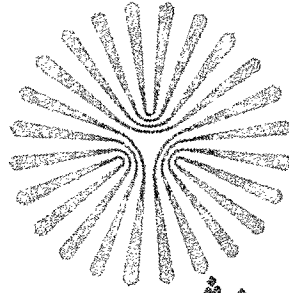


صلى الله عليه وآله



دانشگاه سям نور  
پیت

پایان نامه دوره کارشناسی ارشد روانشناسی

ارتباط بین مقابله با استرس و سرسختی با عملکرد تحصیلی در دانشجویان دانشگاههای  
دولتی شهر بوشهر

استاد راهنما:

دکتر علی پولادی ریشهری

استاد مشاور:

دکتر علیرضا آقا یوسفی

۱۳۸۷ / ۱۲ / ۱۰

کتابخانه دانشگاه سям نور  
شهر بوشهر

دانشجو:

افسانه سلیمی

اردیبهشت ماه ۸۷

۹۵۴۴۴



جمهوری اسلامی ایران  
وزارت علوم، تحقیقات و فناوری

دانشگاه پیام نور  
دانشگاه جامع پیام نور استان تهران

تاریخ .....  
شماره .....  
پیوست .....

**((تصویب نامه))**

پایان نامه تحت عنوان :

"بررسی ارتباط بین مقابله با استرس و سرسختی با عملکرد تحصیلی در دانشجویان دانشگاههای شهر بوشهر"

تاریخ دفاع : ۸۷/۱/۲۹ ساعت : ۹-۱۰/۳۰ رشته : روانشناسی  
نمره : ۱۸٫۷۵ درجه : عالی  
اعضای هیات داوران :

نام و نام خانوادگی هیات داوران مرتبه علمی امضاء

۱- جناب آقای دکتر پولادی ریشهری	استاد راهنما	
۲- جناب آقای دکتر علیرضا آقاییوسفی	استاد مشاور	
۳- جناب آقای دکتر حسین زارع	استاد داور	
۴- جناب آقای دکتر حسین زارع	نماینده گروه	

تهران، خیابان انقلاب،  
پان استاد نجات الهی،  
ش خیابان سپند،  
شماره ۲۳۳  
تلفن : ۸۸۰۱۰۹۰  
نگار : ۸۸۹۰۳۱۵۸  
سایت الکترونیکی :  
info@Tehran.pnu.a  
شانی الکترونیکی :  
http://www.Tehran.pnu.a

ضام

تقدیم به

دستهای خسته مادرم

و

محبت بی دریغ همسرم

و

فرزند دلبندم امیر محمد

حمد و سپاس خداوند متعال را که بزرگترین یاری دهنده انسانها در زندگیست.

و با تشکر و قدردانی از:

- استاد بزرگوار جناب آقای دکتر علی پولادی ریشه‌ری که در تمام مراحل تحقیق و تدوین این پایان نامه مرا راهنمایی کرده و از هیچ کمک و مساعدتی دریغ نفرمودند.
- استاد ارجمند جناب آقای دکتر علیرضا آقاییوسفی که قبول زحمت فرموده و مشاوره این رساله را بر عهده گرفتند.
- و در آخر از همه مسئولین ذریبط و دوستانی که در مراحل تحقیق و پژوهش مرا یاری نمودند بویژه دوست گرانقدرم سرکار خانم مهتاب بازیاری کمال تشکر و سپاسگزاری را دارم.

## چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی ارتباط بین روش های مقابله با استرس و سخت رویی با پیشرفت تحصیلی در دانشجویان دانشگاه های دولتی شهر بوشهر می باشد. برمبنای تحلیل های نظری و تجربی پیشین چهار فرضیه ارائه گردید که عبارتند از: (۱) بین روش های مقابله ای و پیشرفت تحصیلی دانشجویان دختر و پسر رابطه وجود دارد. (۲) بین سخت رویی روانی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان دختر و پسر رابطه وجود دارد. (۳) بین روش های مقابله با استرس در دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد. (۴) بین سخت رویی روانی و شیوه های مقابله با پیشرفت تحصیلی دانشجویان دختر و پسر رابطه وجود دارد \*

پژوهش حاضر یک پژوهش همبستگی است و روش نمونه گیری، تصادفی چند مرحله ای می باشد.

