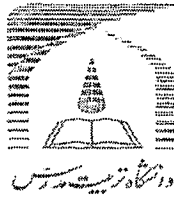


صلى الله عليه وسلم

١٠١

١٠٠٧٥١



دانشگاه تربیت مدرس  
دانشکده علوم انسانی

پایان نامه دوره کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی

**رابطه راهبردهای مقابله عمومی و مذهبی با**

**درماندگی و تعالی پس ضربه‌ای**

پریسا سادات سید موسوی

استاد راهنما:

دکتر مریم وفایی

استاد مشاور:

دکتر کاظم رسول زاده طباطبایی

۱۳۸۷ / ۷ / ۱۷






خرداد ۱۳۸۷

۱۰۰۷۵۱

## تاییدیه اعضای هیئت داوران حاضر در جلسه دفاع از پایان نامه کارشناسی ارشد

اعضای هیأت داوران نسخه نهایی پایان نامه خاتم پریسا سادات سید موسوی رشته روانشناسی

تحت عنوان « رابطه راهبردهای مقابله عمومی و مذهبی با درماندگی و تعالی پس ضربه ای » راز  
نظر فرم و محتوای بررسی نموده و پذیرش آن را برای تکمیل کارشناسی ارشد پیشنهاد می کنند.

امضاء	رتبه علمی	نام و نام خانوادگی	اعضای هیأت داوران
	دانشیار	دکتر مریم وفایی	۱- استاد راهنما
	استادیار	دکتر کاظم رسول زاده طباطبایی	۲- استاد مشاور
	استاد یار	دکتر حسین اسکندری	۳- استاد ناظر
	استادیار	دکتر عباسعلی الهیاری	۴- استاد ناظر
	استادیار	دکتر عباسعلی الهیاری	۵- نماینده تحصیلات تکمیلی

## دستورالعمل حق مالکیت مادی و معنوی در مورد نتایج پژوهشهای علمی

### دانشگاه تربیت مدرس

مقدمه: با عنایت به سیاستهای پژوهشی دانشگاه در راستای تحقق عدالت و کرامت انسانها که لازمه شکوفایی علمی و فنی است و رعایت حقوق مادی و معنوی دانشگاه و پژوهشگران، لازم است اعضای هیأت علمی، دانشجویان، دانش‌آموختگان و دیگر همکاران طرح، در مورد نتایج پژوهشهای علمی که تحت عناوین پایان‌نامه، رساله و طرحهای تحقیقاتی با هماهنگی دانشگاه انجام شده است، موارد ذیل را رعایت نمایند:

**ماده ۱-** حقوق مادی و معنوی پایان‌نامه‌ها/ رساله‌های مصوب دانشگاه متعلق به دانشگاه است و هرگونه بهره‌برداری از آن باید با ذکر نام دانشگاه و رعایت آیین‌نامه‌ها و دستورالعملهای مصوب دانشگاه باشد.

**ماده ۲-** انتشار مقاله یا مقالات مستخرج از پایان‌نامه/ رساله به صورت چاپ در نشریات علمی و یا ارائه در مجامع علمی می‌باید به نام دانشگاه بوده و استاد راهنما نویسنده مسئول مقاله باشند. تبصره: در مقالاتی که پس از دانش‌آموختگی بصورت ترکیبی از اطلاعات جدید و نتایج حاصل از پایان‌نامه/ رساله نیز منتشر می‌شود نیز باید نام دانشگاه درج شود.

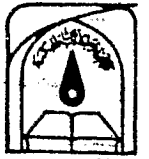
**ماده ۳-** انتشار کتاب حاصل از نتایج پایان‌نامه/ رساله و تمامی طرحهای تحقیقاتی دانشگاه باید با مجوز کتبی صادره از طریق حوزه پژوهشی دانشگاه و براساس آیین‌نامه‌های مصوب انجام شود.

**ماده ۴-** ثبت اختراع و تدوین دانش فنی و یا ارائه در جشنواره‌های ملی، منطقه‌ای و بین‌المللی که حاصل نتایج مستخرج از پایان‌نامه/ رساله و تمامی طرحهای تحقیقاتی دانشگاه باید با هماهنگی استاد راهنما یا مجری طرح از طریق حوزه پژوهشی دانشگاه انجام گیرد.

