

The Relationship Between Resilience and the Big Five Personality Factors

رابطه تاب‌آوری با پنج عامل بزرگ شخصیت

Roghayeh shafiezadeh. M.A.
University of Allameh Tabatabaie

رقیه شفیعی‌زاده*
کارشناس ارشد روان‌شناسی دانشگاه علامه طباطبائی

Abstract

چکیده

The purpose of this study was to determine the relationship between the resilience with big five personality factors. Method of research was correlation and the statistical society in cluded all people who lived in Mobarakeh- Esfahan (1390) in which 57 male and 48 female were selected using convenience sampling. Assessment tools consisted of Conner- Davidson Resilience scale (CD-RISC), (2003) and Neo-Five Factor inventory (NEO-FFI, Costa & McCrae, 1990). The data was analyzed using Pearson's correlation coefficient and multiple regression analysis (enter method). The results showed that resilience was negatively associated with neuroticism ($P < 0.01$) and positively related to extraversion and conscientiousness ($P < 0.01$). There was not a significant relationship between the resilience and openness and agreeableness. Also analysis of regression revealed that only neuroticism could predict the resilience in this group ($P < 0.001$).

این پژوهش با هدف تعیین رابطه تاب‌آوری با پنج عامل بزرگ شخصیت اجرا شد. پژوهش از نوع همبستگی است. جامعه آماری همه ساکنان شهرستان مبارکه استان اصفهان در سال ۱۳۹۰ بودند که به طریق نمونه‌گیری در دسترس ۵۷ مرد و ۴۸ زن انتخاب شدند. ابزارهای سنجش شامل پرسشنامه تاب‌آوری کانر و دیویدسون (CD-RISC، ۲۰۰۳) و پرسشنامه پنج عاملی شخصیت نتو (کاستا و مک‌کری، ۱۹۹۰) بود. داده‌ها از طریق ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه (شیوه همزمان) تحلیل شد. یافته‌ها نشان داد تاب‌آوری با روان‌رنجورخویی رابطه منفی قوی ($P < 0.01$) و با برون‌گرایی و وجدان‌گرایی رابطه مثبت ($P < 0.01$) دارد و بین تاب‌آوری با گشودگی و توافق رابطه معناداری وجود ندارد. تحلیل رگرسیون نیز نشان داد که فقط روان‌رنجورخویی پیش‌بینی‌کننده معنادار تاب‌آوری در این گروه بوده است ($P < 0.001$).

Keywords: Resilience, Big Five Personality Factors.

واژه‌های کلیدی: تاب‌آوری، پنج عامل بزرگ شخصیت.

* نویسنده مسئول: تهران، دهکده المپیک، دانشگاه علامه طباطبائی، گروه روان‌شناسی. پست الکترونیک (رایانامه): ro_1988@yahoo.com

مقدمه

مداخلات بالینی مناسب منجر شود (گلدستین و بروکز^۱، ۲۰۰۵). دلیل سوم اهمیت بررسی این موضوع آن است که به نظر می‌رسد با سلامت روان ارتباط تنگاتنگی دارد (وایو، فردریکسون و تیلور^۲، ۲۰۰۸).

اصطلاح تاب‌آوری در اصل و ابتدا در متالوژی برای نشان دادن قابلیت مواد برای برگشت به حالت اولیه بعد از کشیده یا فشرده شدن و مقاومت در برابر ضربه یا فشار مداوم استفاده شده است (گلدستین و بروکز، ۲۰۰۵). در رشته کامپیوتر این اصطلاح نشان‌دهنده کیفیت دستگاهی است که با وجود نقص در اجزای سازنده‌اش به کارکرد صحیح خود ادامه می‌دهد و در طب و روان‌شناسی تاب‌آوری نشان‌دهنده مقاومت جسمانی، بهبود خودانگیزخته و توانایی برقراری مجدد تعادل هیجانی در موقعیت‌های تنش‌زا است (مورالس^۳، ۲۰۰۷ به نقل از جعفری، ۱۳۸۹) و در واقع به ویژگی‌هایی اشاره دارد که در سرعت و میزان بهبود بعد از رویارویی با تنش مشارکت دارند (گلدستین و بروکز، ۲۰۰۵).

تاب‌آوری یا توانایی سازگاری مثبت با مصیبت و آسیب، یک موضوع روان‌شناختی است که در ارتباط با پاسخ فرد به سرطان، تنش آسیب‌زا و موقعیت‌های مشکل‌آفرین زندگی بررسی شده است. بعضی دیدگاه‌ها تاب‌آوری را به‌عنوان پاسخ به یک واقعه خاص و بعضی دیگر آن را به‌عنوان یک سبک مقابله‌ای پایدار در نظر می‌گیرند (لاموند، دیپ، آلیسون، لانگر، مور و همکاران^۴، ۲۰۰۹). برای مثال وایو، فردریکسون و تیلور (۲۰۰۸) تاب‌آوری را یک صفت روان‌شناختی ثابت و بادوام در نظر گرفته‌اند. مفهوم تاب‌آوری به صورت‌های مختلفی تعریف شده است. لوتار و چیچتی^۵ (۲۰۰۴)، به نقل از کمپبل - سیلس، کوهن و استین، (۲۰۰۶) تاب‌آوری را یک فرایند پویا می‌دانند که در آن افراد با وجود تجارب آسیب‌زا یا مصیبت‌بار، سازگاری مثبت نشان می‌دهند.

