



## بررسی مقایسه ای شاخص های تاب آوری و عزت نفس دانش آموزان مقطع متوسطه ی دوم در دبیرستانهای نظری با هنرجویان هنرستانهای پسرانه ی کاردانش شهر اصفهان

بیژن عالی محمدی

کارشناس ارشد مهندسی عمران و کارمند آموزش و پرورش اصفهان

baraftabi@yahoo.com

علیرضا مهردادفر

کارشناس ارشد روانشناسی عمومی و کارمند آموزش و پرورش اصفهان

a.mehردادfar@gmail.com

### چکیده:

هدف از پژوهش حاضر ، مقایسه تاب آوری و عزت نفس دانش آموزان پسر شاغل به تحصیل در دبیرستان ها با دانش آموزان هنرستانهای کاردانش در سال تحصیلی 95-96 شهر اصفهان است . این دو مولفه بعنوان شاخص های حایز اهمیت در سلامت روان ، موفقیت تحصیلی و آینده ی شغلی، در دانش آموزان دبیرستانی و هنرستانی مورد بررسی قرار گرفت. این پژوهش یک مطالعه ی توصیفی -مقایسه ای است که در آن نمونه ها به صورت تصادفی از دانش آموزان پسری که در مقطع متوسطه ی دوم دبیرستانها و هنرستانهای کاردانش شهرستان اصفهان مشغول به تحصیل بودند، انتخاب شد. در این تحقیق شاخه ی تحصیلی (نظری یا کاردانش) به عنوان متغیر ملاک محسوب می شود و دو متغیر تاب آوری و عزت نفس متغیرهای پیش بینی بودند. ابزار مورد استفاده در این پژوهش شامل پرسشنامه ی تاب آوری کانر و دیویدسون (CD-RISC) و پرسشنامه ی استاندارد عزت نفس کوپراسمیت (SEI) بود و برای دستیابی به یافته های پژوهش از آمار توصیفی و استنباطی (آزمون t) استفاده گردید . این مطالعه نشان داد ، شاخص های تاب آوری ( $sig=0/013$ ) و عزت نفس ( $sig=0/004$ ) در دانش آموزان دبیرستانی با دانش آموزان هنرستانی تفاوت داشته و میزان هر دو شاخص در دانش آموزان پسر هنرستانی بیشتر است . میانگین نمره تاب آوری برای دانش آموزان دبیرستانی 56 و هنرستانی 63 بوده (محدوده نمره 0-100) و میانگین نمره عزت نفس برای دانش آموزان دبیرستانی 31/82 و هنرستانی 35/30 بوده است (محدوده نمره 0-50) . یافته های این مطالعه نشان داد که تاب آوری و عزت نفس با انتخاب رشته ی تحصیلی بویژه شاخه ی نظری و کاردانش در تعامل می باشد و این موضوع می تواند در هدایت تحصیلی دانش آموزان موثر واقع گردد .

واژگان کلیدی: تاب آوری ، عزت نفس ، دانش آموز ، دبیرستان ، هنرستان



ISC  
دارلده مجور  
۹۶۱۷۰-۱۲۸۰۲



## Abstract

The aim of this study is to compare the resilience and self-esteem of male students studying in secondary high schools with technical school in the academic year 95-96 in Isfahan. These two important components as an indicator of mental health, academic success and future career in high schools and vocational schools are studied. This is a descriptive and comparative Research that the samples were selected random from male students who studying in high schools and vocational in Isfahan city. In this study, branch of study is as dependent variable and resiliency and self-esteem were predictor variables. The instrument is used in this study was a questionnaires of Connor-Davidson Resilience (CD-RISC) and self-esteem Coppersmith (SEI) and to achieve the results were used descriptive and inferential statistics (T-test). This study showed that Indicators of resilience (sig = 0.013) and self-esteem (sig = 0.004) in high school students is different with Technical School and both of index is higher in vocational male students. The resiliency average was 56 for high school students and 63 for vocational (range score 0-100) and the self-esteem average was 31.82 for high school students and 35.30 for vocational (range score 0-50). The results of this study showed that resilience and self-esteem are interactive with the Choose of Studying Field and this can be effective in academic leading of students.

**Keywords:** resilience, self-esteem, student, high school, technical school



## 1- مقدمه

### 1-1- تاب آوری :

امی ورنر<sup>۱</sup> از جمله اولین دانشمندانی بود که در دهه ۱۹۷۰ از اصطلاح **تاب آوری**<sup>۲</sup> استفاده کرد. تاب آوری، توانمندی فرد در برقراری تعادل زیستی روانی، در شرایط خطرناک است (کانر و دیویدسون<sup>۳</sup>، ۲۰۰۳، به نقل از خدا رحیمی، ۱۳۷۴). در واقع، تاب آوری پدیده ای است که از پاسخ های انطباقی طبیعی انسان حاصل می شود و علیرغم رویارویی فرد با تهدیدهای جدی، وی را در دستیابی به موفقیت و غلبه بر تهدیدها توانمند می سازد (خدا رحیمی، ۱۳۷۴). کامپفر<sup>۴</sup> (۱۹۹۹) باور داشت که تاب آوری بازگشت به تعادل اولیه<sup>۵</sup> یا رسیدن به تعادل سطح بالاتر (در شرایط تهدید کننده) است و از این رو سازگاری موفق در زندگی را فراهم می کند. در روان شناسی، ظرفیت مثبت افراد برای سازگاری با استرس و فجایع را تاب آوری نامیده اند. در این معنا تاب آوری به عنوان عوامل محافظتی و مقاومت در مقابل عوامل خطر ساز آینده مورد توجه واقع شده است (کیانی، ۱۳۸۹). تاب آوری به عنوان یکی از سازه های اصلی شخصیت برای فهم انگیزش، هیجان و رفتار مفهوم سازی شده است (بلاک<sup>۶</sup>، ۲۰۰۵؛ به نقل از کیانی ۱۳۸۹). او بر این باور است که تاب آوری، توانایی سازگاری سطح کنترل بر حسب شرایط محیطی می باشد. افراد خودتاب آور رفتارهای خودشکنانه ندارند، از نظر عاطفی آرام هستند و توانایی تبدیل شرایط استرس زا به آرامش را دارند. در شرایط پر استرس کسانی که از سرسختی و تاب آوری بالاتری برخوردارند، سلامت روان بیشتری دارند تا کسانی که از سرسختی و تاب آوری پایین تری برخوردارند (کیانی ۱۳۸۹). به باور ماستن<sup>۷</sup> (۲۰۰۱) هنگامی که فاجعه از سر بگذرد و نیازهای اولیه انسانی تأمین گردد، آنگاه تاب آوری به ظهور می رسد. در نتیجه ی فرایند تاب آوری، اثرات ناگوار، اصلاح یا تعدیل و یا حتی ناپدید می گردند (توگاد و فردریکسون<sup>۸</sup>، ۲۰۰۴). سامانی، صحراگرد و جوکار (۱۳۸۶) نیز بین تاب آوری و رضایت از زندگی ارتباط مستقیم و معنی داری گزارش نمودند. از جمله عوامل افزایش دهنده تاب آوری اعتقادات مذهبی و پذیرش تقدیر است، مذهب یک سامانه باورداشت منسجم به وجود می آورد که به افراد امکان می دهد تا برای زندگی معنا پیدا کنند و به مصیبت ها، فشارهای روانی و از دست دادن های گریز ناپذیری که در طی چرخه زندگی رخ می دهند، معنا ببخشند. این موضوع ممکن است از این واقعیت نیز ناشی شود که حضور مرتب در مراسم مذهبی و عضوی از اجتماع مذهبی بودن برای افراد حمایت اجتماعی فراهم می آورد. هر دو عامل می توانند همبستگی بین ایمان مذهبی و سلامت جسمانی و روانی را تا حدودی تبیین کنند (شرمن سیمونتن<sup>۹</sup>، ۲۰۰۱).