**ماده ۵-** این دستورالعمل در ۵ ماده و یک تبصره در تاریخ ۱۳۸۴/۴/۲۵ در شورای پژوهشی دانشگاه به تصویب رسیده و از تاریخ تصویب لازم‌الاجرا است و هرگونه تخلف از مفاد این دستورالعمل از طریق مراجع قانونی قابل پیگیری خواهد بود.

طریق مراجع قانونی قابل پیگیری خواهد بود. ۱۳۸۴/۷/۱۶





## آیین نامه چاپ پایان نامه (رساله) های دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس

نظر به اینکه چاپ و انتشار پایان نامه (رساله) های تحصیلی دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس، مبین بخشی از فعالیتهای علمی - پژوهشی دانشگاه است بنابراین به منظور آگاهی و رعایت حقوق دانشگاه، دانش آموختگان این دانشگاه نسبت به رعایت موارد ذیل متعهد می شوند:

ماده ۱ در صورت اقدام به چاپ پایان نامه (رساله) ی خود، مراتب را قبلاً به طور کتبی به «دفتر نشر آثار علمی» دانشگاه اطلاع دهد.

ماده ۲ در صفحه سوم کتاب (پس از برگ شناسنامه)، عبارت ذیل را چاپ کند:  
«کتاب حاضر، حاصل پایان نامه کارشناسی ارشد / رساله دکتری نگارنده در رشته رسانه های مکتوب است که در سال ۱۳۸۷ در دانشکده علوم انسانی دانشگاه تربیت مدرس به راهنمایی سرکار خانم / جناب آقای دکتر سید مرتضی دریاک، مشاوره سرکار خانم / جناب آقای دکتر محمدرضا زاده صحرایی و مشاوره سرکار خانم / جناب آقای دکتر \_\_\_\_\_ از آن دفاع شده است.»

ماده ۳ به منظور جبران بخشی از هزینه های انتشارات دانشگاه، تعداد یک درصد شمارگان کتاب (در هر نوبت چاپ) را به «دفتر نشر آثار علمی» دانشگاه اهدا کند. دانشگاه می تواند مازاد نیاز خود را به نفع مرکز نشر در معرض فروش قرار دهد.

ماده ۴ در صورت عدم رعایت ماده ۳، ۵۰٪ بهای شمارگان چاپ شده را به عنوان خسارت به دانشگاه تربیت مدرس، تأدیه کند.

ماده ۵ دانشجو تعهد و قبول می کند در صورت خودداری از پرداخت بهای خسارت، دانشگاه می تواند خسارت مذکور را از طریق مراجع قضایی مطالبه و وصول کند؛ به علاوه به دانشگاه حق می دهد به منظور استیفای حقوق خود، از طریق دادگاه، معادل وجه مذکور در ماده ۴ را از محل توقیف کتابهای عرضه شده نگارنده برای فروش، تأمین نماید.

ماده ۶ اینجانب سید مرتضی دریاک دانشجوی رشته رسانه های مکتوب مقطع کارشناسی ارشد تعهد فوق و ضمانت اجرایی آن را قبول کرده، به آن ملتزم می شوم.

نام و نام خانوادگی: سید مرتضی دریاک

تاریخ و امضا: [Signature]

## تقدیم به

مادر بی همتایم

که لحظه لحظه زندگی ام با تپش قلب او جان می گیرد و هر قدمی که  
پیشتر می نهم جز با تکیه بر نیروی پایان ناپذیر نگاه پر مهر او نیست.

## و تقدیم

به او که هر لحظه از روزگار کودکی ام با یاد او پیوند خورده، او که  
هرچند اکنون در میان ما نیست، ولی حضور نادیدنی اش تا همیشه با  
ماست.

## تقدیر و تشکر

با تقدیر فراوان از کمک های بی دریغ استاد عزیزم سرکار خانم **دکتر مریم وفایی** که با رغبت و علاقه فراوان ودقت علمی خاص خود همواره در طول این پژوهش مرا یاری کردند.

و با سپاسگزاری از جناب آقای **دکتر کاظم رسول زاده طباطبایی** که به عنوان استاد مشاور، با راهنمایی ها و پیشنهادهای ارزشمندشان به بهبودی این اثر کمک شایانی نمودند.