کامپفر^۶ (۱۹۹۹)، به نقل از سامانی، جوکار و صحراگرد، (۱۳۸۶) باور داشت که تاب‌آوری بازگشت به تعادل اولیه یا رسیدن به تعادل سطح بالاتر (در موقعیت تهدیدکننده) است و از این رو سازگاری موفق را در زندگی فراهم می‌کند. در عین حال کامپفر به این نکته نیز اشاره می‌کند که سازگاری مثبت هم ممکن است پیامد تاب‌آوری به‌شمار رود و هم به‌عنوان پیشاینده، سطح بالاتری از تاب‌آوری را سبب شود. وی این

در سال‌های اخیر رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گرا با توجه به استعدادها و توانمندی‌های انسان (به جای پرداختن به نابهنجاری‌ها و اختلال‌ها) مورد توجه روان‌شناسان قرار گرفته است. این رویکرد هدف نهایی خود را شناسایی موضوع‌ها و شیوه‌هایی می‌داند که بهزیستی و شادکامی انسان را به‌دنبال دارند. از این رو عواملی که موجب تطابق بیشتر آدمی با نیازها و تهدیدهای زندگی می‌شود، بنیادی‌ترین موضوع مورد پژوهش این رویکرد است. در این میان تاب‌آوری^۱ جایگاه ویژه‌ای در حوزه‌های روان‌شناسی تحولی، روان‌شناسی خانواده و بهداشت روانی یافته است، به طوری که هر روز بر شمار پژوهش‌های مرتبط با این موضوع افزوده می‌شود (کمپبل - سیلس، کوهن و استین^۲، ۲۰۰۶). تا اوایل دهه ۸۰ اعتقاد بسیاری از پژوهشگران علوم روان‌شناسی این بود که رویدادهای تنش‌زا در بروز اختلالات روان‌تنی نقش مؤثری دارند، به‌عنوان مثال هولمز و راهه^۳ دریافتند که رویدادهای زندگی با شروع بیماری رابطه دارد. در عین حال بررسی‌های روان‌شناسان بعدی نشان داد که بین رویدادهای تنش‌زا و اختلالات روان‌شناختی، عوامل تعدیل‌کننده‌ای وجود دارد که موجب می‌شود این رویدادها تأثیر متفاوتی بر افراد داشته باشند. یکی از این ویژگی‌ها تاب‌آوری است (شاکری‌نیا و محمدپور، ۱۳۸۹). همچنین براساس مدل تنش-آسیب‌پذیری، اول اینکه افراد باید آمادگی زیستی، روان‌شناختی یا اجتماعی-فرهنگی برای ابتلای به بیماری داشته باشند و سپس در معرض نوعی از تنش قرار بگیرند تا به بیماری مبتلا شوند. در حالی که بیشتر مردم آمادگی برای ابتلای به اختلالات معین را دارند، اما با قرار گرفتن در معرض تنش نیز به اختلالی مبتلا نمی‌شوند. چیزی که در برابر تسلیم شدن به تنش از افراد محافظت می‌کند، تاب‌آوری است (مک‌آلیستر و مک‌کینون^۴، ۲۰۰۸). در طول ۲۰ سال گذشته مطالعه درباره تاب‌آوری به‌طور معنی‌داری گسترش یافته است و نیاز به پژوهش درباره این موضوع احساس می‌شود و به چند دلیل باید سرعت بیشتری بگیرد؛ اول اینکه همان‌طور که پیچیدگی صنعتی جامعه ما افزایش می‌یابد، تعداد افراد در معرض آسیب و تعداد آسیب‌ها و مشکلاتی که افراد با آن روبه‌رو می‌شوند، افزایش می‌یابد. دوم اینکه فهم عوامل خطرزا و حمایتی و چگونگی عملکرد آنها ممکن است به

1. resilience

3. Holmes & Rahe

5. Goldstein & Brooks

7. Morales

9. Luthar & Cicchetti

2. Campbell-sills, Cohen & Stein

4. McAllister & McKinnon

6. Waugh, Fredrickson & Taylor

8. Lamond, Deep, Allison, Langer, moor & et al.

10. Kumpfer

تاب‌آوری مؤثر دانسته‌اند. در حالی که نظریه‌های فعلی تاب‌آوری را موضوعی چندبعدی متشکل از متغیرهای سرشتی^{۱۱} مانند مزاج^{۱۱} و شخصیت^{۱۲} همراه با مهارت‌های خاص مثل حل مسئله می‌دانند که به افراد اجازه می‌دهد به خوبی با وقایع تنش‌زای زندگی مقابله کند (کمپل - سیلس، کوهن و استین، ۲۰۰۶).

از جمله مسائلی که در حوزه تاب‌آوری مطرح است، نقش صفات شخصیتی است. براساس مدل انتخاب - مقابله افتراقی^{۱۳} بلوگر و زوکرم^{۱۴} (۱۹۹۷) راهبردهای مقابله‌ای مورد استفاده در رویارویی با تنش تعیین‌کننده پیامدهای مثبت یا منفی هستند و نوع راهبردهای مقابله انتخاب شده به صفات شخصیتی افراد بستگی دارد (بارتلی و روش^{۱۵}، ۲۰۱۱). در واقع طبق این مدل شخصیت از طریق تأثیر در میزان رویارویی با تنش، تأثیر در نوع واکنش به آن یا تأثیر در هر دو زمینه بر فرایندهای مرتبط با تنش تأثیر می‌گذارد (لاندر و کاستیلو^{۱۶}، ۲۰۱۰). در نتیجه از آنجا که صفات شخصیتی خاص افراد به‌کارگیری راهبردهای مقابله‌ای متفاوت را ترغیب می‌کنند، افراد به‌صورت متفاوت به تنش پاسخ می‌دهند (بارتلی و روش، ۲۰۱۱).