ابتدا دانشگاه های دولتی شهر بوشهر مشخص شد. سپس از بین این دانشگاه ها، یک دانشگاه به طور تصادفی انتخاب گردید. پس از آن از بین دانشکده های این دانشگاه، یک دانشکده به طور تصادف انتخاب شد و از بین مقاطع تحصیلی مختلف یک مقطع به نسبت دختر و پسر انتخاب شدند. به منظور بررسی فرضیه ها، ۳۶۴ نفر به عنوان نمونه انتخاب گردید که از این تعداد، ۲۱۸ نفر دختر دانشجو و ۱۴۶ نفر پسر دانشجو به طور تصادفی از بین دانشجویان انتخاب شدند. کلیه آزمودنی ها با پرسشنامه سخت رویی و روش های مقابله ای بلینگز و موس مورد ارزیابی قرار گرفتند.

نتایج به دست آمده با روش های آمار توصیفی و آمار استنباطی با بهره گیری از نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج آزمون فرضیه ها نشان می دهد که: (۱) بین پیشرفت تحصیلی و شیوه های مقابله در دختران و پسران دانشجو رابطه وجود دارد ولی شیوه هیجان مداری با پیشرفت تحصیلی همبستگی منفی دارد. همچنین شیوه مساله مداری با پیشرفت تحصیلی همبستگی مثبت دارد که در سطح  $0/001$  معنا دار است. (۲) بین سخت رویی روانی و پیشرفت تحصیلی در دختران و پسران دانشجو رابطه وجود دارد و در سطح  $0/05$  معنا دار است. (۳) بین شیوه مقابله

دختران با پسران دانشجو در شیوه هیجان‌مداری تفاوت وجود دارد که در سطح کمتر از ۰/۰۵. معنا دار است ولی بین شیوه مقابله دختران با پسران دانشجو در شیوه مساله‌مداری تفاوت وجود ندارد. (۴) بین سخت‌رویی روانی و شیوه‌های مقابله با پیشرفت تحصیلی در دختران و پسران دانشجو رابطه وجود دارد و در سطح ۰/۰۰۰۱ معنا دار است.

کلیدواژه‌ها: روش‌های مقابله‌ای، سخت‌رویی روانی، پیشرفت تحصیلی

صفحه	عنوان
	<b>فصل اول: کلیات</b>
۱	مقدمه
۵	بیان مساله
۸	اهمیت و ضرورت
۱۱	اهداف
۱۴	سئوال ها و فرضیه های پژوهش
۱۵	تعریف عملیاتی متغیرها و مفاهیم
۱۶	مقابله
۱۶	سخت رویی روانی
۱۷	پیشرفت تحصیلی
	<b>فصل دوم: پیشینه تحقیق</b>
۲۱	نظریه بیلینگزو و موس
۲۴	نظریه لازاروس و فلکمن
۳۰	نظریه فرایدنبرگ و لوئیس
۳۲	نظریه کارور و همکاران
۳۵	نظریه موس و اسکافر
۳۶	نظریه آیرز و همکاران
۳۶	نظریه پاول و ترایت
۳۶	نظریه آلتایمر
۳۷	نظریه کرونی
۳۷	نظریه لانگ و اسکات
۳۸	نظریه پیرلین و شولر



