



Predicting Stress Coping Styles Based on Identity Styles and Psychological Well-being (Case Study: Hamedan police)

Salman Amiri Largani

Assistant professor of Crime Prevention, Department of Crime Prevention, Amin Police University, Tehran, Iran.
s.largine@yahoo.com

Hassan Heydari

*MA in human resource management, Amin Police University, Tehran, Iran.
heydari2850hasan@gmail.com
(Corresponding Author).

Davoud Bakhtiyari

MeyAbadi

MA in psychology, Islamic Azad University, Hamedan branch, Hamedan, Iran.
davud218@gmail.com

Received: 2021/04/26

Accepted: 2021/05/17

DOI:

10.22034/hpsj.2021.207595.1041

ABSTRACT

The aim of this study was to predict stress coping styles based on identity styles and psychological well-being of Hamadan province police staff. In this research, a descriptive correlational research method was used. The statistical population of this study included all NAJA staff in Hamedan city. 320 people were selected as the sample through cluster sampling method and Krejcie and Morgan table. Three questionnaires were used in order to collect the required data; including Psychological Well-being Questionnaire of Reef (2002), Identity Styles Questionnaire of Brzonsky (2000), and Stress Management Strategies of Andler and Parker (1990). Their validities were determined by the content validity and their reliabilities by Cronbach's alpha coefficient. Their values were calculated in the mentioned questionnaires as 0.90, 0.80 and 0.84, respectively. In this research, the indices of descriptive and inferential statistics are used in SPSS software to test the hypotheses. The indices are as follows, mean, percentage, Kolmogorov-Smirnov test, multiple regression test, and analysis of variance. The results indicate that there is a positive and significant relationship between the components of informative identity styles, normative identity style, and commitment identity style and coping with stress. However, there is a significant and negative relationship between the component of avoidance confused identity style and coping with stress. In addition, there is a positive and significant relationship between the components of psychological well-being and stress coping styles. Therefore, the findings clarified that identity and psychological well-being styles are able to predict staff's stress coping styles.

Keywords: stress coping styles, psychological well-being, identity styles.

► **Citation (Vancouver):** Amiri Largani S, Heydari H, Bakhtiyari Meyabadi D. Predicting Stress Coping Styles Based on Identity Styles and Psychological Well-being (Case Study: Hamedan police). *Quarterly J Police Cultural Studies*. Spring 2021; 8(1):35-45.

► **Citation (APA):** Amiri Largani, S., Heydari, H., Bakhtiyari Meyabadi, D. (Spring 2021). Predicting Stress Coping Styles Based on Identity Styles and Psychological Well-being (Case Study: Hamedan police). *Quarterly Journal of Police Cultural Studies*, 8(1), 35-45.

پیش‌بینی سبک‌های مقابله با استرس براساس سبک‌های هویتی و بهزیستی

روان‌شناختی (مورد مطالعه: فرماندهی انتظامی شهر همدان)

چکیده

هدف از انجام این پژوهش، پیش‌بینی سبک‌های مقابله با استرس براساس سبک‌های هویت و بهزیستی روان‌شناختی کارکنان فرماندهی انتظامی استان همدان بود. در این پژوهش، از روش توصیفی، از نوع همبستگی بهره بردیم. جامعه آماری این پژوهش را کلیه کارکنان ناجا در شهر همدان تشکیل دادند و از طریق روش نمونه‌گیری خوشه-ای و با استفاده از جدول کرجسی و مورگان ۳۲۰ نفر به‌عنوان نمونه انتخاب گردیدند. در ادامه، جهت جمع‌آوری داده‌های موردنیاز از سه پرسشنامه، شامل پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی ریف (۲۰۰۲)، پرسشنامه سبک‌های هویتی برزونسکی (۲۰۰۰) و راهبردهای مقابله با استرس اندلر و پارکر (۱۹۹۰) استفاده شد؛ به‌منظور تعیین روایی آن‌ها از روایی محتوایی بهره برده شد. برای به‌دست آوردن پایایی آن‌ها از ضریب آلفای کرونباخ استفاده و مقدار آن‌ها به ترتیب در پرسشنامه‌های مذکور ۰/۹۰، ۰/۸۰ و ۰/۸۴ محاسبه گردید. فرضیه‌های این پژوهش را با بهره‌گیری از شاخص‌های آمار توصیفی و استنباطی نظیر میانگین، درصد، آزمون کالموگرف-اسمیرنوف، آزمون رگرسیون چندگانه و تحلیل واریانس در محیط نرم افزار SPSS آزمودیم. نتایج نشان-دهنده آن است که بین مؤلفه‌های سبک‌های هویت اطلاعاتی، سبک هویت هنجاری و سبک هویت تعهد، دربرابر مقابله با استرس، رابطه مثبت و معناداری وجود دارد؛ اما، بین مؤلفه سبک هویت سردرگم اجتنابی و استرس، رابطه منفی و معناداری وجود دارد. علاوه‌بر این، بین مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی با سبک‌های مقابله با استرس رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. بنابراین، یافته‌ها تصریح نمودند، سبک‌های هویتی و بهزیستی روان‌شناختی قادر به پیش‌بینی سبک‌های مقابله با استرس کارکنان هستند.

کلیدواژه‌ها: سبک‌های مقابله با استرس، رفاه روان‌شناختی، سبک‌های هویت.