از بررسی‌هایی که به نقش صفات شخصیتی در تاب‌آوری پرداخته‌اند، می‌توان به پژوهش‌هایی اشاره کرد که رابطه پنج عامل بزرگ شخصیت (روان‌رنجورخویی^{۱۷}، برون‌گرایی^{۱۸}، گشودگی^{۱۹}، توافق^{۲۰} و وجدان‌گرایی^{۲۱}) را با تاب‌آوری بررسی کرده‌اند. این پژوهش‌ها در چند نتیجه با هم هماهنگ بوده‌اند. اول اینکه تاب‌آوری با روان‌رنجورخویی رابطه منفی معناداری دارد (کمپل - سیلس، کوهن و استین، ۲۰۰۶؛ بشارت، ۱۳۸۶؛ کلیمر، کاون و وایمن^{۲۲}، ۲۰۰۰). نتایج مطالعه کلیمر، کاون و وایمن (۲۰۰۰)، به نقل از دیاتر- دیکارد، آیوی و اسمیت^{۲۳}، (۲۰۰۵) نشان داد، عاطفه منفی که مشخصه روان‌رنجورخویی است، وجه تمایز کودکان تاب‌آور از کودکان ناسازگار است. دوم اینکه نتیجه بیشتر این مطالعات نشان داد که تاب‌آوری با برون‌گرایی رابطه مثبت معناداری دارد (بشارت، ۱۳۸۶؛ لنگوا^{۲۴}،

مسئله را ناشی از پیچیدگی تعریف و نگاه فرایندی به تاب‌آوری می‌داند. ماستن و کاتسوورث^۱ (۱۹۹۸)، به نقل از گلدستین و بروکز، (۲۰۰۵) دو شرط را برای توصیف تاب‌آوری لازم می‌دانند: یکی قرار گرفتن در معرض خطر، آسیب یا تهدید و دیگری سازگاری مثبت در رویارویی با این عوامل. شرط اول به تجارب یا وقایعی اشاره می‌کند که توانایی بر هم زدن عملکرد طبیعی تا حدی که به پیامدهای منفی منجر شود را دارد (ریلی و ماستن^۲، ۲۰۰۵). اینها عوامل خطرزا^۳ نامیده می‌شوند. گارمزی^۴ (۱۹۸۳)، به نقل از موریسون و کاسدن^۵، (۱۹۹۷؛ ترجمه سیفی، ۱۳۸۷) عوامل مخاطره‌آمیز را شامل مواردی می‌داند که احتمال به وجود آمدن اختلال رفتاری یا هیجانی در فرد را در مقایسه با فردی که به‌طور تصادفی از میان جمعیت عمومی انتخاب شده است، افزایش می‌دهد. بنابراین اگر افراد در معرض آسیبی که منجر به تحول طبیعی است قرار نگیرند و بر آن غلبه نکنند، به‌عنوان تاب‌آور توصیف نمی‌شوند. همان‌طور که آنتونی^۶ (۱۹۸۷) و بروکز و گلدستین (۲۰۰۱) مطرح کرده‌اند، ممکن است بعضی افراد تاب‌آور به نظر برسند، زیرا آنها در معرض تجربه آسیب‌زایی نبوده‌اند (گلدستین و بروکز، ۲۰۰۵).

تاب‌آوری فقط پایداری در برابر آسیب‌ها یا موقعیت‌های خطرناک نیست، بلکه شرکت فعال و سازنده در محیط پیرامون خود است (کانر و دیویدسون^۷، ۲۰۰۳). در واقع همان‌طور که ریچاردسون^۸ (۲۰۰۲) بیان کرده، تاب‌آوری بیشتر از آنکه یک بهبود ساده از آسیب و مصیبت باشد، رشد یا سازگاری مثبت به دنبال دوره‌ای از برهم خوردن تعادل حیاتی است و برطبق نظر بونانو^۹ (۲۰۰۴) چیزی بیشتر از زنده ماندن با وضعیت تنش‌زاست و مترادف با آسیب‌ناپذیری نسبت به تنش نیست. نظریه‌های قبلی در مورد تاب‌آوری بر ویژگی‌های مرتبط با پیامدهای مثبت در رویارویی با مصائب و ناملایمات زندگی تأکید داشته‌اند و عوامل حفاظتی بیرونی مثل مدارس کارآمد و رابطه با بزرگسالان حمایت‌گر را به‌عنوان عوامل ارتقادهنده

1. Masten & Coatsworth

3. risk factors

5. Morrison & Cosden

7. Conner & Davidson

9. Bonanno

11. temperament

13. differential coping- choice model

15. Bartely & Roesch

17. neuroticism

19. openness

21. conscientiousness

23. Deater- Deckard, Ivy & Smith

2. Reily & Masten

4. Garmezy

6. Anthony

8. Richardson

10. constitutional

12. personality

14. Bloger & Zuckerman

16. Leandro & Castillo

18. extraversion

20. agreeableness

22. Climer, Cowen & Wyman

24. Lengua

۱. بین تاب‌آوری با روان‌رنجورخویی رابطه منفی وجود دارد.
۲. بین تاب‌آوری با برون‌گرایی رابطه مثبت وجود دارد.
۳. تاب‌آوری با وجدان‌گرایی رابطه مثبت دارد. ۴. بین تاب‌آوری با توافق و گشودگی رابطه معناداری وجود ندارد.

روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه؛ پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است. همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون که در آن صفات شخصیتی افراد به‌عنوان متغیر پیش‌بین و تاب‌آوری به‌عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شدند. جامعه آماری مورد بررسی در این پژوهش ساکنان شهرستان مبارکه استان اصفهان در سال ۱۳۹۰ بودند که ۱۰۰ نفر ۵۷ مرد و ۴۳ زن از بین افراد گروه ۴۸-۱۸ سال به روش نمونه‌گیری در دسترس به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. حجم نمونه با توجه به اینکه در تحلیل رگرسیون برای هر متغیر پیش‌بین ۱۵ نفر توصیه شده است (فراهانی و عریضی، ۱۳۸۴) به نقل از سماواتیان، خانی، نوری و صمصام‌شریعت، ۱۳۸۹) و با در نظر گرفتن این نکته که برای جوامع بالا نمونه‌ای با تعداد حداقل ۱۰۰ نفر کفایت می‌کند (مولوی، ۱۳۸۶) به نقل از یوسف‌نژاد شیروانی و پیوسته‌گر، ۱۳۸۹) تعیین شد. میانگین سنی گروه نمونه ۲۸/۲۴، انحراف استاندارد ۵/۷۴ و دامنه سنی ۴۸-۱۸ بود.

ابزار سنجش

مقیاس تاب‌آوری کانر- دیویدسون^۱ (CD-RISC): کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) این مقیاس که توانایی سازگاری با تنش و آسیب را اندازه می‌گیرد، ساختند. طراحی این ابزار دو هدف داشت، یکی تهیه مقیاسی برای سنجش تاب‌آوری در نمونه‌های بالینی و بهنجار و همچنین ارزیابی میزان تغییر نمرات تاب‌آوری در پاسخ به درمان (کمپیل - سیلس، کوهن و استین، ۲۰۰۶). این مقیاس یک ابزار ۲۵ گویه‌ای است که تاب‌آوری را در اندازه‌های پنج‌درجه‌ای لیکرت از صفر (همیشه نادرست) تا ۴ (همیشه درست) می‌سنجد. یک مطالعه مقدماتی در مورد ویژگی‌های روان‌سنجی این مقیاس در جمعیت عادی و بیماران نشان داد که این ابزار همسانی درونی^۲، پایایی بازآزمایی^۳، روایی همگرا^۴ و واگرایی^۵ کافی دارد. نتایج تحلیل عاملی اکتشافی نشان داد که این مقیاس یک ابزار چندبعدی است و

توگید و فردریکسون^۱، ۲۰۰۴؛ همنیور^۲، ۲۰۰۳). بشارت (۱۳۸۶) گزارش کرده است که افراد برون‌گرا به تجربه هیجان‌های مثبت گرایش دارند و به آسانی به افراد دیگر دلبستگی پیدا می‌کنند. و به دنبال تعاملات اجتماعی هستند و هر دو عامل هیجان‌های مثبت و حمایت اجتماعی به‌طور مثبت با تاب‌آوری ارتباط دارد. مطالعه لنگوا (۲۰۰۲)، به نقل از دیاتر- دیکارد، آیوی و اسمیت، ۲۰۰۵) نیز نشان داد که هیجان‌های مثبت پیش‌بینی‌کننده تاب‌آوری در ۸ تا ۱۰ سالگی است. توگید و فردریکسون (۲۰۰۴) در پژوهش خود با این عنوان که افراد تاب‌آور از هیجان مثبت برای سالم خارج شدن از تجارب هیجانی منفی استفاده می‌کنند، به این نتیجه رسیدند که هیجان مثبت به افراد کمک می‌کند بعد از تجارب تنش‌زا، از نظر روان‌شناختی و جسمانی به حال اول خود برگردند. همنیور (۲۰۰۳) در آزمایشی عوامل مرتبط با بهبود موفقیت‌آمیز بعد از وقایع منفی را بررسی کرد. در این مطالعه مدت زمان پاسخ هیجانی افراد به یک فیلم منفی اندازه گرفته شد. نتایج نشان داد که افراد با نمره بالا در برون‌گرایی و ثبات هیجانی (نقطه مقابل روان‌رنجورخویی) نسبت به کسانی که دارای نمره پایین در این صفات بودند، بهبود عاطفی سریع‌تری داشتند. بهبود از تجارب منفی ممکن است مسیری باشد که افراد تاب‌آور از طریق آن قادرند به‌طور فعال، تعادل حیاتی خود را در رویارویی با مصیبت‌ها حفظ کنند. نتیجه سوم بررسی‌ها این بود که تاب‌آوری با وجدان‌گرایی رابطه مثبت معناداری دارد (بشارت، ۱۳۸۶؛ کمپیل - سیلس، کوهن و استین، ۲۰۰۶؛ پانلی، توماکا و ویب^۳، ۲۰۰۳).

علاوه بر این مطالعات، پژوهش‌های دیگری رابطه سبک‌های مقابله با تنش^۴ و تاب‌آوری را بررسی کردند که به نتایج مشابهی دست یافتند. برای مثال مطالعه واتسون و هیوبارد^۵ نشان داد که افراد با ویژگی برون‌گرایی بالا، راهبردهای مقابله فعالانه و کسب حمایت اجتماعی را دنبال می‌کنند، در حالی که افراد با ویژگی‌های روان‌رنجورخویی بالا در شیوه‌های منفعلانه و نامناسب مقابله شرکت می‌کنند و افراد با وجدان‌گرایی بالا از راهبردهای مقابله‌ای نامناسب دوری می‌کنند.