۳۹	نظریه فیلیس و جارویس
۴۰	نظریه ماث نی و دیگران
۴۳	نظریه آنتونوفسکی
۴۴	منابع مقابله
۴۵	اهمیت منابع مقابله
۴۶	مولفه های شناختی روش های مقابله
۴۷	روش های مقابله و تفاوت های جنسی
	<b>سخت رویی</b>
۴۹	ریشه ها و چگونگی شکل گیری مفهوم سخت رویی
۵۱	پژوهش سخت رویی و مفهوم سازی
۵۴	ویژگی های افراد سخت رو
۵۶	سخت رویی و تفاوت های جنسی
۵۷	رابطه سخت رویی و شیوه های مقابله ای
۵۹	سخت رویی و استرس
	<b>پیشرفت تحصیلی</b>
۶۴	پیشرفت تحصیلی و عوامل مربوط به آن
۶۶	ویژگی های شخصیتی در پیشرفت تحصیلی
۶۹	آموزش یادگیرندگان در زمینه مقابله با فشار روانی
۷۰	برخوردارای یادگیرندگان از منابع حمایتی
۷۱	خانواده و تاثیر آن بر پیشرفت تحصیلی
۷۲	شیوه ارزشیابی پیشرفت تحصیلی
۷۳	جنس و پیشرفت تحصیلی
۷۵	پیشرفت تحصیلی در جهان
۷۶	متغیر های موثر بر پیشرفت تحصیلی

مروری بر تحقیقات انجام شده

### فصل سوم

روش تحقیق:

۹۶	طرح پژوهش
۹۶	جامعه آماری
۹۶	حجم نمونه و روش نمونه گیری
۹۷	ابزار جمع آوری اطلاعات
۹۹	روش های آماری و تحلیل داده ها

### فصل چهارم

۱۰۱	یافته های آماری
۱۰۱	الف) یافته های توصیفی
۱۰۸	ب) یافته های مربوط به فرضیه های تحقیق

### فصل پنجم

۱۱۵	نتیجه گیری و بحث
۱۲۵	محدودیت ها
۱۲۶	پیشنهاد ها
۱۳۰	منابع و ماخذ
۱۳۵	ضمایم

## فهرست جداول

صفحه	عنوان
۱۰۱	جدول شماره ۴-۱: فراوانی و درصد دو گروه از لحاظ توزیع معدل
۱۰۲	جدول شماره ۴-۲: فراوانی، میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمرات مربوط به پیشرفت تحصیلی
۱۰۳	جدول شماره ۴-۳: فراوانی، میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمرات مربوط به هیجان مداری
۱۰۴	جدول شماره ۴-۴: فراوانی، میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمرات مربوط به مساله مداری
۱۰۶	جدول شماره ۴-۵: فراوانی، میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمرات مربوط به سخت رویی روانی
۱۰۷	جدول شماره ۴-۶: فراوانی و درصد شیوه های مقابله با عوامل تنیدگی زا
	جدول شماره ۴-۷: میانگین، انحراف معیار، حداقل و حداکثر نمرات مربوط به شیوه های مقابله

