

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ



دانشگاه تبریز
دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی
گروه علوم تربیتی
رشته روانشناسی تربیتی

پایان نامه کارشناسی ارشد رشته روانشناسی تربیتی

نقش هیجانات مثبت و منفی ، خوش بینی و بد بینی و سبکهای
پردازش اطلاعات در سازگاری روانشناختی دانشجویان

استاد راهنما
دکتر منصور بیرامی

استاد مشاور
دکتر تورج هاشمی

پژوهشگر
شیرین دانشفر

بهمن ۸۹

آسمان را طلب کن – همه از آن توست.

تقدیم به همسر

اکنون که به لطف و یاری پروردگارم این تحقیق به انجام رسیده ، ملزم می دانم مراتب سپاس و قدر دانی خود را نثار محضر اساتید محترم نمایم که با راهنمایی های خود مرا در لحظه لحظه این پژوهش یاری نموده اند . از جناب آقای دکتر منصور بیرامی در مقام استاد راهنما و از جناب آقای دکتر تورج هاشمی در مقام استاد مشاور ، که بی تردید بدون هدایت صادقانه این بزرگان ، تحقیق حاضر به انجام نمی رسید سپاسگزارم ، و توفیق روز افزون ایشان را از درگاه ایزد منان مسئلت می نمایم .

با سپاس و تشکر فراوان از استاد محترم جناب آقای دکتر اسکندر فتحی آذر که قبول زحمت فرموده و داوری این پایان نامه را عهده دار گردیدند .

همچنین مراتب سپاس و قدر دانی خود را خدمت اساتید محترم گروه که در طول مدت تحصیل افتخار آموختن در محضرشان را داشتم ، تقدیم می دارم .

نام خانوادگی : د ا نشفر	نام : شیرین
عنوان پایان نامه : نقش هیجانات مثبت و منفی ، خوش بینی و بدبینی و سبک های پردازش اطلاعات در سازگاری روانشناختی دانشجویان.	
استاد راهنما : دکتر منصور بیرامی	استاد مشاور : دکتر تورج هاشمی
مقطع تحصیلی : کارشناسی ارشد	رشته : روانشناسی
دانشگاه : تبریز	گرایش : روانشناسی تربیتی
تاریخ فارغ التحصیلی : بهمن ۸۹	دانشگاه : روانشناسی و علوم تربیتی
	تعداد صفحات : ۸۸
واژگان کلیدی : سازگاری روانشناختی ، هیجانات مثبت و منفی ، خوش بینی و بدبینی ، سبک های پردازش اطلاعات .	
<p>چکیده :</p> <p>در راستای تعیین نقش هیجانات مثبت و منفی ، خوش بینی و بدبینی و سبک های پردازش اطلاعات در تغییرات سازگاری روانشناختی دانشجویان دانشگاه تبریز تعداد ۴۰۰ نفر از دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه تبریز به شیوه خوشه ای چند مرحله ای انتخاب و با استفاده از مقیاس صفت فرا خلقی (TMMS) ، آزمون گرایش به زندگی (LOT_R) ، مقیاس شخصیتی کالیفرنیا (CPT) و سیاهه سبک های پردازش (PMPI) متغیرهای مورد مطالعه اندازه گیری شد . جهت تحلیل داده ها از روش تحلیل رگرسیون چند گانه و آزمون معنی داری ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد . تحلیل داده ها نشان داد از بین متغیرهای پیش بین ، به ترتیب اولویت خوش بینی ، هیجانات مثبت ، سبک عقلانی و سبک تجربی پردازش اطلاعات توانستند تغییرات سازگاری روانشناختی را به طور معنی داری ($P < 0/1$) پیش بینی کنند . از سویی یافته ها حاکی از آن بود که بین متغیرهای پیش بین (هیجانات مثبت و منفی ، خوش بینی و بدبینی ، و سبک های عقلانی ، تجربی) و سازگاری روانشناختی رابطه معنی دار وجود دارد . مبتنی بر این یافته می توان نتیجه گرفت که سازگاری روانشناختی دانشجویان به طور چشمگیر از ابعاد هیجانی ، اسنادی و شناختی آنها تاثیر پذیر است و این مولفه ها قادرند روند سازگاری روانشناختی آنها را تحت الشعاع قرار دهند.</p>	

فهرست

صفحه	عنوان
	چکیده
	فهرست مطالب
	فهرست جداول

فصل اول: کلیات پژوهش

۱	مقدمه
۲	بیان مسئله
۶	ضرورت و اهمیت تحقیق
۷	اهداف تحقیق
۷	هدف کلی
۷	اهداف فرعی
۸	فرضیه های تحقیق
۸	متغیرهای تحقیق
۸	تعریف مفهومی متغیرها
۸	الف (هیجان
۹	ب (خوش بینی
۹	ج (بدبینی
۹	د (سازگاری روانشناختی
۹	ز (سبکهای پردازش اطلاعات
۹	تعریف عملیاتی متغیرها

