

نقش حمایت اجتماعی و هیجان‌خواهی در تاب‌آوری امدادگران

جمعیته هلال احمر

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۷/۰۷/۲۵ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۷/۱۰/۱۰

مجتبی دلیر^۱
ناهد قاسمی^{۲*}

چکیده

مقدمه: این پژوهش با هدف بررسی نقش حمایت اجتماعی و هیجان‌خواهی در تاب‌آوری امدادگران جمعیت هلال احمر اجرا گردید.

روش: تحقیق حاضر از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش را امدادگران جمعیت هلال احمر شهر تهران در سال ۹۷-۱۳۹۶ تشکیل دادند. نمونه پژوهش ۱۵۰ نفر از این امدادگران بودند که به‌صورت نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. در این پژوهش از مقیاس تاب‌آوری کانز و دیویدسون (۲۰۰۳)، پرسش‌نامه ارزیابی حمایت اجتماعی (۱۹۸۶) و مقیاس هیجان-خواهی (۱۹۷۸) استفاده شد. اطلاعات به‌دست آمده با روش ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه مورد تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها: نتایج تحقیق نشان دادند که بین همه مولفه‌های هیجان‌خواهی با تاب‌آوری همبستگی معنی‌دار وجود دارد. علاوه، بین همه مولفه‌های حمایت اجتماعی با تاب‌آوری همبستگی معنی‌دار وجود دارد ($P < 0/01$). همچنین، نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که هیجان‌خواهی و حمایت اجتماعی قدرت پیش‌بینی تاب‌آوری در بین امدادگران را دارند.

نتیجه‌گیری: با توجه به اهمیت تاب‌آوری در شرایط تنش‌زا در بین امدادگران، توصیه می‌شود، میزان هیجان‌خواهی ایشان در آغاز همکاری بررسی شود و در ادامه نیز امکان دریافت حمایت اجتماعی برای امدادگران فراهم گردد.

کلمات کلیدی: حمایت اجتماعی، هیجان‌خواهی، تاب‌آوری، امدادگران

این مقاله برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد مشاوره است.

۱. دکتری تخصصی روان‌شناسی، مدرس دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران جنوب

۲. کارشناس ارشد مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تهران جنوب

* نویسنده مسئول: nd.ghassemi@gmail.com

The Role of Social Support and Sensation Seeking in of Rescuers of the Red Crescent Society Resiliency

Mojtaba Dalir¹
Nahid Ghasemi^{2*}

Abstract

Introduction: This research was carried out with the aim of investigating the role of social support and sensation seeking in rescuers of Red Crescent Society.

Method: The research method was a correlation. The statistical population of the study was the rescuers of the Red Crescent Society of Tehran in the years 97-96. The sample consisted of 150 rescuers who were selected by available sampling. In this study, Conner and Davidson's Resiliency Scale (2003), Social Support Assessment Questionnaire (1986) and Sensation Seeking Scale (1978) was used. Data were analyzed by the Pearson correlation coefficient and multiple regressions.

Results: The results of the research showed that there is a significant correlation between all the sensation seeking components and resiliency. There is a significant correlation between all social support components and resiliency ($P < 0.01$). Also, the results of regression analysis showed that sensation seeking and social support have the potential for prediction of resiliency among rescuers.

Conclusion: Regarding the importance of resiliency in stressful situations among rescuers, it is recommended that their sensation seeking level be considered at the beginning of the collaboration, and then providing the possibility of receiving social support for the rescuers is recommended.

Keywords: Social Support, Sensation Seeking, Resiliency, Rescuers

1. Ph.D. in Psychology, Department of Psychology, Islamic Azad University, South Tehran Branch.

2. M. A in Counseling, Department of Psychology, Islamic Azad University, South Tehran Branch.

* Corresponding Author: nd.ghasemi@gmail.com

مقدمه

طی دو دهه اخیر میلیون‌ها نفر در اثر حوادث غیرمترقبه جان باخته و حجم خساراتی بالغ بر صدها میلیون دلار رشد توسعه اجتماعی و اقتصادی جوامع انسانی را با مانع روبه‌رو کرده است. با توجه به آثار بحران بر جامعه، طبق حوادث غیرمترقبه، مدیریت بحران درصدد پیشگیری و ایجاد آمادگی در مقابله با بحران و در صورت بروز آن کاهش آثار مخرب و واکنش سریع و مناسب است (صمدی-میارکلایی، صمدی-میارکلایی و بابایی، ۱۳۹۱).

کارکنان یک سازمان امدادی در کشور مستعد بروز حوادث متناوب و دارای رابطه مستقیم همراه با پاسخگویی به مردم در بحرانی‌ترین شرایط و در معرض ناراضی‌ها و شکایت‌ها، جامعه هدف خود در مواقع اضطراری هستند (جعفری، رشید، خرم دل و جعفری، ۱۳۹۶). هلال احمر شهرها و مراکز به‌عنوان مهم‌ترین مراکز بهداشتی و درمانی و اورژانسی کشور در کمک به مصدومان و مجروحان احتمالی بحران-ها، لازم است برنامه‌های مناسب و منسجم مقابله با بحران در تمام ابعاد را داشته باشند و رسالت بازگرداندن حیات و سلامتی مصدومان را بر عهده دارد و در فرهنگ عمومی، توقع و انتظار گسترده آن است که طراحی سازمان به گونه‌ای باشد که توانایی مقابله و تاب‌آوری در هر بحرانی داشته باشد (صمدی-میارکلایی و همکاران، ۱۳۹۱). به اعتقاد کونور و دیویدسون^۱ (۲۰۰۳)، «تاب‌آوری تنها پایداری در برابر آسیب‌ها یا شرایط تهدیدکننده نیست، بلکه شرکت فعال و سازنده در محیط پیرامونی خود است». پژوهش‌ها نشان می‌دهد که تاب‌آوری می‌تواند در بهبود سلامت روانی افراد نقش مهمی ایفا می‌کند (مهردی، ۱۳۹۴؛ هجمدال، وگل، سولم، هاگن و استیلس^۲، ۲۰۱۱؛ لی، سادوم و زامرسکی^۳، ۲۰۱۳). از سویی دیگر، پژوهش‌گران نشان دادند که تاب‌آوری می‌تواند مدیریت بحران را در بین اعضای هلال احمر پیش‌بینی کند (ناصری، جعفری و جدیدیان، ۱۳۹۵).