آرگایل<sup>۱۰</sup> دریافته است که وجوه مختلف تجربه مذهبی با جنبه های شخصیت همبستگی دارند (آرگایل، ۲۰۰۰، ۲۰۰۲). تجربه های مذهبی سه عامل را شامل می شوند: عامل متعالی (ارتباط با خدا)، عامل اسطوره ای و عامل اجتماعی (همبستگی با دیگران). تاب آوری در دفاع های سازشی نیز مؤثر است زیرا دفاع های سازشی عبارتند از: پیش بینی، پیوند جویی، نوع دوستی، شوخ طبعی، ابراز وجود، مشاهده خود، والایش و فرونشانی یا بازداری.

از سوی دیگر یافته های تحقیق بالدوین و همکاران<sup>۱۱</sup> (۲۰۱۰) با عنوان تاب آوری و خوش بینی نشان داد که بین تاب آوری و خوش بینی که از مؤلفه های روان شناسی مثبت است، رابطه ای مثبت و معنا دار وجود دارد. و به علاوه نتایج نشان داد که تاب آوری به طور مثبت با خوش بینی و بطور منفی با پریشانی های روان شناختی مرتبط است. تریزا<sup>۱۲</sup> (۲۰۱۰)، در نتایج تحقیق خود تحت عنوان خوش بینی، تاب آوری و ارتباط میان آنها گزارش داد که بین خوش بینی و تاب آوری رابطه مثبت معنی داری وجود دارد و ارتباط بین تاب آوری و خوش بینی به عنوان یک خصوصیت مهم مطرح است. (به نقل از نصیر، ۱۳۸۹) نتایج بررسی های فرانسیس و برنات<sup>۱۳</sup> (۲۰۰۹) با عنوان تاب آوری نوجوانان و نقش مدارس در افزایش امیدواری، خوش بینی و موفقیت در دانش آموزان مدارس نشان داد که بین تاب آوری و خوش بینی رابطه مثبت معنی داری وجود دارد و آموزش روان شناسی مثبت نقش مهمی در افزایش امیدواری و خوش بینی و تاب آوری و موفقیت نوجوانان در مدرسه دارد. و از آنجا که دانش آموزان مقدار زیادی از وقت خود را در مدرسه صرف می کنند، مدرسه نقش مهمی را در افزایش تاب آوری و در نتیجه موفقیت آنان ایفا می کند. (به نقل از نصیر، ۱۳۸۹)

- 1- Emmy E. Werner
- 2 - Reciliency
- 3 - Conner & Davidson
- 4 - Kumpfer
- 5 - Base line homeostasis
- 6 - Block
- 7 - Masten
- 8 - Tugade & Fredrickson
- 9 - Sherman & Simonton
- 10 - Argyle
- 11 - Baldwin & etal
- 12 - Theresa
- 13 - Frances & Bernat



ISC دارنده مجور  
۹۶۱۷۰-۱۲۸۰۲



ارتقاء تاب آوری منجر به رشد افراد در به دست آوردن تفکر و مهارت های خود مدیریتی بهتر و دانش بیشتر می شود. همچنین تاب آوری با روابط حمایتی والدین، همسالان و دیگران و همچنین با باورهای فرهنگی و سنتی به افراد برای مقابله با ضربه های غیر قابل اجتناب زندگی کمک میکند. تاب آوری در انواع رفتار ها، افکار و اعمال میتواند آموخته شود و آن را میتوانید در سراسر دوره ی زندگی توسعه دهید.

تاب آوری معادل واژه انگلیسی Resiliency است. در فرهنگ لغت، این کلمه، خاصیت کشسانی، بازگشت پذیری و ارتجاعی معنا شده است، ولی در متون بهداشت روانی تاب آوری معادل گویاتری است. ریشه تاب آوری (resiliency) از علم فیزیک گرفته شده است و به معنی جهیدن به عقب است. در واقع افراد تاب آور قادر هستند به عقب بجهند. آنها توانایی زنده ماندن و حتی غلبه بر ناملایمات را دارند. تاب آوری میتواند باعث شود که فرد پیروزمندانه از رویدادهای ناگوار بگذرد و علیرغم قرار گرفتن در معرض تنش های شدید، شایستگی اجتماعی، تحصیلی و شغلی او ارتقا یابد. تاب آوری نوعی ویژگی است که از فردی به فردی متفاوت است و میتواند به مرور زمان رشد کند یا کاستی یابد.

تاب آوری به معنای توانایی مقابله با شرایط دشوار و پاسخ انعطاف پذیر به فشارهای زندگی روزانه است. تاب آوری، استرس را محدود نمی کند، مشکلات زندگی را پاک نمی کند، بلکه به افراد قدرت می دهد تا با مشکلات پیش رو مقابله سالم داشته باشند، بر سختی ها فائق آیند و با جریان زندگی حرکت کنند. برخی افراد به طور طبیعی دارای این ویژگی هستند، اما خبر خوب این است که این ویژگی در انحصار عده ای معدود نیست و به نظر متخصصان، سایر افراد نیز قادرند تاب آوری را بیاموزند و آن را ارتقاء دهند. تاب آوری توانایی یا پیامد سازگاری موفقیت آمیز با شرایط استرس زا و چالش برانگیز است. به بیان دیگر فرد تاب آور یعنی کسی که در برقراری تعادل زیستی روانی در شرایط دشوار توانمند است.

تاب آوری مهارتی مناسب است برای پشت سر گذاشتن مشکلات زندگی حتی وقتی که شرایط نامطلوب و سخت وجود دارد، مثل اینکه شخص یک طناب قابل ارتجاع را دور مشکلات بسته که به فرد کمک می کند وقتی اوضاع بد شد آنها را به عقب بکشد و به آنها به چشم انسانها بنگرد (فولر<sup>۱۴</sup>، 1998، به نقل از جلیلی و حسینچاری 1389). تاب آوری به توانایی یک انسان گفته می شود که به طور موفقیت آمیز شرایط نامطلوب را پشت سر گذارده و با آنها تطابق می یابد و علیرغم مواجهه با مشکلات زندگی به قابلیت تحصیلی و هیجانی و اجتماعی دست می یابد (دیویس<sup>۱۵</sup>، 1999، به نقل از جلیلی و حسینچاری 1389). مفهوم تاب آوری طی تحقیقات سه دهه گذشته علوم اجتماعی به مثابه یک پدیده چند بعدی شناخته شده است که در بافت های مختلف اجتماعی و درونی متفاوت هستند (کانر و دیویدسون، 2003، به نقل از جلیلی و حسینچاری 1389).

در تحقیقات گذشته تاب آوری بر متغیرهایی مثل توانایی بیمار، پنهان سازی احتمال خطر و عوامل آسیب پذیر تاکید شده است (لاتر<sup>۱۶</sup>، 2003، به نقل از نصیر، 1389).

بر طبق مدل های ارائه شده از سوی اورال، آتروس و پاولسن، (2006) سه حوزه عملکردی برای تاب آوری تعریف و بر آنها تمرکز شده است.