جدول شماره ۴-۸: خلاصه نتایج آزمون همبستگی پیرسون انجام شده مربوط به

ارتباط شیوه های مقابله با پیشرفت تحصیلی به تفکیک دختر و پسر و کل

۱۰۸

جدول شماره ۴-۹: خلاصه نتایج آزمون همبستگی پیرسون انجام شده مربوط به

ارتباط بین سخت رویی و پیشرفت تحصیلی به تفکیک دختر و پسر

۱۰۹ -

جدول شماره ۴-۱۰: خلاصه نتایج آزمون آماری t مستقل انجام شده مربوط به تفاوت

شیوه های مقابله در دانشجویان دختر و پسر

۱۱۰

جدول شماره ۴-۱۱: ضرایب همبستگی چندگانه سخت رویی روانی و شیوه های

مقابله و پیشرفت تحصیلی دانشجویان دختر و پسر به روش سلسله مراتبی

۱۱۱

جدول شماره ۴-۱۲: ضرایب همبستگی چندگانه سخت رویی روانی و شیوه های

مقابله و پیشرفت تحصیلی دانشجویان دختر به روش سلسله مراتبی

۱۱۲

جدول شماره ۴-۱۳: ضرایب همبستگی چندگانه سخت رویی روانی و شیوه های

مقابله و پیشرفت تحصیلی دانشجویان پسر به روش سلسله مراتبی

فهرست نمودارها

صفحه	عنوان
	نمودار ۱-۲: پاسخ های مقابله ای مساله مدار و هیجان مدار از نظریه یلینگز و موس (نقل از هـوالان و موس ۱۹۹۶، اقتباس از یزدانی، ۱۳۸۲)
۲۳	
	نمودار ۲-۲: فرایند مقابله (کوهن، لازاروس، ۱۹۷۹، لازاروس و فلکمن، ۱۹۸۴، به نقل از تایلور ۱۹۹۷ اقتباس از یزدانی ۱۳۸۲)
۲۹	
	نمودار ۲-۳: مدل مفهومی ارتباط سخت رویی، فشارروانی و بیماری (وایب و ویلیامز ۱۹۹۲، اقتباس از قربانی ۱۳۷۴)
۶۶	
	نمودار ۲-۴: الگوی تعاملی فردی چند بعدی پیشرفت تحصیلی نقل از کاظمی حقیقی
۷۸	۱۳۷۵

## فصل اول

### کلیات تحقیق

## مقدمه

زندگی در سده ی کنونی با پیچیدگی و سختی های ویژه ای همراه است و هر فردی در زندگی روزمره به شکلی استرس<sup>۱</sup> را تجربه می کند. دگرگونی های اجتماعی و خانوادگی، بروز بیماریهای خطرناک، آلودگی های فراگیر زیستی جنگ و رقابت و نظایر اینها هر کدام به تنهایی می تواند فشار و اضطراب فراوانی را بر فرد وارد سازد و فرد به ناچار سعی می کند با اتخاذ شیوه ای منحصر به فرد به آن عوامل پاسخگو باشد. استرس نیروی ویژه ای است که بر شیء فشار وارد کرده و تغییرات موقتی یا پایداری در ساختار آن بوجود می آورد (لازاروس<sup>۲</sup>، ۱۹۹۶).

سلیه (۱۹۹۳) در مورد استرس تعریف مشخصی ارائه نموده است که طبق این تعریف، استرس پاسخ غیر اختصاصی بدن به هر نوع نیاز یا خواسته است که با شاخص های عینی از قبیل: تغییرات شیمیایی یا بدنی مشخص می شود. دانشجویان در طول دوره تحصیلات خود استرس و فشار های زیادی را از قبیل استرس های تحصیلی، اجتماعی و مالی تجربه می کنند. چرا که برای دانشجویان رویارویی با افراد و محیط ناآشنا، خواست ها، کمبودها و یورش اندیشه های گوناگون می تواند از مهمترین منابع فشار روانی به حساب آید. آنها گاه برای کاهش احساس ناخوشایند استرس و گاه برای برطرف ساختن عامل آن به افراد، امکانات و شیوه های گوناگون روی می آورند. اما کدام شیوه موفقیت آنان را تضمین خواهد کرد؟ زندگی در چنین شرایطی نیازمند داشتن توانایی، مهارت و برنامه ریزی شایسته ای است که، بتواند سازگاری، توان پایداری فرد در برابر سختی ها و در عین حال سلامتی آنان را افزایش دهد. بسیاری از آنها با این فشار ها به طور موفقیت آمیزی مقابله می کنند اما برخی مستاصل شده و دچار اختلالات عاطفی، رفتاری، مشکلات اجتماعی و تحصیلی می شوند این عوارض معمولاً روی عملکرد تحصیلی یا تعاملات اجتماعی دانشجویان تأثیر سوء گذاشته و سازگاری و سلامتی آنان را کاهش می دهد.

