

## Strategies for Coping with Problems and Determination of Their Correlates in Female Students of the Third Educational District in Shiraz in 2015

Ostovarfar J<sup>1</sup>, Alipoor M<sup>1</sup>, Nazari M<sup>\*2</sup>, Ghorbani M<sup>3</sup>

<sup>1</sup>MSc Student of Health Education and Promotion, School of Health, student Research committee, Shiraz University of Medical Sciences, Shiraz, Iran

<sup>2</sup>Assistant professor of Health Education and Promotion, School of Health, student Research committee, Shiraz University of Medical Sciences, Shiraz, Iran

<sup>3</sup>PhD candidate of Epidemiology, School of Health, student Research committee, Shiraz University of Medical Sciences, Shiraz, Iran

### Abstract

**Background:** Adolescence is a vital period with new hazardous grounds requiring decision-making. In case adolescents are not equipped with coping strategies and are not able to perceive their own and others' emotions, they will not have the ability to encounter adolescence pressures and crises. Thus, behavioral problems will be manifested through aggression, depression, and anxiety. The present study aimed to determine the coping strategies used by 8<sup>th</sup> grade female students in Shiraz and assess their relationship with some variables.

**Methods:** This cross-sectional study was conducted on 105 8<sup>th</sup> grade female students. The participants were selected through random cluster sampling and completed demographic and coping strategies questionnaires. Then, the data were analyzed using descriptive statistics, independent t-test, new Mann-Whitney U, and one-way ANOVA.

**Results:** The study results revealed a significant relationship between coping strategies score and father's education level ( $p=0.03$ ), mother's education level ( $p=0.001$ ), and father's occupation ( $p=0.04$ ). However, mother's occupation, family income level, and students' preference for spending their leisure time showed no significant association in this regard. Furthermore, the students mostly utilized "reference to others" style and used efficient and inefficient styles equally.

**Conclusion:** Although the students used the three strategies at the same time, the use of "reference to others" strategy was preferred. Therefore, the reason for using this method by the students requires further investigations.

**Keywords:** Adolescents, Female, Coping strategies, Students

Sadra Med Sci J 2016; 4(1): 11-20

Received: Dec. 14th, 2015

Accepted: Oct. 10th, 2015

\*Corresponding Author: Nazari M. Assistant professor, Shiraz University of Medical Sciences, Shiraz, Iran, manazari@sums.ac.ir

مجله علمی علوم پزشکی صدرا

دوره ۴، شماره ۱، زمستان ۱۳۹۴، صفحات ۱۱ تا ۲۰

تاریخ پذیرش: ۹۴/۰۹/۲۳ تاریخ دریافت: ۹۴/۰۷/۱۸

مقاله پژوهشی  
(Original Article)

## راهبردهای مقابله با مشکلات و تعیین همبسته‌های آن در دانش‌آموزان دختر ناحیه ۳ شهر شیراز در سال ۹۴

جیران استوارفر<sup>۱</sup>، منیره علیپور<sup>۱</sup>، مهین نظری<sup>۲\*</sup>، محمد قربانی<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی کارشناس ارشد آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، ایران  
<sup>۲</sup> استادیار، گروه آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، ایران  
<sup>۳</sup> دانشجوی دکترای تخصصی اپیدمیولوژی، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، ایران

### چکیده

**مقدمه:** نوجوانی مرحله‌ای حیاتی است با زمینه‌های جدید و مخاطره‌آمیز که نیاز به تصمیم‌گیری دارد. چنانچه نوجوان دارای راهبردهای مقابله‌ای کارآمد نباشد و توانایی کمی برای درک هیجان‌های خود و دیگران داشته باشد، در برخورد با فشارها و بحران‌های دوران نوجوانی توان کمتری خواهد داشت و مشکلات رفتاری بیشتری را به صورت پرخاشگری، افسردگی و اضطراب نشان خواهد داد. پژوهش حاضر با هدف تعیین سبک مقابله‌ای مورد استفاده در دانش‌آموزان دختر کلاس هشتم شهر شیراز و تبیین رابطه آن با متغیرهای دانش‌آموزان مذکور انجام شد.

**مواد و روش‌ها:** این پژوهش یک مطالعه مقطعی است که حجم نمونه آن ۱۰۵ نفر از دانش‌آموزان دختر کلاس هشتم ناحیه سه شیراز در رده سنی ۱۵-۱۳ سال بودند که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای - تصادفی انتخاب شدند. اطلاعات با استفاده از پرسشنامه‌های دموگرافیک و راهبردهای مقابله با مشکل جمع‌آوری شد. سپس داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی، تی مستقل، من ویتنی و آنوا تجزیه و تحلیل شد.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد بین نمره راهبردهای مقابله‌ای با تحصیلات پدر ( $p=0/03$ )، تحصیلات مادر ( $p=0/001$ ) و شغل پدر ( $p=0/04$ ) ارتباط آماری معناداری وجود داشت. میانگین و انحراف معیار نمره کل راهبردهای مقابله با مشکل  $1166/96 \pm 187/26$  به دست آمد. همچنین دانش‌آموزان مورد پژوهش بیشتر از سبک مراجعه به دیگران استفاده می‌کردند و از سبک‌های کارآمد و ناکارآمد به میزان مساوی استفاده می‌کردند.