- 1- تاب آوری به عنوان یک ویژگی شخصیتی یا توانایی پیش بینی افراد در مقابل تاثیرات منفی ناملایمات و احتمال خطر فرض می شود.
- 2- یک وضعیت روحی مثبت یا سلامت روانی (مثل درک مثبت، خود پنداری، پیشرفت تحصیلی موفقیت در وظایف و ..) یا فقدان بیماری روحی روانی علیرغم وجود یا احتمال خطر تعریف می گردد.
- 3- یک فرایند پویا که بر کنش بین متغیرهای فردی و پیرامونی تاثیر گذاشته و در طول زمان تغییر می کند. این تعریف به دلیل چهارچوب فراگیر و تلفیق ویژگی های فردی با محیطی ایجاد تاب آوری بیش از تعاریف قبلی مورد توجه است. (به نقل از نصیر، 1389)

نان هاندرسن<sup>۱۷</sup> تاب آوری را ترکیبی از 6 عامل زیر معرفی می کند:

• فراهم سازی حمایت مهربانانه

• طراحی و ارتباط سازی برای افزایش امیدواری

14 - Fuller

15 - Davis

16 - Lotter

17 - Nan henderson



فرصت سازی برای مشارکت معنادار

پیشاهنگی در پیوند های اجتماعی

مرزبندی شفاف و سازگار

آموزش مهارت های زندگی

لاتر، سیسچتی، و بکر<sup>۱۸</sup> (2000) و ماستن و کواتسورث (1998) خصوصیات تاب آوری را به این شرح توصیف نموده اند:

- 1- برخورداری از تیزهوشی و مهارت عقلانی، توانائی در صمیمیت و گسستگی
  - 2- توانایی در مفهوم پردازی موضوعات متعدد، دستیابی فرد به این اعتقاد که حق زندگی کردن دارد.
  - 3- برخوردار بودن از توانایی یادآوری و فراخوانی اشخاص و موضوعات خوب و نگهداری آنها (نمادهای خوب) در ذهن
  - 4- برخورداری از توانایی در لمس عواطف، بجای این که وی هر زمان که عواطف مهم وی برانگیخته شدند، آنها را انکار یا سرکوب کند.
  - 5- داشتن هدف در زندگی
  - 6- برخورداری از توانائی جذب و استفاده از حمایت اجتماعی
  - 7- برخورداری از توان در نظر گرفتن احتمالات در زندگی و استفاده مطلوب از دستورات اخلاقی جامعه دنی
  - 8- نیاز و توانایی در کمک به دیگران
  - 9- برخورداری از خزانه عاطفی
  - 10- کاردان و مبتکر بودن
  - 11- برخورداری از دیدگاهی نوع دوستانه نسبت به دیگران
  - 12- برخورداری از ظرفیت تبدیل درماندگی آسیب رسان به درماندگی آموخته شده. (به نقل از کیانی 1389)
- در مجموع می توان گفت که تاب آوری فرایندی پویا است که در آن تأثیرات محیطی و شخصیتی در تعاملی متقابل بر یکدیگر اثر می گذارند.

پژوهش های تاب آوری، الگوهای نظری رشد انسان را که پیش از این توسط اریکسون، برونفن، پیاژه، کلبرگ، گیلیان، استینر، مزلو و پیرس مطرح شده بود (رایت و ماستن، 1997)، مورد تأیید قرار می دهند. در تمامی این الگوهای نظری، در حالی که بر ابعاد مختلف رشد انسانی (روانی - اجتماعی - شناختی - اخلاقی - معنوی) تأکید می شود، هسته مرکزی این رویکردها را این پیش فرض تشکیل می دهد که فطرتی بیولوژیک برای رشد و کمال در هر انسان وجود دارد طبیعت خود اصلاح گری ارگانسیم انسانی که بطور طبیعی و تحت شرایط معین محیطی می تواند آشکار شود. (به نقل از نیکوزاده ، 1390)

بررسی ها نشان داده که دانش آموزان به دلیل شرایط خاص سنی و با توجه به مشکلات خاص خود دچار فشارهای روحی و روانی هستند و نوع محیط آموزشی نیز بر تاب آوری آنان تاثیر دارد. برای ارزیابی تاب آوری پرسشنامه مناسبی لازم است که در این مورد پرسشنامه تاب آوری کانر دیویدسون قابل قبول است و با توجه به اعتبار و روایی مناسب پرسشنامه تاب آوری کانر - دیویدسون در دانش آموزان ایرانی پژوهشگران می توانند از آن استفاده کنند (اسدی و جعفری روشن 1393).

## 2-1- عزت نفس :

**خودبینی یا عزت نفس**، اصطلاحی در روانشناسی است که برای بازتاب ارزیابی یا برآورد یک فرد از ارزش خود می باشد. عزت نفس، باور و اعتقادی است که فرد، درباره ارزش و اهمیت خود دارد. به باور کارل راجرز تمامی انسان ها به حرمت نفس و عزت نفس نیازمند

ISC  
دارنده مجور  
۹۶۱۷۰-۱۲۸۰۲

می‌باشند. در درجه ی نخست، عزت نفس نشان دهنده ی احترامی می‌باشد که دیگران برای ما قائل هستند. همه افراد، صرف نظر از سن، جنسیت، زمینه فرهنگی، جهت و نوع کاری که در زندگی دارند، نیازمند عزت نفس هستند. عزت نفس واقعاً بر همه ی سطوح زندگی اثر می‌گذارد. در حقیقت بررسی های گوناگون روان شناسی حاکی از آن است که چنانچه نیاز به عزت نفس ارضا نشود، نیازهای گسترده تر نظیر نیاز به آفریدن ، پیشرفت و یا درک استعداد بالقوه محدود می ماند.

عزت نفس برای روان‌شناسان مهمترین موضوع از جنبه نظر فردی، اجتماعی و روان شناختی است. موضوع عزت نفس سالهاست که ذهن روانشناسان را مشغول کرده است یکی از این روانشناسان «آلفرد آدلر»<sup>۱۹</sup> می‌باشد. وی از سه منبع عمده که عزت نفس را کاهش می‌دهد نام برده که عبارتند از:

۱- حقارت عضوی: با پدید آمدن نقص جسمانی و احساس کمتری حاصل از آن، عزت نفس تحت تأثیر قرار می‌گیرد.

۲- احساس حقارت: تجربه و پیامد این حقارت که دربردارنده احساس اتکایی و انتظار حمایت دیگران یا برعکس نوعی پرخاشگری را به همراه دارد .

۳- نازپروردگی: به نظر آدلر کودکان نازپرورده، از نظر اجتماعی پرورش نیافته‌اند و از بلوغ لازم روانی برخوردار نیستند.

به نظر آدلر، محیط عامل اصلی در احساس کمتری می‌شود. که محیط خانواده و مدرسه از مهمترین محیط‌هایی هستند که شخصیت کودک در آن شکل می‌گیرد و تأثیر زیادی در میزان عزت نفس آنها دارد.

عزت نفس مفهومی است که با انگاره‌های خودشناسی و خودآگاهی مرتبط است. تلاش‌های متعددی برای تعریف عزت نفس صورت گرفته است . اکثر این تعاریف بر این نکته اتفاق نظر دارند که عزت نفس بیانگر چگونگی ارزیابی یک فرد از خود در رابطه با گروهی که به آن تعلق دارد، ارزش‌هایی که به او نسبت داده می‌شود، نگرش مثبت یا منفی نسبت به خود و همچنین سطح رضایت یک فرد از خود است .