یکی از متغیرهایی مطرح در زمینه شرایط تنش‌زا و تاب‌آوری، حمایت اجتماعی است. کوب^۴ (۱۹۷۶) به نقل از آزادی و آزاد، (۱۳۹۰) حمایت اجتماعی را به‌عنوان اطلاعاتی می‌داند که افراد را به باورکردن این مطلب می‌رساند که آن‌ها مورد علاقه اطرافیان بوده، دوست‌داشتنی، قابل احترام و ارزشمند هستند و همچنین از محبت، کمک و توجه اعضا خانواده و دوستان و سایر افراد برخوردارند و از سویی در یک شبکه ارتباطی دوجانبه سهیم هستند. پژوهشگران اعتقاد دارند که حمایت اجتماعی افراد را برای مقابله با مشکلات آماده می‌کند و به‌طور کلی، حمایت اجتماعی از سوی خانواده، دوستان و اطرافیان، باعث تقویت رفتارهای مثبت و سازگارانه در فرد می‌شود (برانول و شوماکر^۵، ۱۹۸۱ نقل از آراسته، ۱۳۹۰). هس و گرایدون^۶ (۲۰۰۹)، در پژوهشی نشان دادند که

1. Conner, H. & Davidson J.R.T.
2. Hjemdal O, Vogel PA, Solem S, Hagen K, Stiles TC.
3. Lee JE, Sudom KA, Zamorski MA.
4. Cobb, S.
5. Brownell, A. & sumaker, S. A.
6. Hass, M., & Graydon. K.

حمایت اجتماعی از جمله عوامل تاثیرگذار بر تاب‌آوری افراد است. حمایت درک شده، اعتقاد ذهنی فرد به یک شبکه اجتماعی مناسب و در دسترس است و با سلامت روانی^۱ و بهزیستی روان‌شناختی^۲ به شدت ارتباط دارد (تارنر و براون^۳، ۲۰۱۰). یافته‌ها نشان می‌دهد که حمایت اجتماعی از جانب دوستان، خانواده و سایرین منجر به کاهش فشار روانی در افراد شده و از این طریق بر سلامت روانی افراد اثر می‌گذارد (سارافینو^۴، ۲۰۰۲). بنارد^۵ (۲۰۰۴) روابط حمایتی را منبع تأمین تاب‌آوری در نظر گرفته و عنوان می‌کند که افراد تأمین‌کننده این نوع حمایت، افراد موثری هستند که صمیمیت، مراقبت و توجه را فراهم کرده و قادر به شناسایی توانمندی‌ها و منابع خود هستند. ارائه فرصت‌هایی برای مشارکت و همکاری از جمله زمینه‌های حمایت اجتماعی است که منجر به ارتقا و بهبود تاب‌آوری می‌شود (بنارد، ۲۰۰۴). در این راستا، تیلور، دوان و ایزنبرگ^۶ (۲۰۱۴) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که حمایت اجتماعی از سوی خانواده با تاب‌آوری رابطه مثبت و معنی‌داری دارد. ندای علی، عباس‌پور و کرایبی (۱۳۹۵) در پژوهشی به بررسی رابطه ساده و چندگانه هوش معنوی و ادراک حمایت اجتماعی با تاب‌آوری کارکنان زن پرداختند. نتایج نشان داد که بین هوش معنوی و حمایت اجتماعی با تاب‌آوری رابطه معنادار وجود دارد. همچنین این پژوهش نشان داد هوش معنوی و حمایت اجتماعی پیش‌بینی‌کننده تاب‌آوری هستند.

هیجان‌خواهی نیز یکی از ویژگی‌های شخصیتی است که به‌وسیله جست‌وجوی احساسات و تجربیات جدید، بدیع، پیچیده و شدید و میل به پذیرش مخاطره‌های جسمی، اجتماعی، قانونی و مالی به واسطه تجربه نمودن چنین احساساتی تعریف شده است (زاگرمین^۷، ۱۹۹۶). خطرپذیری اغلب به‌عنوان یک رفتار منفی یا غیرمنطقی در نظر گرفته می‌شود. تحقیقات برای درک و کاهش خطرات چنین رفتار اغلب از مفهوم‌سازی ویژگی‌های هیجان‌خواهی در جهت پیش‌بینی فعالیت‌های منفی خطرناک استفاده می‌کند (مک‌کی، اسکوتس و ویلیامز^۸، ۲۰۱۸). با این حال، برخی از تحقیقات نشان می‌دهد که هیجان‌خواهی می‌تواند با نتایج مثبت همراه باشد (ریورت^۹ و دیگران، ۲۰۱۳). زاگرمین (۱۹۹۴)، به‌عنوان نظریه‌پرداز هیجان‌خواهی، هیجان‌خواهی را به‌عنوان یک ویژگی با هدف تنوع‌طلبی هیجانانگیز، داستان‌های جدید و پیچیده و تمایل به انجام خطرات فیزیکی، اجتماعی، حقوقی و مالی به خاطر چنین تجربیات تعریف می‌کند. به همین دلیل، این افراد کمتر مخالف و ترس از ضرر و زیان دارند (سانبنمتسو، استرایر، مدیروس-وارد و واتسون^{۱۰}، ۲۰۱۳).

1. mental health

2. psychological well-being

3. Turner, R. J., & Brown, R. L.

4. Sarafino, E.P.

5. Benard, B.

6. Taylor, Z.E., Doane, L. D., and Eisenberg, N.

7. Zuckerman, M.

8. McKay, S., Skues, J.L., & Williams, B. J.

9. Ravert, R. D.

10. Sanbonmatsu, D.M., Strayer, D. L., Medeiros-Ward, N., & Watson, J.M.

زاگرم (۱۹۹۴) معتقد است که هیجان‌خواهی به‌عنوان یک سازه شخصیتی پویا، در طول عمر آدمی می‌تواند شکل‌ها و لذت‌های متفاوتی را به خود بگیرد و افراد بر حسب نوع جنسیت و تجربه‌های خود، به شکل‌های متعددی آن را بروز می‌دهند. زاگرم هیجان‌خواهی را دارای چهار بعد دانسته است: ۱- هیجان‌جویی و ماجراجویی^۱ ۲- تجربه‌جویی^۲ ۳- بازداری‌زدایی^۳ ۴- حساسیت به یکنواختی^۴ (برجلی، اعظمی و چوپان، ۱۳۹۵). ابعاد هیجان‌جویی و تجربه‌جویی به ترتیب میزان تمایل فرد به شرکت در فعالیت‌های پرخطر و جستجوی تجارب جدید است، در حالیکه بعد بازداری-زدایی تمایل به سرکشی از هنجارهای اجتماعی و انجام فعالیت‌های بازداری شده را بررسی می‌کند و حساسیت به یکنواختی به معنی بیزاری از تکرار و فعالیت‌های یکنواخت و خسته‌کننده است (نیوکامب و مک‌گی، ۱۹۹۱ نقل از برجلی و همکاران، ۱۳۹۵). افراد با تاب‌آوری بالا، اغلب با هیجان‌انگیز مثبت پس از رو به رو شدن با موقعیت‌های فشارزا و پر تنش به حالت طبیعی خود باز می‌گردند و این افراد بدون اینکه سلامت روانی آن‌ها کاهش یافته و دچار بیماری روانی شوند، رویدادهای فشارزا را پشت سر گذاشته و حتی در بعضی موارد رویدادهای سخت منجر به پیشرفت و کامیابی آن‌ها نیز شده است (وایف، فردریکسون و تیلور^۵، ۲۰۰۸).