فصل دوم: پیشینه نظری و پژوهشی

۱۱	سازگاری روانشناختی
۱۱	تعریف سازگاری
۱۲	خصوصیات انسان سازگار یافته
۱۴	عوامل موثر بر سازگاری
۱۵	سازگاری از دیدگاه ها و مکاتب روانشناسی
۲۰	هیجان
۲۰	طبقه بندی هیجانها
۲۱	هیجان های مثبت
۲۲	عاطفه مثبت و منفی
۲۳	کارکرد هیجانها
۲۴	تاثیر هیجانان بر رفتار

۲۸.....	هیجان و فعالیت‌های شناختی
۲۹.....	پاسخ‌های هیجانی و سازگاری شناختی
۳۳.....	بنیادهای هیجانات مثبت
۳۳.....	صفات شخصیتی و هیجانات مثبت
۳۵.....	هیجانات منفی و بیماریها
۳۶.....	خوش بینی و بدبینی
۳۶.....	خوش بینی - بدبینی و سازگاری
۳۷.....	سبک خوش بینی و بدبینی تبیینی
۳۹.....	خوش بینی - بدبینی و احساس کفایت
۴۰.....	رشد خوش بینی و بدبینی
۴۱.....	عصب زیست‌شناسی بدبینی
۴۲.....	عصب زیست‌شناسی رفتار هدفمند خوش بینانه
۴۲.....	عصب زیست‌شناسی تمایل اجتماعی خوش بینانه
۴۴.....	سبک‌های پردازش اطلاعات
۴۴.....	خاستگاه سبک‌های پردازش اطلاعات
۴۶.....	تعاریف سبک‌های شناختی و پردازش اطلاعات
۴۷.....	طبقه بندی سبک‌های شناختی و پردازش اطلاعات
۴۷.....	سبک‌های شناختی وابسته به زمینه - ناوابسته به زمینه
۵۱.....	سبک‌های شناختی و پردازشی تکانشی - تاملی
۵۳.....	سبک‌های پردازش اطلاعات از دیدگاه برنز و دزوریلا
۵۶.....	پیشینه پژوهشی

فصل سوم : روش تحقیق

۵۸.....	مقدمه
۵۸.....	نوع تحقیق
۵۸.....	جامعه آماری
۵۸.....	حجم نمونه و روش نمونه‌گیری
۵۸.....	ابزار پژوهش
۵۹.....	مشخصات ابزارهای استفاده شده
۵۹.....	الف) پرسشنامه هیجانات مثبت و منفی TMMS
۵۹.....	ب) پرسشنامه خوش بینی - بدبینی LOT-R
۶۰.....	ج) پرسشنامه شخصیتی کالیفرنیا CPT
۶۰.....	پایایی و روایی آزمون CPT
۶۲.....	د) پرسشنامه سبک‌های پردازش اطلاعات PMPI
۶۲.....	روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

فصل چهارم : تجزیه و تحلیل داده ها

۶۳.....	الف) شاخص های توصیفی متغیرهای مورد مطالعه
۶۴.....	ب) بخش استنباطی
۶۴.....	بررسی فرضیه اول
۶۵.....	بررسی فرضیه دوم
۶۷.....	بررسی فرضیه سوم
۶۸.....	بررسی فرضیه چهارم
۶۸.....	بررسی فرضیه پنجم
۶۸.....	بررسی فرضیه ششم
۶۸.....	بررسی فرضیه هفتم
۶۹.....	بررسی فرضیه هشتم
۶۹.....	بررسی فرضیه نهم

فصل پنجم : بحث و نتیجه گیری

۷۰.....	بحث و نتیجه گیری
۷۴.....	محدودیت‌های پژوهش
۷۴.....	پیشنهادات پژوهش
۷۵.....	منابع فارسی
۷۷.....	منابع انگلیسی

پیوستها

- ۱- پرسشنامه صفت فرا خلقی TMMS
- ۲- پرسشنامه گرایش به زندگی LOT-R
- ۳- پرسشنامه شخصیتی کالیفرنیا CPT
- ۴- پرسشنامه سبکهای پردازش اطلاعات PMPI

فهرست جداول

عنوان	صفحه
جدول ۱-۲ : ویژگی های افراد وابسته به زمینه - ناوابسته به زمینه	۴۹
جدول ۱-۴ : شاخص های مرکزی و پراکندگی متغیر های مورد مطالعه	۶۳
جدول ۲-۴ : تحلیل رگرسیون نمرات سازگاری روانشناختی بر اساس متغیرهای پیش بین	۶۴
جدول ۳-۴ : تحلیل ضرایب تعیین اثرات متغیرهای پیش بین	۶۴
جدول ۴-۴ : تحلیل رگرسیون تغییرات سازگاری روانشناختی بر اساس متغیرهای پیش بین	۶۵
جدول ۵-۴ : تحلیل ضرایب تعیین اثرات متغیرهای پیش بین در معادله رگرسیون	۶۶
جدول ۶-۴ : ماتریس همبستگی متغیرهای مورد مطالعه	۶۷