همچنین از خانواده مهربانم، دوستان و همکاران خوبم که بدون الطاف و مساعدتهای ایشان پیمودن این راه میسر نمی شد، قدردانی می کنم.

## چکیده

تعالی پس ضربه ای، یعنی تغییر مثبت در پی تجربه رویدادهای ضربه آمیز، هرچند مفهومی جدید نیست، اما پژوهشهای روانشناختی در این حوزه محدود بوده و دانسته های ما درباره مکانیزمهای آن کم است. هدف پژوهش حاضر مطالعه رابطه راهبردهای مقابله عمومی و مذهبی مثبت و منفی با تعالی پس ضربه ای و درماندگی و شناسایی سهم این راهبردها در پیش بینی آنها می باشد. نمونه تحقیق شامل ۳۸۱ دانشجوی مقطع کارشناسی (۲۵۷ زن و ۱۲۷ مرد) بود که به طور تصادفی طبقه ای چند مرحله ای از بین سه دانشگاه شهید بهشتی، علامه طباطبایی و شاهد انتخاب شدند. برای جمع آوری اطلاعات سیاهه پاسخهای مقابله ای موس (۱۹۹۷)، سیاهه مقابله مذهبی پارگامنت (۲۰۰۰)، سیاهه مقابله مذهبی مبتنی بر اسلام آگیلار- وفایی و آبیاری (۲۰۰۷)، سیاهه تعالی پس ضربه ای تدرسکی و کالهنون (۱۹۹۶) و مقیاس پیامد رویداد ویس و مارمار (۱۹۹۷) استفاده گردید. برای تحلیل داده ها از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون استفاده شد. نتایج بدست آمده بیانگر آن است که استفاده از راهبردهای مقابله مذهبی مثبت و راهبردهای مقابله گرایشی همبستگی مثبت معنادار با تعالی پس ضربه ای و راهبردهای مقابله مذهبی منفی و راهبردهای اجتنابی رابطه مثبت معنادار با درماندگی دارند. نتایج تحلیل رگرسیون نشان می دهد مقابله مذهبی مثبت پارگامنت در کل نمونه، رابطه با خداوند (عامل ۲ مقابله مذهبی مبتنی بر اسلام) در دختران و عامل های رابطه با خدا و فعالیت های مذهبی رفتاری (عامل ۲ و ۳) در پسران و همچنین راهبردهای مقابله گرایشی قادر به پیش بینی واریانس تعالی پس ضربه ای می باشند. از سویی دیگر راهبردهای مقابله مذهبی منفی و راهبردهای مقابله اجتنابی قادر به پیش بینی واریانس درماندگی در نمونه می باشند. نتایج پژوهش در چهارچوب های نظری تنیدگی و تعالی پس ضربه ای بحث و بررسی شد. نتایج پژوهش نشان داد شناسایی راهبردهای مقابله ای افراد، به ویژه شیوه های استفاده از باورها و مناسک مذهبی و هدایت این راهبردها می تواند در کاهش پیامدهای منفی و فراهم نمودن زمینه برای دستیابی به پیامدهای مثبت موثر باشد.

**واژه های کلیدی:** تنیدگی، تعالی پس ضربه ای، درماندگی، مقابله مذهبی مثبت و منفی، راهبردهای مقابله گرایشی و اجتنابی



فصل اول: مقدمه و کلیات طرح تحقیق

- ۱-۱ مقدمه ..... ۱
- ۲-۱ بیان مساله ..... ۲
- ۳-۱ ضرورت تحقیق ..... ۱۳
- ۴-۱ سوال های تحقیق ..... ۲۱
- ۵-۱ هدف تحقیق ..... ۲۱
- ۶-۱ فرضیه ها/ پیش فرض ها ..... ۲۲
- ۷-۱ تعاریف مفهومی و عملیاتی ..... ۲۳