زاگرم (۱۹۹۴)، در نظریه خود مطرح می‌کند که افراد دارای هیجان‌خواهی بالا، نیاز بیشتری به تحریکات شدید و تنوع دارند. این‌گونه افراد به هر فعالیتی دست می‌زنند تا به سطح بهینه‌ای از تحریک برسند. افرادی که میزان بالایی از صفت هیجان‌خواهی را دارند، محیطی را جست و جو می‌کنند که برای آن‌ها فرصت‌هایی برای نوآوری، تحریکات شدید ذهنی و پیوستن به گروه هم‌تایان خود فراهم سازد تا جایگاهی متناسب و سازگار با ویژگی‌های خود بیابند (خلجی، گل‌محمدی و کلانتری، ۱۳۹۲). در واقع، تاب‌آوری نوعی ترمیم خود با پیامدهای هیجانی مثبت، عاطفی و شناختی است (ماستن^۶، ۲۰۰۱). در این راستا، قادری و بیاضی (۱۳۹۳) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که بین تاب‌آوری و هیجان‌خواهی و فرسودگی شغلی زنان پلیس رابطه معناداری وجود دارد. رابطه هیجان‌خواهی با فرسودگی شغلی رابطه‌ای مستقیم است. رابطه تاب‌آوری با فرسودگی شغلی رابطه‌ای مستقیم بود. همچنین، استورچ^۷ (۲۰۰۶)، اشاره نمود که رابطه مثبتی میان هیجان‌خواهی با تاب‌آوری را گزارش کردند. بنابراین، احتمالاً هیجان‌خواهی در تاب‌آوری امدادگران هلال احمر نیز نقش دارد. لذا پژوهش حاضر به دنبال پاسخ به این سوال است که آیا حمایت اجتماعی و هیجان‌خواهی در تاب‌آوری امدادگران جمعیت هلال احمر نقش دارند؟

1. thrill and adventure seeking
2. experience seeking
3. deinhibition
4. boredom susceptibility
- 5 .Waugh, C.E., Fredrickson. B.L., Taylor, S.F.
- 6 .Masten, A. S.
- 7 .Storch, M.

روش

روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی و جامعه آماری پژوهش شامل تمام امدادگران جمعیت هلال احمر شهر تهران در سال ۹۷-۱۳۹۶ بود. به منظور برآورد حجم نمونه از فرمول پیشنهادی تاباخنیک و فیدل^۱ (۲۰۰۷)، استفاده شد. بر اساس فرمول پیشنهادی آنان، حداقل حجم نمونه در مطالعات همبستگی از فرمول $N > 50 + 8M$ محاسبه می‌گردد. در این فرمول N تعداد نمونه، M تعداد متغیرهای مستقل است. در این مطالعه ۷ متغیر مستقل وجود دارد، اما برای اطمینان از حجم نمونه، ۱۵۰ نفر انتخاب شدند. با استفاده از روش نمونه‌گیری در دسترس از بین تمامی امدادگران جمعیت هلال احمر شهر تهران ۱۵۰ امدادگر به صورت در دسترس انتخاب شدند. ملاک‌های ورود عبارت بودند از: سن بین ۲۰ تا ۴۰ سال، تحصیلات حداقل دیپلم، مشغول به کار در سال‌های ۹۶ و ۹۷، تمایل به شرکت در پژوهش، و ملاک‌های خروج شامل سن بیش از ۴۰ سال، سابقه ابتلا به بیماری جسمی یا روانی، و تحصیلات کمتر از دیپلم بود. به همه سوالات شرکت‌کنندگان در مورد اهداف پژوهش پاسخ لازم ارائه گردید و درباره محرمانه بودن اطلاعات دریافتی از ایشان اطمینان داده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از روش‌های آمار توصیفی و استنباطی انجام شد. در بخش آمار توصیفی شاخص‌های آماری (میانگین، انحراف معیار) محاسبه شدند. در بخش آمار استنباطی از روش‌های ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده شد.

ابزار پژوهش

الف) مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون^۲: مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) ۲۵ ماده دارد. این مقیاس، سازه تاب‌آوری را در اندازه‌های ۵ درجه‌ای لیکرت از صفر تا چهار می‌سنجد. حداقل نمره تاب‌آوری آزمودنی در این مقیاس صفر و حداکثر نمره وی ۱۰۰ است. در پژوهش کمپل‌سلز و استین^۳ (۲۰۰۷)، روایی سازه مقیاس تاب‌آوری بر اساس تحلیل عاملی تأییدی برای هر ده ماده از ۲۵ ماده، بار عاملی بین ۴۴ تا ۹۳ درصد بارگذاری شده است که این حاکی از روایی سازه مطلوب و قابل قبول برای این مقیاس است. کانر و دیویدسون (۲۰۰۳)، پایایی آزمون-باز آزمون این مقیاس را ۰/۸۷ گزارش کردند. روایی همگرایی این مقیاس با استفاده از پرسش‌نامه سرسختی کوباسا روی ۳۰ نفر از بیماران روان‌پزشکی انجام شده و نتایج نشان داد که مقیاس تاب‌آوری با پرسش‌نامه سرسختی کوباسا ۰/۸۳ ارتباط دارد، ولی با استرس ادراک شده ۰/۷۶- رابطه دارد و نشان می‌دهد که سطح بالای تاب‌آوری با استرس تجربه شده پایین ارتباط دارد (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳). همسانی درونی، اعتبار و بازآزمایی و روایی همگرا و واگرایی مقیاس به اندازه کافی گزارش

1. Tabakhnick, B. G., & Fidell, L. S.

2. Resiliency Scale Connor and Davidson

3. Campbell-Sills, L., & Cohan, S. L.

شده‌اند. گرچه نتایج تحلیلی عامل اکتشافی وجود ۵ عامل (شایستگی/احترام شخصی)، (اعتماد به غرایز شخصی/تحمل عواطف منفی)، (پذیرش مثبت عواطف/ روابط ایمن)، برای مقیاس تاب‌آوری تأیید کرده است. چون اعتبار و روایی زیر مقیاس‌ها هنوز به‌طور قطع تأیید نشده‌اند در حال حاضر، فقط نمره کلی تاب‌آوری برای هدف‌های پژوهشی معتبر محسوب می‌شود (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳). این مقیاس در ایران توسط محمدی (۱۳۸۴) هنجاریابی شده است. وی برای تعیین پایایی مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون از روش آلفای کرونباخ بهره گرفته و ضریب پایایی ۰/۸۹ را گزارش کرده است. برای تعیین روایی این مقیاس نخست همبستگی هر عبارت با نمره کل مقوله محاسبه و سپس از روش تحلیل عاملی بهره گرفته شد. محاسبه همبستگی هر نمره با نمره کل به جز عبارت ۳، ضریب‌های بین ۰/۴۱ تا ۰/۶۴ را نشان داد. سپس عبارات مقیاس به روش مؤلفه‌های اصلی مورد تحلیل عاملی قرار گرفتند. پیش از استخراج عوامل بر پایه ماتریس همبستگی عبارات، دو شاخص KMO و آزمون کرویت بارتلت محاسبه شدند. مقدار KMO برابر ۰/۸۷ و مقدار خی دو در آزمون بارتلت برابر ۵۵۵۶/۲۸ بود که هر دو شاخص کفایت شواهد برای انجام تحلیل عاملی را نشان دادند. در پژوهشی که توسط سامانی، جوکار و صحراگرد در بین دانشجویان صورت گرفت، پایایی آن را ۰/۹۳ گزارش کردند و روایی (به روش تحلیل عوامل و روایی همگرا و واگرا) توسط سازندگان آزمون در گروه‌های مختلف عادی و در خطر احراز گردید (سامانی و همکاران، ۲۰۰۶). در پژوهش حاضر، اعتبار مقیاس به روش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ به دست آمد.