**بحث و نتیجه‌گیری:** با توجه به اینکه دانش‌آموزان از هر سه راهبرد همزمان استفاده می‌کردند، اما میزان استفاده از راهبرد مراجعه به دیگران بیشتر از سایر راهبردها در دانش‌آموزان دختر مورد مطالعه بود؛ لذا دلیل آوردن بیشتر دانش‌آموزان به این سبک نیاز به بررسی‌های بیشتر و گسترده‌تر دارد.

**واژگان کلیدی:** نوجوانان، راهبرد های مقابله، دانش‌آموزان، دختر

\* نویسنده مسئول: مهین نظری، استادیار، گروه آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، ایران، manazari@sums.ac.ir

## مقدمه

نوجوانی مرحله‌ای حیاتی است با زمینه‌های جدید و مخاطره آمیز که نیاز به تصمیم گیری دارد و با عواقب ناشی از آن در آینده مواجه خواهد شد (۱). در این دوره فرد با مشکلات فردی، اجتماعی، شغلی و خانوادگی از سوی دیگر روبرو است که برای سازگاری با آنها نیازمند راهبردهای رفتاری و شناختی ویژه ای است و می توان از آنها به عنوان شیوه‌های مقابله نام برد (۲).

فرایدنبرگ (Frydenberg)، (۱۹۹۷) در کار با نوجوانان، مقابله را به عنوان مجموعه ای از اعمال خلقی و شناختی که در پاسخ به یک مسئله خاص به وجود می آید تعریف کردند (۳). در این میان لازاروس (Lazarous) و فولکمن (Folkman) (۱۹۸۴) عنوان کردند که مقابله یک فرایند پیشرونده است که مستلزم تفکر و اقدام به عمل به منظور مواجهه تقاضاهای مغلوب کننده و هزینه بر است (۴). لازاروس مقابله را تلاش های رفتاری و شناختی فعال فرد می داند که برای اداره کردن خواسته های (درونی یا بیرونی) طاقت فرسای فرد و یا خواسته هایی که فراتر از منابع فرد، ارزیابی می شوند به کار برده می شوند (۵) و راهبردهای مقابله استفاده از راهکارهایی برای تسلط یافتن، کم کردن و یا تحمل آسیب هایی است که تنش ایجاد می کنند و ممکن است رابطه ی فرد را با محیط تغییر داده و یا میزان ناراحتی عاطفی او را کاهش دهد (۶). بررسی ها نشان داده اند که چنانچه نوجوان به راهبردهای مقابله ای کارآمد مجهز نباشد و توانایی کمی برای درک هیجان های خود و دیگران داشته باشد، در برخورد با فشارها و بحران های دوران نوجوانی توان کمتری خواهد داشت و مشکلات رفتاری بیشتری را به صورت پرخاشگری، افسردگی و اضطراب نشان خواهد داد (۷-۱۰). در همین راستا آندا (Anda) و همکاران، افزایش فزاینده شمار نوجوانانی که خودکشی می کنند، افسرده می شوند و یا به سوء مصرف مواد روی می آورند را نشانه ای از فشارهای روانی و ناکارآمدی راهبردهای مقابله ای آنان در برخورد با این فشارها می دانند (۱۱).

گرچه هر تغییری چه بزرگ و چه کوچک، همراه با استرس می باشد و فرد را وادار به مقابله می کند، اما این فشارها همیشه بد و ناخوشایند نیستند. چگونگی رویارویی با این شرایط و راهبردهایی که فرد برای رویارویی با آنها برمی گزیند، بخشی از نیمرخ آسیب پذیری وی بشمار می رود. در حالی که بهره گیری از راهبرد نامناسب در رویارویی با عوامل فشار زا می تواند موجب افزایش مشکلات گردد، به کارگیری راهبردهای درست مقابله می تواند دستاوردهای مثبتی در پی داشته باشد (۱۲).

