



پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان بر اساس سرسختی روان‌شناختی، سبک‌های

مقابله‌ای و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی

مرضیه چاقوساز^{۱*}، مهسا اصغری^۲، مهناز ریحانی^۳

چکیده

زمینه و هدف: پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان بر اساس سرسختی روان‌شناختی، سبک‌های مقابله‌ای و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی انجام شد. **روش:** روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهرستان سرایان در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ بوده‌اند که تعداد کل آن‌ها حدود ۱۱۰۰ نفر برآورد شد. از جامعه مورد نظر با استفاده از جدول مورگان و کرجسی به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای، ۲۳۰ نفر به‌عنوان نمونه پژوهش انتخاب شدند. به‌منظور گردآوری اطلاعات از پرسشنامه‌های گرایش به رفتارهای پرخطر رشید و مارابی، سرسختی روان‌شناختی کوباسا، سبک‌های مقابله‌ای لازاروس و فولکمن و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دنیس و وندروال استفاده شد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل رگرسیون چندمتغیره به روش گام‌به‌گام استفاده شد. **یافته‌ها:** یافته‌های حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان داد، بین سرسختی روان‌شناختی، سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی با گرایش به رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد؛ درحالی‌که، بین سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار با گرایش به رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان رابطه مثبت معنی‌داری به دست آمد. به ترتیب انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، سرسختی روان‌شناختی و سبک‌های مقابله‌ای هیجان‌مدار و مسئله‌مدار بیشترین قدرت در پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر را دارند. **نتیجه‌گیری:** در مجموع، با توجه به نتایج حاصل از این پژوهش می‌توان گفت که انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و سرسختی روان‌شناختی بالا و سبک‌های مقابله‌ای سازگارانه، می‌توانند باعث کاهش گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان شوند و بالعکس.

کلیدواژه‌ها: انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، رفتارهای پرخطر، سرسختی روان‌شناختی، سبک‌های مقابله‌ای

۱. کارشناس ارشد مشاوره و راهنمایی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قاینات، خراسان جنوبی، ایران (نویسنده مسئول) Moshaversarayan@gmail.com

۲. کارشناس ارشد علوم تربیتی (گرایش برنامه‌ریزی درسی)، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ارومیه، ارومیه، ایران. mahsa66@gmail.com.

۳. کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد زنجان، زنجان، ایران. Mahnaz.reyhani1358@yahoo.com



مقدمه

نوجوانی دوره‌ای است که به علت فشارهای اجتماعی و تحولات زیستی دوره‌ای حساس محسوب می‌شود و توجه نامناسب به این تحولات می‌تواند به مشکلات جدی سازگاری، روان‌شناختی و اجتماعی بیانجامد. بررسی‌ها نشان داده‌اند که رفتارهای پرخطر در دوره نوجوانی افزایش می‌یابند و گرایش به تنوع رفتارهای پرخطر و یا پرداختن به چندین رفتار پرخطر باهم در این دوران دیده می‌شود (گامز-گادیس، بوراجو و آلمندروس^۱، ۲۰۱۶). بر اساس آخرین گزارش سازمان جهانی بهداشت، ۲۶ درصد از جمعیت جهان شامل گروه سنی نوجوانان و جوانان است. در برخی از کشورهای در حال توسعه بیش از یک سوم جمعیت را این گروه سنی تشکیل می‌دهند (ماباسو، اروگوبوب و تورب^۲، ۲۰۱۶). در ایران نیز بر اساس نتایج سرشماری سال ۱۳۹۰، میزان ۲۳/۴ درصد جمعیت را کودکان و نوجوانان (زیر ۱۵ سال) و ۳۱/۵ درصد جمعیت را جوانان (۲۹ - ۱۵ سال) تشکیل می‌دهند (مرکز آمار ایران، ۱۳۹۲).