مهمترین وظیفه ی نظام آموزشی، آماده ساختن افراد برای کسب دانش، مهارت‌های شناختی و شغلی جهت ورود به اجتماع است. جامعه ما هم درحال توسعه و پیشرفت است و عزت نفس از جمله مهمترین عوامل اثرگذار بر انگیزش پیشرفت و پیشرفت تحصیلی است (عباسی، 1387) عزت نفس ، جنبه ای از خود پنداره است که از قضاوت‌هایی که فرد درباره ارزش خود و احساس‌های مرتبط با این قضاوت‌ها ناشی می‌شود. شیپیان، (1384). کودکان بین 6 تا 7 سالگی، حداقل سه نوع عزت نفس مجزا را شکل می‌دهند: تحصیلی، اجتماعی و جسمانی. که با افزایش سن پلایش بیشتری می‌یابند. برای مثال، احساس ارزشمندی تحصیلی به عملکرد در موضوعات مختلف تحصیلی، احساس ارزشمندی اجتماعی نسبت به همسالان و روابط با والدین تقسیم می‌شود. (برک<sup>۲۰</sup>، 1381) به نظر می‌رسد روش‌های فرزندپروری در رشد عزت نفس تأثیر دارد به طوری که کودکانی که والدینشان از روش فرزند پروری مقتدرانه استفاده میکنند احساس خوشایندی نسبت به خود دارند. فرزندپروری صمیمانه و مثبت به آنها امکان میدهد که بدانند به عنوان فردی ارزشمند و شایسته مورد قبول هستند (برک، 1381). مطالعات متعددی نشان میدهد که کودکان مدرسه رو و دارای عزت نفس بالا والدینی دارند که آنها نیز عزت نفس بالایی دارند (بیابانگرد، 1382). عامل دیگر مؤثر در رشد عزت نفس تفاوت‌های جنسیتی است. برخلاف فقدان تفاوت‌های جنسی آشکار در عزت نفس کلی، شواهد قابل ملاحظه ای وجود دارد که نشان میدهد دختران و زنان در مقایسه با پسران و مردان فاقد اعتماد نسبت به توانایی‌های خود در موقعیتهای موفقیت آمیز خاص هستند. به بیان دیگر، زنان در مقایسه با مردان انتظار کمتری در مورد عملکردشان دارند و ارزیابی هایشان از تواناییها و عملکردهای واقعی خود در برخی موقعیت ها پایین تر از میزان واقعی است (بیابانگرد، 1382) . و عامل مهم دیگر فرهنگ است. نیروهای فرهنگی تأثیر عمیقی بر عزت نفس دارند. برای مثال، تأکید خیلی زیاد بر مقایسه اجتماعی در مدرسه میتواند توضیح دهد که چرا کودکان تایوانی و ژاپنی، به رغم پیشرفت تحصیلی بیشتر در عزت نفس ،نمره کمتری از کودکان آمریکایی کسب می‌کنند. در مدارس آسیایی، مقایسه جدی و معیارها بالا هستند. در عین حال کودکان آسیایی برای افزایش عزت نفس شان کمتر به مقایسه اجتماعی می‌پردازند. چون فرهنگ آنها برای فروتنی و هماهنگی اجتماعی ارزش قابل است؛ از اینکه خود را به صورت مثبت ببینند

19 - Alfred Adler

20 - Breck



خودداری می کنند ولی دیگران را سخاوت مندانه تحسین میکنند(برک، 1381). کوپراسمیت<sup>21</sup>، خویشتن را عامل بسیار مهمی در ایجاد نوع رفتار می داند. او عقیده دارد افرادی که خویشتن پنداری مثبت دارند رفتارشان اجتماع پسندتر از افرادی است که خویشتن پنداری آنان منفی است. کوپراسمیت معتقد است خویشتن پنداری بر اثر تعامل بین عواملی مانند پندار والدین درباره فرد، تصور و پندار دوستان و هم بازیها در مورد فرد، تصور و پندار معلمان در مورد فرد و تصور و پندار فرد درباره خود حاصل می گردد. کارل راجرز<sup>22</sup>، که روش او پدیدارشناسی و دیدگاهش انسانگرایی است، بر ادراک، احساس، خود شکوفایی، مفهوم خویشتن، تکامل شخصیت در دوره های بالاتر دوران کودکی و تغییرات مداوم شخصیت تکیه می کند. او معتقد است احساس عزت نفس در اثر نیاز به خود بوجود میآید. نیاز به نظر مثبت دیگران شامل بازخوردها، طرز برخورد گرم و محبت آمیز، احترام، صمیمیت، پذیرش و مهربانی از طرف محیط و به خصوص اولیاء کودک می شود.

مقیاس عزت نفس به منظور سنجش بازخورد نسبت به خود در قلمروهای اجتماعی، خانوادگی، آموزشی و شخصی فراهم شده است و یک مقیاس دروغ به آن افزوده شده است (کوپر اسمیت، 1967 به نقل از باقری و خانی 1392). اصطلاح عزت نفس به قضاوتی که افراد صرفنظر از اوضاع و احوال نسبت به خود دارند، اشاره دارد و در این معنا، مبین درجه اطمینان یک فرد، به ظرفیت موفقیت و به ارزش اجتماعی و شخصی خویشتن است، اطمینانی که بازخورد های اتخاذ شده در قبال موقعیت های معمولی زندگی (زندگی اجتماعی، تحصیلی و حرفه ای) ترجمان آنها هستند. بدین ترتیب، مقیاس به منظور آرایه یک سنجش قابل اعتماد و اعتبار درباره ی عزت نفس فراهم شده است .

تاکنون دانش آموزان شاغل به تحصیل در دبیرستان های دوره ی دوم و هنرجویان هنرستانها از جهات زیادی در مجامع علمی و غیرعلمی مقایسه شده اند. اما کمتر، این دو تیپ دانش آموز بوسیله ی شاخص های مهم روانشناسی مورد مقایسه قرار گرفته اند و نتایج این پژوهش را می توان در عرصه های دیگر آموزشی همچون برنامه ریزی های کلان وزارتی ، توسعه متوازن ، انتخاب رشته ، مشاوره ی مدارس ، برنامه های پرورشی و .... مورد استفاده قرار داد .

## 2- روش تحقیق

از بین نواحی شش گانه شهر اصفهان ، بطور تصادفی ناحیه یک انتخاب گردید و از بین مجموع 15 دبیرستان و هنرستان پسرانه ی این ناحیه بطور تصادفی هنرستان کاردانش رناسی و دبیرستان الغدیر انتخاب شدند. با استفاده از فرمول کوکران 200 نفر از دانش آموزان پایه های مختلف این دو آموزشگاه به طور تصادفی انتخاب شدند و از روش t مستقل و دیگر شاخص های توصیفی برای تجزیه و تحلیل آماری استفاده گردید.

### ابزار پژوهش:

- 1- پرسشنامه تاب آوری کانر- دیویدسون (25 سوالی) که پاسخ آن از کاملاً غلط تا کاملاً درست طراحی شده است .
- 2- آزمون عزت نفس کوپراسمیت ( 58سؤالی) ، که پاسخ آن به صورت بله و خیر است.

### راهنمای مقیاس تاب آوری کانر و دیویدسون

این پرسشنامه را کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) با مرور منابع پژوهشی ۱۹۹۱- ۱۹۷۹ حوزه تاب آوری تهیه کردند. بررسی ویژگی های روان سنجی این مقیاس در شش گروه، جمعیت عمومی، مراجعه کنندگان به بخش مراقبت های اولیه، بیماران سرپایی روانپزشکی، بیماران با مشکل اختلال اضطراب فراگیر و دو گروه از بیماران استرس پس از سانحه انجام شده است. تهیه کنندگان این مقیاس بر این باورند که این پرسشنامه به خوبی قادر به تفکیک افراد تاب آور از غیرتاب آور در گروه های بالینی و غیربالینی بوده و می تواند در موقعیت های پژوهشی و بالینی مورد استفاده قرار گیرد. پرسشنامه تاب آوری کانر و دیویدسون ۲۵ عبارت دارد که در یک مقیاس لیکرتی بین صفر (کاملاً نادرست) تا چهار (همیشه درست) نمره گذاری می شود.