مقدمه

زندگی دانشجویی دوره ای پر چالش و توام با تغییرات متنوع در عرصه های فکری ، رفتاری و عاطفی بوده و اثرات پایداری در روندهای آتی زندگی افراد بر جای می گذارد . در این دوره زندگی ، تجارب اصیل و نوشونده که تقاضاهای منحصر به فرد برای دانشجویان به ارمغان می آورد ، پویا و سیر تحولی آدمی را تحت الشعاع قرارداده و سازگاری با فرایندهای همراه آن به راهبردهای مقابله ای هوشمندانه و پایدار نیازمند است . از این رو ، توام شدن فعالیت های تحصیلی و علمی دانشجویان با برخی تجارب و ویژگی ها ، چهره رفتارهای انطباقی آنها را در جلوه های گوناگون نمایان می کند و حصول یا عدم حصول اهداف ترسیم شده زندگی شان را در حد چشمگیر تضمین می کنند . بنابراین ، موضوع سازگاری روانشناختی دانشجویان در عرصه های تحصیلی ، رفتاری ، عاطفی و اجتماعی ، بستر و حوزه قابل توجهی بوده است که در سالیان متمادی به موضوعات پژوهشی تلاشگران عرصه های روانشناسی جهت داده و در این میان ، دغدغه های فکری و عملی بسیاری از دست اندرکاران این عرصه را تشکیل داده است . در راستای شکل گیری این دغدغه ها، توجه به حالات هیجانی ، سبک های اسنادی و پردازش های شناختی دانشجویان ، راه ترسیم و انجام بسیاری از فعالیت های پژوهشی را فراهم نموده است تا بواسطه یافته های چنین پژوهش هایی ، روندهای تصمیم سازی با واقعیات موجود در عرصه های دانشگاهی منطبق باشد . از این رو، در تداوم همین تلاش های پژوهشی ، دریچه ای به روی نقش هیجانات مثبت و منفی ، خوش بینی و بدبینی (سبک های اسناد) و سبکهای پردازش اطلاعات در سازگاری روانشناختی به واسطه پژوهش حاضر باز شده است تا از نگاهی نزدیک ، تظاهرات سازگاری روانشناختی دانشجویان به تصویر کشیده شود .

فصل اول

بیان مسأله:

سازگاری روانشناختی^۱ با موقعیت‌های زندگی تحصیلی از اهداف ضمنی نظام‌های تعلیم و تربیت می‌باشد. در این موقعیت‌ها فراگیران با چالش‌ها و تغییرات متنوعی روبرو می‌شوند و حل این چالش‌ها و کنار آمدن با این تغییرات، به ظرفیت‌ها و شایستگی‌های رفتاری، شناختی، عاطفی فراگیران نیازمند است (گرینبرگ^۲، ۲۰۰۵). در دهه‌های اخیر، موضوع عوامل تاثیرگذار بر سازگاری روانشناختی فراگیران مورد توجه نظریه پردازان، پژوهشگران و مشاوران آموزشی واقع شده است، به نحوی که مدل‌های نظری متنوعی برای تبیین آن و ارایه راهکارهای عملی عرضه شده است. در برخی از مدل‌ها (چانگ، سانا و یانگ^۳، ۲۰۰۲) بر نقش عوامل شناختی و عاطفی بیش از سایر عوامل تاکید شده است. در حالیکه در مدل‌های دیگر (شیرر و کارور^۴، ۱۹۸۵) بر نقش سیستم‌های ادراکی - شناختی تاکید بیشتری و این سبک‌ها را به عنوان عوامل میانجی بین سازگاری روانشناختی و عوامل شناختی تلقی نموده‌اند. از طرف دیگر، برخی نظریه پردازان (سالووی و مایر^۵، ۱۹۹۰، مایر و سالووی، ۱۹۹۷) بر نقش هوش هیجانی تاکید بیشتری نموده‌اند.

مسلم است که سازگاری روانشناختی فراگیران با موقعیت‌های آموزشی از عوامل فردی و محیطی متعددی متاثر است (اکسترمر، دوران و ری^۶، ۲۰۰۶). با این حال در سالهای اخیر بر نقش دو عامل شناختی یعنی خوش بینی و بدبینی تاکید زیادی شده است و در این راستا پژوهش‌های گسترده‌ای به انجام رسیده است. مطابق دیدگاه شیرر و

¹ - Psychological adjustment

² - Greenberg

³ - Chang, Sanna, Yang

⁴ - Scheier, carver

⁵ - Salovey, Mayer

⁶ - Extremera, Duran, Rey

کارور (۱۹۸۵) خوش بینی^۷ و بدبینی^۸ به عنوان انتظارات پیامد مثبت و منفی عمومی نقش پیش بینی کننده سازگاری را ایفا می کنند.