سلمان امیری لرگانی

استادیار گروه پیش‌گیری از جرم،
دانشگاه علوم انتظامی امین، تهران،
ایران.

s.largine@yahoo.com

حسن حیدری

* کارشناس ارشد مدیریت منابع
انسانی، دانشگاه علوم انتظامی امین،
تهران، ایران.

heydari2850hasan@gmail.com

(نویسنده مسئول).

داوود بختیاری می‌آبادی

کارشناس ارشد روان‌شناسی، دانشگاه
آزاد اسلامی، واحد همدان، همدان،
ایران.

davud218@gmail.com

نوع مقاله: پژوهشی

صص: ۳۵-۴۵.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۲/۰۶

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۲/۲۷

شناسه دیجیتال (DOI):

10.22034/hpsj.2021.207595.1041

◀ **استناد (ونکوور):** امیری لرگانی س، حیدری ح، بختیاری می‌آبادی د. پیش‌بینی سبک‌های مقابله با استرس براساس سبک‌های هویتی و بهزیستی روان‌شناختی (مورد مطالعه: فرماندهی انتظامی شهر همدان). فصلنامه مطالعات فرهنگی پلیس. بهار ۱۴۰۰؛ ۱(۱۸): ۳۵-۴۵.

◀ **استناد (APA):** امیری لرگانی، س، حیدری، ح، بختیاری می‌آبادی، د. (بهار ۱۴۰۰). پیش‌بینی سبک‌های مقابله با استرس براساس سبک‌های هویتی و بهزیستی روان‌شناختی (مورد مطالعه: فرماندهی انتظامی شهر همدان). فصلنامه مطالعات فرهنگی پلیس، ۱(۱۸)، ۳۵-۴۵.

مقدمه

است، مبنی بر این‌که چگونه می‌توان حالت و تجربه خوشایند ذهنی را توصیف کرد، یا این‌که زندگی خوب و باکیفیت از چه چیزی تشکیل شده است. این بحث می‌تواند پیامدهای نظری و عملی بسیاری را به دنبال داشته باشد. نحوه تعریف ما از کیفیت زندگی و بهزیستی، روش‌های آموزش، درمان، تعلیم و تربیت و حتی برنامه‌های دولتی را تغییر می‌دهد. هدف تمام برنامه‌ها این است که انسان را به سمت زندگی بهتر سوق دهند. این پژوهش، از آن‌جا که به پیش‌بینی سبک‌های مقابله با استرس بر اساس بهزیستی روان‌شناختی و هوش هیجانی در کارکنان نیروی انتظامی شهر همدان می‌پردازد، بسیار حائز اهمیت است؛ چراکه، ایجاد سلامت روانی افرادی که برپاکنده نظم عمومی در سطح جامعه هستند و همچنین فراهم‌نمودن زمینه‌های کاهش استرس آن‌ها برای ایفای نقش مهم‌شان، می‌تواند در ایجاد سلامت عمومی جامعه نقش مهم و مؤثری ایفا کند. دلیل انتخاب این جامعه آماری، نقش بسیار ارزنده آن در فضای اجتماعی و حفظ ثبات و امنیت اجتماعی در سطح کشور است؛ به همین دلیل، بررسی سبک‌های مقابله با استرس در این نهاد و مشکلات استرس‌زای آن‌ها با رویکرد چاره‌اندیشی درمورد مبارزه با این عوامل استرس‌زا، بسیار بااهمیت است. پیامدهای مثبت این پژوهش را باید در ناجا به‌کار گرفت و قابلیت تعمیم‌پذیری آن به مشاغل دیگر را مد نظر داشت. پرداختن به این موضوع و مسائل دخیل در این مشکل می‌تواند به رفع معضلات کمک چشمگیری کند. زیرا، بی‌توجهی به این مسأله باعث بروز مشکلاتی در بین کارکنان ناجا می‌گردد. یکی از مواردی که در تعیین سلامت یا بیماری انسان، مهم‌ترین نقش و جایگاه را دارد، استرس است که با زندگی بشر امروز عجین شده است. پژوهشگران مختلف به شناسایی و معرفی منابع متعدد استرس پرداخته‌اند. عوامل تنش‌زا می‌توانند بیرونی یا درونی باشند.

سبک‌های مقابله‌ای^۱، تلاش مستمر به‌منظور سازگار شدن افراد با وضعیت نامتعادل است. در صورت بهره‌گیری از سبک‌های مقابله‌ای مؤثر، هیجانات تعدیل شده و استرس برطرف می‌گردد. سبک‌های مقابله‌ای مؤثر آثار منفی استرس را کاهش می‌دهند؛ همچنین، توانایی مدیریت استرس‌ورهای محیطی و درونی با به‌کارگیری این رفتارها افزایش می‌یابد. علت اصلی بسیاری از مشکلات روانی، روش‌های مقابله غیر مؤثر هستند. اگر افراد از روش‌های مقابله مؤثر استفاده کنند، با تغییرات محیطی سازگار می‌شوند. اما، در مقابله غیر مؤثر، عدم سازگاری رخ می‌دهد که باعث کاهش کیفیت زندگی افراد می‌شود و بر روابط بین آن‌ها تأثیر می‌گذارد (لازاروس و فولکمن^۲، ۲۰۱۲). از زمان‌های بسیار دور، همیشه این سؤال مطرح بوده که چه چیزی باعث خوشبختی و بهزیستی می‌شود. هر یک از پژوهشگرانی که در این حیطه به تحقیق پرداخته‌اند، عوامل و ابعاد خاصی معرفی کرده‌اند و معتقدند، هر فردی که واجد این خصوصیات و ابعاد باشد، دارای بهزیستی نسبی روانی است.