فصل دوم : دیدگاه های نظری و ادبیات پژوهشی

- ۱-۲ تنیدگی ..... ۳۰
- ۱-۱-۲ تنیدگی چیست؟ ..... ۳۰
- ۲-۱-۲ ارزیابی شناختی ..... ۳۲
- ۱-۲-۱-۲ چه عواملی موجب می شود که موقعیتی را پر تنیدگی ارزیابی کنیم؟ ..... ۳۲
- ۳-۱-۲ تنیدگی زاهای زندگی ..... ۳۳
- ۴-۱-۲ جنبه های زیستی روانی اجتماعی تنیدگی ..... ۳۶
- ۱-۴-۱-۲ جنبه های زیست شناختی تنیدگی ..... ۳۶
- ۲-۴-۱-۲ نشانگان عمومی انطباق ..... ۳۶
- ۳-۴-۱-۲ دیگر نشانه های زیستی تنیدگی ..... ۳۷
- ۴-۴-۱-۲ تاثیر تنیدگی بر سلامت ..... ۳۷
- ۵-۴-۱-۲ جنبه های روانی اجتماعی تنیدگی ..... ۳۹
- ۵-۱-۲ پاسخهای روانشناختی به تنیدگی ..... ۴۰
- ۱-۵-۱-۲ نشانگرهای درماندگی ..... ۴۱

- ۴۲ ..... ۶-۱-۲ واکنشهای بالینی به تنیدگی
- ۴۲ ..... ۱-۶-۱-۲ اختلال سازگاری
- ۴۲ ..... ۲-۶-۱-۲ اختلال تنیدگی پس ضربه ای
- ۴۴ ..... ۳-۶-۱-۲ اختلالات گسستی
- ۴۵ ..... ۲-۲ تعالی پس ضربه ای
- ۴۶ ..... ۱-۲-۲ تاریخچه تعالی پس ضربه ای
- ۴۹ ..... ۲-۲-۲ ارزیابی تعالی پس از تجارب تنیدگی زای زندگی
- ۵۲ ..... ۳-۲-۲ رویکرد تحولی PTG در بزرگسالان
- ۵۳ ..... ۴-۲-۲ رابطه تعالی پس ضربه ای با سازگاری
- ۵۴ ..... ۵-۲-۲ رابطه تعالی پس ضربه ای با تاب آوری
- ۵۵ ..... ۶-۲-۲ انواع پیامدهای مربوط به تعالی پس ضربه ای
- ۵۸ ..... ۷-۲-۲ مدل‌های تغییر
- ۶۳ ..... ۸-۲-۲ سازه های محوری برای تغییر
- ۶۶ ..... ۹-۲-۲ الگوهای PTG
- ۶۸ ..... ۱۰-۲-۲ بافت سازش موفق و تعالی
- ۷۱ ..... ۱۱-۲-۲ ارزیابی و راهبردهای مقابله
- ۷۴ ..... ۱۲-۲-۲ معنویت و تعالی پس ضربه ای
- ۷۶ ..... ۳-۲ مقابله با تنیدگی
- ۷۷ ..... ۱-۳-۲ مقابله چیست؟
- ۷۹ ..... ۲-۳-۲ سابقه نظری مفاهیم مقابله
- ۷۹ ..... ۱-۲-۳-۲ نظریه تکاملی و تطابق رفتاری:
- ۸۰ ..... ۲-۲-۳-۲ مفاهیم روان تحلیل گری و تحول شخصی
- ۸۲ ..... ۳-۲-۳-۲ نظریه های تحولی چرخه زندگی
- ۸۳ ..... ۴-۲-۳-۲ مقابله با بحرانها و گذارهای زندگی

- ۳-۳-۲ الگوی مفهومی تنیدگی و فرایندهای مقابله..... ۸۳
- ۳-۳-۲-۱ منابع مقابله شخصی..... ۸۵
- ۳-۳-۲-۲ بحرانها یا گذارهای زندگی..... ۹۰
- ۴-۲ مقابله مذهبی و نقش آن در رویارویی با تنیدگی..... ۹۳
- ۴-۲-۱ تعریف مذهب..... ۹۳
- ۴-۲-۲ کنش و نقش مذهب در زندگی..... ۹۴
- ۴-۲-۳ چهره های مختلف مذهب در فرایند مقابله..... ۹۶
- ۴-۲-۴ نظریه های مقابله مذهبی..... ۹۹
- ۴-۲-۴-۱ فرایند مقابله: نظریه پارگامنت..... ۹۹
- ۴-۲-۴-۲ مدل چند بعدی مقابله مذهبی..... ۱۰۰
- ۴-۲-۵ کنش های مقابله ای مذهب..... ۱۰۲
- ۴-۲-۶ مطالعه مقابله مذهبی بر پایه شناخت..... ۱۰۴
- ۴-۲-۷ شکل‌های مقابله مذهبی..... ۱۰۵
- ۴-۲-۸ مقابله با رویدادهای تنیدگی زای زندگی در دین اسلام..... ۱۰۹