بدیهی است نمی توان به گونه ای فراگیر عوامل فشار روانی را از بین برد زیرا اساساً کشمکش و فشار (تنش) برای رشد، شکوفایی و سلامتی انسان ضروری است. بنابراین بایستی افراد را از درون مایه کوبی کرد و به آنها آموخت چگونه مسائل را تغییر و از چه شیوه های کارآمدی برای رویارویی با مشکلات استفاده کنند.

<sup>۱</sup>-Stress

<sup>۲</sup>- Lazarus

آینده بشر نیازمند افرادی است که (۱) انعطاف پذیرتر، سازگارتر و مقاومتر باشند. (۲) روش های کارآمد و سالمی را برای رویارویی با مشکلات به کارگیرند و (۳) از تحصیلات شایسته برخوردار باشند. کوتاه اینکه، جهان آینده به افراد پرتوان و سالم نیازمند است اما نقش دانشگاه در این امر مهم چیست؟

مقابله با استرس می تواند به شیوه ای انجام پذیرد که به شخص کمک کند تا استرس را کاهش داده و فرد را به حالت تعادلی خود برگشت دهد. از این شیوه مقابله تحت عنوان "راهبرد های سازگارانه مقابله" نام برده شده است. مقابله سازگارانه را شامل: تشخیص خواسته ها و عوامل استرس زای بیرونی و آگاهی از منابع شخصی مقابله می دانند به این معنی که ابتدا لازم است شخص نسبت به آنچه در جریان است آگاهی پیدا کند سپس راه حلی برای کاهش خواسته های بیرونی و درونی بیابد.

علاوه بر این انسان تسلیم بی چون و چرای تنیدگی، منابع و پیامد های آن نیست بلکه برای کسب سازش و تعادل مجدد، پیشگیری، رفع تنیدگی و مهار آن به راهکار های گوناگون اندیشیده و دست یافته است. براساس تحقیقی جهت بررسی فرایند مقابله عمومی افراد را برحسب سه نوع اساسی سبک مقابله ای متمایز می سازند.

#### راهبرد های مقابله ای مساله مدار<sup>۱</sup>

براساس آن فرد اعمالی را که باید برای کاستن یا از بین بردن یک تنیدگی انجام دهد محاسبه می کند. این مقابله شامل جستجوی اطلاعات بیشتر در باره مساله، تغییر ساختار مساله از نظر شناختی و اولویت دادن به گام هایی برای مخاطب قرار دادن مساله می شود.

#### راهبرد های مقابله ای هیجان مدار<sup>۲</sup>

شیوه هایی را توصیف می کند که بر اساس آن فرد بر خود متمرکز شده و تمام تلاش او متوجه کاهش احساسات ناخوشایند خویش است. این واکنش های هیجان مدار شامل: گریه کردن، عصبی و ناراحت شدن، پرداختن به رفتار های عیب جویانه، اشتغال ذهنی و خیال پردازی است.

<sup>۱</sup>- Problem Focused Coping

<sup>۲</sup>- Emotional – Focused Coping



## راهبرد های مقابله ای اجتنابی<sup>۱</sup>

مستلزم فعالیت ها و تغییراتی شناختی است که هدف آنها اجتناب از موقعیت تنیدگی زا است. رفتارهای مقابله ای اجتنابی ممکن است به شکل روی آوردن و درگیر شدن در یک فعالیت تازه و یا به شکل روی آوردن به اجتماع و افراد دیگر ظاهر شود (هرن و میشل، ۲۰۰۳).

فلاسفه و دانشمندان در طول سالها تحقیق افراد بسیاری را مشاهده کردند که به دلیل ویژگی های شخصیتی معینی بهتر با موقعیت های ناخوشایند زندگی سازگار بودند.