این مطالعه با هدف بررسی ارتباط تاب‌آوری با صفات شخصیت انجام شده است. ما فرض کردیم که تاب‌آوری ارتباط معنی‌داری با صفات شخصیتی مدل پنج عاملی کاستا و مک‌کری^۶ (۱۹۹۲) دارد. فرضیه‌های این پژوهش عبارت‌اند از:

1. Tugade & Fredrikson
3. Panley, Tomaka & Weibe
5. Watson & hubbard
7. Connor- Davidson Resilience Scale
9. test- retest reliability
11. divergent

2. Hemenover
4. coping
6. Costa & McCrae
8. internal consistency
10. convergent

گزارش شخصی و گزارش مشاهده‌گر استفاده شده است که ضرایب حاصل بین ۰/۴۵ تا ۰/۶۶ بوده‌اند. ضرایب پایایی این آزمون با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ بین ۰/۵۶ تا ۰/۸۷ به‌دست آمده است (گروسی‌فرشی، ۱۳۸۰). در این پژوهش آلفای کرونباخ برای پنج عامل بزرگ شخصیت (روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، گشودگی، توافق و وجدان‌گرایی) به ترتیب برابر با ۰/۸۴، ۰/۶۳، ۰/۳۸، ۰/۶۶ و ۰/۷۶ به‌دست آمد. دو نمونه از سؤالات این پرسشنامه به این شرح است: «من آدم نگرانی نیستم». «من دوست دارم همیشه افراد زیادی دور و برم باشند.»

روش اجرا و تحلیل: پرسشنامه‌های پژوهش (تاب‌آوری و پنج عامل بزرگ شخصیت) پس از توزیع و ارائه توضیحات لازم به‌صورت خودگزارش‌دهی پاسخ داده شدند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آمار توصیفی^۹، همبستگی پیرسون^{۱۰} و رگرسیون چندگانه (شیوه همزمان)^{۱۱} به کمک بسته آماری برای علوم اجتماعی نسخه^{۱۲} استفاده شد.

یافته‌ها

جدول ۱ میانگین و انحراف معیار نمره شرکت‌کنندگان برحسب متغیرهای مورد مطالعه را نشان می‌دهد.

جدول ۱- میانگین و انحراف معیار نمره شرکت‌کنندگان برحسب متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار
تاب‌آوری	۶۴/۸۰	۱۶/۰۹
روان‌رنجورخویی	۲۲/۱۶	۷/۸۶
برون‌گرایی	۳۰/۷۰	۵/۰۴
گشودگی	۲۵/۶۵	۴/۴۷
توافق	۲۹/۷۹	۵/۵۰
وجدان‌گرایی	۳۲/۹۳	۵/۵۷

برای بررسی رابطه بین تاب‌آوری و ویژگی‌های شخصیتی از روش همبستگی پیرسون استفاده شد که نتایج آن در جدول ۲ آورده شده است.

وجود پنج عامل شایستگی/استحکام شخصی^۱، اعتماد به غرایز شخصی/تحمل عواطف منفی^۲، پذیرش مثبت تغییر/روابط ایمن^۳، کنترل^۴ و معنویت^۵ را برای این مقیاس تأیید کرده است. چون پایایی و روایی زیرمقیاس‌ها هنوز به‌طور قطع تأیید نشده است، در حال حاضر فقط نمره کلی تاب‌آوری برای اهداف پژوهشی، معتبر محسوب می‌شود (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳). محمدی (۱۳۸۴) این مقیاس را برای استفاده در ایران هنجاریابی کرده است. وی این مقیاس را بر روی ۲۴۸ نفر اجرا کرد و پایایی آن با سنجش همسانی درونی آلفای کرونباخ ۰/۸۹ به‌دست آمد (شاکری‌نیا و محمدپور، ۱۳۸۹). در این پژوهش پایایی پرسشنامه از طریق آلفای کرونباخ بررسی شد و ضریب پایایی ۰/۹۱ به‌دست آمد. دو نمونه از سؤالات پرسشنامه به این شرح است: «وقتی تغییری رخ می‌دهد، می‌توانم خود را با آن سازگار کنم». «حداقل یک نفر هست که رابطه نزدیک و صمیمی‌ام با او در زمان تنش به من کمک می‌کند.»

۲. پرسشنامه شخصیت پنج عاملی نئو^۱ (NEO-FFI): این پرسشنامه شامل ۶۰ گویه است که برای اندازه‌گیری پنج عامل بزرگ شخصیت (روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، گشودگی، توافق، وجدان‌گرایی) استفاده می‌شود. در این پرسشنامه برای هر عامل ۱۲ گویه وجود دارد که پاسخ‌دهی آنها در قالب مقیاس لیکرتی ۵ درجه‌ای (کاملاً مخالفم، مخالفم، نظری ندارم، موافقم، کاملاً موافقم) امکان‌پذیر است. در خصوص پایایی عوامل NEO-FFI نتایج چندین مطالعه نشان می‌دهد که زیرمقیاس‌های NEO-FFI همسانی درونی خوبی دارند. به‌عنوان مثال کاستا و مک‌کری (۱۹۹۲)، به نقل از روشن چسلی، شعیری، عطری فرد، نیکخواه، قائم مقامی و همکاران، (۱۳۸۵) ضریب آلفای بین ۰/۶۸ (برای توافق) تا ۰/۸۶ (برای روان‌رنجورخویی) را گزارش کرده‌اند. رونالد، پارکر و اشتومپ^۷ (۱۹۹۸) به نقل از آلوچا، گارسیا، روسیر و گارسیا^۸، (۲۰۰۵) پایایی بین ۰/۶۲ تا ۰/۸۴ و ۰/۵۰ تا ۰/۸۴ را به ترتیب در دانشجویان و سربازان فرانسوی به‌دست آوردند. گروسی فرشی (۱۳۸۰) این پرسشنامه را در ایران به فارسی ترجمه و بر روی دانشجویان ایرانی هنجاریابی کردند. به‌منظور ارزیابی روایی ملاکی این آزمون از محاسبه همبستگی بین دو فرم

1. personal competence/ tenacity
3. positive acceptance of change / secure relationships
5 spirituality
7. Ronald, Parker & Stumpf
9. descriptive statistics
11. multiple regression analysis
12. Statistical Package for Social Sciences (SPSS) –version18

2. trust in ones instincts / tolerance of negative affects
4. control
6. neo five- factor inventory
8. Aluja, Garcia, Rossier & Garcia
10. pearson's correlation coefficient

جدول ۲- همبستگی پیرسون بین تاب‌آوری و ویژگی‌های شخصیتی

متغیر	روان‌رنجورخویی	برون‌گرایی	گشودگی	توافق	وجدان‌گرایی
تاب‌آوری	*-۰/۵۷	*۰/۴۰	-۰/۰۶	۰/۱۴	*۰/۳۸

* همبستگی در سطح $P < ۰/۰۰۱$ معنی‌دار است.