لازاروس معتقد است که راهبردهای مقابله ای به یکی از این دو شکل به کار گرفته می شود: ۱- مقابله مسئله مدار که در آن فرد به صورت فعال به اصلاح رابطه عینی بین خود و محیط می پردازد. ۲- مقابله هیجان مدار که در آن جنبه شخصی یا درونی رویداد یا رابطه اصلاح می گردد (۴). این در حالی است که نظر بلند و حیدری در سال ۱۳۸۳ در مقاله خود تحت عنوان بررسی ارتباط وضعیت سلامت روانی و راهبردهای مقابله ای در دانشجویان عنوان کردند که راهبردهای مقابله ای به سه شکل صورت می گیرد که عبارتند از: ۱- راهبرد مقابله ای مسئله مدار ۲- راهبردهای مقابله ای هیجان مدار ۳- راهبرد مقابله ای اجتنابی: نیازمند فعالیتها و تغییرات شناختی است که هدف آنها اجتناب از موقعیت تنیدگی زا می باشد و ممکن است در قالب روی آوردن و درگیر شدن در یک فعالیت تازه ظاهر شود (۱۳). کیلوک (Kiluk)، نیک (Nich) و کارول (Carroll) نیز ادعان کردند که افراد در هنگام واکنش به رویدادهای فشار آفرین به یکی از این سه شکل راهبرد روی می آورند (۱۴).

مطالعات نشان داده‌اند افرادی که بر مهارت‌های حل مسئله (کارآمد) متمرکز هستند نسبت به افرادی که از رویارویی متمرکز بر هیجان و رویارویی اجتنابی (ناکارآمد) استفاده می‌کنند در موقعیت های استرس زا شواهد کمتری از آشفتگی از خود بروز می دهند و تسلط بیشتری نسبت به موقعیت ها دارند و بهتر می توانند خود را با شرایط دشوار سازگار سازند (۱۵).

$$n = \frac{(z_{1-\frac{\alpha}{2}} + z_{1-\beta})^2 \sigma^2}{(\mu - \mu_0)^2}$$

و با فرمول تعیین حجم نمونه

استفاده از نرم افزار Med Calc حجم نمونه ۱۰۵ نفر از دانش آموزان دختر کلاس هشتم ناحیه سه شهر شیراز در رده سنی ۱۵-۱۳ سال بودند که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای- تصادفی انتخاب شدند. پس از انتخاب آزمودنی‌های پژوهش و حضور در مدارس ناحیه سه آموزش و پرورش شهر شیراز و با هماهنگی با مدیر و معلمان این مدارس، پرسش‌نامه‌های دموگرافیک و راهبردهای مقابله با مشکل در اختیار هر کدام از دانش‌آموزان قرار گرفت. پیش از تکمیل پرسش‌نامه‌ها به آزمودنی‌ها در زمینه محرمانه بودن اطلاعات به دست آمده و چگونگی بهره‌گیری از داده‌ها به شکل کلی توضیح داده شد. پس از موافقت آنها برای همکاری، پرسشنامه‌ها در اختیار آنها گذاشته شد. همچنین از آنان خواسته شد از نوشتن نام نام خانوادگی خویش خودداری کنند. به دانش‌آموزان توضیح داده شد تا عبارت‌های هر پرسشنامه را به دقت خوانده و گزینه مورد نظر خود را انتخاب کنند و هیچ کدام از عبارت‌ها را بدون پاسخ نگذارند. گردآوری داده‌ها به کمک ابزارهای زیر سنجیده شدند: پرسشنامه دموگرافیک که اطلاعات مربوط به رتبه تولد، داشتن خواهر بزرگتر برای آزمودنی، سطح سواد و شغل پدر و مادر، میزان درآمد خانواده، وضعیت مسکن و در نهایت ترجیحات دانش‌آموز در مورد کسانی که برای گذران اوقات فراغت انتخاب می‌کند را در بر داشت. مقیاس مقابله نوجوانان (ACS): این مقیاس را فرایدنبرگ و لوئیس (Lewis) در سال ۱۹۹۳ با هدف سنجش شیوه‌های مقابله در نوجوانان ۱۲ تا ۱۸ ساله و بر پایه نظریه لازاروس ساختند. برتری این آزمون نسبت به سایر آزمون‌های سنجش مقابله، سنجش گسترده‌تر راهبردهای مقابله‌ای می‌باشد. این مقیاس دارای یک فرم عمومی و یک فرم اختصاصی است. هر فرم خود دارای یک فرم طولانی با ۸۰ ماده و یک فرم کوتاه با ۱۸ ماده است. در این پژوهش فرم طولانی آن به کار برده

سبک‌های مقابله‌ای کارآمد و مراجعه به دیگران با سلامت روانی و مؤلفه‌های تشکیل دهنده آن رابطه مثبت معنی‌داری دارند. با این حال روی آوردن به سمت دیگران برای دریافت حمایت، مستلزم ارزیابی موقعیت است و اغلب در طی دوران کودکی و یا در کوتاه مدت ممکن است راهبرد مناسبی محسوب شود. اما تقاضای مصرانه برای کمک در دراز مدت، موجب از هم پاشیدگی شبکه اجتماعی و شکست می‌شود (۱۶، ۱۷).