سخت رویی<sup>۲</sup> به عنوان یکی از تعدیل کننده های استرس مورد پژوهش قرار گرفته است هرچند، غالب پژوهش ها در همین زمینه بوده است. اخیرا به رابطه سخت رویی و تاثیر آن در موفقیت شغلی، تحصیلی و رقابت های ورزشی پی برده اند. عملکرد پیشرفت تحصیلی<sup>۳</sup> دانشجویان تحت تاثیر متغیرهای شخصیتی گوناگونی از جمله سخت رویی قرار دارد.

به طور کلی سخت رویی روان شناختی بر تجربه درونی و دریافت ذهنی انسان تاکید می کند و سه مولفه سخت رویی شامل: تعهد<sup>۴</sup>، کنترل<sup>۵</sup> و چالش<sup>۶</sup> می باشد. افراد سخت رو دارای ویژگی هایی مثل حس کنجکاوی قابل توجه، تمایل به داشتن تجارب جالب و معنی دار، اعتقاد به موثر بودن آنچه که مورد تصور ذهنی است و ابراز وجود، نیرومندی، توانایی و مقاومت می باشند.

افراد سخت رو<sup>۷</sup> در هنگام رویارویی با عوامل تنیدگی زا سعی می کنند ارزیابی واقع بینانه ای از این عوامل داشته و شناخت مناسبی از عوامل تنیدگی زا به دست آورند و بر اساس این شناخت و انتخاب روش های مقابله ای مناسب، تلاش کنند تا عامل تنیدگی زا را رفع یا مهار نمایند. در مقابل افراد غیر سخت رو<sup>۸</sup> در مواجهه با موقعیت های تنیدگی زا به مهار، حذف یا کاهش هیجانات ناخوشایند می پردازند و به جای تلاش در جهت رفع یا مهار عامل تنیدگی زا از آن دوری کرده و آن را انکار می کنند. افراد غیرسخت رو ممکن است در روش مقابله ای هیجان مدار خود دچار خود فریبی و تحریف واقعیت شوند و موقعیت را به طور غیر واقع بینانه به نفع خود ارزیابی می کنند.

---

1- Avoidance – Focused Coping

2- Hardiness

3- Achivement Academic

4- Commitment

5- Control

6- Challenge

7- Hard

8- Non - Hard

در تحقیقات اخیر تاکید شده است که عوامل شخصیتی به ویژه در سطوح بالاتر تحصیلات رسمی، در پیش بینی عملکرد تحصیلی نقش به سزایی ایفا می کنند.

اگر فرد در سخت رویی قوی باشد مثلاً: در بعد چالش، مشکلات را به عنوان قسمت معمولی زندگی و یک فرصت برای رشد و توسعه تلقی کند در پیشرفت تحصیلی او تاثیر زیادی خواهد داشت. یافته ها نشان داده اند که دانشجویان با سخت رویی بالا وبه ویژه تعهد، بهتر در ضوابط علمی پیشرفت داشته اند.

محققانی از جمله کوباسا<sup>۱</sup>(۱۹۷۹)، مدی<sup>۲</sup>(۱۹۸۲)، کارور<sup>۳</sup>(۱۹۸۹)، وایب و ویلیامز(۱۹۹۲) و کوزاکا(۱۹۹۶) بر روی سخت رویی و هر کدام در زمینه ای خاص، مانند: سلامت روانی، پیشرفت حرفه ای، پیشرفت تحصیلی، رقابت ورزشی خدعو زنان کهن سال به پژوهش پرداختند. در حال حاضر چند موسسه تخصصی سخت رویی با سرپرستی کان<sup>۴</sup>(۲۰۰۰) در مری لند و مدی(۱۹۹۹) در دانشگاه کالیفرنیا سرگرم فعالیت و ارائه خدمات می باشند.