#### فصل سوم: روش شناسی پژوهش

- ۱-۳ طرح پژوهش..... ۱۱۳
- ۲-۳ جامعه آماری و نمونه..... ۱۱۴
- ۱-۲-۳ روش نمونه گیری..... ۱۱۴
- ۳-۳ ابزارهای گردآوری اطلاعات..... ۱۱۵
- ۱-۳-۳ اطلاعات جمعیت شناختی..... ۱۱۵
- ۲-۳-۳ مقیاس پیامد رویداد ( IES )..... ۱۱۶
- ۳-۳-۳ سیاهه تعالی پس ضربه ای (PTGI)..... ۱۱۷
- ۴-۳-۳ سیاهه مقابله مذهبی (RCOPE) پارگامنت..... ۱۱۹
- ۵-۳-۳ مقیاس مقابله مذهبی مبتنی بر اسلام..... ۱۲۰

۱۲۲ ..... ۶-۳-۳ سیاهه پاسخهای مقابله ای موس (نسخه بزرگسالان) (CRI-A)

۱۲۴ ..... ۷-۳-۳ نسخه کوتاه مقیاس مقبولیت اجتماعی مارلو-کراون

۱۲۵ ..... ۴-۳ روش اجرای تحقیق

۱۲۶ ..... ۵-۳ روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

#### فصل چهارم: یافته های پژوهشی

۱۲۸ ..... ۱-۴ بررسی اطلاعات جمعیت‌شناختی

۱۳۴ ..... ۲-۴ شاخصهای توصیفی مربوط به متغیرهای پژوهش

۱۴۱ ..... ۳-۴ تجزیه و تحلیل نتایج مربوط به فرضیه‌های پژوهشی

۱۵۲ ..... ۴-۴ پاسخ به سؤالهای پژوهش

#### فصل پنجم: بحث و نتیجه گیری

۱۵۹ ..... ۱-۵ بحث و تفسیر نتایج

۱۹۳ ..... ۲-۵ کاربردهای پژوهش

۱۹۵ ..... ۳-۵ محدودیت های پژوهش

۱۹۶ ..... ۴-۵ پیشنهادهای پژوهش

۱۹۷ ..... فهرست منابع

۲۰۹ ..... چکیده انگلیسی

جدول ۱-۲: مقیاس تنیدگی های زندگی و منابع اجتماعی بزرگسالان.....	۳۴
جدول ۲-۲: سازه های محوری برای تغییر .....	۶۵
جدول ۱-۳: آزمون همبستگی پیرسون میان نمرات تعالی پس ضربه ای و مقبولیت اجتماعی.....	۱۲۵
جدول ۱-۴: توزیع فراوانی آزمودنیها به تفکیک جنس.....	۱۲۸
جدول ۲-۴: توزیع فراوانی آزمودنیها به تفکیک جنس در سه دانشگاه.....	۱۲۹
جدول ۳-۴: توزیع فراوانی آزمودنیها به تفکیک جنس در دانشکده ها.....	۱۲۹
جدول ۴-۴: توزیع فراوانی آزمودنیها به تفکیک جنس بر حسب دامنه سنی.....	۱۳۰
جدول ۵-۴: توزیع فراوانی آزمودنیها به تفکیک جنس بر حسب وضعیت تأهل.....	۱۳۱
جدول ۶-۴: توزیع فراوانی آزمودنیها بر حسب مذهب.....	۱۳۱
جدول ۷-۴: توزیع فراوانی رویدادهای تنیدگی زای شدید (درجه اول).....	۱۳۲
جدول ۸-۴: توزیع فراوانی رویدادهای تنیدگی زای دارای شدت کمتر (درجه دوم).....	۱۳۳
جدول ۹-۴: شاخصهای توصیفی مربوط به متغیر تعالی پس ضربه ای.....	۱۳۵
جدول ۱۰-۴: شاخصهای توصیفی مربوط به متغیر درماندگی.....	۱۳۶
جدول ۱۱-۴: شاخصهای توصیفی متغیر مقابله مذهبی مثبت و منفی و مقابله مذهبی مبتنی بر اسلام.....	۱۳۷
جدول ۱۲-۴: شاخصهای توصیفی متغیر راهبردهای مقابله گرایشی.....	۱۳۸
جدول ۱۳-۴: شاخصهای توصیفی تغییر راهبردهای مقابله اجتناب.....	۱۳۹
جدول ۱۴-۴: ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش (N=381).....	۱۴۰
جدول ۱۵-۴: تحلیل رگرسیون درماندگی بر مؤلفه راهبردهای مقابله ای اجتنابی.....	۱۴۲
جدول ۱۶-۴: اطلاعات مربوط به ضرایب رگرسیون و ضرایب تبیین تحلیل رگرسیون درماندگی بر مؤلفه راهبردهای مقابله ای اجتنابی.....	۱۴۲
جدول ۱۷-۴: تحلیل رگرسیون درماندگی بر متغیر مقابله منفی مذهبی.....	۱۴۳