ب) پرسشنامه ارزیابی حمایت اجتماعی^۱: پرسشنامه ارزیابی حمایت اجتماعی توسط وکس و دیگران در سال ۱۹۸۶ تهیه شده است. این ارزیابی دارای ۲۳ ماده است که سه خصیصه خانواده، دوستان و سایرین را در برمی‌گیرد. ساختار نظری این ارزیابی بر حمایت اجتماعی استوار است و حمایت اجتماعی را می‌توان به میزان برخورداری از محبت و مساعدت و توجه اعضاء به خانواده، دوستان و سایر افراد تعریف نمود. ارزیابی حمایت اجتماعی، دارای پیوستار پاسخ‌ها بر طیف درست و نادرست رتبه‌بندی شده است و به تربیت نمره‌های صفر و یک به هر پاسخ اختصاص یافته است. همچنین، حداقل و حداکثر نمره بین صفر و ۲۳ متغیر است و بالا بودن نمره در این پرسش-نامه بیانگر حمایت اجتماعی بالا و پایین بودن نمره بیانگر حمایت اجتماعی پایین‌تر است. خرده مقیاس خانواده ۸ سؤال (۲۲، ۱۸، ۱۳، ۱۱، ۹، ۷، ۱۴، ۴، ۲)، خرده مقیاس دوستان ۷ سؤال (۲۳، ۱۹، ۱۶، ۱۵، ۱۰، ۶، ۱)، دارد و بقیه سؤالات هم مربوط به حمایت سایر افراد است. یارعلی (۱۳۷۹) نقل از نظری چگینی و دیگران، (۱۳۹۲)، ضرایب اعتبار این ارزیابی را از دو روش آلفای کرونباخ و تنصیف به ترتیب ۰/۷۲ و ۰/۷۰ محاسبه کرده است. مشاک (۱۳۸۵) نقل از نظری چگینی و دیگران، (۱۳۹۲)، برای تعیین روایی این پرسش‌نامه نمره‌ی کل آزمون و آزمون اضطراب اجتماعی را همبسته کرد و ضریب همبستگی ۰/۱۷- را به دست آورد. ضرایب روایی سازه این پرسش‌نامه با استفاده از

محاسبه همبستگی ساده با یک سوال، ملاک محقق ساخته ۰/۵۱+ محاسبه شد. در پژوهش حاضر، اعتبار مقیاس به روش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۷+ به دست آمد.

ج) مقیاس هیجان‌خواهی^۱: مقیاس هیجان‌خواهی توسط زاگرمین در سال (۱۹۷۸)، ساخته شده است. مقیاس هیجان‌خواهی شکل پنجم زاگرمین، ابزار جدیدی است که به منظور استفاده متخصصان و روان‌شناسان در زمینه ارزشیابی صفت هیجان‌خواهی تهیه و تدارک گردیده است. این مقیاس یک توصیف کلی از صفت هیجان‌خواهی با سنجش چهار عامل فرعی (هیجان‌خواهی، تجربه‌طلبی، گریز از بازداری و ملال‌پذیری) را به دست می‌دهد و برای هر یک از عامل‌ها ده ماده مقیاس در نظر گرفته شده است. این مقیاس شامل ۴۰ ماده دو جزئی است که در هر ماده، یکی از دو جزء، بیان‌کننده میزان هیجان‌خواهی فرد است و جزء دوم، حالت عکس را دارد. وکس و دیگران (۱۹۸۶)، برای بررسی روایی ارزیابی حمایت اجتماعی، همبستگی این ارزیابی را در ابعاد خانواده و دوستان با روابط اجتماعی را به ترتیب ۰/۷۳+ و ۰/۶۹+ به دست آوردند. کجفاف، نشاط‌دوست و خالوئی (۱۳۸۴)، اعتبار این مقیاس را با روش بازآزمایی ۰/۷۹+ گزارش دادند. رضازاده (۱۳۷۰)، روایی خرده مقیاس خطرجویی یا ماجراجویی را ۰/۸۲+، خرده مقیاس تجربه‌جویی را ۰/۶۷+، خرده مقیاس حساسیت نسبت به یکنواختی را ۰/۷۸+ و خرده مقیاس فقدان بازداری را ۰/۶۵+ و روایی کل مقیاس را ۰/۸۶+ گزارش می‌کند (گدازنده، ۱۳۷۸). در پژوهش حاضر، اعتبار این مقیاس به روش ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۹+ به دست آمد.

یافته‌ها

یافته‌های پژوهش در دو بخش توصیف و تحلیل داده‌ها ارائه شده است. آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ قابل مشاهده است.

جدول ۱. آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

تعداد	انحراف معیار	میانگین	متغیر
۱۵۰	۶/۰۷	۲۱/۹۸	خانواده
۱۵۰	۵/۶۵	۱۸/۹۲	دوستان
۱۵۰	۵/۱۸	۲۲/۲۷	سایر افراد
۱۵۰	۱۵/۰۵	۶۲/۱۸	نمره کل حمایت اجتماعی
۱۵۰	۱/۴۲	۱۵/۱۱	هیجان‌خواهی
۱۵۰	۲/۵۳	۸/۸۲	تجربه‌طلبی
۱۵۰	۱/۱۳	۸/۴۴	گریز از بازداری
۱۵۰	۰/۹۲	۷/۹۱	ملال‌پذیری
۱۵۰	۱/۱۲	۸/۸۹	نمره کل هیجان‌خواهی
۱۵۰	۱۹/۷۳	۸۵/۷۹	تاب‌آوری

جدول ۱ آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. میانگین و انحراف معیار حمایت اجتماعی به ترتیب ۶۳/۱۸ و ۱۵/۰۵، میانگین و انحراف معیار هیجان‌خواهی به ترتیب ۸/۸۹ و ۱/۱۲ و میانگین و انحراف معیار تاب‌آوری به ترتیب ۸۵/۷۹ و ۱۹/۷۳ به دست آمد.