در بررسی که محمدی و همکاران در مطالعه‌ای تحت عنوان ارتباط سبک‌های مقابله‌ای با هوش هیجانی در دانش‌آموزان در سال ۱۳۸۷ انجام دادند نتایج حاکی از آن بود که دو سبک مقابله‌ای کارآمد و ناکارآمد دارای ارتباط چشم‌گیر و معنی‌دار با یکدیگر و با تلاش‌های کلی مقابله‌ای بوده‌اند (۱۸). رحیم‌نیا و رسولیان (۱۳۸۵) میزان به کارگیری سبک مقابله‌ای کارآمد را در نوجوانان غیر بزهکار بیشتر از نوجوانان بزهکار، سبک مقابله‌ای کارآمد را بیشتر از سبک مراجعه به دیگران و سبک مراجعه به دیگران را در گروه اخیر بیشتر از سبک مقابله ناکارآمد گزارش نموده‌اند (۱۹).

با توجه به تأثیر غیر قابل انکار راهبردهای مقابله‌ای و همچنین به دلیل اینکه دوره نوجوانی دوره‌ای است که در آن تغییرات جسمی و روانی اجتماعی نوجوان با هیجانات شدید همراه است و بسیاری از دستگاه‌های عصبی یا شناختی که هیجان را کنترل می‌کنند در این دوره به رشد می‌رسند، لذا پژوهش حاضر با هدف تعیین سبک مقابله‌ای مورد استفاده در دانش‌آموزان دختر کلاس هشتم شهر شیراز و تبیین رابطه آن با متغیرهای دموگرافیک دانش‌آموزان مذکور انجام شد.

## مواد و روش

این پژوهش یک مطالعه مقطعی (توصیفی تحلیلی) بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش‌آموزان دختر کلاس هشتم ناحیه سه شیراز (ناحیه ۳ به صورت تصادفی از بین نواحی شهر شیراز انتخاب شد) در سال ۹۳-۹۲ بودند. با استفاده

آموزان ترجیح می دادند که هم با خانواده و هم با دوستان اوقات فراغت خود را بگذرانند. جدول ۲، توزیع فراوانی انواع راهبرد های مقابله با مشکل بر حسب متغیرهای اصلی مطالعه در دانش آموزان دختر را نشان می دهد.

جدول ۱: توزیع فراوانی بر حسب متغیرهای اصلی مطالعه

درصد	فراوانی	متغیرها	
۱۰/۵	۱۱	فرزند اول خانواده	رتبه تولد
۸۹/۵	۹۴	فرزند دوم به بعد	
۴۸/۶	۵۱	زیر دیپلم	تحصیلات پدر
۵۱/۴	۵۴	دیپلم و بالاتر	
۶۱	۶۴	زیر دیپلم	تحصیلات مادر
۳۹	۴۱	دیپلم و بالاتر	
۵۸/۱	۶۱	آزاد	شغل پدر
۴۱/۹	۴۴	کارمند	
۸۱/۹	۸۶	خانه دار	شغل مادر
۱۸/۱	۱۹	شاغل	
۳۵/۲	۳۷	>۵۰۰ هزار تومان	درآمد خانواده
۳۰/۵	۳۲	۱ میلیون تومان - ۵۰۰ هزار تومان	
۲۸/۶	۳۰	۲ میلیون تومان - ۱ میلیون تومان	
۵/۷	۶	<۲ میلیون تومان	
۱۴/۳	۱۵	با خانواده	ترجیحات دانش آموز جهت گذران اوقات فراغت
۳۶/۲	۳۸	با دوستان	
۴۵/۷	۴۸	با خانواده و دوستان	
۳/۸	۴	به تنهایی	

شده است. این فرم دارای ۱۸ مقیاس است که در سه سبک کلی مقابله‌ای طبقه‌بندی شده‌اند و هر مقیاس کارآمدی یا ناکارآمدی یک راهبرد مقابله‌ای را می سنجد. از آزمودنی خواسته می شود که نظر خود را درباره عبارت های پرسش نامه با انتخاب هر یک از پنج گزینه «این کار را انجام نمی دهم» (نمره یک) تا «همیشه این کار را انجام می دهم» (نمره پنج) نشان دهد (۱۷). فرایند برگ و لوئیس (۱۹۹۳) همبستگی ۰/۴۴ تا ۰/۸۴ را پس از دو هفته بازآزمایی در هجده زیرمقیاس این آزمون گزارش نمودند (۲۰). داعی پور (۱۳۸۷) این آزمون را به فارسی ترجمه و هنجاریابی نمود. روایی این آزمون در بررسی داعی پور بر روی ۱۲۶ دانش آموز پسر و دختر راهنمایی و دبیرستانی بررسی شده و همبستگی به دست آمده بین راهبردهای ۱۸ گانه ۰/۲۹ تا ۰/۸۸ به دست آمده بود (۲۱). برای تقسیم بندی امتیاز مربوط به هر کدام از حیطه های راهبردهای مقابله‌ای (کارآمد، مراجعه به دیگران، ناکارآمد) کل امتیاز به دست آمده صدک بندی شد و برای هر قسمت و برای هر حیطه به صورت جداگانه صدک (۲۵) ضعیف، صدک (۵۰) متوسط، صدک (۷۵) خوب و صدک (۱۰۰) عالی تعریف شد. داده‌ها پس از جمع‌آوری کدگذاری و وارد رایانه شدند. برای مقایسه متغیرهای کمی بین دو گروه در صورت نرمال بودن از آزمون t مستقل و در صورت نرمال نبودن از Mann-Whitney استفاده نمودیم. برای مقایسه متغیر کمی در بیش از دو گروه از آزمون One way ANOVA استفاده کردیم. همچنین برای بررسی ارتباط بین دو متغیر کمی از ضریب همبستگی پیرسون استفاده کردیم.