جدول ۳- نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه برای پیش‌بینی تاب‌آوری

ردیف	پنج عامل بزرگ شخصیت	تاب‌آوری			
		ضریب غیراستاندارد	خطای استاندارد	ضریب تأثیر	آماره t
۱	مقدار ثابت	۷۴/۱۸۶	۱۶/۹۷	۴/۳۷	۰/۰۰۱
۲	روان‌رنجورخویی	-۰/۹۹	۰/۲۲	-۰/۴۸	*۰/۰۰۱
۳	برون‌گرایی	۰/۲۹	۰/۳۲	۰/۰۹	۰/۳۶
۴	گشودگی	-۰/۰۱	۰/۳۳	-۰/۰۰۴	۰/۹۶
۵	توافق	۰/۳۸	۰/۳۳	۰/۱۳	۰/۲۵
۶	وجدان‌گرایی	-۰/۲۹	۰/۳۲	-۰/۱	۰/۳۶

متغیر وابسته: تاب‌آوری

با یافته‌های بشارت (۱۳۸۶)، کمپبل - سیلس، کوهن و استین (۲۰۰۶) و کلیمر، کاون و ویمان (۲۰۰۰) هماهنگ است. کلیمر، کاون و ویمان (۲۰۰۰) گزارش کرده‌اند که روان‌رنجورخویی در برگیرنده عاطفه منفی از جمله احساس غمگینی، خشم و ناراحتی است و کودگانی که از نظر عاطفه منفی پایین ارزیابی می‌شوند به احتمال کمتری در رویارویی با موقعیت‌های سخت و مصیبت‌بار، ناسازگاری نشان می‌دهند. همچنین کمپبل - سیلس، کوهن و استین (۲۰۰۶) خاطر نشان کرده‌اند که آسیب‌پذیری به تنش یکی از صفات افراد روان‌رنجور است، بنابراین تعجبی ندارد که افراد با نمرات بالای روان‌رنجورخویی در مقیاس تاب‌آوری نمره پایینی کسب کنند. همچنین همسو با فرضیه دوم، تاب‌آوری رابطه مثبت قوی با برون‌گرایی نشان داد، موضوعی که در برگیرنده سبک عاطفی مثبت و هیجان‌های مثبت، روابط بین‌فردی صمیمی و سطوح بالای تعامل و فعالیت اجتماعی است (توگید و فردریکسون، ۲۰۰۴). این یافته با یافته‌های بشارت (۱۳۸۶)، لنگوا (۲۰۰۲)، توگید و فردریکسون (۲۰۰۴) و همینور (۲۰۰۳) هماهنگ است. در تبیین این رابطه می‌توان گفت که هیجان‌های مثبت،

نتایج به‌دست آمده، فرضیه‌های پژوهش را تأیید کردند. این همبستگی‌ها نشان می‌دهد که تاب‌آوری همبستگی منفی قوی با روان‌رنجورخویی و همبستگی مثبت معنی‌دار با برون‌گرایی و وجدان‌گرایی دارد. همچنین برحسب این نتایج رابطه تاب‌آوری با گشودگی و توافق معنی‌دار نبود. در جدول ۳ نتایج مربوط به تحلیل رگرسیون برای پیش‌بینی تاب‌آوری از طریق ویژگی‌های شخصیتی ارائه شده است. همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود، فقط روان‌رنجورخویی قادر به پیش‌بینی معنادار تاب‌آوری در این گروه از آزمودنی‌ها بوده است ($P < ۰/۰۰۱$).

بحث

هدف کلی این پژوهش تعیین رابطه تاب‌آوری با پنج عامل بزرگ شخصیت (روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، گشودگی، توافق و وجدان‌گرایی) بود. نتایج بررسی فرضیه اول نشان داد که بین تاب‌آوری و روان‌رنجورخویی، ساختاری که در برگیرنده هیجان‌های منفی و ضعف در سازگاری است (بشارت، ۱۳۸۶)، رابطه منفی و معناداری وجود دارد. این یافته

این نتایج با مطالعاتی که رابطه ویژگی‌های شخصیت و سبک‌های مقابله را بررسی کرده‌اند (واتسون و هیوبارد، ۱۹۹۶) هماهنگ است. از آنجا که افراد با نمره بالای روان‌رنجورخویی به دلیل ارزیابی‌های شناختی غلط به خود فرصت فکر کردن و مرور مسأله را نمی‌دهند و موقعیت را درست درک نمی‌کنند، در نتیجه از سبک مقابله‌ای ناکارآمد مثل هیجان‌مداری استفاده می‌کنند (واتسون و کلارک^۱، ۱۹۹۲). همچنین وجدان‌گرایی و همبستگی بالایی با سبک مقابله‌ای مسأله‌مدار دارد. افراد با وجدان‌گرایی و ویژگی‌های وسواس (دقت در انجام کارها) در برنامه‌ریزی و حل مسأله فعالانه شرکت می‌جویند و از سبک مقابله‌ای نامناسب و منفعلانه دوری می‌کنند (واتسون و هیوبارد، ۱۹۹۶). از آنجا که مقابله مسأله‌مدار به‌عنوان یک متغیر میانجی تأثیر مثبتی بر تاب‌آوری دارد و مقابله هیجان‌مدار بر تاب‌آوری اثر منفی می‌گذارد، افراد با روان‌رنجورخویی بالا که از مقابله‌های هیجان‌مدار استفاده می‌کنند نسبت به افراد برون‌گرا و وجدان‌گرا که از مقابله مسأله‌مدار استفاده می‌کنند، تاب‌آوری کمتری نشان می‌دهند.