جدول ۲. همبستگی پیرسون بین حمایت اجتماعی با تاب‌آوری

مقیاس	تاب‌آوری
خانواده	۰/۳۹**
دوستان	۰/۳۴**
سایر افراد	۰/۳۸**
نمره کل حمایت اجتماعی	۰/۴۱**

چنان‌چه در جدول ۲ مشاهده می‌شود تمامی خرده مقیاس‌ها و نمره کل حمایت اجتماعی دارای همبستگی مثبت معناداری با تاب‌آوری است. به این معنی که هر چه نمرات حمایت اجتماعی افراد افزایش می‌یابد، میزان تاب‌آوری آن‌ها بیشتر می‌شود.

جدول ۳. همبستگی پیرسون بین هیجان‌خواهی با تاب‌آوری

آماره‌ها	تاب‌آوری
هیجان‌خواهی	۰/۳۵**
تجربه‌طلبی	۰/۴۵**
گریز از بازداری	۰/۲۶**
مال‌پذیری	۰/۳۷**
نمره کل هیجان‌خواهی	۰/۳۹**

** P<0/01

چنان‌چه در جدول ۳ مشاهده می‌شود، خرده مقیاس‌های هیجان‌خواهی، تجربه‌طلبی، گریز از بازداری، مال‌پذیری و نمره کل هیجان‌خواهی دارای همبستگی مثبت معناداری با تاب‌آوری است. به این معنی که هر چه نمرات افراد در هیجان‌خواهی بیشتر باشد، نمرات تاب‌آوری آن‌ها نیز افزایش می‌یابد.

پیش استفاده از تحلیل رگرسیون لازم است مفروضه‌های نرمال بودن بررسی گردد. بررسی مفروضه‌های نرمال بودن و هم‌خطی چندگانه میان متغیرها نشان داد که شرایط استفاده از مدل تحلیل رگرسیون برقرار است و می‌توان از این آزمون جهت پیش‌بینی متغیر پیامد یا ملاک تاب‌آوری توسط متغیرهای حمایت اجتماعی و هیجان‌خواهی استفاده نمود. نتایج این بررسی در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴. نتایج آزمون کولموگروف-اسمیرنوف

متغیر	کولموگروف-اسمیرنوف	سطح معناداری
خانواده	۰/۰۵۶	۰/۲۰۰
دوستان	۰/۰۸۵	۰/۰۶۳
سایر افراد	۰/۰۸۴	۰/۰۶۵
هیجان خواهی	۰/۰۶۵	۰/۰۷۱
تجربه طلبی	۰/۰۶۲	۰/۰۸۷
گریز از بازداری	۰/۰۶۷	۰/۰۵۶
ملال پذیری	۰/۸۵۹	۰/۴۵۲
تاب آوری	۱/۲۳۸	۰/۰۷۹

با توجه به برقرار بودن شرایط استفاده از مدل تحلیل رگرسیون برای بررسی رابطه چندگانه بین متغیرهای حمایت اجتماعی و هیجان خواهی با تاب آوری امدادگران از روش رگرسیون خطی چندگانه به روش همزمان استفاده شد. جدول ۵ نتایج این تحلیل را نشان می دهد.

جدول ۵. رگرسیون تاب آوری از روی حمایت اجتماعی و هیجان خواهی

متغیر	R	R2	R2 اصلاح شده	F	Beta	T	P	شاخص های همخطی	
								ضریب تحمل (VIF)	تورم واریانس
مقدار ثبات	۰/۸۰	۰/۶۵	۰/۶۴	۷۵/۵۸	-	۱۱/۶۵	۰/۰۰۰۱	-	-
خانواده					۰/۵۰	۲/۷۲	۰/۰۰۷	۰/۵۸	۱/۵۸
دوستان					۰/۳۵	۱/۹۸	۰/۰۴	۰/۴۳	۲/۲۵
سایر افراد					۰/۴۳	۹/۲۲	۰/۰۰۰۱	۰/۴۷	۲/۱۲
تجربه طلبی					۰/۱۸	۳/۶۸	۰/۰۰۰۱	۰/۴۱	۲/۴۳
گریز از بازداری					۰/۲۰	۳/۹۰	۰/۰۰۰۱	۰/۲۱	۴/۶۹
ملال پذیری					۰/۲۷	۴/۹۸	۰/۰۰۰۱	۰/۳۶	۱/۴۲

مدل پیش بینی تاب آوری در جدول ۵ نشان داده شده است. در این مدل تاب آوری به عنوان متغیر ملاک، و حمایت اجتماعی و هیجان خواهی به عنوان متغیرهای پیش بین، وارد معادله رگرسیون شدند. نتایج این مدل نشان داد که خرده مقیاس های حمایت اجتماعی و هیجان خواهی توانستند تاب آوری را پیش بینی کنند. بنابراین متغیرهای حمایت اجتماعی و هیجان خواهی با تاب آوری روابط چندگانه وجود داشت.

بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر به بررسی نقش حمایت اجتماعی و هیجان‌خواهی در تاب‌آوری امدادگران جمعیت هلال احمر پرداخته است. نتایج حاکی از وجود رابطه مستقیم میان هر یک از مولفه‌های حمایت اجتماعی و نمره کل حمایت اجتماعی با تاب‌آوری در امدادگران جمعیت هلال احمر است. به عبارتی با افزایش هر یک از مولفه‌ها و حمایت اجتماعی، میزان تاب‌آوری امدادگران افزایش می‌یابد. این یافته‌ها با نتایج پژوهش ندای‌علی و دیگران (۱۳۹۵)، تیلور و دیگران (۲۰۱۴) همخوانی دارد که در مطالعه خود به رابطه مثبت حمایت اجتماعی و تاب‌آوری دست یافتند. بنارد (۲۰۰۴)، روابط حمایتی را منبع تأمین تاب‌آوری در نظر گرفته و عنوان می‌کند که افراد تأمین‌کننده این نوع حمایت، افراد موثری هستند که صمیمیت، مراقبت و توجه را فراهم کرده و قادر به شناسایی توانمندی‌ها و منابع خود هستند. ارائه فرصت‌هایی برای مشارکت و همکاری از جمله زمینه‌های حمایت اجتماعی است که منجر به ارتقا و بهبود تاب‌آوری می‌شود (بنارد، ۲۰۰۴) که با یافته حاضر پژوهش همخوانی داشت.