نوجوانی معمولاً از سن ۱۱ سالگی شروع می‌شود و از دوران‌های بسیار بحرانی زندگی فرد به شمار می‌رود که ورود به این دوره از زندگی فرد را با مشکلاتی نیز مواجه می‌سازد (شیخ‌الاسلامی، اسدالهی و محمدی، ۱۳۹۶). در این دوره نوجوان از یکسو با تغییرات گسترده بدنی و شناختی روبرو شده و از سوی دیگر با مشکلات فردی، اجتماعی، شغلی و خانوادگی مواجه می‌شود. عملکرد نامناسب خانواده و والدین در این دوره، می‌تواند موجب سوق دادن نوجوان به مشارکت در رفتارهای پرخطر، افت کیفیت زندگی و کاهش رضایت‌مندی کلی او گردد (نظام پور، مشهدی و بیگدلی، ۱۳۹۷). تعداد زیادی از رفتارهای پرخطر مثل بزهکاری، خشونت، مصرف مواد و الکل و رابطه‌ی جنسی آسیب‌پذیر، در طول این دوره از رشد آغاز می‌شوند. اگرچه تعداد زیادی از جوانان، نوجوانی را با موفقیت و بدون مواجه شدن با مشکلات مهم طی می‌کنند ولی تعدادی از آن‌ها، با وارد شدن به دهه‌ی دوم زندگی، با افزایش خطر بزهکاری و رفتار مخاطره‌آمیز برای سلامتی مواجه می‌شوند. درگیری در بزهکاری و رفتار مخاطره‌آمیز برای سلامتی، می‌تواند به طور بالقوه مانع از آن شوند که فرد در نوجوانی، یک مسیر مثبت و موفق داشته باشد و در عوض او را در یک مسیر از رشد قرار می‌دهند که با مسیرهای منفی مشخص می‌شود و مسیری است که می‌تواند منجر به کارکرد کمتر از حد مورد انتظار شود (لی، چن، لی و کائور^۳، ۲۰۱۷). مرور نظرات مختلف بیان‌کننده آن است که در زمینه رفتارهای پرخطر یک رویکرد قطعی ارائه نشده است، لیکن نظریه‌های مختلف در بروز رفتارهای پرخطر عوامل مختلفی را دخیل دانسته‌اند که از بین می‌توان به سرسختی روان‌شناختی^۴ (چوبچیان لنگرودی و زربخش، ۱۳۹۷؛ جلیلیان کاسب رشیدی و حجت‌خواه، ۱۳۹۵)، سبک‌های مقابله‌ای^۵ (عینی و فیاض، ۱۳۹۵) و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی^۶ (صادقی و کریمی، ۱۳۹۷)، اشاره کرد.

سرسختی روان‌شناختی موجب می‌شود افراد در مقابل رویدادهای استرس‌زا و موقعیت‌های پرتنش زندگی عملکرد مناسبی داشته باشند، سرسختی روان‌شناختی، نگرش درونی خاصی را به وجود می‌آورد که شیوه رویارویی افراد را با مسائل مختلف زندگی تحت تأثیر قرار می‌دهد (جلیلیان کاسب و همکاران، ۱۳۹۵). کوباسا، مدی و کوهن^۷ (۱۹۸۲) سازه سرسختی را به عنوان یک منبع مقاومت در مواجهه با رویدادهای استرس‌زای زندگی می‌داند. در واقع می‌توان عنوان کرد افراد با سطح سرسختی روان‌شناختی قوی با توجه به صفات مبارزه‌جویی و ابراز وجود و نیرومندی و استقامت در مقابل حوادث تنش‌زای محیطی کمتر دچار آسیب‌های جسمانی و روانی و رفتارهای پرخطر می‌شوند. چوبچیان لنگرودی و زربخش (۱۳۹۷) معتقدند که کم شدن سطح سرسختی روان‌شناختی فرد بتواند تأثیر منفی بر سلامت روحی و روانی افراد بگذارد و چه بسا در گرایش

1. Gámez-Guadix, Borrajo, & Almendros
2. Mabaso, Erogbogbob and Toureb
3. Lee, Chen, Lee, Kaur
4. Hardiness
5. ways of coping
6. psychological flexibility
7. Kobassa, Maddi & Kohen