این دو پژوهشگر به طور ویژه بر این باورند که خوش بینی با پیامدهای مثبت در ارتباط بوده و به حفظ پیامدهای مثبت منتهی می شود در صورتی که بدبینی با پیامدهای منفی مرتبط بوده و به تحمل پیامدهای منفی منتهی می شود (شیرر و کارور ۱۹۸۵). در این راستا بررسی های چانگ و همکاران (۱۹۹۷) نشان می دهد که خوش بینی با پیامدهای روانشناختی مثبتی در ارتباط است در صورتی که بدبینی با پیامدهای روانشناختی منفی مرتبط است. از طرفی مطالعه مارشال، ورتمن، کوسولاس، هروینگ و ویکرز^۹ (۱۹۹۲) حاکی از آن است که خوش بینی با رضایت از زندگی و بدبینی با علایم افسردگی در ارتباط می باشند. بر این اساس، علاقه وافر برای بررسی این دو عامل شناختی در فرآیند سازگاری روانشناختی به وجود آمده است.

با همه این اوصاف، مطالعات چانگ، دزوریللا، و مایدو- اولیوارس^{۱۰} (۱۹۹۴)، چانگ و همکاران (۱۹۹۷)، مارشال و همکاران (۱۹۹۲) و شیرر، کارور و بریگس^{۱۱} (۱۹۹۴) حاکی از آن است که خوش بینی با فقدان بدبینی معادل نیست بلکه این دو، عامل های جداگانه ای محسوب می شوند و لذا اثرات جداگانه ای در سازگاری روانشناختی بر جای می گذارند. به عبارتی مطالعه چانگ (۱۹۹۸)، چانگ و همکاران (۱۹۹۴)، چانگ و همکاران (۱۹۹۷) و مورژک، اسپيرو، آلدوین، اذر و بوس^{۱۲} (۱۹۹۳) نشان می دهد که خوش بینی با سازگاری روانشناختی در ارتباط بوده در صورتیکه مطالعه چانگ و همکاران (۱۹۹۷) و چانگ (۱۹۹۸) حاکی از آن است که بدبینی با رضایت کمتر از زندگی و علایم افسردگی در ارتباط است.

از طرفی مطالعه چانگ (۲۰۰۲) نشان می دهد که این دو سازه تلویحات ضمنی و عملی برای مقابله افراد با تجارب استرس زای زندگی دارند و قادرند بر فرد برای فائق آمدن با شرایط استرس زا، تاثیرات متفاوتی بر جای بگذارند به نحوی که نمرات بالا در خوش بینی با نمرات کمتر در ناسازگاری روانشناختی همراه بوده و موجب می شود فرد استرس کمتر و رضایتمندی بیشتری را تجربه کند. در صورتیکه، نمرات بالا در بدبینی با نمرات پایین در رضایتمندی از زندگی (چانگ، ۱۹۹۷) و تجربه استرس بالا (چانگ، ۲۰۰۲) و نشانه های افسردگی بالا (چانگ و همکاران، ۲۰۰۳) همراه است.

7 - Optimism

8 - Pessimism

9 - Marshall, Wortman, Kusulas, Hervig & Vickers

10 - D'zurilla, Maydeu-olivares

11 - Scheier, Carver, Beidges

12 - Mroczek, Spiro, Aldwin, Ozer, Bosse

علاوه بر آنچه عنوان شد، سازگاری با موقعیت‌های تحصیلی با شیوه‌های پردازش اطلاعات مربوط به آن موقعیت‌ها ارتباط تنگاتنگ دارد (برنز و دزوریللا^{۱۳}، ۱۹۹۹).

به عبارتی، پاسخدهی به چالش‌های زندگی تحصیلی مستلزم توجه به مولفه‌های موقعیت‌ها و ذخیره‌سازی اطلاعات مربوط به آنها و رمزگذاری است تا بواسطه معنا دهی به علایم موقعیتی و نظم بخشیدن به آنها بتوان به پاسخ مقتضی دست زد (اپستین^{۱۴}، ۱۹۹۰).

مبتنی بر این فرآیندها، (برنز و دزوریللا، ۱۹۹۹) بر این عقیده‌اند که افراد در مواجهه با موقعیت‌های استرس‌زا به شیوه‌های مختلف به پردازش اطلاعات می‌پردازند. این شیوه‌ها در ۳ شکل عمومی ظهور پیدا می‌کنند. در این راستا، اپستین (۱۹۹۰) و اپستین و همکاران (۱۹۹۶) مبتنی بر نظریه پردازش اطلاعات، بیان می‌دارند که سیستم پردازش آدمی دارای دو سبک متفاوت از هم می‌باشد. برخی افراد دارای سبک عقلانی بوده و برخی نیز دارای سبک تجربی‌اند.