در تبیین ارتباط میان حمایت خانواده با تاب‌آوری می‌توان گفت که بیشتر امدادگران به نقش و حضور خانواده خود در مواردی چون مراقبت از آن‌ها، ارزش و احترام قائل شدن برای آن‌ها، تمجید و تحسین شدن از سوی خانواده، مساعدت و همکاری اعضای خانواده با یکدیگر و احساس صمیمیت و نزدیکی بسیار با اعضای خانواده اشاره کرده‌اند، حمایت‌های مثبت از سوی خانواده منجر به افزایش تاب‌آوری شده است. در تبیین رابطه میان حمایت دوستان با تاب‌آوری می‌توان به مواردی چون ارزش و احترام قائل شدن از سوی دوستان، توجه به موفقیت‌های امدادگران و تشویق شدن آن‌ها از سوی دوستانشان، وجود روابط صمیمی و عاطفی قوی میان امدادگران با دوستان و همسالانشان، شریک بودن آن‌ها در غم و شادی یکدیگر و کمک و یاری رساندن به یکدیگر در امور دشوار زندگی و شغلی اشاره نمود که موجبات رضایتمندی امدادگران جمعیت هلال احمر از دوستانشان را فراهم ساخته است و همچنین بر اساس روابط و حمایت از سوی دوستان، توانسته‌اند در مواردی که توانایی و قابلیت انجام کاری را ندارند با تکیه بر دوستانشان از عهده انجام آن کار برآیند که در نهایت این حمایت منجر به افزایش تاب‌آوری می‌شود. در بررسی رابطه میان حمایت سایر افراد با تاب‌آوری نیز عوامل چندی دخیل هستند. دلبستگی میانه رو به دیگران، مورد احترام عموم بودن، ارزش قائل شدن و دید مثبت افراد به امدادگران جمعیت هلال احمر، قابل اعتماد و اطمینان بودن در میان مردم و در مرکز توجه بودن از سوی دیگران در مکان‌های مختلف، حضور به موقع امدادگران در موارد اضطراری و یاری رساندن به افرادی که خواهان کمک هستند، از مواردی هستند که منجر به رابطه مثبت میان حمایت سایر افراد با تاب‌آوری در امدادگران جمعیت هلال احمر شده است.

نتایج نشان داد که میان هیجان‌خواهی و هر یک از مولفه‌های آن (هیجان‌خواهی، تجربه طلبی، گریز از بازداری و ملال‌پذیری) با تاب‌آوری رابطه مثبت و معناداری برقرار است. به بیانی می‌توان گفت که با افزایش هر یک از این مولفه‌ها و نمره کل هیجان‌خواهی میزان تاب‌آوری امدادگران جمعیت هلال احمر افزایش می‌یابد. در بیان یافته‌های همسو با این یافته مطالعه حاضر می‌توان به نتایج پژوهش‌های قادری و حسین‌بیاضی (۱۳۹۳)، مک‌کی و همکاران (۲۰۱۸) و استورچ (۲۰۰۶)، اشاره نمود که رابطه مثبتی میان هیجان‌خواهی با تاب‌آوری را گزارش کردند. استورچ (۲۰۰۶) در بررسی‌هایی که درباره تمایلات هیجان‌خواهی در میان زنان و مردان انجام داد، دریافت که مردان در هیجان‌خواهی ماجراجویی، تجربه طلبی، گریز از بازداری و ملال‌پذیری نمره بالاتری را بدست آورده‌اند که همسو با یافته مطالعه حاضر بود. در این مطالعه که بر روی مردان امدادگر انجام شد، نمره هیجان‌خواهی و مولفه‌های آن در سطح مطلوبی بودند. هیجان‌خواهی یکی از رگه‌های شخصیتی است که جهت پی بردن به تنظیم‌انگیزگی اهمیت دارد. بر اساس نتایج پژوهش‌ها، افراد با تاب‌آوری بالا، اغلب با هیجانات مثبت پس از رو به رو شدن با موقعیت‌های فشار زا و پر تنش به حالت طبیعی خود باز می‌گردند و این افراد بدون اینکه سلامت روانی آن‌ها کاهش یافته و دچار بیماری روانی شوند، رویدادهای فشار زا را پشت سر گذاشته و حتی در بعضی موارد رویدادهای سخت منجر به پیشرفت و کامیابی آن‌ها نیز شده است (وایف و دیگران، ۲۰۰۸). از این رو، پژوهشگران تاب‌آوری را نوعی ترمیم خود با پیامدهای هیجانی مثبت، عاطفی و شناختی معرفی کرده‌اند (ماستن، ۲۰۰۱).

در بیان روابط مستقیم میان هر یک از مولفه‌های هیجان‌خواهی با تاب‌آوری، اظهارات را می‌توان بدین صورت مطرح نمود: در تبیین رابطه میان مولفه هیجان‌خواهی با تاب‌آوری گفته می‌شود که امدادگران تمایل زیادی به ماجراجویی داشته و به همین دلیل به انجام فعالیت‌های بدنی که سرعت بالا، خطر و تازگی بسیاری را همراه داشته باشد، می‌پردازند، مجموع این حرکات و ماجراجویی‌ها منجر به رابطه مثبت میان هیجان‌خواهی و تاب‌آوری در امدادگران شده است. در بررسی رابطه میان تجربه طلبی با تاب‌آوری می‌توان اینگونه اظهار نمود که امدادگران جمعیت هلال احمر به کسب تجربه‌های جدید و ناهمگون چون ارائه خدمات امدادی در هنگام بروز سوانح، ارائه کمک‌های اولیه در حوادث، کمک به توانبخشی و ارائه خدمات اجتماعی به معلولین، کمک به تهیه دارو و تجهیزات پزشکی و مواردی از این قبیل و سبک زندگی متفاوت با دیگران علاقه بسیاری دارند و تمایل دارند که هر یک از امور امدادی را خودشان تجربه کنند و در هنگام بروز حادثه و سانحه برای کمک و امدادسانی به هم‌نوعان، حاضر بوده و توانایی و قابلیت‌های تجربه‌آموزی را دارند. در این حالت می‌توان گفت که مجموع عوامل موثر در تجربه طلبی منجر به ارتقاء تاب‌آوری در امدادگران جمعیت هلال احمر می‌شود. در تبیین رابطه مثبت میان گریز از بازداری با تاب‌آوری، می‌توان دریافت که امدادگران جمعیت هلال احمر تمایل بسیاری به تکانشی بودن و سرکشی در برابر هنجارهای اجتماعی را دارند و همچنین ترجیح می‌دهند که در

موقعیت‌های غیرقابل پیش‌بینی و پر از تنیدگی و ریسک قرار گیرند. مجموع این عوامل به افزایش توانمندی‌ها و ارتقاء تاب‌آوری در امدادگران انجامید. در نهایت در بیان رابطه مستقیم میان ملال پذیری با تاب‌آوری، می‌توان گفت که امدادگران جمعیت هلال احمر از موقعیت‌ها و امور یکنواخت بیزار هستند و تمایلی به انجام امور و تجارب تکراری، کارهای عادی و روتین، و موقعیت‌های قابل پیش‌بینی ندارند و تمایل دارند تا وظایفشان دائماً به روز شده و تجربه وظایف و کارهای غیرتکراری را کسب کنند، در این صورت توانمندی‌های آن‌ها و به تبع آن میزان تاب‌آوری آن‌ها افزایش می‌یابد.