آنان به رفتار بزهکارانه از قبیل اعتیاد نیز تاثیرگذار باشد. مطالعات تجربی گویای آن است که سرسختی روان‌شناختی، با سلامت بدنی و روانی رابطه مثبت دارد و به عنوان یک منبع درونی، تأثیرات منفی استرس را کاهش می‌دهد و از بروز اختلالات بدنی و روانی پیشگیری می‌کند (فلورین، میکولینسر و تابمن^۱، ۲۰۱۴). نتایج مطالعات جمال^۲ (۲۰۱۷) و زهی، زهی، شه بخش شریفی و شه بخش (۱۳۹۶)، نشان داد که بین استرس و سرسختی روان‌شناختی رابطه منفی وجود دارد و سرسختی عامل مهمی در کاهش گرایش به رفتارهای پرخطر افراد محسوب می‌شود. استیوارت و تونلی^۳ (۲۰۱۹)؛ چوبچیان لنگرودی و زربخش (۱۳۹۷)؛ حامدی نسب و موحدی خواه (۱۳۹۵) و جلیلیان کاسب و همکاران (۱۳۹۵)، در مطالعات خود نشان دادند که بین سرسختی روان‌شناختی و گرایش به اعتیاد دانش آموزان رابطه منفی معنی‌دار وجود دارد. کوباسا (۱۹۷۹) بیان داشت که سرسختی روان‌شناختی به عنوان یک ویژگی شخصیتی، رابطه بین تنش و بیماری را تعدیل می‌کند، یعنی در رویارویی با حوادث تنش‌زای زندگی به عنوان منبع مقاومت و سپر محافظ عمل می‌کند.

از دیگر عوامل شخصیتی که ارزیابی آن در تبیین گرایش به رفتارهای پرخطر منطقی به نظر می‌رسد، سبک‌های مقابله‌ای با فشار روانی است (لنگرودی و زربخش، ۱۳۹۷). سبک‌های مقابله‌ای، مجموعه‌ای از تلاش‌های شناختی و رفتاری فرد است که در جهت تعبیر و تفسیر و اصلاح یک وضعیت تنش‌زا به کار می‌رود و منجر به کاهش رنج ناشی از آن می‌شود (ندائی، پاغوش، صادقی هسنیجه، ۱۳۹۵). لازاروس و فولکمن^۴ (۱۹۸۴) معتقدند که سبک‌های مقابله‌ای به یکی از دو نوع کلی مقابله سازگارانه (مسئله‌مدار^۵) و مقابله ناسازگارانه (هیجان‌مدار^۶) تقسیم می‌شوند. سبک‌های مقابله‌ای مسئله‌مدار باعث سازگاری فرد با شرایط تازه می‌شود، اما سبک‌های مقابله‌ای هیجان‌مدار ممکن است در نهایت به مشکلات روان‌شناختی منجر شود (به نقل از طباطبایی، رحمتی‌نژاد، محمدی و اعتماد، ۱۳۹۶). عوامل مختلفی در نوع سبک‌های که افراد در برابر شرایط فشارزا به کار می‌برند دخیل هستند؛ از جمله این عوامل نوع ویژگی‌های شخصیتی افراد می‌باشد. برخی ویژگی‌های شخصیتی مانند برون‌گرایی، وجدان‌گرایی بالا و سرسختی می‌توانند توان مقاومت در برابر فشارهای روانی را افزایش دهد و فرد را آماده‌ی پذیرش فشارهای روانی بیشتر سازد (وینیکات^۷، ۲۰۱۳). به نظر می‌رسد که کم شدن سطح سبک‌های مقابله‌ای فرد بتواند در گرایش به کجروی و رفتار بزهکارانه از قبیل گرایش به اعتیاد تاثیرگذار باشد (چوبچیان لنگرودی و زربخش، ۱۳۹۷). نتایج مطالعات استیون، وینبرگر، باربارا و کوکریل^۸ (۲۰۱۹)؛ شین و کیم^۹ (۲۰۱۸)؛ ناصری، خانجانی و بخشی‌پور (۱۳۹۷) و عینی و فیاض (۱۳۹۵)، نشان داد که سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار به صورت منفی و سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار به صورت مثبت نقش مهمی در پیش‌بینی رفتارهای پرخطر دانش آموزان دارند. همچنین، اسننگ، کردچایی، مک نیلی و ساین گام^{۱۰} (۲۰۱۸)؛ کرمی (۱۳۹۸) و حبیبی و عاشوری (۱۳۹۳)، در مطالعات خود نشان دادند که سبک مقابله‌ای ناکارآمد بهترین پیش‌بین نگرش مثبت به اعتیاد در بین دانش آموزان است. در مجموع و بر اساس نتایج مطالعاتی که رابطه بین سبک‌های مقابل‌های غیر انطباقی و سوءمصرف مواد را ردگیری کرده‌اند، اعتقاد بر این است که سوءمصرف مواد می‌تواند نتیجه مقابله نامناسب با تنش‌های روزانه و حالات عاطفی منفی باشد (قباری زاده، یوسفی و قادری، ۱۳۹۷؛ فرانکلین، هندریکز، هافمنز، وان^{۱۱} و همکاران، ۲۰۱۶).