در سال‌های اخیر، تلاش‌های بسیار زیادی برای روشن شدن مفاهیم شادکامی، سلامتی، کیفیت زندگی، سلامت روانی و بهزیستی صورت گرفته است. در زمینه بهزیستی، شاهد شکل‌گیری دیدگاه و الگوی نسبتاً متمایز و مکمل هستیم که نشأت گرفته از دو فلسفه مجزا است. اولین دیدگاه را می‌توان «لذت‌گرایی» نامید. این فلسفه، بهزیستی را لذت و شادی تعبیر می‌کند. دیدگاه دوم، معتقد است که بهزیستی چیزی بیش از شادی صرف است. این دیدگاه، «سعادت-گرایی» نامیده می‌شود. در این رویکرد، بهزیستی شامل واقعیت‌بخشیدن و به ثمررساندن ماهیت حقوقی خود فرد است (ریف^۳، ۲۰۱۳). از گذشته‌های دور، بحث‌های بسیاری در خصوص خوشبختی و شادکامی وجود داشته

1. coping styles
2. Lazarus, R.S., & Folkman, S
3. Ryff, C. D.

روش انجام پژوهش

این پژوهش از نظر هدف، کاربردی و از نظر شیوه پژوهش، توصیفی و از نوع همبستگی است. به منظور تدوین الگوی نظری پژوهش، از مطالعات کتابخانه‌ای و در جهت آزمون فرضیه‌ها از روش همبستگی استفاده گردید. جامعه آماری این پژوهش را کارکنان فرماندهی انتظامی استان همدان تشکیل دادند که با استفاده از نمونه‌گیری خوشه‌ای و جدول کرجسی و مورگان ۳۲۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. در ادامه، برای جمع‌آوری داده‌های موردنیاز از ابزار پرسشنامه بهره برده شد:

۱- پرسشنامه مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف (RSPWB): این پرسشنامه، توسط ریف در سال ۱۹۸۹ ساخته شد و در سال ۲۰۰۲ مورد تجدید نظر قرار گرفت. این پرسشنامه دارای سه نوع بلند، متوسط و کوتاه است. نوع بلند ۱۲۸ سؤالی، نوع متوسط ۵۴ سؤالی و نوع کوتاه ۱۸ سؤالی است. این پرسشنامه، شش عامل خودمختاری، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباطات مثبت با دیگران، هدفمندی در زندگی و پذیرش خود را می‌سنجد. مجموع این شش عامل، به صورت نمره کلی، بهزیستی روان‌شناختی را محاسبه می‌کنند. این آزمون نوعی خودسنجی است که در یک مقیاس شش‌درجه‌ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم نمره‌گذاری می‌شود، بنابراین به منظور تعیین روایی آن از روایی محتوایی از طریق متخصصین بهره گرفته شد و پایایی آن نیز با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۰ محاسبه گردید.

۲- پرسشنامه سبک هویت برزونسکی (ISI): این پرسشنامه مشتمل بر ۴۰ گویه است که برزونسکی و آدامز (۲۰۰۰) آن را به منظور ارزیابی جهت‌گیری یا سبک هویت افراد تدوین کرده‌اند. این آزمون از ۴ خرده‌مقیاس تشکیل شده است و سه سبک هویتی

ویژگی‌های مشاغل موجود در جوامع پیچیده، گسترش نقش‌های متعدد و چندگانه اجتماعی از ویژگی‌های خاص زندگی صنعتی هستند که همه افراد را به نوعی تحت سیطره خود قرار داده‌اند و به شکل بالقوه‌ای سلامت و حتی بقای نوع بشر را زیر سؤال برده است. اما، آنچه در این میان می‌تواند مایه خوش‌بینی و امیدواری باشد، «شیوه‌های مقابله با استرس» است که به عنوان یک متغیر می‌تواند پیامدهای استرس را تحت تأثیر قرار دهد. روش‌های بسیاری برای مقابله با استرس وجود دارد؛ بسیاری از این روش‌ها ماهیت روان‌شناختی دارند. افراد متفاوت با توجه به ویژگی‌های شخصیتی خود، هر یک روشی را برای مقابله با استرس برمی‌گزینند. برخی سعی می‌کنند، به مشکلات زندگی با دید مثبت بنگرند، بعضی به دنبال حمایت‌های اجتماعی می‌گردند و عده‌ای دیگر از آن می‌گریزند. به کارگیری راهبردهای مقابله‌ای مناسب به مردم کمک می‌کند تا با استرس و تأثیرات ناشی از آن کنار بیایند. راهبردهای مقابله به روش‌های آگاهانه و منطقی مدارا با استرس‌های موجود در زندگی اشاره دارند (برج علی و یساولی، ۱۳۹۵). بنابراین، پژوهش حاضر به دنبال پاسخ‌دادن به این پرسش است که «آیا سبک‌های مقابله با استرس، بر اساس سبک‌های هویتی و بهزیستی روان‌شناختی قابل پیش‌بینی است؟»

فرضیه‌های پژوهش

- ۱- سبک‌های هویت (سبک هویت اطلاعاتی، سبک هویت هنجاری، سبک هویت مغشوش / اجتنابی و تعهد) می‌تواند سبک‌های مقابله با استرس را پیش‌بینی کند.
- ۲- مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی (پذیرش خود، رابطه مثبت با دیگران، خودمختاری، زندگی هدفمند، رشد شخصی و تسلط بر محیط) می‌تواند سبک‌های مقابله با استرس را پیش‌بینی کند.