مبتنی بر این مدل نظری، برنز و دزوریللا، (۱۹۹۹) بیان داشتند که افراد در مواجهه با موقعیت‌های استرس‌زا و کسب سازگاری روانشناختی به دو شیوه عقلانی یا تجربی عمل می‌کنند. به این معنی که آدمیان یا به پردازش عقلانی اطلاعات مبادرت می‌ورزند و یا اینکه از روش عینی و تجربی پردازش استفاده می‌کنند. در توضیح این دو سبک، برنز و دزوریللا، (۱۹۹۹) بیان می‌دارند که افراد حائز سبک عقلانی، در مواجهه با موقعیت‌های استرس‌زا از استدلال منطقی، تفکر خلاق و روش‌های حل مسئله استفاده می‌کنند، در صورتیکه افراد حائز سبک تجربی و عینی، در رویارویی با موقعیت‌های چالش برانگیز، از احساسات و هیجانات، جهت هدایت رفتارهای مقابله‌ای استفاده می‌کنند. از طرفی برنز و دزوریللا، (۱۹۹۹) عنوان می‌کنند که گروه سوم از آدمیان در راستای تحقق سازگاری اجتماعی و مقابله با موقعیت‌های استرس‌زا از سبک تکانه‌ای یا اتوماتیک استفاده می‌کنند. این افراد سعی می‌کنند برای پاسخ دهی به موقعیت‌ها از تجارب مقابله‌ای گذشته استفاده کنند که موثر و کارآمد بوده‌اند.

با این حال برنز و دزوریللا، (۱۹۹۹) عنوان می‌کنند که این سه سبک پردازش اطلاعات، اثرات متفاوتی بر سازگاری روانشناختی دارند، چرا که آنها در تعامل با خوشبینی و بدبینی، نتایج یکسانی در عرصه‌های سازگاری به بار نمی‌آورند. از این رو، ضرورت بررسی این تعاملات این سوال را به ذهن می‌آورد که آیا سبک‌های سه‌گانه پردازش اطلاعات در تعامل با خوشبینی و بدبینی، نتایج متفاوتی در سازگاری اجتماعی به بار می‌آورند؟ در راستای این سوال، نتایج پژوهشی چانگ و فارهی (۲۰۰۱) نشان می‌دهد که سبک‌های پردازش اطلاعات در سازگاری

¹³ - Burns, D'zurilla

¹⁴ - Epstein

روانشناختی نقش معنی دار دارد و این سبک ها تاثیرات خوش بینی و بدبینی را بر روی سازگاری روانشناختی تعدیل می‌کنند. با این حال، این تعاملات چنان پیچیده اند که در مدل یکسانی قابل طرح نیستند.

علاوه بر آنچه عنوان شد، چنین به نظر می‌آید که فرآیند سازگاری روانشناختی به تنهایی از سبک های اسنادی دو وجهی یعنی خوش بینی و بد بینی (سلیگمن^{۱۵}، ۱۹۷۵، آبرامسون، متالسکی و آلوی^{۱۶}، ۱۹۸۹، باچانان^{۱۷}، سلیگمن، ۱۹۹۵، گیل هام^{۱۸}، ۲۰۰۱) و نیز سبک‌های پردازش اطلاعات (برنز و دزوریل، ۱۹۹۹، چانگ و فاررهی، ۲۰۰۱) تاثیر نمی پذیرد بلکه یافته ها نشان می‌دهند که نقش تبیین های خوشبینانه و بدبینانه در پیش بینی سازگاری و ناسازگاری روانشناختی در بزرگسالان بدون در نظر گرفتن وضعیت هیجانی مثبت و منفی آنها، چندان با توفیق تبیینی مواجه نخواهد شد (چانگ و سانا، ۲۰۰۷).

در این راستا واتسون، کلارک و تلگن^{۱۹} (۱۹۸۸) بیان می‌دارند که خلق آدمی حائز دو وجه هیجانی مثبت و منفی است. بدین معنا که هیجان مثبت ناظر بر فعال بودن، هوشیار بودن و شور و شوق داشتن است در صورتیکه هیجان منفی شامل احساس ناراحتی و ناخشنودی است. مبتنی بر این تعاریف، واتسون (۲۰۰۰) بیان می‌دارد که هیجان مثبت و منفی، در پیش‌بینی سازگاری روانشناختی نقش اساسی دارند. با این حال مطالعات شیرر و کارور (۱۹۸۵) این تاثیرات را در بزرگسالان مورد تایید قرار نداده است. همچنین یافته های چانگ (۲۰۰۲) نشان می‌دهد که هیجان مثبت و منفی قادر است روابط بین خوشبینی و سازگاری اجتماعی را تحت تاثیر قرار دهد و این روابط را تضعیف کند. و به طور مشابه مطالعه مروچک، اسپيرو، آلدوین، اوزار، و بوس (۱۹۹۳) حاکی از آن است که هیجان منفی قادر است روابط بین خوش بینی و سازگاری اجتماعی را تضعیف کند. از این رو چانگ و سانا (۲۰۰۱) عنوان می‌کنند که هیجان منفی یک عامل پیش بینی کننده قوی برای وقوع نشانه های افسردگی بوده و اثرات خوشبینی را بر سازگاری روانشناختی تعدیل می‌کند. از آنجا که خوشبینی و بدبینی دو سبک اسنادی متفاوت به شمار می‌آیند، لذا تاثیرات هیجان مثبت و منفی بر این دو یکسان نخواهد بود، لذا مسئله اصلی این است که آیا هیجان منفی و مثبت همراه با خوشبینی و بدبینی بر سازگاری روانشناختی تاثیرات متفاوت دارند؟ به عبارتی، آیا هیجان مثبت و منفی قادرند روابط بین خوشبینی و بدبینی را با سازگاری روانشناختی تحت تاثیر قرار دهند؟ و اینکه آیا هیجان مثبت و منفی قادرند سازگاری روانشناختی را پیش بینی کنند؟