### شیوه نمره گذاری

نمره گذاری گزینه ها در این مقیاس بدین شرح است:

کاملاً نادرست= ۰ تا حدودی غلط= ۱ نظری ندارم= ۲ تا حدودی درست= ۳ کاملاً درست= ۴



بنابراین طیف نمرات آزمون بین ۰ تا ۱۰۰ قرار دارد. نمرات بالاتر بیانگر تاب آوری بیشتر است.

### ویژگی های روان سنجی

**پایایی خارجی:** کانر و دیویدسون ضریب آلفای کرونباخ مقیاس تاب آوری را ۰/۸۹ گزارش کرده اند. همچنین ضریب پایایی حاصل از روش بازآزمایی در یک فاصله ۴ هفته ای ۰/۸۷ بوده است.

**پایایی ایرانی:** این مقیاس در ایران توسط محمدی (۱۳۸۴) هنجاریابی شده است. وی برای تعیین پایایی مقیاس تاب آوری کانر و دیویدسون از روش آلفای کرونباخ بهره گرفته و ضریب پایایی ۰/۸۹ را گزارش کرده است.

**اعتبار خارجی:** نمرات مقیاس تاب آوری کانر و دیویدسون با نمرات مقیاس سرسختی کوباسا همبستگی مثبت معنادار و با نمرات مقیاس استرس ادراک شده و مقیاس آسیب پذیری نسبت به استرس شیپهان همبستگی منفی معناداری داشتند که این نتایج حاکی از اعتبار همزمان این مقیاس است.

**اعتبار ایرانی:** 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، ضریب های بین ۰/۴۱ تا ۰/۶۴ را نشان داد. سپس عبارات مقیاس به روش مؤلفه های 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 عامل 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 گروه های مختلف عادی و در خطر احراز گردید (سامانی و همکاران، ۲۰۰۶)

### جدول شماره 1: مقیاس تاب آوری کانر - دیویدسون (CD-RISC)

لطفاً در مقابل هر یک از عبارات ها، گزینه ای که با آن موافق هستید را مشخص فرمائید.

ردیف	عبارات	کاملاً غلط	تا حدودی غلط	نظری ندارم	تا حدودی درست	کاملاً درست
1	وقتی تغییری رخ می دهد، می توانم خودم را با آن سازگار کنم.					
2	حداقل یک نفر هست که رابطه نزدیک و صمیمی ام با او در زمان استرس به من کمک می کند.					
3	وقتی راه حل روشنی برای مشکلاتم وجود ندارد. گاهی تقدیر می تواند کمک کند.					
4	می توانم برای هر چیزی که سر راهم قرار می گیرد، چاره ای بیندیشم.					





					موفقیت هایی که در گذشته داشته ام چنان اطمینانی در من ایجاد کرده اند که می توانم با چالش ها و مشکلات پیش رو برخورد کنم.	5
					وقتی با مشکلی رو به رو می شوم سعی می کنم جنبه های خنده دار آن ها را هم ببینم.	6
					لزوم کنار آمدن با استرس موجب قویتر شدنم می شود.	7
					معمولا پس از بیماری، صدمه و دیگر سختی ها به حال اولم بر می گردم.	8
					معتقدم در هر اتفاق خوب یا بدی، مصلحتی نهفته است.	9
					در هر کاری بیشترین تلاش را می کنم و به نتیجه هم کاری ندارم.	10
					معتقدم به رغم وجود موانع، می توانم به اهدافم دست یابم.	11
					حتی وقتی اوضاع ناامید کننده می شود مأیوس نمی شوم.	12
					در لحظات استرس زا و بحران، می دانم برای کمک گرفتن به کجا مراجعه کنم.	13
					وقتی تحت فشار هستم تمرکز را از دست نمی دهم و درست فکر می کنم.	14
					ترجیح می دهم خودم مشکلاتم را حل کنم تا این که دیگران همه تصمیم ها را بگیرند.	15
					اگر شکست بخورم به راحتی دلسرد نمی شوم.	16
					وقتی با چالش ها و مشکلات زندگی دست و پنجه نرم می کنم، خود را فردی توانا می دانم.	17
					در صورت لزوم می توانم تصمیم های دشوار و غیر منتظره ای بگیرم که دیگران را تحت تأثیر قرار می دهد	18
					می توانم احساسات ناخوشایندی چون غم ، ترس و خشم را کنترل کنم.	19
					در برخورد با مشکلات زندگی ، گاهی لازم می شود صرفا بر اساس حدس و گمان عمل کنم.	20
					در زندگی یک حس نیرومند هدفمند دارم.	21
					حس می کنم بر زندگی ام کنترل دارم.	22
					چالش های زندگی را دوست دارم.	23
					بدون در نظر گرفتن موانع پیش رو ، برای رسیدن به هدفم تلاش می کنم.	24
					به خاطر پیشرفت هایم به خود می بالم.	25

#### معرفی مقیاس عزت نفس کوپراسمیت:

پرسشنامه عزت نفس به نام (SEI) مخفف (Self-Esteem Inventory) شامل 58 ماده است که احساسات، عقاید یا واکنش های فرد را توصیف می کند و آزمودنی باید با این مواد با علامت گذاری در چهار خانه ((به من شبیه است (بلی)) یا ((به من شبیه نیست (خیر))) پاسخ دهد. مواد هر یک از زیر مقیاس ها عبارتند از: مقیاس عمومی 26 ماده، مقیاس اجتماعی 8 ماده، مقیاس خانوادگی 8 ماده، مقیاس آموزشی 8 ماده و مقیاس دروغ 8 ماده، نمرات زیر مقیاس ها و هم چنین نمره ی کلی، امکان مشخص کردن زمینه ای را که در



آن افراد واجد تصویر مثبتی از خود هستند، فراهم می سازد (کوپر اسمیت، 1967). پرسشنامه عزت نفس (SEI) را می توان به صورت فردی یا گروهی اجرا کرد. شکل آموزشی در مورد کودکان و نوجوانان مدرسه ای از 8 سال به بالا، به کار می رود، شکل بزرگسال، مربوط به اشخاصی است که تحصیلات عمومی خود را به پایان رسانده اند. مدت اجرای تست تقریباً 10 دقیقه است. بهتر است که آزمایشگر در خلال اجرای تست، از هرگونه توضیح و تبیینی خودداری کند. از به کار بردن اصطلاح « عزت نفس » باید اجتناب گردد (به این نکته توجه شود که روی پاسخنامه، این اصطلاح در عنوان بندی، درج نشده باشد).

### جدول شماره 2: پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت (SEI)

عبارتهای زیر را به دقت مطالعه نموده نظر خود را درباره ی هریک از عبارت ها براساس اینکه به شما شبیه است (بلی) یا به شما شبیه نیست (خیر) با علامت \* مشخص کنید.