۳- پرسشنامه راهبردی مقابله با استرس اندلر و پارکر: این پرسشنامه‌ها به منظور ارزیابی انواع روش‌های مقابله‌ای در موقعیت‌های استرس‌زا توسط اندلر و پارکر (۱۹۹۰) ساخته شد. این آزمون، شامل ۴۸ ماده است که بر مبنای طیف لیکرت به هر عبارت ۱ تا ۵ نمره داده می‌شود و سه راهبرد مقابله‌ای مسأله‌محور، هیجان‌محور و راهبرد مقابله‌ای اجتنابی را اندازه می‌گیرد.

اطلاعاتی، هنجاری / سردرگم و میزان تعهد را می‌سنجد. گویه‌ها روی مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای کاملاً مخالفم (۱)، تا کاملاً موافقم (۵) نمره‌گذاری می‌شوند. بنابراین، برای تعیین روایی آن از روایی محتوایی و از متخصصین بهره برده شد و پایایی آن نیز با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۰ محاسبه گردید.

جدول ۱- آزمون میانگین بهزیستی روان‌شناختی، سبک‌های هویتی و سبک‌های مقابله با استرس

کمترین نمره	بیشترین نمره	میانگین	انحراف استاندارد	
۱۷	۴۹	۳۳/۰۱	۷/۱۶	سبک هویت اطلاعاتی
۱۶	۴۶	۲۹/۹۵	۷/۳۲	سبک هویت هنجاری
۱۵	۴۷	۲۸/۹۳	۷/۹۷	سبک هویت اجتنابی
۱۵	۴۶	۳۰/۶۳	۸/۰۰۸	سبک هویت تعهد
۷۶	۱۸۲	۱۲۲/۵۰	۱۸/۵۱	سبک‌های هویتی
۵	۱۷	۱۰/۰۷	۲/۹۵	پذیرش خود
۵	۱۷	۱۰/۱۶	۲/۶۹	استقلال
۵	۱۷	۹/۹۱	۲/۸۴	تسلط بر محیط
۵	۱۶	۹/۲۸	۲/۳۴	رشد شخصی
۵	۱۷	۹/۳۴	۲/۹۰	ارتباط مثبت با دیگران
۵	۱۷	۱۰/۳۶	۲/۷۲	هدفمندی در زندگی
۳۷	۸۹	۵۸/۹۲	۱۰/۰۷	بهزیستی روان‌شناختی

یافته‌ها

دیگران میانگین حاصل به حد متوسط نزدیک شد. به‌طور کلی، بهزیستی روان‌شناختی و سبک‌های هویتی در حد بالاتر از متوسط به‌دست آمد.

جدول ۲- نتایج آزمون کولموگروف - اسمیرنوف جهت بررسی طبیعی بودن توزیع متغیرهای پژوهش

متغیر	تعداد	کولموگروف اسمیرنوف Z
سبک‌های مقابله با استرس	۳۲۰	۰/۲۰۰
سبک‌های هویتی	۳۲۰	۰/۲۰۰
بهزیستی روان‌شناختی	۳۲۰	۰/۱۷۸

جدول (۱)، کمترین نمره، بیشترین نمره، میانگین و انحراف استاندارد داده‌ها را گزارش می‌کند. در مؤلفه‌های سبک‌های هویتی اطلاعاتی، هنجاری و تعهد میانگین به‌دست آمده بزرگ‌تر از حد متوسط بود. اما، میانگین به‌دست آمده از مؤلفه سبک هویتی اجتنابی کم‌تر از حد متوسط بود. میانگین مؤلفه‌های پذیرش خود، استقلال، هدفمندی در زندگی نیز کمی بزرگ‌تر از حد متوسط به‌دست آمد. اما، در مؤلفه‌های تسلط بر محیط، رشد شخصی و ارتباط مثبت با

فرضیه اول: سبک‌های هویتی (سبک هویت اطلاعاتی، سبک هویت هنجاری، سبک هویت مغشوش / اجتنابی و تعهد) می‌تواند مقابله با استرس را پیش‌بینی کند.

همان‌گونه که در جدول (۲) مشاهده می‌شود، توزیع نمرات مربوط به تمامی متغیرهای تحقیق با $p > 0/05$ طبیعی است. در نتیجه، می‌توان از آمار پارامتریک جهت آزمون فرضیه‌های تحقیق استفاده کرد.

جدول ۳- خلاصه نتایج مقدار واریانس تبیین‌شده و معناداری الگو

شاخص	R	R ²	تعدیل شده R ²	خطای استاندارد برآورد
۱	۰/۶۰۸	۰/۳۷۰	۰/۳۶۲	۲۲/۶۱

و R^2 محاسبه‌شده براساس این متغیرها ۰/۳۶۲ محاسبه شد؛ یعنی، این چهار متغیر با هم ۳۶/۲٪ از واریانس متغیر سبک‌های مقابله با استرس را تبیین می‌کنند.

براساس جدول (۳) و (۴) نسبت F و سطح معناداری آن بیانگر اثر معنادار متغیرها در معادله رگرسیون است. در این مرحله، اثر رگرسیون $F = 46/163$ به دست آمد که در سطح ۰/۰۰۰ با درجه آزادی (۴ و ۳۱۵) معنادار است

جدول ۴- نتایج جدول تحلیل واریانس

شاخص	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معنی داری
بین‌گروهی	۹۴۴۶۸/۳۹۲	۴	۲۳۶۱۷/۰۹۸	۴۶/۱۶۳	۰/۰۰۰
درون‌گروهی	۱۶۱۱۵۳/۹۲۱	۳۱۵	۵۱۱/۶۰۰		
کل	۲۵۵۶۲۲/۳۱۳	۳۱۹			

سبک‌های مقابله با استرس مثبت و معنادار بود. یعنی، هرچه مؤلفه‌های پذیرش خود، استقلال، هدفمندی بالاتر باشد، توانایی مقابله با استرس نیز افزایش می‌یابد و رابطه بین سبک هویت اجتنابی با سبک‌های مقابله با استرس منفی و معنادار بود؛ به این معنا که هرچه سبک هویت اجتنابی بالاتر باشد، میزان مقابله با استرس کاهش می‌یابد و برعکس.