1. Florian, Mikulincer &Taubman

2. Jamal

3. Stewart & Townley

4. Lazarus & Folkman

5. problem-oriented

6. emotion-oriented

7. Winnicott

8. Steven, Weinberger, Barbara & Cockrill

9. Shin & Kim

10. Assanang, kornchai, McNeil & Saingam

11. Franken, Hendriks, Haffmans, van



یکی دیگر از عوامل شخصیتی که ارزیابی آن در تبیین گرایش به رفتارهای پرخطر منطقی به نظر می‌رسد، انعطاف‌پذیری روان‌شناختی است (صادقی و کریمی، ۱۳۹۷). انعطاف‌پذیری توانایی سازگار بودن افکار و رفتار با تغییرات محیط و موقعیت‌ها به حساب می‌آید. افراد انعطاف‌پذیر، نرم‌خو هستند و وقتی موقعیت‌های شگفت‌آور ظهور می‌یابند، قادر هستند انعطاف پیدا کنند (لیمنینگ و هایز^۱، ۲۰۱۶). اصطلاح انعطاف‌پذیری روان‌شناختی به ظرفیت افراد برای رسیدگی کردن به وضعیت فعلی‌شان اشاره دارد که این رسیدگی بر اساس فرصت‌های ایجادشده در آن وضعیت و اقدام‌های مؤثر جهت حمایت از انتخاب‌های خود بر اساس ارزش‌ها، حتی در حضور ناخواسته رویدادهایی درونی مثل حواس فیزیولوژیک، افکار و احساسات است (رویو و اودریزو-گنزالس^۲، ۲۰۱۷). علی‌رغم این‌که پژوهش‌های مختلفی در مورد این سازه‌ی شناختی صورت گرفته است، اما در حال حاضر اتفاق نظری در مورد چگونگی تعریف این مفهوم وجود ندارد. به طور کلی، توانایی تغییر آمایه‌های شناختی^۳ به منظور سازگاری با محرک‌های در حال تغییر محیطی، عنصر اصلی در تعاریف عملیاتی انعطاف‌پذیری شناختی است (دنيس و وندر^۴، ۲۰۱۰). اهمیت انعطاف‌پذیری روان‌شناختی از آنجایی معلوم می‌شود که بسیاری از آسیب‌های روحی و ناهنجاری‌های رفتاری با آن ارتباط دارند. پژوهش‌ها رابطه‌ی منفی بین انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و پرخاشگری را مورد تأیید قرار داده‌اند (مورداک، اودی و برایت^۵، ۲۰۱۶). آل کثیر، واحد، جعفریان دهکری و محمدخانی (۱۳۹۷) ضمن مطالعه‌ی نشان دادند که بین انعطاف‌پذیری شناختی و اعتیاد به اینترنت دانش‌آموزان رابطه‌ی منفی معناداری وجود دارد. نتایج مطالعات وردجو-گارسیا، لویز-توریکلس و پرز-گارسیا^۶ (۲۰۱۵)؛ افتخارصعادی و دارمی زاده (۱۳۹۵)؛ شیخ الاسلامی، کیانی، احمدی و سلیمانی (۱۳۹۵) و شاه محمدزاده، نریمانی، میکائیلی و بشرپور (۱۳۹۳)، نشان داد که بین انعطاف‌پذیری شناختی با گرایش به مصرف مواد در بین دانش‌آموزان رابطه‌ی منفی معناداری وجود دارد؛ بدین صورت که انعطاف‌پذیری شناختی در افراد مبتلاء به سوءمصرف مواد کمتر است.

با توجه به آنچه ذکر شد، مشخص است که ویژگی‌های شخصیتی از جمله: سرسختی روان‌شناختی، سبک‌های مقابله‌ای و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی می‌توانند بر میزان گرایش به رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان تأثیر بگذارند، اما بین تحقیقات گذشته مطالعه‌ای یافت نشد که به بررسی این متغیرها به عنوان مجموعه‌ای از عوامل پیش‌بین گرایش به رفتارهای پرخطر بپردازد. بنابراین، این پژوهش با هدف تبیین گرایش به رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان بر اساس سرسختی روان‌شناختی، سبک‌های مقابله‌ای و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی انجام شد.

