



سنجش تأثیر شیوه های مقابله با استرس در شادکامی و بهزیستی روانشناختی دانش آموزان

پریسا جلالی^۱، سحر نظری^۲، منیژه صادقی حسن آبادی^۳

۱- دانشجوی دکتری مدیریت آموزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرج

۲- کارشناسی ارشد، رشته مدیریت برنامه ریزی آموزشی، دانشگاه آزاد واحد دزفول

۳- کارشناس ارشد، رشته تکنولوژی آموزشی، دانشگاه علامه طباطبایی

چکیده

پژوهش حاضر بررسی نقش شیوه مقابله با استرس در شادکامی و بهزیستی روانشناختی دانش آموزان مدارس نمونه دخترانه شهر کرج بود. روش تحقیق توصیفی از نوع همبستگی می باشد. جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان دختر مقطع ابتدایی شهر کرج در سال تحصیلی ۱۴۰۱ است. نمونه شامل ۱۰۰ نفر از دانش آموزان می باشد که به روش نمونه گیری خوشه ای تصادفی انتخاب شدند. از پرسشنامه های شادکامی توسط آرجیل و لو (۲۰۰۱)، مقیاس بهزیستی روانشناختی ریف (۱۹۹۸) و پرسشنامه مقابله با استرس توسط اندلر و پارکر (۱۹۹۰) جهت جمع آوری داده ها استفاده شد. از نرم افزار SPSS جهت تجزیه و تحلیل داده ها به کار برده شد. نتایج نشان داد که سبک مقابله ای اجتنابی و سبک مقابله ای هیجانی با شادکامی رابطه معکوس و معنی داری و سبک مقابله ای مسئله مدار با شادکامی رابطه مثبت و معنادار دارند. علاوه بر این نتایج رگرسیون نشان داد که در گام اول متغیر سبک مقابله ای هیجان مدار وارد معادله شد و توانست به ۰/۳۱ درصد واریانس را برای شادکامی تبیین کند. همچنین نتایج نشان داد که سبک مقابله ای اجتنابی و سبک مقابله ای هیجانی با بهزیستی روانشناختی رابطه معکوس و معنی دار و سبک مقابله ای مسئله مدار با بهزیستی روانشناختی رابطه مثبت و معنادار دارند. علاوه بر این نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که در گام اول متغیر سبک مقابله ای هیجان مدار وارد معادله شد و توانست به ۰/۳۲ درصد واریانس را برای بهزیستی روانشناختی تبیین کند. و در گام دوم سبک مقابله ای مسئله مدار وارد معادله شد و همراه سبک مقابله ای هیجان مدار توانست ۰/۴۱ واریانس را برای بهزیستی روانشناختی تبیین کند.

واژگان کلیدی: شیوه مقابله با استرس، شادکامی، بهزیستی روانشناختی، دانش آموزان