با توجه به ضرایب و سطح معنی‌داری مندرج در جدول (۴) رابطه بین مؤلفه‌های سبک هویت اطلاعاتی، سبک هویت هنجاری و سبک هویت تعهد با سبک‌های مقابله با استرس مثبت و معنادار بوده است؛ یعنی هرچه مؤلفه‌های سبک‌های هویت اطلاعاتی، هنجاری و تعهد می‌تواند مقابله با استرس را پیش‌بینی کند.

با توجه به ضرایب و سطح معنی‌داری مندرج در جدول (۸)، رابطه بین مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی با

جدول ۵- ضرایب استاندارد شده و نشده مؤلفه‌های سبک‌های هویت با سبک‌های مقابله با استرس

مدل	ضرایب استاندارد نشده Beta	خطای استاندارد	ضرایب استاندارد شده Beta	T	سطح معناداری
ثابت	۶۱/۹۵۸	۸/۹۳۶	۰/۷۶۵	۶/۹۳۳	۰/۰۰۰
سبک هویت اطلاعاتی	۱/۰۴۹	۰/۳۷۲	۰/۲۶۵	۲/۸۲۰	۰/۰۰۵
سبک هویت هنجاری	۰/۹۰۰	۰/۳۶۹	۰/۲۳۳	۲/۴۳۹	۰/۰۱۵
سبک هویت اجتنابی	-۰/۷۵۹	۰/۱۶۳	-۰/۲۱۴	-۴/۶۶۱	۰/۰۰۱
سبک هویت تعهد	۰/۴۰۲	۰/۱۶۶	۰/۱۱۴	۲/۴۱۴	۰/۰۱۶

فرضیه ۲: بین بهزیستی روانشناختی و سبک‌های مقابله با استرس رابطه وجود دارد.

جدول ۶- خلاصه نتایج مقدار واریانس تبیین‌شده و معناداری الگو

خطای شاخص	R	R2	تعدیل شده R2	خطای استاندارد برآورد
۱	۰/۶۰۵	۰/۳۶۶	۰/۳۵۴	۲۲/۷۵۳

براساس جدول (۶) و (۷)، نسبت F و سطح معناداری آن بیانگر اثر معنادار متغیرها در معادله رگرسیون است. در این مرحله، اثر رگرسیون $F = 30/131$ به دست آمد که در سطح $0/000$ با درجه آزادی (۳۱۳ و ۶) معنادار است و R^2 محاسبه‌شده براساس این متغیرها $0/354$ است؛ یعنی، این ۶ متغیر با هم $35/4$ از واریانس متغیر سبک‌های مقابله با استرس را تبیین می‌کنند.

جدول ۷- نتایج جدول تحلیل واریانس

شاخص	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری
بین‌گروهی	۹۳۵۸۹/۲۹۰	۶	۱۵۵۹۸/۲۱۵	۳۰/۱۳۱	۰/۰۰۰
درون‌گروهی	۱۶۲۰۳۳/۰۲۴	۳۱۳	۵۱۷/۶۷۷		
کل	۲۵۵۶۲۲/۳۱۳	۳۱۹			

جدول ۸- ضرایب استاندارد شده و نشده مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی با سبک‌های مقابله با استرس

مدل	ضرایب استاندارد نشده Beta	خطای استاندارد	ضرایب استاندارد شده Beta	t	سطح معناداری
ثابت	۱۶/۰۰	۷/۶۹۲	۰/۵۴۷	۲/۰۸۰	۰/۰۳۸
پذیرش خود	۳/۱۴۷	۰/۴۵۴	۰/۳۲۹	۶/۹۲۵	۰/۰۰۱
استقلال	۱/۷۹۰	۰/۵۲۰	۰/۱۷۱	۳/۴۴۶	۰/۰۰۲
تسلط بر محیط	۱/۳۴۸	۰/۵۱۵	۰/۱۳۵	۲/۶۱۹	۰/۰۰۹
رشد شخصی	۱/۳۶۱	۰/۶۱۱	۰/۱۱۳	۲/۲۲۸	۰/۰۲۷
ارتباط مثبت با دیگران	۱/۰۲۰	۰/۵۱۰	۰/۱۰۵	۲/۰۰۱	۰/۰۴۶
هدفمندی در زندگی	۱/۲۲۷	۰/۵۵۲	۰/۱۱۲	۲/۲۲۴	۰/۰۲۷

با استرس نیز افزایش می‌یابد و برعکس.