روش

پژوهش حاضر از جمله پژوهش‌های کاربردی و از نوع توصیفی - همبستگی است. جامعه آماری پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه نظری شهرستان سرایان در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ بوده‌اند که تعداد کل آن‌ها حدود ۱۱۰۰ نفر برآورد شد. از جامعه مورد نظر با استفاده از جدول مورگان و کرجسی^۷ به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای، حجم نمونه ۲۳۰ نفر با احتساب ریزش در نظر گرفته شد. روش نمونه‌گیری به این صورت بود که از بین نواحی مختلف شهرستان سرایان، ۱۶ مدرسه دخترانه و از هر مدرسه نیز، سه کلاس به صورت تصادفی انتخاب و از بین دانش‌آموزان هر کلاس بین ۱۳ تا ۱۶ نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش با همکاری مسئولین مدارس و با رعایت فواصل زمانی نیم‌ساعته بین دانش‌آموزان توزیع و به آن‌ها اطمینان خاطر جهت رعایت اصول اخلاقی و محرمانه ماندن اطلاعات داده

1. Leeming & Hayes
2. Ruiz & Odriozola-González
3. cognitive sets
4. Dennis & Vander
5. Murdock, Oddi & Bridgett
6. VerdejoGarcia, Lopez-Torrecillas, & Perez-Garcia
7. Morgan & Krejcie



شد. در نهایت تعداد ۲۱۶ پرسشنامه قابل بررسی و کامل جمع‌آوری شد و تحلیل‌ها براین اساس انجام شد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون تحلیل رگرسیون به روش گام‌به‌گام استفاده شد.

ابزارهای پژوهش عبارت بودند از:

الف) آزمون رفتارهای پرخطر (رشید و مارابی، ۱۳۹۱): این پرسشنامه بر اساس نمونه آمریکایی آن و با اعمال تغییرات مورد نیاز برای بومی سازی آن توسط خسرو رشید ساخته شده است (رشید و مارابی، ۱۳۹۱) که شامل ۹ خرده مقیاس (رانندگی پرخطر، اعمال و ابزارهای پرخطر، رفتار پرخطر جنسی، خودکشی، سیگار، قلیان، مصرف الکل و مواد مخدر، مصرف مواد غذایی، خواب و ورزش) است، در این پژوهش خرده مقیاس‌های رفتار پرخطر جنسی، اعمال و ابزارهای پرخطر و خودکشی (خشونت)، مصرف مواد مخدر (سیگار، قلیان، مصرف الکل و مواد مخدر) مورد استفاده قرار گرفت که شامل ۴۶ گویه است، روش نمره‌گذاری گویه‌ها به این صورت است که هر یک از گزینه‌ها به میزانی که رفتارهای پرخطر را نشان می‌دهند از عدم وجود رفتار پرخطر (نمره صفر) و کمترین رفتار پرخطر (نمره یک)، تا بیشترین رفتار پرخطر (با توجه به تعداد گزینه‌ها، ۳، ۴، ۵ و...) نمره می‌گیرند. پس از مشاوره با کارشناسان خبره، روایی صوری آزمون مورد تأیید آن‌ها قرار گرفت. در پژوهش رشید (۱۳۹۴) پایایی پرسشنامه از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۱ به دست آمد. در پژوهش حاضر همسانی درونی این ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۰ به دست آمد.