#### یافته ها

بر اساس نتایج به دست آمده در جدول ۱، ۸۹/۵٪ از دانش آموزان فرزند دوم به بعد در خانواده بودند. از نظر وضعیت تحصیلات والدین، ۵۱/۴٪ پدران تحصیلات دیپلم و بالاتر و ۶۱٪ مادران تحصیلات زیر دیپلم داشتند. ۵۸/۱٪ پدران شغل آزاد و ۸۱/۹٪ مادران خانه دار بودند. ۴۵/۷٪ دانش

جدول ۲: توزیع فراوانی انواع راهبردهای مقابله با مشکل بر حسب متغیرهای اصلی مطالعه در دانش آموزان دختر

متغیرها	فراوانی	درصد	
کارآمد	ضعیف	۸۵	۷/۶
	متوسط	۶۱	۵۸/۱
	خوب	۳۶	۳۴/۳
	عالی	۰	۰
مراجعه	ضعیف	۵	۴/۸
	متوسط	۲۹	۲۷/۶
	خوب	۴۹	۴۶/۷
ناکارآمد	عالی	۲۲	۲۱
	ضعیف	۱۰	۹/۵
	متوسط	۷۳	۶۹/۵
	خوب	۲۲	۲۱
عالی	۰	۰	

طبق نتایج جدول ۳، در خصوص تعیین ارتباط راهبردهای مقابله‌ای با متغیرهای زمینه‌ای نتایج ذیل حاصل گردید. بین نمره راهبردهای مقابله‌ای با رتبه تولد، شغل مادر و وضعیت مسکن ارتباط آماری معناداری دیده نشد. اما بین نمره راهبردهای مقابله‌ای با تحصیلات پدر ( $p=0/03$ )، تحصیلات مادر ( $p=0/001$ ) و شغل پدر ( $p=0/04$ ) ارتباط آماری معناداری دیده شد.

نتایج به دست آمده با استفاده از آزمون آنوا نشان داد میانگین و انحراف معیار نمره راهبردهای مقابله‌ای در خانواده‌های با درآمد کمتر از ۵۰۰ هزار تومان  $1175/9 \pm 35/6$ ، ۵۰۰ هزار تومان تا یک میلیون  $1153/3 \pm 26/8$ ، یک میلیون تا دو میلیون  $1170/2 \pm 36/4$  و بیش از دو میلیون  $1168/6 \pm 51/9$  می‌باشد، که بین نمره راهبردهای مقابله‌ای با درآمد خانواده ارتباط آماری معنا داری وجود نداشت ( $P=0/97$ ).

همچنین با استفاده از همان آزمون آنوا، میانگین و انحراف معیار نمره راهبردهای مقابله‌ای در دانش‌آموزانی که ترجیح می‌دادند اوقات فراغت خود را با خانواده بگذرانند  $1193/3 \pm 37/3$ ، با دوستان باشند  $1135/4 \pm 33/2$ ، با خانواده و دوستان  $1190/3 \pm 27/4$  و تنها باشند  $1088/4 \pm 31/9$  به دست آمد که از نظر آماری ارتباط معناداری بین نمره راهبردهای مقابله‌ای با ترجیحات دانش‌آموزان جهت گذراندن اوقات وجود نداشت ( $p=0/42$ ).

یافته‌های مربوط به بررسی همبستگی بین میزان بهره‌گیری از سبک‌های مقابله‌ای کارآمد، مراجعه به دیگران، ناکارآمد و تلاش‌های کلی مقابله‌ای در جدول ۴ نشان داده شده است. یافته‌های ارائه شده نشان می‌دهد که بین تلاش‌های کلی مقابله‌ای و سبک‌های کارآمد، مراجعه به دیگران و ناکارآمد رابطه مثبت و معناداری وجود داشت.