ذکر این نکته ضروری است تاب‌آوری و مهارت‌های مقابله با تنش ساختارهای مرتبطی هستند. مهارت‌های مقابله به مجموعه‌ای از راهبردهای شناختی و رفتاری اشاره دارد که افراد برای مدیریت موقعیت تنش‌زا از آنها استفاده می‌کنند و تاب‌آوری به پیامد سازگارانه در رویارویی با مصیبت و سختی اشاره دارد. در نتیجه پیشنهاد می‌شود که در مطالعات بعدی علاوه بر صفات شخصیتی، میزان تأثیر مهارت‌های مقابله هم در تاب‌آوری بررسی شود. این پژوهش در مورد ساکنان شهرستان مبارکه اصفهان اجرا شده است، بنابراین در تعمیم نتایج آن به سایر جوامع لازم است جانب احتیاط رعایت شود. در ضمن این مطالعه از نوع همبستگی است، بنابراین فقط می‌توان گفت که بین تاب‌آوری و پنج عامل بزرگ شخصیت رابطه وجود دارد نه اینکه یکی علت دیگری است که این مهمترین محدودیت پژوهش‌های همبستگی است.

منابع

بشارت، م. ع. (۱۳۸۶). «تاب‌آوری، آسیب‌پذیری و سلامت روانی»، *مجله علوم روان‌شناختی*، ۲۴، ص ۳۸۳-۳۷۳.
روشن‌چسلی، ر. شعیری، م. ر. عطری‌فرد، م. نیکخواه، ا. قائم‌مقامی، ب. و رحیمی‌راد، ا. (۱۳۸۵). «بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه شخصیتی نئو (NEO-PI-R)»، *دوماهنامه علمی - پژوهشی دانشگاه شاهد*، سال سیزدهم، شماره ۱۶، ص ۳۶-۲۷.

تلاش‌های فعالانه را برای رویارویی با تنش افزایش می‌دهد و می‌تواند این اعتقاد که تلاش‌ها موفقیت‌آمیز هستند را ارتقا بخشد (بشارت، ۱۳۸۶).

فردریکسون^۱ (۲۰۰۱) این فرضیه را مطرح می‌کند که هیجان‌ات مثبت با تاب‌آوری ارتباط دارند، زیرا آنها مجموعه‌های تفکر - عمل را که با وضعیت تنش‌زا در دسترس افراد قرار می‌گیرند، گسترش می‌دهند، در نتیجه داشتن تفکر انعطاف‌پذیری بیشتر و گزینه‌های رفتاری وسیع‌تر به‌عنوان پیامد عاطفه مثبت، مقابله افراد برون‌گرا را در طول رویارویی با تنش افزایش می‌دهد.

همچنین سطوح بالای برون‌گرایی در رویارویی با مصیبت‌ها سازگارانه است، زیرا افراد برون‌گرا به احتمال بیشتری حمایت دیگران را جست‌وجو می‌کنند و در این امر موفق هستند. ثابت شده کودکانی که از درگیر شدن در تعاملات اجتماعی لذت می‌برند، بیشتر قادرند مراقبت و توجه دیگران را جلب کنند. عاملی که می‌تواند در سازگاری با موقعیت‌های تنش‌زا کمک‌کننده باشد؛ در مقابل کودکانی که تحریک‌پذیر و کج خلق هستند، به‌راحتی با تغییرات محیطی آشفته می‌شوند و حواس آنان به راحتی پرت می‌شود، کمتر قادرند با مصیبت و سختی مقابله کنند و به احتمال بیشتری خشم و طرد والدین را جلب یا استنباط می‌کنند، به‌خصوص اگر والدین هم آشفته باشند (دیپاتر- دیکارد، آیوی و اسمیت، ۲۰۰۵).

همسو با فرضیه سوم، تاب‌آوری ارتباط مثبتی با وجدان‌گرایی نشان داد. این یافته با یافته‌های بشارت (۱۳۸۶)، کمپبل - سیلس، کوهن و استین (۲۰۰۶)، پانلی، توماکو و ویپ (۲۰۰۳) هماهنگ است. در تبیین این رابطه می‌توان گفت که افراد با وجدان‌گرایی بالا خودکارآمدی قوی دارند و بیشتر احتمال دارد که یک رویکرد حل مسأله فعال را برای غلبه بر تنش در پیش گیرند (بشارت، ۱۳۸۶).

تمایل به استفاده از راهبرد مقابله مسأله‌مدار، ارتباط وجدان‌گرایی و تاب‌آوری را روشن می‌کند (کمپبل - سیلس، کوهن و استین، ۲۰۰۶). پانلی، توماکو و ویپ (۲۰۰۳) ثابت کرده‌اند که مقابله مسأله‌مدار، بهبودی مؤثر از موقعیت تنش‌زا را ارتقا می‌دهد. سبک کار کردن سخت افراد وجدان‌گرا احتمالاً آنها را به سمت این سبک مقابله سوق می‌دهد و به آنها اجازه می‌دهد از پس عوامل تنش‌زا برآیند و در نتیجه احساس خودکارآمدی را تجربه کنند. در واقع به نظر می‌رسد گرایش کلی پاسخ به مصایب با رویکرد حل مسأله فعال، تاب‌آوری را در افراد وجدان‌گرا بهبود می‌بخشد.