- جدول ۴-۱۸: اطلاعات مربوط به ضرایب رگرسیون و ضرایب تبیین تحلیل رگرسیون  
 ۱۴۴ ..... درماندگی بر متغیر مقابله منفی مذهبی
- جدول ۴-۱۹: تحلیل رگرسیون تعالی پس ضربه‌ای بر راهبردهای مقابله گرایش ..... ۱۴۵  
 جدول ۴-۲۰: اطلاعات مربوط به ضرایب رگرسیون و ضرایب تبیین تحلیل رگرسیون  
 تعالی پس ضربه‌ای بر راهبردهای مقابله گرایش ..... ۱۴۵
- جدول ۴-۲۱: آزمون میان میانگینهای سه عتمل مقابله مذهبی مبتنی بر اسلام در  
 زنان و مردان ..... ۱۴۷
- جدول ۴-۲۲: همبستگی عاملهای مقابله مذهبی مبتنی بر اسلام با تعالی پس ضربه ای  
 و درماندگی در زنان و مردان ..... ۱۴۷
- جدول ۴-۲۳: تحلیل رگرسیون تعالی پس ضربه‌ای بر مقابله مذهبی مثبت ..... ۱۴۸  
 جدول ۴-۲۴: اطلاعات مربوط به ضرایب رگرسیون و ضریب تبیین تحلیل رگرسیون  
 تعالی پس ضربه‌ای بر مقابله مذهبی مثبت ..... ۱۴۹
- جدول ۴-۲۵: تحلیل رگرسیون گام به گام تعالی پس ضربه‌ای بر عامل های مقابله  
 مذهبی مبتنی بر اسلام در زنان ..... ۱۴۹
- جدول ۴-۲۶: اطلاعات مربوط به ضرایب رگرسیون و ضریب تبیین تحلیل رگرسیون  
 گام به گام تعالی پس ضربه‌ای بر عامل های مقابله مذهبی مبتنی بر اسلام در زنان ..... ۱۵۰
- جدول ۴-۲۷: تحلیل رگرسیون گام به گام تعالی پس ضربه‌ای بر عامل های مقابله  
 مذهبی مبتنی بر اسلام در مردان ..... ۱۵۰
- جدول ۴-۲۸: اطلاعات مربوط به ضرایب رگرسیون و ضرایب تبیین تحلیل رگرسیون گام  
 به گام تعالی پس ضربه‌ای بر عامل های مقابله مذهبی مبتنی بر اسلام در مردان ..... ۱۵۱
- جدول ۴-۲۹: تحلیل رگرسیون گام به گام درماندگی بر عامل های مقابله مذهبی  
 مبتنی بر اسلام در زنان ..... ۱۵۱
- جدول ۴-۳۰: اطلاعات مربوط به ضرایب رگرسیون و ضرایب تبیین تحلیل رگرسیون گام  
 به گام درماندگی بر عامل های مقابله مذهبی مبتنی بر اسلام در زنان ..... ۱۵۱