ب) مقیاس سرسختی روان‌شناختی کوباسا (HS): پرسشنامه سرسختی روان‌شناختی توسط کوباسا و همکارانش در سال ۱۹۸۲ ساخته شده است. این مقیاس شامل ۵۰ گویه است که آزمودنی در برابر هر گویه بر اساس اینکه این ماده تا چه اندازه درباره او درست است پاسخ خود را در یک مقیاس ۴ درجه‌ای (از ۰ صحیح نیست تا ۳ کاملاً صحیح است) مشخص می‌نماید. آزمون دارای سه مؤلفه چالش، تعهد و کنترل است که هر یک به ترتیب ۱۷-۱۶-۱۷ گویه را به خود اختصاص داده‌اند. نمره‌های ۳۹ گویه از آزمون به شکل معکوس در نظر گرفته شده است و در مجموع یک نمره کلی برای سرسختی روان‌شناختی و سه نمره برای مؤلفه‌های جداگانه بدست می‌آید. کوباسا و همکاران (۱۹۸۲) ضریب ۰/۸۵ برای تعهد، ۰/۶۵ برای کنترل، ۰/۷۰ را برای چالش گزارش می‌دهد. این پرسشنامه در ایران توسط قربانی (۱۳۸۳)، ترجمه، روایی صوری و محتوایی آن محاسبه شده و در موارد لازم، اصلاحات به عمل آمده است. مطالعه قربانی (۱۳۸۳) نشان داد که ضریب پایایی پرسشنامه ۰/۷۰، ۰/۵۲ و ۰/۵۲ است و این ضریب برای کل صفت سرسختی روان‌شناختی ۰/۷۵ محاسبه شده است. در پژوهش حاضر همسانی درونی این ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۷۸ به دست آمد.

ج) پرسشنامه سبک‌های مقابله‌ای^۲ (WOCQ): این مقیاس توسط لازاروس و فولکمن در سال ۱۹۸۴ تهیه شده و شامل ۶۶ ماده است که هشت روش رویارویی را بررسی می‌کند. این الگوهای هشت‌گانه به دو دسته روش‌های مسئله‌مدار و هیجان‌مدار تقسیم شده که بر مبنای یک مقیاس درجه‌بندی شده صفر تا سه است. متغیرهای راهبرد مقابله‌ای هیجان‌مدار شامل: مقابله‌ی مستقیم، پرت کردن حواس، خویش‌ن‌داری، گریز-اجتناب و راهبرد مقابله‌ای مسئله‌مدار شامل: طلب حمایت اجتماعی، پذیرش مسئولیت، حل مسئله و ارزیابی مجدد مثبت می‌شوند. لازاروس (۱۹۹۳)، ثبات درونی ۰/۷۹ تا ۰/۶۶ را برای هر یک از روش‌های مقابله‌ای گزارش کرده است. پایایی این پرسشنامه در پژوهش گروس و تامپسون^۳ (۲۰۰۷) با استفاده از همسانی درونی (آلفای کرونباخ) ۰/۸۰ برآورد شد. وی به منظور بررسی روایی همگرایی پرسشنامه راهبردهای مقابله‌ای نیز از محاسبه همبستگی نمره‌های خام حاصل از این پرسشنامه با نمره‌های خام حاصل از پرسشنامه استرس لیونل استفاده نمود که نتایج نشان داد آزمون WOCQ از روایی همگرایی بالایی برخوردار است. همچنین نتایج روش تحلیل مؤلفه‌های اصلی و

1. Hardiness Scale
2. Way Of Coping Questionnaire (WOCQ)
3. Gross & Thompson



چرخش واریماکس نشان داد که خرده مقیاس‌ها از ۱۰ عامل با بار عاملی بیش از ۰/۳ تشکیل شده است. در ایران، این مقیاس توسط حسن زاده، علی اکبری دهکردی و خمسه (۱۳۹۱) استفاده شده و برای آن روایی صوری، روایی ظاهری و روایی سازه و اعتبار مناسبی گزارش کرده‌اند. در پژوهش همسانی حاضر درونی این ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ برای سبک‌های مسئله‌مدار و هیجان‌مدار به ترتیب ۰/۸۰ و ۰/۸۲ به دست آمد.

د) پرسشنامه انعطاف‌پذیری روان‌شناختی^۱: این مقیاس را دنیس و وندر (۲۰۱۰) طراحی کرده‌اند و یک ابزار خودگزارشی ۲۰ گویه‌ای است که براساس مقیاس ۷ درجه‌ای لیکرت نمره‌گذاری می‌شود و تلاش دارد تا سه جنبه از انعطاف‌پذیری شناختی را بسنجد: الف- میل به درک موقعیت‌های سخت به‌عنوان موقعیت‌های قابل کنترل، ب- توانایی درک چندین توجیه جایگزین برای رویدادهای زندگی و رفتار انسان‌ها و ج- توانایی ایجاد چندین راه‌حل جایگزین برای موقعیت‌های سخت. گویه‌های ۲، ۴، ۷، ۹، ۱۱ و ۱۷، به طور معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. اعتبار همزمان این پرسشنامه با افسردگی بک برابر با ۰/۳۹ و روایی همگرایی آن با مقیاس انعطاف‌پذیری شناختی مارتینو رابین ۰/۷۵ بود. در ایران شماره و همکاران (۲۰۱۳) ضریب بازآزمایی کل مقیاس را ۰/۷۱ و ضرایب آلفای کرونباخ کل مقیاس را ۰/۹۰ گزارش کرده‌اند (فاضلی، احتشامزاده و هاشمی شیخ‌شبان، ۱۳۹۳). در پژوهش حاضر همسانی درونی این ابزار با استفاده از آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۰ به دست آمد.