جدول ۳: ارتباط نمره راهبردهای مقابله‌ای با متغیرهای مطالعه

سطح معنی داری	نمره کل راهبردهای مقابله‌ای		متغیرها	
	انحراف معیار	میانگین		
۰/۹۸	۲۴۶/۲۵	۱۱۶۴/۵۷	فرزند اول خانواده	رتبه تولد
	۱۸۰/۸۰	۱۱۶۷/۲۵	فرزند دوم به بعد	
۰/۰۳	۱۷۵/۳۹	۱۲۰۷/۹۳	زیر دیپلم	تحصیلات پدر
	۱۹۱/۴۳	۱۱۲۸/۲۸	دیپلم و بالاتر	
۰/۰۰۱	۱۸۵/۱۰	۱۱۲۰/۰۲	زیر دیپلم	تحصیلات مادر
	۱۶۷/۸۶	۱۲۴۰/۲۴	دیپلم و بالاتر	
۰/۰۴	۱۸۸/۵۶	۱۱۹۸/۹۴	آزاد	شغل پدر
	۱۷۸/۱۴	۱۱۲۲/۶۳	کارمند	
۰/۶۴	۱۸۴/۸۸	۱۱۶۲/۹۷	خانه دار	شغل مادر
	۲۰۱/۸۹	۱۱۸۵/۰۴	شاغل	
۰/۲۵	۱۸۳/۱۷	۱۱۳۸/۴۳	شخصی	وضعیت مسکن
	۱۸۹/۵۶	۱۲۲۸/۶۶	اجاره‌ای	

جدول ۴- همبستگی میان میزان به کارگیری سبک مقابله ای کارآمد، مراجعه به دیگران، ناکارآمد و تلاش های کلی مقابله ای

سبک کارآمد	سبک کارآمد	سبک مراجعه به دیگران	سبک ناکارآمد	تلاش های کلی مقابله ای
سبک کارآمد	-	۰/۷۴۶ p<۰/۰۰۰۱	۰/۵۸۲ p<۰/۰۰۰۱	۰/۹۲۹ p<۰/۰۰۰۱
سبک مراجعه به دیگران	۰/۷۴۶ p<۰/۰۰۰۱	-	۰/۴۵۴ p<۰/۰۰۰۱	۰/۸۳۰ p<۰/۰۰۰۱
سبک ناکارآمد	۰/۵۸۲ p<۰/۰۰۰۱	۰/۴۵۴ p<۰/۰۰۰۱	-	۰/۷۹۷ p<۰/۰۰۰۱
تلاش های کلی مقابله ای	۰/۹۲۹ p<۰/۰۰۰۱	۰/۸۳۰ p<۰/۰۰۰۱	۰/۷۹۷ p<۰/۰۰۰۱	-

#### بحث

بررسی حاضر، با هدف تعیین وضعیت دانش آموزان در استفاده از راهبردهای مقابله در هنگام مواجهه با مشکل انجام شد. نتایج مطالعه نشان داد که در مجموع بیشتر دانش آموزان کلاس هشتم منطقه ۳ شیراز (۰/۸۹/۹) فرزند دوم به بعد خانواده بودند. ۵۱/۴٪ از دانش آموزان پدرانشان تحصیلات دیپلم و بالاتر داشتند در حالی که این وضعیت در مورد مادران آنها برعکس بود و ۶۱٪ دانش آموزان مادرانشان تحصیلات زیر دیپلم داشتند. شغل پدر ۵۸/۱٪ از دانش آموزان آزاد بود و این در حالی بود که ۸۱/۹٪ آنان مادرانشان خانه دار بود. اما در تمام موارد ذکر شده فقط تحصیلات والدین و شغل پدر ارتباط معنی داری با نوع راهبرد مورد استفاده توسط دانش آموزان داشت. دانش آموزانی که سطح سواد پدرشان زیر دیپلم و مادران تحصیل کرده و شاغل داشتند، نمره راهبرد های مقابله بالاتری گرفته و از راهبرد مقابله کارآمد استفاده می کردند. این در حالی است که در مطالعه حسینی و جمشیدی متغیرهای تحصیلات والدین با هیچ یک از ابعاد راهبرد های مقابله ای رابطه معنی داری نداشتند (۲۲). مطالعه رحیم نیا و رسولیان نیز نشان داد که سطح تحصیلات

والدین نوجوانان بزهکار پایین تر از سطح تحصیلات والدین نوجوانان غیر بزهکار است (۱۹). می توان نتیجه گیری کرد که دانش آموزان به خصوص دانش آموزان دختر در هنگام مواجهه با مشکل بیشتر در ارتباط با مادران بوده و مادران با تحصیلات بالاتر فرزندان خود را به استفاده از راهبرد مقابله کارآمد تشویق می کنند.

همچنین بر پایه نتایج تحقیق حاضر روش غالب مقابله با مشکل در بین دانش آموزان منطقه ۳ شیراز سبک مراجعه به دیگران بود. در مطالعه سپراناویکیوت (Sapranaviciute) و همکاران (۲۰۱۳) نیز نتایج نشان داد که زنان در مقایسه با مردان در شرایط استرس زا و مواجهه با مشکل بیشتر به دنبال حمایت اجتماعی و استفاده از راهبرد های هیجان محور می باشند (۲۳) در حالی که به گزارش فرایدنبرگ و راولی (Rawley)، ۱۹۹۹ نوجوانان مدارس استرالیا الگوی دیگری در استفاده از سبک های سازگاری دارند. این نوجوانان سبک سازگاری کارآمد را بیشتر از سبک سازگاری ناکارآمد و سبک اخیر را بیشتر از سبک ارجاع به دیگران به کار می برند (۲۴). این تفاوت شاید نشان دهنده استقلال عمل بیشتر نوجوانان استرالیایی نسبت به نوجوانان مورد مطالعه باشد. در این

مسئله مورد نظر به همه سبک‌های مقابله‌ای متوسل می‌شوند.