- جدول ۴-۳۱: آزمون t مستقل مربوط به تفاوت دو جنس در نمرات تعالی پس ضربه‌ای..... ۱۵۲
- جدول ۴-۳۲: آزمون t مستقل برای مقایسه دو جنس از لحاظ خرده مقیاسهای تعالی  
پس ضربه‌ای..... ۱۵۳
- جدول ۴-۳۳: تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی تعالی پس ضربه ای بر راهبردهای مقابله  
گرایشی و مقابله مذهبی مثبت..... ۱۵۴
- جدول ۴-۳۴: اطلاعات مربوط به ضرایب رگرسیون و ضرایب تبیین تحلیل رگرسیون  
سلسله مراتبی تعالی پس ضربه ای بر راهبردهای مقابله گرایشی و مقابله مذهبی مثبت..... ۱۵۴
- جدول ۴-۳۵: تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی تعالی پس ضربه ای بر راهبردهای مقابله  
گرایشی و مقابله مذهبی مبتنی بر اسلام..... ۱۵۵
- جدول ۴-۳۶: اطلاعات مربوط به ضرایب رگرسیون و ضرایب تبیین تحلیل رگرسیون  
سلسله مراتبی تعالی پس ضربه ای بر راهبردهای مقابله گرایشی و مقابله مذهبی مبتنی  
بر اسلام..... ۱۵۵
- جدول ۴-۳۷: تحلیل رگرسیون سلسله مراتبی درماندگی بر راهبردهای مقابله اجتنابی و  
مقابله مذهبی منفی..... ۱۵۶
- جدول ۴-۳۸: اطلاعات مربوط به ضرایب رگرسیون و ضرایب تبیین تحلیل رگرسیون  
سلسله مراتبی درماندگی بر راهبردهای مقابله اجتنابی و مقابله مذهبی منفی..... ۱۵۶

## فهرست شکل ها

صفحه

- شکل ۱-۲: مدل بحرانهای زندگی و تعالی فردی ..... ۶۰
- شکل ۲-۲: مدل تبدیل ..... ۶۴
- شکل ۳-۲: الگوی مفهومی تنیدگی و فرایندهای مقابله ..... ۸۴
- شکل ۴-۲: الگوی اول مقابله مذهبی بر پایه شناخت ..... ۱۰۶
- شکل ۵-۲: الگوی دوم مقابله مذهبی بر پایه شناخت ..... ۱۰۷



# فصل اول

مقدمه و کلیات طرح تحقیق

## ۱-۱ مقدمه

این مطالعه تلاش در جهت بررسی تعیین کننده های تعالی پس ضربه ای بر پایه ساخت نظری روانشناسی مثبت می باشد. اساس روانشناسی مثبت تمرکز روی تواناییها و قوت های انسان بوده و جهت مطالعه انسان را از آسیب شناسی به سوی تجارب مثبت فردی تغییر می دهد. زندگی به صورت گریز ناپذیری بستر تنیدگی های گوناگون است و افراد به شیوه های مختلفی به این رویدادهای تنیدگی زا پاسخ می دهند. توجه به تاثیرات منفی روان شناختی و جسمانی ناشی از تنیدگی، پیامدهای منفی آن را بر همگان مسلم داشته است، لیکن دهه پیشین بستر موجی از پژوهشهایی بوده است که از پارادایم آسیب شناختی تنیدگی و ضربه ها به سوی رویکرد روان شناختی مثبت حرکت نموده اند. هر چند امکان تعالی در رویارویی با تجارب تنیدگی زا پدیده نوینی نیست، ولی توجه علمی به این رویکرد بسیار جدید است. بررسی فرایند تعالی، عوامل مرتبط با آن، شناسایی عوامل تسهیل کننده و پیش بینی کننده تعالی و بررسی تفاوت های فرهنگی و فردی، موضوع تحقیقات بسیاری در سالهای اخیر بوده است.

## ۱-۲ بیان مساله:

یکی از عوامل کلیدی در رشد و تحول انسان، توانایی وی در سازش و مقابله تحت شرایط تهدید کننده و کشمکش زا و ظرفیت روانشناختی و زیست شناختی اوست (کوهن<sup>۱</sup>، کسپر<sup>۲</sup> و گوردون<sup>۳</sup> ۱۹۹۵ به نقل از ساتن<sup>۴</sup> ۲۰۰۴). نتایج تحقیقات نشان می دهد که شیوع تجربه رویدادهای تنیدگی زا در جوامع بالا است (کالهون<sup>۵</sup> و تدسکی<sup>۶</sup>، ۱۹۹۸) و بحرانهای معمول در زندگی مانند بیماری، سوگ، طلاق و رویدادهای تنیدگی زای دیگر هر کدام زندگی افرادی را که آنها را تجربه می کنند به شیوه های مختلفی شکل می دهند. (برومت<sup>۷</sup> و دو<sup>۸</sup> ۱۹۹۵؛ روبونیس<sup>۹</sup> و بیکمن<sup>۱۰</sup>، ۱۹۹۱ به نقل از شفر<sup>۱۱</sup> و موس<sup>۱۲</sup>، ۱۹۹۲).