1. Fredrickson

2. Watson & Clark

- Fredrickson, B.L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden- and- build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56, 218- 226.
- Goldstein, S., Brooks, R.B. (2005). Why study resilience. In Goldstein, S., & Brooks, R.B, *Handbook of Resilience in Children*, (pp 49-64), New York: Contemporary Books.
- Hemenover, S.H. (2003). Individual differences in rate of affect change :Studies in affective chronometry. *Journal of personality and social psychology*, 85, 121- 131.
- Lamond, A.L., Depp, C.A., Allison, M., Langer, R., Reichstadt, J., Moore, D.J., Goldshan, Sh., Ganiats, T.G., & Jeste, D.V. (2009). Measurement and predictors of resilience among community- dwelling older women. *Journal of Psychiatric Research*, 43, 148- 154.
- Leandro, P.G., & Castillo, M.D. (2010). Coping with stress and its relationship with personality dimensions, anxiety, and depression. *Procedia Social and Behavioral Sciencess*, 5, 1562- 1573.
- McAllister, M., & McKinnon, J. (2009). The importance of teaching and learning resilience in the health disciplines: A critical review of the literature. *Nurse Education Today*, 29, 371- 379.
- Panley, J.A., Tomaka, J., & Wiebe, J.S. (2002). The association of coping to physical and psychological health outcomes: A meta analytic review. *Journal of Behavioral Medicine*, 25, 551- 603.
- Richardson, G.E. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58, 307- 321.
- Riley. J.R., & Masten, A.S. (2005). Resilience in contex. In Peters. D.R., Leadbeater, B., McMahan, R.J, Resilience in children, Families, and Communities, (pp.13-26), New York: Kluwer Academic / Plenum Publishers.
- Tugade, M.M., & Fredrickson, B.L. (2004). Resilient Individuals use positive emotion to bouce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social psychology*, 86, 320- 333.
- Watson, D., & Clark, L.A. (1992). On traits and temperament: general and specific factors of emotional experience and their relation to five-factor- model. *Journal of personality*, 60, 440- 476.
- Watson, D., & Hubbard, B. (1996). Adaptational style and dispositional structure: coping in the context of the five -factor-model. *Journal of personality*, 64, 735- 744.
- Waugh, Ch.E., Fredrickson, B.L., Taylor, S.F. (2008). Adapting to lifes slings and arrows: Individual differences in resilience when recovering from an anticipated threat. *Journal of Research in Personalsity*, 42, 1031- 1046.
- سامانی، س. جوکار، ب. و صحراگرد، ن. (۱۳۸۶). «تاب‌آوری، سلامت روانی و رضایت‌مندی از زندگی». *مجله روانپزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*، سال سیزدهم، شماره ۳، ص ۲۹۵-۲۹۰.
- سماواتیان، ح. خانی، ف. نوری، ا. و صمصام‌شریعت، م. ر. (۱۳۹۰). «رابطه پنج عامل بزرگ شخصیت مدیران و سرپرستان با رفتارهای مدنی سازمانی کارکنان»، *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، سال دوازدهم، شماره ۲، ص ۴۶ - ۳۹.
- شاکری‌نیا، ا. و محمدپور، م. (۱۳۸۹). «رابطه تنش شغلی و تاب‌آوری با فرسودگی شغلی در پرستاران زن»، *فصلنامه علمی - پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه*، سال چهاردهم، شماره ۲، ص ۱۶۹-۱۶۱.
- گروسی‌فرشی، م. ت. مهریار، ا. ه. و قاضی طباطبایی، م. (۱۳۸۰). «کاربرد آزمون جدید شخصیتی نئو و بررسی تحلیل ویژگی‌ها و ساختار عاملی آن در بین دانشجویان دانشگاه‌های ایران»، *فصلنامه علمی - پژوهشی علوم انسانی دانشگاه الزهراء*، ۱۱، ص ۱۹۸-۱۷۳.
- موریسون، جی.ام. و مریت، کی.ای (۱۹۹۷). «تاب‌آوری، مخاطره و سازگاری افراد دارای اختلال‌های یادگیری». *ترجمه محسن سیفی* (۱۳۸۷)، *مجله تعلیم و تربیت استثنایی*، شماره ۷۹، ص ۸۷-۶۸. (سال انتشار اثر به زبان اصلی، ۱۹۹۷).
- یوسف‌نژاد شیروانی، م. و پیوسته‌گر، م. (۱۳۹۰). «رابطه رضایت از زندگی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه در دانشجویان»، *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، سال دوازدهم، شماره ۲، ص ۶۵-۵۶.
- Aluja, A., Garcia, O., Rossier, J., Garcia, L.F. (2005). Comparison of the NEO-FFI, the NEO-PI-R and an Alternative short version of the NEO-PI-R (NEO-60) in swiss and spanish samples. *Personality and Individual Differences*, 38, 591-604.
- Bartely, C.E., & Roesch, S.C. (2011). Coping with daily stress: The role of conscientiousness. *Personality and Individual Differences*, 50, 79- 83.
- Bonanno, G.A. (2004). Loss, trauma, and human resilience. *American Psychologist*, 59, 20- 28.
- Campbell- sills, L., Cohen, Sh.L., Stein, M.B. (2006). Relationship or resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 585-599.
- Conner, M., & Davidson, J.R.T. (2003). Development of a new resilience scale: the Conner- Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76- 82.
- Deater-Deckard, K., Ivy, L., Smith, J. (2005). *Resilience in Gene-Environment Transactions*. In Goldstein. S., & Brooks. R.B, *Handbook of Resilience in Children*, (pp.49-64), New York: Contemporary Books.