از محدودیت‌های مطالعه می‌توان به کم بودن حجم نمونه اشاره کرد. این پژوهش بر روی دانش‌آموزان دختر منطقه ۳ شیراز انجام شده است، بنابراین در تعمیم نتایج به دانش‌آموزان پسر و دانش‌آموزان دیگر لازم است احتیاط صورت گیرد. پیشنهاد می‌شود که این محدودیت‌ها در پژوهش‌های آتی مد نظر قرار گیرند. از محدودیت‌های دیگر این مطالعه مقطعی بودن آن می‌باشد.

### نتیجه‌گیری

با توجه به اینکه دانش‌آموزان از هر سه راهبرد همزمان استفاده می‌کردند اما میزان استفاده از راهبرد مراجعه به دیگران بیشتر از سایر راهبردها در دانش‌آموزان دختر مورد مطالعه بوده است. لذا دلیل روی آوردن بیشتر دانش‌آموزان به این سبک نیاز به بررسی‌های بیشتر و گسترده‌تر دارد.

از آنجا که هدف اساسی آموزش و پرورش آماده کردن نوجوانان برای ورود به زندگی اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی است نتایج این تحقیق در این زمینه می‌تواند مفید باشند. همچنین پیشنهاد می‌شود که برای افزایش قدرت تعمیم این یافته‌ها، بررسی‌های مشابه بر روی جمعیت‌های سنی و منطقه‌ای دیگر انجام شود و از روش‌های مداخله‌ای برای تاثیر این عوامل در افزایش بهداشت روان در نوجوانان بهره گرفته شود.

### تقدیر و تشکر

از کمیته تحقیقات دانشجویی دانشگاه علوم پزشکی شیراز که از این تحقیق با شماره ۹۰۴۲-۰۴-۰۱-۹۳ حمایت کردند، قدردانی می‌شود. همچنین از زحمات و همکاری مدیران و معلمان مدارس منطقه ۳ شیراز که در این پژوهش با پژوهشگران همکاری داشتند، تشکر می‌شود.

رابطه اتکینسون (Atkinson)، اتکینسون، اسمیت (Smith)، بم (Bem) و نولن هوکسما (Hoeksema) بر این باورند که بهتر است در هنگام رویارویی با منابع فشارزا، فرد از منابع محیط اجتماعی و فیزیکی خود در راستای مهار تنش بهره بگیرد (۲۵). به نظر می‌رسد سبک مراجعه به دیگران، تحت تاثیر عوامل مختلفی همچون ویژگی‌های شخصیتی، روانشناختی، جنسیتی، شرایط محیطی و ... می‌شد و البته مهمترین مسئله گروه سنی است که مورد مطالعه می‌باشد که ممکن است گروه سنی مورد مطالعه هنوز به طور کامل مستقل نشده و مهارت‌های مقابله با مشکلات را به صورت کامل نیاموخته اند. همچنین در مطالعه حاضر نتایج نشان داد که دانش‌آموزان تا حدودی از سبک‌های کارآمد و ناکارآمد به میزان مساوی استفاده می‌کنند. اگر چه پیش بینی می‌شود که سبک‌های مقابله‌ای کارآمد و ناکارآمد متضاد یکدیگر بوده و فردی که یک سبک را به کار می‌برد، از سبک دیگر به میزان کمتری بهره می‌گیرد اما یافته‌های برخی از پژوهش‌ها گویای آن است که مسئله می‌تواند پیچیده‌تر از این باشد (۲۶)؛ برای نمونه رحیم‌نیا و رسولیان نشان دادند که هرچند میزان بهره‌گیری هر دو گروه پسران بزهکار و غیر بزهکار از سبک مقابله‌ای کارآمد بیشتر از سبک ناکارآمد بود، اما آنچه که بین این دو گروه تفاوت ایجاد می‌کرد، نسبت بکارگیری این دو سبک بود (۱۹). بنابراین به نظر می‌رسد استفاده از یک راهبرد مانعی برای استفاده از دیگر راهبردهای مقابله‌ای ایجاد نمی‌کند. علاوه بر این همبستگی معنی‌داری بین میزان به کارگیری سبک مقابله‌ای، مراجعه به دیگران، ناکارآمد و نمره کلی راهبردهای مقابله‌ای، نشان می‌دهند افرادی که هر یک از این سبک‌های مقابله‌ای را بیشتر به کار می‌برند، به طور همزمان سبک دیگر را نیز به کار می‌گیرند. محمدی و همکاران (۲۰۰۸) نیز در مطالعه خود دریافتند که بین دو سبک مقابله‌ای کارآمد و ناکارآمد و نمره کلی مقابله با مشکل ارتباط چشمگیر و معنی‌داری وجود دارد (۱۸). به نظر می‌رسد افراد در هنگام مواجهه با مشکل جهت رفع

and Youth Services Review  
1991;13(3):171-82.