همواره در طول تاریخ تحقیقات مربوط به تنیدگی توجه بسیار اندکی به اثرات مثبت بالقوه این رویدادها شده و تمرکز بر روی پیامدهای منفی آن بوده است (فولکمن<sup>۱۳</sup> و موسکوویتز<sup>۱۴</sup>، ۲۰۰۰). همچنین آنچه به عنوان پیامد مثبت از مقابله های کارآمد مد نظر قرار گرفته است، شامل سلامت روان، سلامت عمومی، سازگاری روانشناختی و یا عدم مشکلات روانشناختی بوده است. تحقیقات انجام شده در ایران نیز به بررسی همین ابعاد پرداخته اند، برای مثال، رابطه راهبردهای مقابله را با سلامت روان (کافی، ۱۳۷۵)، سازگاری روانشناختی (موسوی نسب، ۱۳۸۴) و سلامت روانشناختی

1. Cohen, L.H.

2. Kesler, B. G.

3. Gordon, L. C.

4. Sutton, D.

5. Calhoun, L. G.

6. Tedeschi, R. G.

7. Bromet, E.

8. Dew, M. A.

9. Rubonis, A. V.

10. Bickman, L.

11. Schaefer, J. A.

12. Moos, R. H.

13. Folkman, S.

14. Moskowitz, J. A.

(جعفر نژاد، ۱۳۸۲) بررسی کرده اند. مفهوم سلامت در دهه های اخیر به عنوان سازه ای در نظر گرفته شده که عاری از نشانه های بیماری شناختی است. در صورتیکه وجود معنا وهدف در زندگی ویا کیفیت روابط میان فردی بخشی مهم از سلامت فردی هستند که با عوامل فرهنگی، اجتماعی و فلسفی گره خورده است (میلر<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۳).

زمینه روانشناسی به طور گسترده اثرات منفی رویدادهای تنیدگی را بررسی و طبقه بندی نموده است و هر گونه رویداد منفی را به عنوان تنیدگی زا تلقی کرده و هر گونه تغییری را آسیب به سلامت روان در نظر گرفته است. با این وجود، بسیاری از محققان تغییر را هدف روانشناسی بالینی دانسته اند: تغییر در شناخت، رفتار و یا شخصیت. روانشناسان در سالهای اخیر بر روی چگونگی اجتناب برخی افراد از پیامدهای منفی رویدادهای تنیدگی زا یا ناگهانی زندگی تمرکز نموده اند. بسیاری از تحقیقات، تاب آوری کودکان یا بزرگسالان را در فائق آمدن بر شرایط محیطی، خانوادگی و اجتماعی نامناسب بررسی کرده اند. راهبردهای مقابله (لازاروس<sup>۲</sup> و فولکمن، ۱۹۸۴) و پدیده مقاومت در برابر تنیدگی (هولاهون<sup>۳</sup> و موس، ۱۹۹۱) توجه زیادی را به خود جلب کرد و برخی به تعالی فردی که می تواند به دنبال رویدادهای منفی زندگی رخ دهد، توجه نمودند (هگر<sup>۴</sup>، ۱۹۹۲؛ شفر و موس، ۱۹۹۲).

در دو دهه اخیر قلمرو تحقیقات انجام شده بر روی تنیدگی گسترده گشته و موجب تغییراتی در مفهوم سازی فرایند تنیدگی گشته است (پارک<sup>۵</sup>، ۲۰۰۶؛ کالهون و تدسکی، ۲۰۰۱؛ هولاهان و موس، ۱۹۹۱). بر اساس این مفهوم سازی جدید، پیامدهای مثبت و منفی دو فرایند موازی هستند که از تجربه تنیدگی حاصل می شوند و تعالی در کنار درماندگی وجود دارد. (کالهون و

---

1. Miller, W.

2. Lazarus, R. S.

3. Holahan, C. J.

4. Heger

5. Park, C. L.