در این پژوهش ارتباط بین مقابله با استرس، سخت رویی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان مورد بررسی قرار می گیرد. این پژوهش در راستای مطالعه یکی از ویژگی های درونی مقاوم در برابر تنیدگی یعنی سخت رویی روان شناختی می پردازد و در صدد بررسی ارتباط آن با مجموعه تلاش های رفتاری - شناختی (روش های مقابله) است که فرد برای حذف، کاهش و مهار عامل تنیدگی زا یا پیامدهای هیجانی ناخوشایند آن به کار می گیرد. به منظور مشخص کردن فرایند این بررسی به ترتیب بیان مساله، ضرورت و اهمیت، اهداف، سئوال ها، فرضیه های پژوهشی، انواع متغیر و تعریف مفاهیم و متغیرها بررسی می شود.

## بیان مساله

یکی از منابع مقاومت درون فردی در برابر استرس ساختار سخت رویی می باشد. سخت رویی از ویژگی های شخصیتی است که همه افراد به درجاتی از آن برخوردارند. این ساختار با سه مولفه تعهد، مهار و چالش می تواند فرد را علیرغم زندگی در شرایط کاملاً فشارزا از بیماری مصون نگه دارد (کیامرثی و دیگران، ۱۳۷۷). افراد سخت رو احساس مسئولیت و هدفمندی قوی دارند، بر رویدادها احساس تسلط می کنند و دگرگونی ها را مایه بالندگی می دانند نه تهدید.

1- Kobasa  
2- Maddi  
3- Carver  
4-Kan

یکی از حوزه های فعال پژوهشی در روان شناسی بررسی روش های مقابله با استرس می باشد. این روش ها عبارتند از: تلاش های شناختی و رفتاری مستمر برای برآوردن نیاز های درونی و بیرونی که شامل سه روش عمده الف ( مساله مدار ب) هیجان مدارج) اجتناب مدار می باشد ( اکبرزاده ، ۱۳۷۶).

در روش مقابله ای مساله مدار فرد عامل استرس را به منظور کاهش یا حذف تنش حاصل از آن کنترل می کند مانند: مطالعه قبل از امتحان. در حالی که در روش مقابله ای هیجان مدار فرد واکنش های هیجانی ناشی از استرس را کنترل می کند مانند: کم اهمیت جلوه دادن امتحان. روش مقابله ای اجتناب مدار فرد از روبرو شدن با عامل استرس دوری می کند مانند: رفتن به سینما. چگونگی ارتباط بین سخت رویی و روش های مقابله هنوز مشخص نشده است. بر همین اساس، موضوع اصلی این پژوهش بررسی رابطه سخت رویی با روش های مقابله ای در دانشجویان پسر و دختر می باشد. این پژوهش در مورد افراد سخت رو و نقش تعدیل کننده سخت رویی روان شناختی در ارتباط با راهبرد های مقابله ای در دانشجویان می باشد.

موفقیت در گذر های مختلف زندگی مستلزم توجه به ابعاد مختلف روان شناختی زندگی دانشجویی با موضوعات مختلفی در ارتباط است. بی شک نیل به موفقیت نیازمند دارا بودن قابلیتها و توانمندی هایی است که بتواند فرد را در آن مسیر سوق دهد. تحقیقات نشان می دهد که متغیرهای سخت رویی و شیوه مقابله با استرس عامل مهمی است که در جهت دهی افراد به موفقیت نقش بسزایی دارد ( کوباسا، ۱۹۷۹).

بیلینگز و موس<sup>۱</sup> (۱۹۸۶) در زمینه روش های مقابله ای تعاریف مختلفی ارائه داده اند که مقابله، تمام تلاش های شناختی و رفتاری برای مهار، کاهش یا تحمل در خواست های درونی و بیرونی است.

فلکمن و لازاروس<sup>۲</sup> (۱۹۸۰) تسلط یافتن، کم کردن یا تحمل آسیب هایی که استرس ایجاد می کند که بر سه نوع: هیجان مدار، مساله مدار و اجتنابی متمرکز می باشد.