ردیف	جملات	به من شبیه است (بلی)	به من شبیه نیست (خیر)
۱	معمولاً تشویب ندارم.		
۲	برایم بسیار مشکل است در کلاس حرف بزنم.		
۳	اگر میتوانستم خیلی چیزها را در خودم تغییر می دادم.		
۴	میتوانم بدون مشکل زیاد تصمیم بگیرم.		
۵	دیگران از مصاحبت با من بسیار لذت میبرند		
۶	در منزل به آسانی رنجیده خاطر میشوم.		
۷	مدتها طول میکشد تا به چیزی تازه عادت کنم.		
۸	افراد همسن من، برایم ارزش زیادی قایلند.		
۹	معمولاً پدر و مادرم به احساساتم توجه می کنند.		
۱۰	به آسانی تسلیم دیگران میشوم.		
۱۱	پدر و مادرم بیش از حد از من انتظار دارند.		
۱۲	برایم خیلی مشکل است خودم را آنطور که هستم نشان دهم.		
۱۳	در زندگی همه چیز درهم و شلوغ است.		
۱۴	معمولاً دیگران را تحت تأثیر قرار می دهم.		
۱۵	درباره ی خودم نظر بدی دارم.		
۱۶	غالباً دلم میخواهد خانه را ترک کنم.		
۱۷	غالباً در کلاس احساس ناراحتی می کنم.		
۱۸	فکر میکنم از لحاظ جسمانی ناخوشایندتر از اغلب افراد هستم.		



ISC دارنده مجور  
۹۶۱۷۰-۱۲۸۰۲



		وقتی چیزی برای گفتن دارم آن را می گویم.	۱۹
		پدر و مادرم مرا درک می کنند.	۲۰
		دیگران اکثراً بیشتر از من مورد علاقه هستند.	۲۱
		غالباً احساس میکنم که پدر و مادرم مرا به ستوه می آورند.	۲۲
		در کلاس غالباً مأیوس میشوم.	۲۳
		غالباً فکر میکنم که دلم میخواهد فرد دیگری باشم.	۲۴
		دیگران غالباً به من اعتماد نمیکنند.	۲۵
		هرگز مضطرب نیستم.	۲۶
		به اندازه ی کافی به خودم اطمینان دارم.	۲۷
		دیگران به آسانی از من خوششان میآید.	۲۸
		من و والدینم اوقات خوبی را با هم می گذرانیم.	۲۹
		وقت زیادی را به خیالبافی میگذرانم	۳۰
		دلم میخواست کم سن تر بودم	۳۱
		همیشه آنچه را باید انجام داد انجام میدهم	۳۲
		از نتایج تحصیلی ام احساس غرور میکنم	۳۳
		همیشه منتظر میشوم تا کسی به من بگوید که چه کار باید بکنم	۳۴
		اغلب از آنچه میکنم متاسف میشوم	۳۵
		هرگز احساس خوشبختی نکرده ام	۳۶
		همیشه کارم را به بهترین وجهی که میتوانم انجام می دهم	۳۷
		معمولاً میتوانم به تنهایی گلیمم را از آب بیرون بکشم	۳۸
		از زندگیم تقریباً راضی هستم	۳۹
		ترجیح میدهم دوستانی کم سن تر از خودم داشته باشم	۴۰
		به همه ی کسانی که میشناسم علاقمند هستم	۴۱
		دوست دارم در کلاس از من بپرسند	۴۲
		خودم را خوب درک میکنم	۴۳



		در مکنزل هیچکس به من توجه زیادی نشان نمی دهد	۴۴
		هرگز در مورد سرزنش واقع نمیشوم	۴۵
		در کلاس آنطور که دلم می خواهد موفق نمی شوم	۴۶
		میتوانم یک تصمیم بگیرم و در آن پابرجا بمانم	۴۷
		واقعا دلم نمی خواهد یک پسر/دختر باشم	۴۸
		در روابط با دیگران راحت نیستم	۴۹
		هرگز مرعوب نمی شوم	۵۰
		غالباً از خودم شرم دارم	۵۱
		دیگران غالباً برایم دردسر درست می کنند	۵۲
		همیشه حقیقت را می گویم	۵۳
		معلمانم به من می فهمانند که نتایج رضایت بخش نیست	۵۴
		به آنچه میتواند برایم اتفاق بیفتد اصلاً اهمیت نمی دهم	۵۵
		در آنچه که به عهده میگیرم به ندرت موفق می شوم	۵۶
		هنگامی که مورد سرزنش قرار میگیرم دست و پام را گم می کنم	۵۷
		همیشه میدانم که به دیگران چه بگویم	۵۸

شیوه نمره گذاری آزمون کوپراسمیت

سوالهای مربوط به مقیاس ها و شیوه ی نمره گذاری آنها در جدول زیر نشان داده شده است:

جدول شماره 3: حیطه ی سوالات آزمون کوپراسمیت

مقیاس ها	سوال ها
عزت نفس عمومی	بله ۱،۴،۱۹،۲۷،۳۸،۳۹،۴۳،۴۷
	خیر ۳،۷،۱۰،۱۲،۱۳،۱۵،۱۸،۲۴،۲۵،۳۰،۳۱،۳۴،۳۵،۴۸،۵۱،۵۵،۵۶،۵۷
عزت نفس خانوادگی	بله ۹،۲۰،۲۹
	خیر ۶،۱۱،۱۶،۲۲،۴۴
عزت نفس اجتماعی	بله ۵،۸،۱۴،۲۸
	خیر ۲۱،۴۰،۴۹،۵۲



عزت نفس شغلی/تحصیلی	بله	۳۳،۳۷،۴۲،۴۶
	خیر	۲،۱۷،۲۳،۵۴
مقیاس دروغ	بله	۲۶،۳۲،۳۶،۴۱،۴۵،۵۰،۵۳،۵۸

نمره ی مقیاس دروغ در مجموع نمرات محاسبه نمی شود. حداکثر نمره در مقیاس عمومی مساوی ۲۶ و در هریک از سه مقیاس دیگر مساوی ۸ است. حداکثر نمره کل عزت نفس مساوی ۵۰ است.

جدول شماره 4: شیوه نمره گذاری آزمون کوپراسمیت

میزان عزت نفس	نمرات
عزت نفس ضعیف	۲۶ و کمتر
عزت نفس متوسط	۲۷-۴۳
عزت نفس قوی	۴۴ و بالاتر

روایی و پایایی

بررسی ها در ایران و خارج از ایران بیانگر آن است که این آزمون از اعتبار و روایی قابل قبولی برخوردار است. هرز و گولن (۱۹۹۹) ضریب آلفای 0/88 را برای نمره کلی آزمون گزارش کرده اند. همچنین جهت سنجش روایی بین نمره کل آزمون با خرده مقیاس روان آزرده گرایبی در آزمون شخصیت آیسنک، روایی واگرایی منفی و معنادار و با خرده مقیاس برون گرایی روایی همگرایی مثبت معنادار به دست آمده است. ادموند سون و همکاران (۲۰۰۶) نیز ضریب همسانی درونی 0/86 تا 0/90 را برای آزمون عزت نفس کوپراسمیت گزارش کرده اند. کوپراسمیت و دیگران (۱۹۹۰) ضریب باز آزمایی را بعد از پنج هفته 0/88 و بعد از یکسال 0/70 گزارش کرده اند.

با روش باز آزمایی ضریب پایایی این آزمون در ایران با فاصله چهار هفته و دوازده روز به ترتیب 0/77 و 0/80 گزارش شده است. ضریب همسانی درونی گزارش شده بین 0/۸۳ تا 0/89 در مطالعات مختلف متغیر بوده است. پور شافعی (۱۳۷۰) با روش دو نیمه کردن ضریب 0/87 را گزارش کرده است. در بررسی روایی آزمون کوپراسمیت، ثابت (۱۳۷۵) و ناییب فرد (۱۳۸۲) روایی همگرایی مثبت بین آزمون کوپراسمیت و آزمون عزت نفس آیسنک به دست آوردند. این میزان در پژوهش ثابت 0/80 و در پژوهش ناییب فرد 0/78 بوده است. همچنین ضرایب اعتبار این آزمون با روش باز آزمایی برای دختران و پسران به ترتیب 0/90 و 0/92 گزارش شده است.