جدول (۵) نشان می‌دهد که مؤلفه سبک هویت اطلاعاتی قادر است در واحد استاندارد $0/26$ از واریانس ($B=0/265$)، قادر به پیش‌بینی سبک‌های مقابله با استرس به صورت مثبت و معنی‌دار است. همچنین، مؤلفه سبک هویت هنجاری نیز قادر است در واحد استاندارد $0/23$ از واریانس ($B=0/233$)، سبک‌های مقابله با استرس را به صورت مثبت و معنی‌دار پیش‌بینی کند. مؤلفه سبک هویت اجتنابی قادر است در واحد استاندارد $0/21$ از واریانس ($B=0/214$)، سبک‌های مقابله با استرس را به صورت منفی و معنی‌دار پیش‌بینی نماید و در نهایت، مؤلفه سبک هویت تعهد قادر است در واحد استاندارد $0/11$ از واریانس ($B=0/114$)، سبک‌های مقابله با استرس را به صورت مثبت و معنی‌دار پیش‌بینی کند.

هنگامی که در زندگی، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران بالاتر باشد، کارایی سبک‌های مقابله

این‌گونه است که این سبک‌های مقابله‌ای منجر به خودآگاهی و افزایش بهزیستی روان‌شناختی و رضایت از زندگی می‌شود (پیکوراس، ۲۰۰۶). نتایج نشان داده‌اند، افرادی که به‌راحتی هیجان‌های خود را ارزیابی نموده و در تماس مستقیم با آن‌ها هستند، قادراند هیجان‌های خود را به‌راحتی کنترل نموده و روابط و موقعیت‌هایی که با آن‌ها مواجه می‌شوند را به‌خوبی مدیریت کنند. به‌همین دلیل، این افراد افسردگی و بیماری‌های جسمی و روحی کمتر و به‌طور کلی بهزیستی روان‌شناختی بیشتری از خود نشان می‌دهند (مارو و همکاران، ۲۰۰۷). در تبیین این یافته‌ها می‌توان اظهار داشت، افرادی که می‌توانند وضعیت هیجانی خود را تنظیم نمایند، می‌دانند که چگونه و چه موقع احساسات خود را بیان نموده و قدرت سازگاری بالایی داشته باشند که خود منجر به بهزیستی روان‌شناختی بیشتری در این افراد می‌شود (سالوی و همکاران، ۱۹۹۹؛ کمپل و نتوبدزی، ۲۰۰۷). چرایی استفاده از این پیشینه‌ها، تأکید بر آن دسته پژوهش‌های بود که بر پیوند بین چنین رابطه‌هایی تمرکز بیشتری داشتند. در نتیجه، با عنایت بر این چارچوب نظری و آزمون‌های آماری، نتایج تحلیلی پژوهش نیز بر این مهم صحنه گذاشت و فرضیه‌های پژوهش را مورد تأیید قرار داد. از این‌رو، نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها نشان داد، بین سبک‌های هویت و سبک‌های مقابله با استرس رابطه وجود دارد؛ به این صورت که بین سبک‌های هویت اطلاعاتی، هنجاری و تعهد رابطه مثبت و معناداری قابل مشاهده است، اما بین سبک‌های هویت سردرگم و اجتنابی رابطه منفی و معناداری وجود دارد. زیرا، میانگین نمرات سبک‌های هویت اطلاعاتی، هنجاری و تعهد در بین پاسخگویان بالاتر بود و در نتیجه سبک‌های مقابله با استرس نیز در آن‌ها بالاتر بود. همچنین، میانگین نمرات سبک‌های هویتی سردرگم و اجتنابی در افراد کمتر و سبک‌های مقابله با استرس نیز در بین آنان بالاتر بود. همچنین، بین مؤلفه سبک هنجاری و سبک‌های مقابله با استرس نیز رابطه وجود دارد.

جدول (۸) نشان می‌دهد که مؤلفه بهزیستی پذیرش همچنین، مؤلفه بهزیستی استقلال و خودمختاری نیز قادر است در واحد استاندارد ۰/۱۷ از واریانس ($B=0/171$)، سبک‌های مقابله با استرس را به صورت مثبت و معنی‌دار پیش‌بینی می‌کند. مؤلفه بهزیستی تسلط بر محیط این توانایی را دارد تا در واحد استاندارد ۰/۱۳ از واریانس ($B=0/135$)، سبک‌های مقابله با استرس را به صورت مثبت و معنی‌دار پیش‌بینی کند. به همین ترتیب، مؤلفه بهزیستی رشد شخصی قادر به پیش‌بینی مثبت و معنی‌دار سبک‌های مقابله با استرس، در واحد استاندارد ۰/۱۱ از واریانس ($B=0/113$) است. مؤلفه بهزیستی ارتباط مثبت با دیگران نیز قادر است در واحد استاندارد ۰/۱۰ از واریانس ($B=0/105$) سبک‌های مقابله با استرس را به صورت مثبت و معنی‌دار پیش‌بینی کند. در نهایت، مؤلفه بهزیستی هدفمندی در زندگی قادر است در واحد استاندارد ۰/۱۱ از واریانس ($B=0/112$)، سبک‌های مقابله با استرس را به صورت مثبت و معنی‌دار پیش‌بینی کند.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی سبک‌های مقابله با استرس کارکنان ف.ا.ا. همدان براساس سبک‌های هویت و بهزیستی روان‌شناختی انجام شد. در بخش نظری و پیشینه، آرای صاحب‌نظران حوزه آموزش و روان‌شناسی، به صورت تحلیلی مورد استفاده قرار گرفت. توانایی‌های هوش هیجانی، درک افراد را نسبت به خود و دیگران بالا می‌برد و این افراد گام برداشتن به سمت بهتر شدن را بیشتر درک می‌کنند و از شرایط و وضعیتی که در آن قرار دارند و همچنین از وضعیت آرمانی که مایل هستند به آن برسند، به‌خوبی آگاه هستند. بنابراین، با مدیریت هیجانات خود و دیگر افراد می‌توانند مسیرهایی در جهت پیشرفت و زندگی خود انتخاب کنند تا توانایی‌های فردی و اجتماعی آن‌ها منجر به خودآگاهی، خودشکوفایی و تعامل‌های مناسب اجتماعی گردد.