15 - Seligman

16 - Abramson, Metalsky, Alloy

17 - Buchanan

18 - Gillham

19 - Watson, clark, Tellegen

ضرورت و اهمیت تحقیق:

دانشجویان به دلایل متعدد استرس ها و فشارهای روانی را در محیط های آموزشی تجربه می کنند. مطالعه در خصوص سازگاری روانشناختی دانشجویان با محیط دانشگاه (شامل کلاس ها و امتحانات، دوستان، اساتید و کارکنان) و شناسایی عوامل موثر بر آن نیازمند پژوهش می باشد.

در سالهای اخیر مفهوم خوش بینی و بدبینی تحقیق قابل توجهی را در زمینه شخصیتی و سازگاری روانشناختی بوجود آورده است .

اگرچه یافته های مطالعات اخیر ارتباط بین هیجانات (مثبت و منفی) در سازگاری روانشناختی را نشان می دهد ولی هنوز هیچ توافقی روی ادراکی کلی در سازگاری روانشناختی وجود ندارد.

با وجود تحقیقات روز افزون درباره سازگاری روانشناختی در موقعیت های آموزشی و عوامل موثر در آن، هنوز ابهاماتی در این زمینه وجود دارد. و در جهت ساختن مجموعه نظری منسجم و اخذ روش ها با مشکلاتی روبرو هستیم.

در دهه های اخیر، موضوع عوامل تاثیر گذار بر سازگاری روانشناختی فراگیران مورد توجه نظریه پردازان، پژوهشگران و مشاوران آموزشی واقع شده است، به نحوی که مدل های نظری متنوعی برای تبیین آن و ارائه راهکارهای عملی عرضه شده است. در برخی از مدل ها (چانگ، سانا و یانگ، ۲۰۰۲) بر نقش عوامل شناختی و عاطفی بیش از سایر عوامل تاکید شده است. در حالیکه در مدل های دیگر (شیرر و کارور، ۱۹۸۵) بر نقش سیستم های ادراکی - شناختی تاکید بیشتری شده است.

از سویی در پاره ای از مدل ها (چانگ و فارهی، ۲۰۰۱) بر نقش سبک های پردازش اطلاعات^{۲۰} تاکید گردیده و این سبک ها را به عنوان عوامل میانجی بین سازگاری روانشناختی و عوامل شناختی تلقی نموده اند. از طرف دیگر برخی نظریه پردازان (سالووی و مایر، ۱۹۹۰، مایر و سالووی، ۱۹۹۷) بر نقش هوش هیجانی^{۲۱} تاکید بیشتری نموده اند. این عدم توافق بر عوامل تاثیر گذار سازگاری روانشناختی قابل بررسی و تحقیق می باشد.

²⁰ - Information- Processing styles

²¹ - Emotional Intelligence

برنز و دزورایلا، (۱۹۹۹) بر این عقیده اند که، افراد در مواجهه با موقعیت‌های استرس زا به شیوه های مختلف به پردازش اطلاعات می‌پردازند. این شیوه ها در ۳ شکل عمومی ظهور پیدا می‌کنند: سبک عقلانی^{۲۲}، سبک تجربی و عینی^{۲۳}، سبک تکانه ای یا اتوماتیک^{۲۴}.

برنز و دزورایلا، (۱۹۹۹) عنوان می‌کنند که این سه سبک پردازش اطلاعات اثرات متفاوتی بر سازگاری روانشناختی دارند، و در تعامل با خوش بینی و بدبینی نتایج یکسانی به بار نمی‌آورند. از این رو بررسی سبک های سه گانه پردازش اطلاعات در تعامل با خوش بینی و بدبینی در رابطه با سازگاری روانشناختی لازم و ضروری بنظر می‌رسد. دوران جوانی و دانشجویی از حساس ترین دوران زندگی است. موقعیت آموزشی برای بسیاری از دانشجویان «استرس زا» می‌باشد. و می‌تواند آنها را مستعد ناراحتی های روانشناختی از قبیل افسردگی، اضطراب، سوء مصرف مواد مخدر، مشکلات سازگاری و ... نماید.

پیشگیری از آسیب‌های روانی اجتماعی و ارتقاء سلامت روان دانشجویان مستلزم اقدامات و مداخلاتی هست که با یافته های پژوهش های دقیق امکان پذیر می‌گردد.

آمار مراجعات دانشجویان به مراکز تخصصی جهت دریافت خدمات مشاوره‌ای نشانگر وجود مشکلاتی هست که می‌تواند آینده و سرنوشت آنها را دچار مخاطره نموده و تاثیر صدمات آن در جامعه نیز منعکس گردد.