3- یافته ها

فرضیه اول: تاب آوری دانش آموزان دبیرستان و هنرستان متفاوت است.

جدول شماره 5: مقایسه ی نمرات آزمون تاب آوری هنرستان و دبیرستان

	school	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
تاب آوری	هنرستان	50	63.60	13.848	1.958
	دبیرستان	50	56.00	16.006	2.264



جدول شماره 6: Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
تاب آوری	Equal variances assumed	.877	.351	2.539	98	.013	7.600	2.993	1.660	13.540
	Equal variances not assumed			2.539	96.013	.013	7.600	2.993	1.659	13.541

در جداول شماره 5 و 6 مقدار  $t$ ،  $2/539$  و  $sig$  (درجه اهمیت) عدد  $0/013$  را نشان می دهد که چون مقدار  $sig$  از  $0/05$  کوچکتر می باشد نتیجه گرفته می شود که دو نمونه از لحاظ آماری با یکدیگر تفاوت معنی دار دارند و فرضیه تایید می گردد.

فرضیه دوم: عزت نفس دانش آموزان دبیرستان و هنرستان متفاوت است .

جدول شماره 7: مقایسه ی نمرات آزمون عزت نفس هنرستان و دبیرستان

	school	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
عزت نفس	هنرستان	50	35.30	6.325	.895
	دبیرستان	50	31.82	5.461	.772

جدول شماره 8: Independent Samples Test



		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2- tailed)	Mean Differe nce	Std. Error Differe nce	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
عزت نفس	Equal variances assumed	.974	.326	2.945	98	.004	3.480	1.182	1.135	5.825
	Equal variances not assumed			2.945	95.9 58	.004	3.480	1.182	1.134	5.826

در جداول شماره 7 و 8 مقدار t، 2/945 و sig عدد 0/004 را نشان می دهد که چون مقدار sig از 0/05 کوچکتر می باشد نتیجه گرفته می شود که دو نمونه از لحاظ آماری با یکدیگر تفاوت معنی دار دارند و فرضیه تایید می گردد.

فرضیه سوم: شاخص تاب آوری در دانش آموزان هنرستانی بیشتر است .

جدول شماره 9: خلاصه نتایج آماری نمرات آزمون تاب آوری دانش آموزان دبیرستان

grade

N	Valid	50
	Missing	0
Mean		56.00
Median		52.00

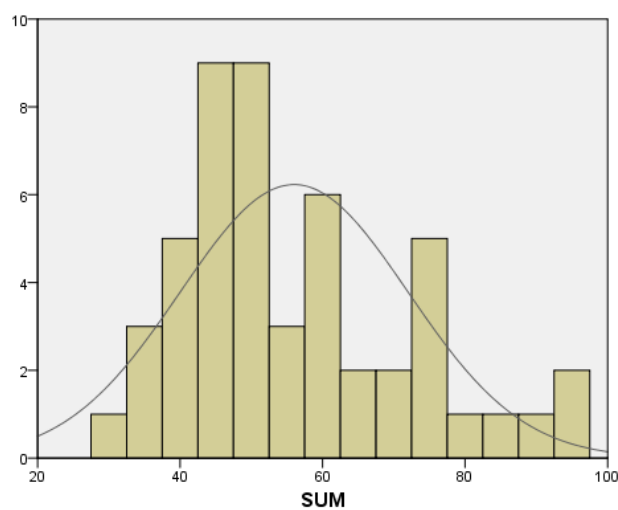


Mode	49
Variance	256.204
Minimum	30
Maximum	95

جدول شماره 10: خلاصه نتایج آماری نمرات آزمون تاب آوری دانش آموزان هنرستان

grade

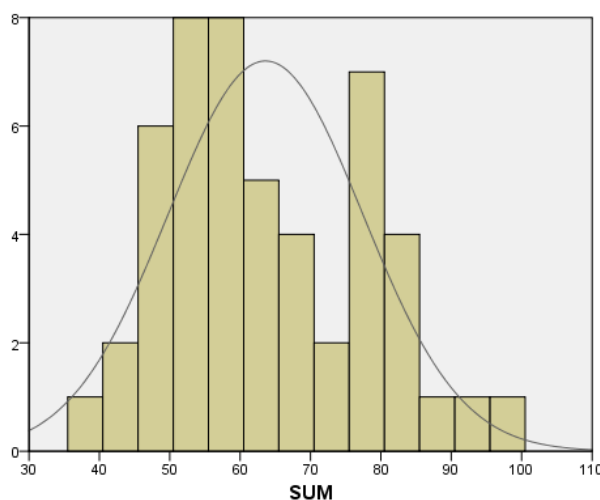
N	Valid	50
	Missing	0
Mean		63.60
Median		60.00
Mode		54
Variance		191.755
Minimum		38
Maximum		96







نمودار شماره 1: نمودار میله ای نمرات شاخص تاب آوری دانش آموزان دبیرستانی



نمودار شماره 2: نمودار میله ای نمرات شاخص تاب آوری دانش آموزان هنرستانی

دامنه ی نمرات در این شاخص از 0 تا 100 و با نقطه ی برش 50 می باشد . به عبارتی نمره ی بالاتر از 50 نشانگر افراد دارای تاب آوری خواهد بود و هر چه این امتیاز بالاتر باشد به همان میزان شدت تاب آوری فرد نیز بالاتر خواهد بود و برعکس . طبق جداول شماره 9 و 10 میانگین دانش آموزان دبیرستانی در این شاخص 56 و میانگین دانش آموزان هنرستانی 63 می باشد . 8٪ دبیرستانی ها فاقد مشخصه ی تاب آوری هستند و این در حالی است که فقط 2٪ هنرستانی ها این شاخص را ندارند . برتری هنرستانی ها از روی نمودارهای شماره 1 و 2 نیز به خوبی مشاهده می شود .

فرضیه چهارم: شاخص عزت نفس در دانش آموزان هنرستانی بیشتر است .

جدول شماره 11: خلاصه نتایج آماری نمرات آزمون عزت نفس دانش آموزان دبیرستان

grade

N	Valid	50
	Missing	0
Mean		31.82
Median		31.00
Mode		27

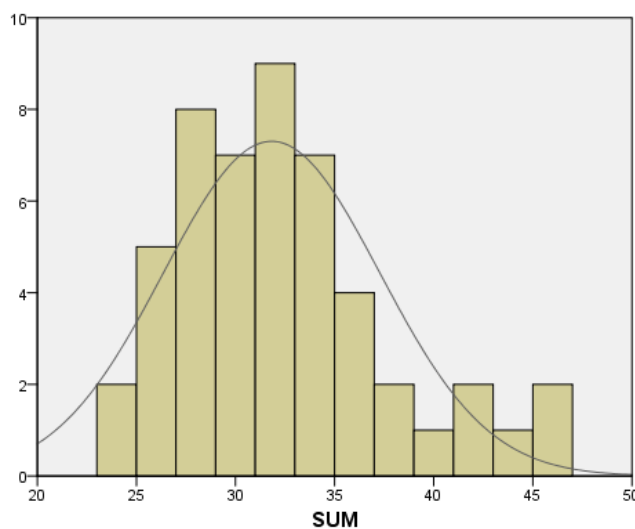


Variance	29.824
Minimum	24
Maximum	46

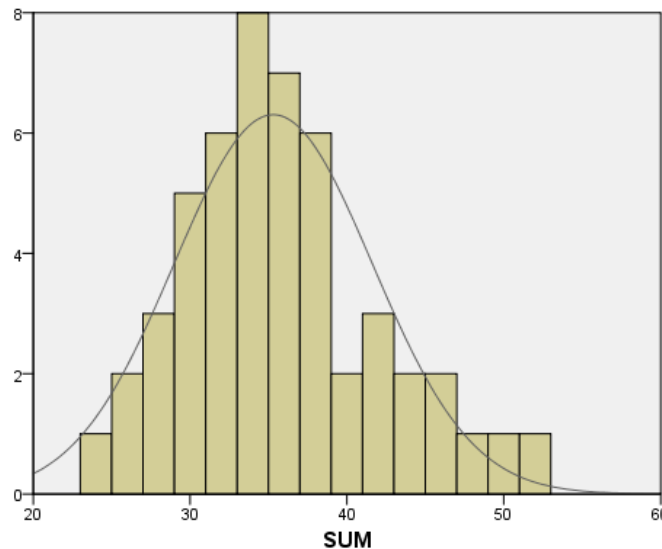
جدول شماره 12: خلاصه نتایج آماری نمرات آزمون عزت نفس دانش آموزان هنرستان