در تبیین رابطه نمره کل هیجان خواهی با تاب‌آوری می‌توان گفت که افراد هیجان خواه با شرکت در فعالیت‌های خطرناک به دنبال کاهش سطوح برانگیختگی تا سطح بهینه هستند. سطوح پایین برانگیختگی موجبات نترس بودن آن‌ها را فراهم کرده و آن‌ها برای رسیدن به سطح بهینه برانگیختگی در جستجوی تحریک‌هایی هستند که برای افراد عادی، جدید و خطرناک است و اضطرابی ناخوشایند ایجاد می‌کند. در امدادگران جمعیت هلال احمر این موضوع صادق است و آن‌ها به اقتضای شغل خود، فعالیت‌های خطرناکی را تجربه کرده و توانایی‌های مقابله با این فعالیت‌ها را کسب کرده‌اند، در نتیجه تاب‌آوری در آن‌ها در حد بالا بوده و رابطه مثبتی میان نمره کل هیجان خواهی با تاب‌آوری در بین آن‌ها وجود دارد که با افزایش فرصت‌های هیجانی، تاب‌آوری و توانایی‌های آن‌ها در مقابله با آن نیز ارتقا خواهد یافت.

نتایج بررسی آزمون تحلیل رگرسیون چندگانه نشان داد که میان متغیرهای حمایت اجتماعی و هیجان خواهی با تاب‌آوری امدادگران جمعیت هلال احمر رابطه چندگانه وجود دارد و متغیرهای حمایت اجتماعی و هیجان خواهی قادر به پیش‌بینی تاب‌آوری امدادگران می‌باشند. در بیان رابطه میان مولفه‌های موثر بر تاب‌آوری گفته می‌شود که هر یک از مولفه‌های حمایت اجتماعی (حمایت خانواده، حمایت دوستان و حمایت سایر افراد) و هیجان خواهی (هیجان خواهی، تجربه طلبی، گریز از بازداری و ملال پذیری) با تاب‌آوری رابطه‌ای چندگانه داشته و قابلیت پیش‌بینی تاب‌آوری را دارند. در این میان حمایت خانواده و هیجان خواهی قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های تاب‌آوری امدادگران بوده‌اند، سپس مولفه‌های حمایت سایر افراد، حمایت دوستان، ملال‌پذیری، گریز از بازداری و تجربه طلبی به ترتیب دومین تا آخرین پیش‌بینی‌کننده‌های تاب‌آوری امدادگران جمعیت هلال احمر بوده‌اند. در بیان یافته‌های همسو با این یافته، ندای و دیگران (۱۳۹۵)، دریافتند که هوش معنوی و حمایت اجتماعی پیش‌بینی‌کننده‌های تاب‌آوری هستند که همسو با یافته مطالعه حاضر بود. همچنین مطالعات نشان دادند که حمایت اجتماعی افراد، استرس را کاهش و تاب‌آوری را افزایش و شرایط را بهبود می‌بخشد (ساراسون، ۲۰۱۳). در تبیین این یافته پژوهش، همچون پژوهش‌های ندای و همکاران (۱۳۹۵) می‌توان گفت که هیجان خواهی به کسب تجربه‌های جدید و تمایز پذیرش خطرها اشاره دارد و حمایت اجتماعی به حمایت‌های عاطفی، احساسی و شناختی از سوی خانواده، دوستان و سایر افراد اشاره داشته و با توجه به ویژگی‌های گروه نمونه که امدادگران

مرد جمعیت هلال احمر بودند، می‌توان انتظار داشت که هیجان‌خواهی و حمایت اجتماعی بتوانند تاب‌آوری را پیش‌بینی کنند. از طرفی می‌توان به مسائل شخصیتی، فرهنگی و سلامت روان امدادگران اشاره نمود که زمینه برقراری رابطه میان هیجان‌خواهی با تاب‌آوری را ایجاد نموده است و بیشترین سهم را در کنار حمایت خانواده در پیش‌بینی تاب‌آوری داشته است. از سوی دیگر، به نظر می‌رسد خانواده نیز بیشترین سهم را در پیش‌بینی تاب‌آوری امدادگران داشته است، محیط خانواده تجلی‌گاه رشد و ظهور توانایی‌های فرد بوده و در این محیط است که با ارزش و احترام قائل شدن برای یکدیگر و پذیرش و تأیید قابلیت‌ها و توانایی‌های یکدیگر می‌توان به تاب‌آوری بالایی دست یافت. افرادی که از حمایت خانوادگی بالایی برخوردار هستند، رشد هیجان‌ها و ماجراجویی نیز در آن‌ها افزایش یافته و به تبع این افزایش، تاب‌آوری نیز در آن‌ها بهبود می‌یابد.

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر مربوط به نمونه پژوهش است که فقط شامل امدادگران مرد جمعیت هلال احمر شهر تهران است. از این رو در تعمیم نتایج باید محتاط بود. استفاده از ابزار خودگزارش‌دهی نیز از محدودیت‌های دیگر پژوهش است. پیشنهاد می‌شود، متغیرهای دیگری مثل تیپ‌های شخصیتی یا سبک‌های مقابله‌گری در تاب‌آوری امدادگران مورد بررسی قرار بگیرند. توصیه می‌شود که بسته‌های آموزشی در زمینه حمایت اجتماعی و هیجان‌خواهی و تاب‌آوری تهیه شود و در کنار آموزش‌های امدادگران به آن‌ها آموزش داده شود. بعلاوه، با توجه به اهمیت تاب‌آوری در شرایط تنش‌زا در بین امدادگران، توصیه می‌شود میزان هیجان‌خواهی ایشان در آغاز همکاری بررسی شود و در ادامه نیز امکان دریافت حمایت اجتماعی برای امدادگران فراهم گردد.

منابع

- آراسته، ص. (۱۳۹۰). *رابطه بین خودکارآمدی و حمایت اجتماعی با رضایت از زندگی در زنان مطلقه*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت. دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی.
- آزادی، س، آزاد، ح. (۱۳۹۰). بررسی رابطه حمایت اجتماعی، تاب‌آوری و سلامت روانی دانشجویان شاهد و ایثارگر دانشگاه‌های شهر ایلام. *مجله علمی-پژوهشی طب جانباز*. ۳(۱۲)، ۴۸-۵۸.
- برجلی، ا، اعظمی، ی. و چوپان، ح. (۱۳۹۵). اثر بخشی آموزش راهبردهای تنظیم هیجان بر کاهش هیجان‌خواهی در افراد وابسته به مواد مخدر. *مجله روان‌شناسی بالینی*، ۱(۳۰)، ۳۳-۴۲.
- جعفری، ف، رشید، س، خرم‌دل، ک، و جعفری، ف. (۱۳۹۶). ابعاد خودکارآمدی به‌عنوان پیش‌بین فرسودگی شغلی کارکنان جمعیت هلال احمر استان فارس. *مجله امداد و نجات*، ۱(۳)، ۱-۱۰.