پژوهش حاضر و پژوهش های دیگر در زمینه مشکلات سازگاری روانشناختی می‌تواند تاثیری جدی بر سلامت روان و امور تحصیلی داشته باشد.

با توجه به یافته‌های ضد و نقیض و خلاء پژوهش‌های دیگر در مورد رابطه بین خوش بینی و بدبینی با سازگاری روانشناختی دانشجویان لزوم بررسی‌های بیشتر دیده می‌شود.

از سوی دیگر به منظور بومی سازی مسئله و برای غنی سازی ادبیات پژوهشی کشورمان، همچنین با در نظر گرفتن نقش و اهمیت سازگاری روانشناختی دانشجویان در موقعیت آموزشی در این تحقیق درصدد هستیم تا رابطه متغیرهای هیجان‌ات (مثبت و منفی) را در ارتباط با خوش بینی و بدبینی و سبک‌های پردازش اطلاعات با سازگاری روانشناختی دانشجویان و نقش موثری که در بهداشت روان جامعه دارد را بسنجیم.

اهداف تحقیق؛

هدف کلی:

22 - Rational Information- processing Style

23 - Experiential Information- Processing Style

24 - Automatic Information- Processing Style

تعیین نقش هیجان‌ات مثبت و منفی، خوش بینی و بدبینی و سبک‌های پردازش اطلاعات در سازگاری روانشناختی دانشجویان.

اهداف فرعی:

- ۱- تعیین رابطه خوش بینی با سازگاری روانشناختی دانشجویان.
- ۲- تعیین رابطه بدبینی با سازگاری روانشناختی دانشجویان.
- ۳- تعیین رابطه سبک‌های پردازش اطلاعات با سازگاری روانشناختی دانشجویان.
- ۴- تعیین رابطه هیجان مثبت و منفی با سازگاری روانشناختی دانشجویان.
- ۵- تعیین سهم تبیینی هیجان‌ات مثبت و منفی، خوش بینی، بدبینی و سبک‌های پردازش اطلاعات در تغییرات سازگاری روانشناختی دانشجویان.

فرضیه های تحقیق:

- ۱- هیجان‌ات مثبت و منفی، خوش بینی و بدبینی و سبک‌های پردازش اطلاعات بطور تفکیکی و ترکیبی، تغییرات سازگاری روانشناختی دانشجویان را پیش بینی می‌کنند.
- ۲- بین هیجان مثبت و سازگاری روانشناختی رابطه مستقیم وجود دارد.
- ۳- بین هیجان منفی و سازگاری روانشناختی رابطه معکوس وجود دارد.
- ۴- بین خوش بینی و سازگاری روانشناختی رابطه مستقیم وجود دارد.
- ۵- بین بدبینی و سازگاری روانشناختی رابطه معکوس وجود دارد.
- ۶- بین سبک‌های پردازش اطلاعات و سازگاری روانشناختی رابطه مستقیم وجود دارد.

متغیرهای تحقیق:

متغیر پیش بین : هیجان‌ات مثبت و منفی، خوش بینی و بدبینی، سبک‌های پردازش اطلاعات.

متغیر ملاک: سازگاری روانشناختی دانشجویان.

متغیر کنترل: جنسیت.

تعریف متغیرها

تعریف مفهومی متغیرها:

الف) هیجان^{۲۵}: هیجان‌ات مرکب از دو بعد متمایز به نامهای تاثیر مثبت و منفی می‌باشد. هیجان مثبت^{۲۶} گستره‌ای را منعکس می‌کند که بطور عمده افراد، فعال بودن، هوشیاری و شور و اشتیاق را احساس می‌کنند.

هیجان منفی^{۲۷} دامنه‌ای را منعکس می‌کند که افراد ناراحتی و نارضایتی را احساس می‌کنند (واتسون، کلارک و تلگین، ۱۹۸۸).

ب) خوش بینی: خوش بینی ناظر بر انتظارات مثبت در خصوص وقایع و رخدادهای آینده بوده و نشانگر تلقی مثبت و سازش مند از اموری است که افراد در زندگی خویش تجربه خواهند کرد (اسکیر، کارور، ۱۹۸۵).

ج) بدبینی: بدبینی ناظر بر انتظارات منفی در خصوص رویدادهای آتی زندگی است که فرد در نظام ادراکی خویش سامان می‌دهد و نشانگر دیدگاههای توأم با ترس و اضطراب درباره اموری است که در زندگی فرد به وقوع می‌پیوندد (اسکیر، کارور، ۱۹۸۵، ۱۹۹۲).

د) سازگاری روانشناختی: بنا به نظر آکسفورد (۱۹۸۰) سازگاری روانشناختی وضعیتی است که فرد، رفتار خود را از روی عمد تعدیل نموده تا با فرهنگ موجود منطبق گردد و شامل مولفه‌هایی همچون اتکا به نفس، درک ارزش‌های خویشتن، احساس وابستگی، آزادی فردی، تمایلات واپس زده و نشانگان جسمی می‌باشد.