SUM

N	Valid	50
	Missing	0
Mean		35.30
Median		34.50
Mode		34
Variance		40.010
Minimum		24
Maximum		50



نمودار شماره 3: نمودار میله ای نمرات شاخص عزت نفس دانش آموزان دبیرستانی



#### نمودار شماره 4: نمودار میله ای نمرات شاخص عزت نفس دانش آموزان هنرستانی

در این شاخص نمره کمتر از 26 بیانگر عزت نفس ضعیف، بین 27 تا 43 عزت نفس متوسط و بالاتر از 44 نشان دهنده عزت نفس قوی می باشد. طبق جدول شماره 11 و 12 میانگین دانش آموزان دبیرستانی در این شاخص 31 و میانگین دانش آموزان هنرستانی 35 می باشد. 4٪ دبیرستانی ها عزت نفس ضعیف و 4٪ نیز عزت نفس قوی دارند این در حالی است که فقط 2٪ هنرستانی ها عزت نفس پایین و 10٪ عزت نفس بسیار بالایی دارند. برتری هنرستانی ها در این شاخص نیز از روی گراف های شماره 3 و 4 به خوبی مشاهده می شود.

#### 4- بحث و نتیجه گیری

تفاوت های تحصیل در هنرستان های کاردانش نسبت به تحصیل در رشته های نظری بسیار زیاد است، لیکن این تحقیق نشان داد که در دو شاخص مهم تاب آوری و عزت نفس، دانش آموزان هنرستانی از دبیرستان بهتر بوده اند و بایستی برنامه هایی در این خصوص برای هنرجویان در نظر گرفت تا از هدر رفت منابع انسانی جلوگیری شده و چنین استعداد های بالقوه ای به فعلیت درآیند.

نتایج این پژوهش را می توان در عرصه های دیگر آموزشی همچون برنامه ریزی های کلان وزارتی، توسعه متوازن، انتخاب رشته، مشاوره ی مدارس، برنامه های پرورشی و ... مورد استفاده قرار داد. البته این نتایج به نوعی بر سیاست توسعه ی متوازن وزارت آموزش و پرورش نیز صحه می گذارد، لذا با توجه به اهمیت موضوع پیشنهاد می شود که این پژوهش در خصوص شاخه ی فنی و حرفه ای و مدارس دخترانه نیز پی گیری گردد تا بتوان به جمع بندی صحیح تری رسید.

#### منابع:

- 1-عباسی، احمد، (1387)، خلاقیت شناسی، کلید سبکهای رهبری، مجموعه مقاله های همایش منطقه ای، دانشگاه آزاد اسلامی شهرکرد
- 2-یزدانی، محمدابراهیم، (1384 زمستان)، رشد و شکوفایی خلاقیت در کودکان، گاهنامه معلم مشاور، آموزش و پرورش مازندران
- 3-شیهیان، ایلین، (1383)، عزت نفس، (مهدی گنجی، مترجم)، ویرایش تاریخ انتشار به زبان اصلی ندارد، تهران
- 4-برک، لورا ای، (1381)، روان شناسی رشد، (عصمت دانش، مترجم)، ارسباران، تهران. (تاریخ انتشار به زبان اصلی، 1997)



- 5- بیابانگرد، اسماعیل، (1382)، روان شناسی نوجوانان ، تهران ، نشر فرهنگ اسلامی
- 6- بیابانگرد ا. 1391. روش تحقیق در روان شناسی و علوم تربیتی. چاپ هفتم. تهران : نشر دوران. ج 1، ص 123
- 7- حق رنجبر ف. کاکوند ع، برجعلی ا، برماس ح. 1390. تاب آوری و کیفیت مادران دارای فرزندان کم توان ذهنی. نشریه علوم رفتاری، دوره 1، شماره 1، بهار 90 .
- 8- سامانی س، جوکار ب، صحراگرد ن. 1386 . تاب آوری، سلامت روان و رضایت از زندگی. مجله روانپزشکی و روان شناسی بالینی ایران، سال سیزدهم، 290-295، شماره 3 .
- 9- شرفی م. 1374. خانواده متعادل. چاپ سوم. تهران : انتشارات انجمن اولیاء و مربیان جمهوری اسلامی ایران.
- 10- اسدی ، سهند ، جعفری روشن ، مرجان ، 1393 ، روایی و اعتبار مقیاس تاب آوری کانر - دیویدسون در دانش آموزان ایرانی ، کنفرانس بین المللی علوم رفتاری و مطالعات اجتماعی
- 11- خدارحیمی، سیامک. (1374). مفهوم سلامت روان شناختی. ، چاپ اول ،مشهد، انتشارات جاودان خرد
- 12- نصیر ، مرضیه ، 1375 . رابطه ی راهبردهای مقابله با استرس و تاب آوری با خوش بینی در دانش آموزان دختر مقطع متوسطه شهرستان دزفول ، نشریه یافته های نو در روان شناسی ، پاییز 1389 ، دوره 5 شماره 16
- 13- جلیلی ، علی ، حسینچاری ، مسعود ، تبیین تاب آوری روانشناختی بر حسب خودکارآمدی در دانشجویان ورزشکار و غیرورزشکار، نشریه رشد و یادگیری حرکتی - ورزشی، شماره 6، پاییز و زمستان 1389
- 14- کردمیرزا نیکوزاده عزت اله ، مقایسه اثربخشی برنامه مداخله مبتنی برروانشناسی مثبت نگر ، نشریه فرهنگ مشاوره بهار 1390 دوره 2 ، شماره 5
- 15- باقری ، صرفناز ، خانی ، منیژه ، مقایسه اثربخشی آموزش های مراکز پیش دبستانی تحت پوشش بهزیستی و آموزش و پرورش در نوآموزان دختر و پسر با کنترل هوش ، مجله ی مطالعات آموزش و یادگیری دوره پنجم، شماره دوم، پاییز و زمستان 1392
- 16-Tugade MM, & Fredrickson BL. 2004. Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86. 320- 333.
- 17-Sherman A, Simonton S.2001. Assessment of religiousness and spirituality in health research. In T.Plante and A.Sherman(Eds). *Faith and Health :Psychological perspectives*, NewYork: Guilford, pp: 66-139.
- 18-Argyle M. 2001. *The psychology of happiness* (2nd edn). London : Routledge.
- 19-Argyle M. 2002. Religion. *The psychologist*,15(1): 22-26.
- 20- Baldwin D and etal . 2010. Resiliency and optimism: An African American senior Citizen,s perspective. University of Tennessee, Knoxville, TN, USA, *The journal of Black psychology*