحمل رویدادهای مبهم و ناراحت کننده زندگی را به همراه دارد (کوباسا، ۱۹۸۸ و مدی^۱، ۱۹۹۰). کوباسا و همکارانش (۱۹۸۱) اظهار می دارند که انعطاف پذیری روانشناختی افراد سخت رو صرفاً از تأثیر انفرادی این مؤلفه ها سرچشمه نمی گیرد بلکه ناشی از شیوه مقابله ای خاصی است که با ترکیب پویای این سه مؤلفه همخوان است (پارکر و رندال، ۱۹۸۸). مدی (۱۹۸۰) دو سبک مقابله ای را برای موقعیت های استرس زا پیشنهاد داده است. مقابله انتقالی^۲ یا تبدیلی که عبارتست از تلاش برای تغییر و تبدیل موقعیت استرس زا به فرصتی برای رشد شخصی و کسب منافع اجتماعی؛ و مقابله واپس رونده^۳ که اشاره دارد

^۱. Maddy

^۲. Transformational

^۳. Regressive

به تلاش برای انکار، اجتناب یا گریز از موقعیت استرس زا (جتتری و کوباسا، ۱۹۸۵، ص ۱۰۵). کوباسا و دیگران (۱۹۸۴) پیشنهاد می کنند که افراد سخت روتر بیشتر، از راهبردهای مقابله ای تبدیلی و افراد کمتر سخت رو، متمایل به استفاده از سبکهای مقابله ای واپس رو می باشند.

از این روست که انتظار می رود سخت رویی به عنوان حائلی معنادار در برابر استرس عمل کند (کوباسا، مدی و کان، ۱۹۸۲؛ کونتردا، ۱۹۸۹؛ بارتون، ۱۹۸۹؛ روت و دیگران، ۱۹۸۹؛ ویب، ۱۹۹۱). در آزمودنی های نظامی، سخت رویی به عنوان عامل تغدیل کننده قابل توجهی در مواجهه با استرس جنگ در سربازان جنگ خلیج فارس شناخته شده است (بارتون، ۱۹۹۳، ۱۹۹۹). سخت رویی قویترین و هماهنگ ترین متغیر پیش بینی کننده ارتقاء درجه نظامی در بین افسران ارتش است؛ لذا به نظر میرسد که سخت رویی تسهیل کننده سازگاری و عملکرد در زندگی استرس آمیز نظامیان ارتش است. مطالعات متعددی مزایای آشکار ساختار شخصیتی سخت رویی و رابطه آن با کاهش استرس از طریق تقویت سیستم ایمنی (افزایش پاسخهای ایمنی) را نشان داده اند (درئر^۱، ۱۹۹۵؛ کمنی و لودن اسلگر، ۱۹۹۹). پرستاران سخت رو به احتمال زیاد سطوحی از کنترل بر موقعیت استرس زا و احساس تعهد نسبت به کار خود دارند؛ لذا در مواجهه با استرس نسبت به همتایان غیر سخت روی خود همچنان از سلامتی برخوردارند (لاراب و دیگران، ۲۰۰۳). در مطالعه ای که بر روی افراد سالمند ۶۵ تا ۸۰ ساله صورت گرفته شارپلی و یاردلی (۱۹۹۹) دریافتند افرادی که نمرات بالایی در آزمون سخت

^۱.Dreher

رویی شناختی بدست آورده اند، در انتهای مثبت پیوستار افسردگی - شادمانی قرار دارند. بنابراین از آنجائی که صفت سخت رویی بر نحوه برداشت افراد از موقعیت ها مؤثر است (رودوالد و آگوست دوتیر^۱، ۱۹۸۴؛ بنکس و گنون، ۱۹۸۸؛ رودوالد و زون، ۱۹۸۸؛ پگینا، ۱۹۹۰؛ ویب، ۱۹۹۱)؛ لذا ساخترویی شناختی خاصیت پیش بینی کنندگی بالایی در مورد وضعیت افسردگی / شادمانی افراد دارد. افراد سخت رو رویدادهای خوشایند بیشتری گزارش کرده و کنترل بیشتری بر آنها ادراک می کنند. شافر و مک کنا (۱۹۹۱) در مطالعه ای که بر روی ۲۱۹ مدیر انجام دادند، دریافتند که سخت رویی با ادراک انرژی جسمانی بالا مرتبط است. مدی و دیگران (۲۰۰۲) نشان دادند که سخت رویی و سه مؤلفه آن با سلامت روان بیشتر مرتبط است.

شواهد فوق همگی از این ایده که صفت سخت رویی در خنثی سازی و تعدیل آثار منفی استرس نقش مؤثری دارد حمایت می کنند ولی از آنجائی که در باب نقش تعدیل گر سخت رویی در اثرات استرس بر کارکردهای شناختی داده های پژوهشی اندک یا متناقضی وجود دارد؛ لذا در این پژوهش سعی شده است تا بر تعارضات نتایج پژوهش های صورت گرفته در این مورد تکیه شده و به آشکارسازی نکات مبهم این مفروضه پرداخته شود.

از این رو مهمترین مسئله در پژوهش حاضر این بوده است که آیا سازه شخصیتی سخت رویی در تعدیل آثار منفی استرس بر کنش های شناختی بخصوص حافظه مؤثر است یا نه؟

¹.Agustsdottir

۱-۳- اهمیت و ضرورت پژوهش

هر چند مردم در سرتاسر تاریخ فشار روانی را تجربه کرده اند ولی شواهد موجود حاکی از اینست که مشکلات ناشی از فشار روانی در طی این قرن خصوصاً در کشورهای بسیار پیشرفته افزایش یافته است که علت آن عمدتاً بالا رفتن آهنگ زندگی است (پاول و انرایت، ۱۹۹۵). از آنجائیکه گذشته از بحرانها حتی تغییرات کوچک روزمره نیز استرس زا می باشند، می توان ادعا داشت که استرس امریست اجتناب ناپذیر که موجب افت عملکرد جسمانی، روانشناختی و بخصوص کارکردهای شناختی فرد می شود که در این پژوهش بطور خاص به این پدیده پرداخته خواهد شد.

از نظر لازاروس^۱ واکنش ارگانیزم به استرس بستگی به این دارد که او اهمیت یک رویداد آسیب زا، تهدید کننده یا چالش برانگیز را (آگاهانه یا نا آگاهانه) چگونه ارزیابی می کند (لازاروس، ۱۹۷۱). مفهوم سخت رویی به دلیل داشتن کارکردهایی چون ضربه گیری در برابر استرس (کوباسا، ۱۹۷۹؛ مدی، کان و مدی، ۱۹۹۸؛ ویب، ۱۹۹۱) و بهبود بخشی عملکرد (آتلا، ۱۹۹۹؛ خوشابا و مدی، ۱۹۹۹؛ وستمن، ۱۹۹۰) با مؤلفه های استقامت روانی ارتباط می یابد (کلاف^۲ و دیگران، ۲۰۰۲). چنین فرض شده که سخت رویی احتمال ابتلا به بیماری های جسمی مرتبط با استرس، نیز بیماریهای روانی، افت عملکرد و افت روحیه را کاهش می دهد، چرا که افراد سخت رو تمایل دارند تا

^۱. Lazarus

^۲. Clough