ز) سبکهای پردازش اطلاعات: سبکهای پردازش اطلاعات شامل بررسی تفاوت‌های فردی در روش‌های پاسخدهی به موقعیت‌های استرس زا می‌باشد. برونز و دزوریل سه سبک پردازش اطلاعات را مطرح می‌کنند که اثرات متفاوتی بر سازگاری روانشناختی دارند. روش پردازش اطلاعات عقلانی شامل استفاده از دلایل منطقی، تفکر خلاق و استفاده از روش حل مسئله برای مقابله با شرایط پر فشار است. در حالیکه روش پردازش اطلاعات تجربی شامل استفاده از احساسات و عواطف برای هدایت رفتار می‌باشد.

در مقایسه بادو روش مذکور، روش پردازش اطلاعات اتوماتیک، شامل استفاده از تجارب گذشته می‌باشد که در مقابله با موقعیت‌های استرس زا کارآمد و موثر بوده اند.

تعریف عملیاتی متغیرها:

الف) هیجان‌ات مثبت و منفی: در این تحقیق منظور از هیجان‌ات مثبت و منفی نمره ای است که آزمودنیها در

پرسشنامه TMMS^{۲۸} بدست می‌آورند.

25 -E motion

26 - positive affectivity

27 - negative affectivity

28 - Trait Meta- Mood scale

ب) خوش بینی و بدبینی : در این تحقیق منظور از خوش بینی و بدبینی نمره ای است که آزمودنیها در پرسشنامه گرایش به زندگی «LOT-R» بدست می آورند. در این پرسشنامه نمره گذاری جداگانه ای برای اندازه-گیری خوش بینی و بدبینی صورت گرفته است.

ج) سازگاری روانشناختی : در این تحقیق، منظور از سازگاری روانشناختی نمره‌ای است که آزمودنی در پرسشنامه شخصیتی کالیفرنیا(CPT)^{۲۹} کسب میکند .

د) سبکهای پردازش اطلاعات : در این تحقیق منظور از سبکهای پردازش اطلاعات نمره ای است که آزمودنیها در پرسشنامه PMPI^۳ بدست می

²⁹ - California Personality Test
3- Perceived Modes of Processing Inventory

فصل دوم

پیشینه نظری و پژوهشی

سازگاری روانشناختی^{۳۰}

مفهوم سازش و سازگاری از اوایل قرن ۱۹ در نظریه‌های تحول‌گرائی جای مهمی پیدا کرده‌است. از نظر لامارک هر موجود زنده خود را با محیط خارج سازگار می‌کند، بدین ترتیب، در اوتغییراتی به وجود می‌آید که از راه توارث از نسلی به نسلی دیگر منتقل می‌شود.

به نظر داروین، مبارزه برای زندگی موجب انتخاب طبیعی می‌گردد که در هر حال، اغلب به طور ضمنی محکی برای سازگاری خوب می‌باشد. سازگاری امری نسبی است و انسانها به درجات مختلف به حضور سازگاری توفیق می‌یابند. اگر بتوانیم بر پایه ضوابط معتبر علمی درجه سازگاری افراد جامعه را اندازه‌گیری کنیم و سپس در یک منحنی توزیع پیاده کنیم، به احتمال قوی یک منحنی به دست می‌آوریم. بدین ترتیب که در یک طرف این منحنی اقلیت کوچکی خیلی سازگار (سعادت‌مند و کامیاب) در طرف دیگر آن، اقلیت کوچکی خیلی ناسازگار (پریشان حال و بیمار) قرار می‌گرفت. بنابراین می‌توان گفت که حدود و مرز مشخصی به طور مطلق سازگاری را از ناسازگاری جدا نمی‌کند (اسلامی نسب، ۱۳۷۳).

پدیده ناسازگاری و فاصله گرفتن از رفتار متعادل معلول علل روانی و اجتماعی است و در اثر آموختن و تجربه در محیط خانواده و اجتماع پدیدار می‌شود.

فردی ناسازگار است که نتواند به طور مناسبی در محیط معمولی تعامل کند. به معنای دیگر اینکه یک موجود را موقعی به عنوان ناسازگار توصیف می‌کنند که نتواند نیاز خود را ارضاء کند، حتی اگر رفتار او برای جامعه‌اش مناسب باشد (سرمد، ۱۳۵۵).

تعریف سازگاری:

تعریف سازگاری در جامعه پیچیده‌ای که به سرعت در حال دگرگونی است، کار دشواری است. روانشناسان به‌طور سنتی سازگاری فرد را در برابر محیط مورد توجه قرار داده‌اند و ویژگی‌هایی را به عنوان ملاک سازگاری قلمداد کرده‌اند که به فرد کمک می‌کند تا خود را با جهان پیرامون خویش همساز سازد، یعنی با دیگران در صلح و صفا زندگی کند و جایگاهی در جامعه برای خود به دست آورد.

³⁰ Psychological adjustment