- خلجی، ح.، گل محمدی، ب. و کلانتری، ف. (۱۳۹۲). مقایسه ویژگی‌های شخصیتی خودپایی و هیجان‌خواهی ورزشکاران نخبه و غیرنخبه. *مطالعات روان‌شناسی ورزشی*. ۳، ۸۱-۹۲.
- صمدی‌می‌ار کلایی، ح.، صمدی‌می‌ار کلایی، ح. و بابایی، ع. (۱۳۹۱). ضرورت و اهمیت نقش هلال احمر در حوادث و بلایای طبیعی در مدیریت بحران. *فصل‌نامه علمی امداد و نجات*. ۴، ۳، ۹۴-۱۰۷.
- قادری، ا و بیاضی، م. (۱۳۹۳). بررسی رابطه بین تاب‌آوری و هیجان‌خواهی با فرسودگی شغلی در زنان پلیس. *دانش‌انتظامی خراسان رضوی*. ۵۳-۷۸.
- کجباف، م.، نشاط دوست، ح. و خالویی، ق. (۱۳۸۴). بررسی رابطه بین هیجان‌خواهی و میزان رضایت زناشویی، *دانشور رفتار*، ۱۲، ۱۰، (۴) ۶۹-۷۸.
- گدازنده، م. (۱۳۷۸). *مقایسه میزان هیجان‌خواهی بین مجرمان با تعداد موارد محکومیت و نوع جرم در زنان ۲۰-۳۵ ساله زندانی در بند نسوان زندان اوین شهر تهران*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبایی.
- مهدوی، س. (۱۳۹۴). *پیش‌بینی سلامت روان بر اساس سبک‌های تفکر و تاب‌آوری*. دومین همایش علمی پژوهشی علوم تربیتی و روان‌شناسی آسیب‌های اجتماعی و فرهنگی ایران، قم، مرکز مطالعات و تحقیقات اسلامی سروش حکمت مرتضوی.
- ناصری، م.؛ جعفری، د و جدیدیان، ا. (۱۳۹۵). رابطه بین تاب‌آوری و امیدواری با مدیریت بحران در اعضای هلال احمر، *کنگره بین‌المللی مطالعات رفتاری جامعه و سبک زندگی سالم*، تهران، مرکز توانمندسازی مهارت‌های فرهنگی و اجتماعی جامعه.
- ندای‌علی، م.، عباس‌پور، ذکریایی، ا. (۱۳۹۵). بررسی رابطه ساده و چندگانه هوش معنوی و ادراک حمایت اجتماعی با تاب‌آوری زنان کارکنان سازمان منطقه ویژه اقتصادی انرژی پارس (عسلویه)، *اولین کنفرانس ملی پژوهش‌های نوین در روان‌شناسی، مشاوره و علوم تربیتی، اهواز*، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شادگان.
- نظری چگنی، الف.، بهروزی، ن.، مهربانی زاده هنرمند، م.، هاشمی شیخ‌شبانی، س. الف. (۱۳۹۲). رابطه سبک دلبستگی ایمن، خوش‌بینی و حمایت اجتماعی با رضایت از زندگی در دانشجویان دختر. *زن و فرهنگ*، ۴ (۱۵)، ۴۵-۵۷.
- Bernard, B. (2004). *Resiliency: what we have learned*. San Francisco, CA: wrested.
- Campbell-Sills, L., & Cohan, S. L. (2007). Psychometric analysis and refinement of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Validation of a 10-item measure of resilience. *J Trauma Stress*, 20(6), 1019-28.
- Conner, H. & Davidson J.R.T. (2003). *Frames Of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. New York: Harper Collins.
- Hass, M., & Graydon, K. (2009). Source of resiliency a mong successful foster youth. *Children and youth services review*, 31, 457-463.

- Hjemdal O, Vogel PA, Solem S, Hagen K, Stiles TC. (2011). the relationship between resilience and levels of anxiety, depression, and obsessive-compulsive symptoms in adolescents. *Clin Psychol Psychother*; 18, 314-21.
- Lee, J.E, Sudom KA, Zamorski MA. (2013). Longitudinal analysis of psychological resilience and mental health in Canadian military personnel returning from overseas deployment. *Journal Occup Health Psychol*, 18, 327.
- Masten, A. S. (2001), Ordinary magic: Resilience processes in development. *American Psychology*, 56, 227-238.
- McKay, S., Skues, J.L., & Williams, B. J. (2018). With risk may come reward: Sensation seeking supports resilience through effective coping? *Personality and Individual Differences*. 12, 100–105.
- Ravert, R. D., Kim, S. Y., Schwartz, S. J., Weisskirch, R. S., Zamboanga, B. L., Ham, L. S., ... Bersamin, M. M. (2013). The association between sensation seeking and well-being among college-attending emerging adults. *Journal of College Student Development*, 54, 17–28.
- Samani S, Jokar B, Sahragard N. Resiliency, mental health and life satisfaction. *Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*, 2006; 3(3): 290-295.
- Sanbonmatsu, D.M., Strayer, D. L., Medeiros-Ward, N., & Watson, J.M. (2013). Who Multi-Tasks and Why? Multi-Tasking Ability, Perceived Multi-Tasking Ability, Impulsivity, and Sensation Seeking. *Public Library of Science*, 8, 1, 1-8.
- Sarafino, E.P. (2002). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions*. John wiley& sons Inc. Strobe W, Zech E, Strobems, abkoumkong. (2005). Dose social support help in berveavement? *Journal of social and clinical Psychology*, 24(7), 1030-1050.
- Storch, M. (2006). *Piercings are a girl's best friend? Body art study shows gender preferences*, Uf New. Now, 30.
- Taylor, Z.E., Doane, L. D., and Eisenberg, N. (2014). Transitioning From High School to College: Relations of Social Support, Ego-Resiliency, and Maladjustment during Emerging Adulthood. *Emerging Adulthood*. 2(2) 105-115
- Turner, R. J., & Brown, R. L. (2010). *Social support and mental health*. In T. L. Scheid & T. N. Brown (Eds.), a handbook for the study of mental health (2nd ed., pp. 200-212). New York, NY: Cambridge University Press.
- Vaux, A., Phillips, J., Holly, L., Thomson, B., Williams, D., & Stewart, D. (1986). The social support appraisals (SS-A) scale: Studies of reliability and validity. *American Journal of Community Psychology*, 14(2), 195-219.
- Waugh C. E., Fredrickson B. L., & Taylor, S. F. (2008). Adapting to life's slings and arrows: Individual differences in resilience when recovering from an anticipated threat. *Journal of Research in Personality*, 42, 1031-1046.
- Zuckerman, M. (1994). *Behavioral expression and biosocial bases of Sensation Seeking*, Cambridge University Press, Cambridge: New York.
- Zuckerman, M. (1996). The psychobiological model for impulsive un-socialized sensation seeking: A comparative approach. *Nero-psychobiology*, 34, 125-129.