12. Daeipoor P, Bayan ZS. Coping Strategies among Adolescents In Tehran. 2000.

13. Ghazanfari F. The relationship between mental health and coping strategies in citizenship of Khoramabad city. The quarterly journal of fundamentals of mental health 2008;10(37):47-54.

14. Kiluk BD, Nich C, Carroll KM. Relationship of cognitive function and the acquisition of coping skills in computer assisted treatment for substance use disorders. Drug and Alcohol Dependence 2011;114(2):169-76.

15. Golman D. Emotional intelligence: Emotional self-knowledge, self-controlling, empathy and help others. Tehran: Roshd Publications; 2005.

16. Segrin C, Abramson LY. Negative reactions to depressive behaviors: a communication theories analysis. Journal of abnormal psychology. 1994;103(4):655.

17. Gharraee B, Mohammadi SD, Asgharnejad Farid AA. The Relationship of Behavioral Disorders and Coping Styles and Strategies in Secondary School Students. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology. 2008;14(1):39-45.

18. Mohammadi D, Torabi S, Gharaei B. The relationship between coping styles and emotional intelligence in students. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology. 2008;14(2):176-83.

19. Rahimnia M, Rasulian M. Comparison of Coping Mechanisms of Adolescents Inhabiting "Tehran Correction and Rehabilitation Center" and High School Students. Iranian journal of psychaitry and clinical psychology. 2006;12(1):29-35.

20. Frydenberg E, Lewis R. Boys play sport and girls turn to others: Age, gender and ethnicity as determinants of coping. Journal of Adolescence 1993;16(3):253-66.

## منابع

1. Pellerone M. Identity status, coping strategy and decision making process among italian university students. Procedia-Social and Behavioral Sciences. 2013;106:1399-408.

2. Ghazanfari A. Validation of Adolescents Coping Scale. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology. 2005;11(3):290-7.

3. Frydenberg E. Adolescent coping: Theoretical and research perspectives: Psychology Press; 1997.

4. Folkman S, Lazarus RS. An analysis of coping in a middle-aged community sample. Journal of health and social behavior. 1980:219-39.

5. Lazarus RS. Psychological stress and the coping process. 1966.

6. Ghazanfari F, Ghadam PE. The relationship between mental health and coping strategies in citizenship of Khoramabad city; 2008.

7. Elgar FJ, Arlett C, Groves R. Stress, coping, and behavioural problems among rural and urban adolescents. Journal of Adolescence 2003;26(5):574-85.

8. Ciarrochi J, Deane FP, Anderson S. Emotional intelligence moderates the relationship between stress and mental health. Personality and individual differences. 2002;32(2):197-209.

9. Trinidad DR, Johnson CA. The association between emotional intelligence and early adolescent tobacco and alcohol use. Personality and Individual Differences 2002;32(1):95-105.

10. Windle M, Windle RC. Coping strategies, drinking motives, and stressful life events among middle adolescents: Associations with emotional and behavioral problems and with academic functioning. Journal of Abnormal Psychology. 1996;105(4):551.

11. de Anda D, Javidi M, Jefford S, Komorowski R, Yanez R. Stress and coping in adolescence: A comparative study of pregnant adolescents and substance abusing adolescents. Children

21. Daeipoor P. Coping Strategies Among Adolescents In Tehran. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology. 2000;5(4):17-27.
22. Hosseini F JB. Comparison of Coping Strategies of Runaway and Non-runaway Girls. Knowledge & Research in Applied Psychology 2014;15(1):62-72.
23. Sapranaviciute L PZ, Pauziene N. The Stress Coping Strategies and Depressive Symptoms in International Students. Procedia - Social and Behavioral Sciences. 2013;84(2013):827-31.
24. Frydenberg E RG. Coping with social issues :What Australian university student do Educational Research 1998;8:33-48.
25. Atkinson R. L ARC, Smith E. E, Bem D. J, Nolen-Hoeksema S. Hilgard's introduction to psychology. 13, editor. San Diego: Harcourt Brace Jovanovich; 2000.
26. Mohammadi D TE, Qaraii B. Relationship between coping styles and emotional intelligence of the

Cite this article as:

Maghami M, Aghababaeian H, Saadati M. Strategies for coping with problems and determination of their correlates in female students of the third educational district in Shiraz in 2015. Sadra Med Sci J 2014; 2(4): 11-20.