مثبت و معناداری وجود دارد که نتایج حاصل با یافته‌های باس و رافیع‌نایک (۲۰۱۶)، پاپ ورث و همکاران (۲۰۱۴)، دیلون، ریتی و جانسون (۲۰۰۷) و گاتز و همکاران (۲۰۰۶) همسو است؛ چراکه، میانگین نمرات در مؤلفه‌های پذیرش خود، خودمختاری، تسلط بر محیط، ارتباط مثبت با دیگران، رشد شخصی و هدفمندی بیشتر از حد متوسط و میانگین نمرات سبک‌های مقابله با استرس بالاتر بود؛ چراکه، این افراد جنبه‌های متفاوت خود را قبول کرده و نگرش مثبت به خود، زندگی و گذشته خویش دارند. بنابراین، پیشنهاد می‌گردد با توجه به این‌که سبک هویتی نیز در سبک‌های مقابله با استرس مؤثر است، دوره‌هایی جهت تشریح این سبک‌ها برای کارکنان برگزار و به چگونگی شکل‌گیری سبک‌های هویت پرداخته شود. همچنین، با توجه به اهمیت بهزیستی روان‌شناختی، پیشنهاد می‌شود، کارگاه‌های آموزشی در زمینه افزایش بهزیستی روان‌شناختی و سبک‌های مقابله با استرس برای دانش‌آموزان برگزار گردد. به‌علاوه، به دست‌اندرکاران امر شامل معاونت آموزش ناجا پیشنهاد می‌گردد، در جهت افزایش میزان بهزیستی روان‌شناختی کارکنان، در راستای تقویت نمودن متغیر تنظیم هیجانی اقدام کرده تا بهزیستی روان‌شناختی آن‌ها نیز افزایش یابد. چنین امری در سایه برنامه‌ریزی در جهت آموزش و تقویت تنظیم هیجانی و مقابله با استرس در یگان‌ها از طریق تدوین برنامه‌های مدون که چنین دروسی را در چارت آموزشی خویش داشته باشند، امکان‌پذیر خواهد بود.

منابع

۱. برقی مقدم، جعفر؛ مشرف جواد، بتول؛ مظفری، سید امیر احمد و گروسی فرشی، میر تقی. (۱۳۸۸). ارتباط سبک‌های هویت با عوامل برانگیزاننده و احساس موفقیت، فصلنامه بهره‌وری مدیریت. ۳(۴)، ۱۳۵-۱۵۶.
۲. بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۶). شخصیت و سبک‌های مقابله با استرس. مجله روانشناسی دانشگاه تبریز، ۲(۷)، ۵۰-۵۴.

این کارکنان در مواجهه با موضوعات هویت و تصمیم‌گیری‌ها، با انتظارات و دستورات افراد مهم و گروه‌های مرجع هم‌نوایی می‌کنند، آن‌ها ارزش‌ها و عقاید را بدون ارزیابی آگاهانه می‌پذیرند و درونی می‌کنند، تحمل کمی برای مواجهه با موقعیت‌های جدید و مبهم و نیاز بالایی برای حفظ ساختار خود دارند؛ حال این نتایج را می‌توان به نوعی با یافته‌های قاسم‌پور و همکاران (۱۳۹۶)، گرگیچ سالم و همکاران (۱۳۹۵)، چنانی و روزمن (۱۳۹۴)، عبدی زرین و همکاران (۲۰۱۷) و لی و همکاران (۲۰۱۰) همسو دانست.

علاوه بر این، در پژوهش حاضر مشخص شد که بین سبک اجتنابی و سبک‌های مقابله با استرس در کارکنان رابطه منفی و معناداری وجود دارد؛ به این صورت که الگوی هویت سردرگم / اجتنابی با انواع مختلف آسیب‌های روانی، از جمله اختلالات خلقی و اضطرابی همبسته بوده و مواردی چون عزت نفس پایین و فقدان خودتنظیمی، از ویژگی‌های رایج این گروه است. همان‌گونه که برقی مقدم و همکاران (۱۳۹۲) نشان دادند، افراد با هویت سردرگم / اجتنابی دارای احساس عدم شایستگی هستند. به‌علاوه، مشخص گردید، بین سبک تعهد و سبک‌های مقابله با استرس رابطه معناداری وجود دارد که این نتیجه همسو با یافته‌های چنانی و روزمن (۱۳۹۴) است. در این رابطه می‌توان اظهار داشت، این گروه با سبک اطلاعاتی و هنجاری دارای تعهد شخصی قوی هستند و گروه با سبک اجتنابی، از سطح تعهد پایینی برخوردارند. بنابراین، تعهد همراه با کاوشگری چارچوبی را ایجاد می‌کند که افراد براساس آن به تصمیم‌گیری در مورد عقاید و دیدگاه‌های خود می‌پردازند و در حل مسائل خویش از آن‌ها بهره می‌گیرند. افرادی که نسبت به اهداف تعیین‌شده خود متعهد هستند، برای رسیدن به آن‌ها به کوشش و پذیرفتن هرگونه مشکلی می‌پردازند. در نهایت، مشخص گردید بین بهزیستی روان‌شناختی و سبک‌های مقابله با استرس نیز رابطه معناداری وجود دارد. یافته‌ها نشان داد، بین مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی و سبک‌های مقابله با استرس رابطه