مقابله نقش مهمی در سازش، رفاه و سلامتی انسان دارد ( پرزیک و همکاران، ۲۰۰۰).  
از جمله متغیرهای شخصیتی که نقش تعدیل کننده در استرس دارد سخت رویی روان شناختی است.

<sup>1</sup>-Billings & Moos

<sup>2</sup>-Folkman & Lazarus

خاستگاه نظری این مفهوم به پژوهش های کوباسا، بر اساس دیدگاه وجودی بر می گردد. در واقع توان مقاومت و شکوفا ساختن خود در شرایط سخت و رفتن به دل حوادث استرس زااست ولی سخت رویی را ساختاری چند مولفه ای فرض کرده است .

تعهد، مهار و مبارزه جویی که آثار زیانبار استرس را کم می کند و اثر مستقیم سخت رویی در افزایش مقاومت و تمایز آن از دیگر منابع مقاومت در برابر فشار روانی این سؤال را طرح می کند که سخت رویی از طریق چه سازوکاری در ارتباط بین فشارها و آسیب دیدگی مداخله می کند؟ در پاسخ به این مساله شیوه ارزیابی رویدادها و روش های مقابله ای افراد سخت رو در مطالعات مختلف مورد توجه قرار گرفت ( قربانی، ۱۳۷۴).

از نظر سولکاسو و تومانک (۱۹۹۴) سخت رویی روانی یکی از مولفه های مهم یا راهبردهای کنار آمدن با فشارها است. در مطالعه آنها ۶۳ مرد جوان سالم به یک پرسشنامه شخصیتی، مقیاس سخت رویی، مقیاس سازگاری و مقیاس خود شایستگی پاسخ دادند سپس ۱۰ نفر از آزمودنی هایی که بالاترین نمره سخت رویی روانی را کسب کرده بودند با ۱۰ نفر دیگر که پایین ترین نمرات را کسب کرده بودند مورد مقایسه قرار گرفتند نتایج نشان داد که سخت رویی روانی سازگاری فرد را افزایش می دهد یعنی افراد سخت رو در برخورد با رویداد های زندگی شایستگی بیشتری نشان می دهند. ارزیابی شناختی موثر در افراد سخت رو افزایش می یابد و بلاخره افراد واجد صفت سخت رویی به میزان بالا در مقایسه با افرادی که سخت رویی کمتری دارند راهبردهای مقابله سازگارانانه بیشتری را به کار می گیرند.

اما یکی از مشکلات شایع در بین دانشجویان عملکرد تحصیلی ضعیف و مشروط شدن و در نتیجه اخراج از دانشگاه در هنگام تحصیل است. این مساله علاوه بر اینکه موجب ائتلاف منابع مالی و انسانی فراوانی می شود اثرات سوء روانی و رفتاری را نیز بر دانشجویان و خانواده آنان وارد می سازد. عملکرد پیشرفت تحصیلی دانشجویان تحت تاثیر رفتارهای سالم و ناسالم قرار می گیرد و عادات و رفتار های سالم در این زمینه نقش مهمی دارند. وضعیت تحصیلی دانشجویان می تواند متاثر از عوامل گوناگونی باشد. در موفقیت و شکست تحصیلی دانشجویان متغیر های زیادی دخالت دارند پیشرفت تحصیلی با عوامل مربوط به فرد، خانواده، محیط آموزشی و جامعه رابطه دارد. این عوامل ممکن است پیشرفت تحصیلی دانشجویان را افزایش داده و یا در افت تحصیلی و مشروط شدن آنها موثر باشند ( پیتر، مول هال؛ فلاورز و مرتنز، ۲۰۰۳).

والش (۱۹۹۶) تاثیر انعطاف پذیری را در ارتباط با توانمندی افراد در کنار آمدن با بحران ها و مصائب خانوادگی بررسی کرده است. وی انعطاف پذیری را به عنوان توانایی استقامت و پشت سر