14. Abdi Zarrin, S. A., Paixão, M. P., & Panahandeh, A. (2017). Predicting of Academic Performance by Identity Styles and Self-efficacy Beliefs (Personal and
15. Bowlby J. (2013). *Attachment and loss*. New York: Basic Books: 211-53.
16. Campbell, A., & Ntobedzi, A. (2007). Emotional intelligence, coping and psychological distress: a partial least squares approach to developing a predictive model. *E-journal of applied psychology*, 3, 39-54.
Collective) in Iranian High School Students. *World Scientific News*, 61(2), 186-191.
17. Edwards, D., Burnard, P., Bennett, K., & Hebden, U. (2010). A longitudinal study of stress and self-esteem in student nurses. *Nurse education today*, 30(1), 78-84.
18. Foruzandeh, N., Delaram, M. (2015). Effects of cognitive behavioral therapy on the coping strategies of nonmedical students of Shahrekord University of Medical Sciences. *Journal of Shahrekord University of Medical Sciences*, 5(3), 26-34.
19. Kazzaria, C.R. (2014). A theory of therapy, personality, and interpersonal relationship. *A study of a science, New York, NY: McGraw Hill*. (3), 184-256.
20. Keyes, C. L., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of personality and social psychology*, 82(6), 1007.
21. Martinent. S., Durmaz, V. (2014). Belife in the paranormal, coping and emotional intelligence. *Pers Individ Dif.*, 41(6): 1089-1105.
22. Mavroveli, S., Petrides, K. V., Rieffe, C., & Bakker, F. (2007). Trait emotional intelligence, psychological well-being and peer-rated social competence in adolescence. *British journal of developmental psychology*, 25(2), 263-275.
23. Nel, L. (2011). The psychofertological experiences of master s degree stuentis in professional psychology programm: An interpretative phenomenological analysis [PhD. dissertation]. *Bloemfontein: University of the Free State*.
۳. بیرامی، رضا؛ هاشمی، جمال. (۱۳۹۰). بررسی رابطه سلامت روان‌شناختی و هوش هیجانی با فرسودگی شغلی در پرستاران بیمارستان‌های دولتی تبریز. *مجله روانشناسی*، ۹(۲).
۴. تودر، کیت. (۲۰۱۰). *ارتقای سلامت روان*، ترجمه مرتضی خواجوی. تهران، سازمان بهزیستی کشور.
۵. چنانی، شهرام؛ روزمن، قاسم. (۱۳۹۴). بررسی رابطه انگیزه پیشرفت، خودکارآمدی و سبک های هویت با بهزیستی روان‌شناختی دانش آموزان مقطع متوسطه منطقه شاوور. *دومین کنفرانس ملی روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شادگان*.
۶. حجتی‌نیا، علی؛ پور شافعی، داود. (۱۳۹۲). بررسی مقایسه- ای رابطه سبک‌های مقابله با استرس و سبک زندگی با فرسودگی شغلی معلمان شهر بیرجند. *نشریه تعلیم و تربیت*، ۶(۱۱۹)، ۶-۲۰.
۷. رستمی، امیرمسعود؛ احدی، چراغعلی گل. (۲۰۱۳). پیش‌بینی راهبردهای مقابله با استرس بر اساس ویژگی‌های شخصیتی وابستگان مواد محرک. *فصلنامه علمی اعتیادپژوهی*، ۷(۲۶)، ۱۱۱-۱۲۶.
۸. زارعی، سلمان؛ اسدی، زهرا. (۱۳۹۰). مقایسه ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های مقابله با استرس در نوجوانان معتاد و بهنجار. *اعتیاد پژوهی*، ۵(۲۰)، ۸۷-۱۰۴.
۹. گلمن، دانیل. (۱۳۹۴). *هوش هیجانی*، ترجمه علی عبدی. تهران، انتشارات آوای جنگی.
۱۰. مشهدی، علی. (۱۳۸۹). رابطه هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن با علائم اضطرابی. *نشریه روانشناسی معاصر*، ۲۶(۲)، ۸۵.
۱۱. وقری، محمد. (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین خودکارآمدی و سبک‌های مقابله‌ای با استرس در نوجوانان آموزشگاه شهید مرتضوی تهران. *فصلنامه روان‌شناختی*، شماره ۲۳.
۱۲. یاوری، علی. (۱۳۹۲). بررسی سبک‌های مقابله با استرس و رضایت از زندگی در معلمان شهرستان خارک بر اساس سابقه خدمت و جنسیت. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد واحد یاسوج، دانشکده روانشناسی.
۱۳. یساولی، علی؛ برجعلی، رضا. (۱۳۹۵). پیش‌بینی کیفیت زندگی بر اساس مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی ریف: نقش مداخله گرایانه رضایت از زندگی. *فصلنامه مطالعات روان‌شناختی*، ۴(۱۳)، ۱-۱۱.

24. Piqueras, Ca. (2006). Improving employee satisfaction and well-being using emotional intelligence. *Personal & Organizational Development*.
25. Rogers, P., Qualter, P., Phelps, G., & Gardner, K. (2006). Belief in the paranormal, coping and emotional intelligence. *Personality and individual differences*, 41(6), 1089-1105.
26. Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and psychosomatics*, 83(1), 10-28.
27. Singer, J. A., Blagov, P., Berry, M., & Oost, K. M. (2013). Self-defining memories, scripts, and the life story: Narrative identity in personality and psychotherapy. *Journal of personality*, 81(6), 131-142.