یافته‌ها

در جدول شماره ۱، آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش شامل میانگین و انحراف استاندارد، متغیرهای پژوهش ارائه شده است. همچنین، جهت بررسی نرمال بودن توزیع نمرات آزمون کجی و کشیدگی در هر متغیر ارائه شده است.

جدول ۱. آماره‌های توصیفی (میانگین و انحراف استاندارد) متغیرهای پژوهش

شاخص‌ها متغیر	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	کجی	کشیدگی
رفتارهای پرخطر	۲۱۶	۸۱/۷۷	۱۰/۰۲	۰/۱۲۴	-۰/۱۶۴
سرسختی روان‌شناختی	۲۱۶	۴۱/۱۶	۹/۵۰	-۱/۰۶۵	۰/۸۵۹
سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار	۲۱۶	۹/۸۱	۳/۳۲	-۰/۲۳۴	-۰/۳۵۸
سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار	۲۱۶	۱۲/۱۱	۳/۲۸	-۰/۴۶۷	-۰/۳۴۲
انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	۲۱۶	۱۸/۶۴	۶/۴۳	۰/۰۳۷	۰/۳۴۵

با توجه به نتایج جدول ۱، میزان کجی و کشیدگی در همه متغیرهای پژوهش $\pm 1/98$ است که نشان دهنده نرمال بودن داده‌ها در این متغیرها است. در ادامه، نتایج آزمون همبستگی پیرسون جهت بررسی رابطه بین متغیرها در جدول شماره ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. نتایج آزمون همبستگی پیرسون رابطه بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	اعتیاد به شبکه‌های مجازی
	r
	معنی‌داری



۰/۰۰۷	-۰/۶۲	سرسختی روان‌شناختی
۰/۰۰۱	-۰/۴۹	سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار
۰/۰۰۱	۰/۵۲	سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار
۰/۰۸۷	-۰/۷۱	انعطاف‌پذیری روان‌شناختی

با توجه به نتایج جدول ۲، رابطه بین سرسختی روان‌شناختی با گرایش به رفتارهای پرخطر معنی‌دار است. ضریب همبستگی بین سرسختی روان‌شناختی با اعتیاد به شبکه‌های مجازی برابر با (-۰/۶۲) است. رابطه بین سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار با گرایش به رفتارهای پرخطر معنی‌دار است. ضریب همبستگی بین سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار با گرایش به رفتارهای پرخطر برابر با (-۰/۴۹) است. رابطه بین سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار با گرایش به رفتارهای پرخطر معنی‌دار است. ضریب همبستگی بین سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار با گرایش به رفتارهای پرخطر برابر با (۰/۵۲) است. رابطه بین انعطاف‌پذیری روان‌شناختی با گرایش به رفتارهای پرخطر معنی‌دار است. ضریب همبستگی بین انعطاف‌پذیری روان‌شناختی با گرایش به رفتارهای پرخطر برابر با (-۰/۷۱) است.

در ادامه، نتایج تحلیل رگرسیون چندمتغیره جهت بررسی نقش سرسختی روان‌شناختی، سبک‌های مقابله‌ای و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، در پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان به روش گام‌به‌گام در جداول شماره ۳ و ۴ ارائه شده است. قبل از انجام تحلیل رگرسیون چندمتغیره باید از برقرار بودن مفروضات اصلی آن اطمینان حاصل نمود. همان‌طور که در جدول شماره ۳ مشاهده می‌شود، آماره VIF بین بازه بهینه پیش‌فرض ۱ تا ۵ ($VIF \leq 5$) قرار دارد که در حالت کلی عدم هم خطی بین متغیرهای مستقل در مدل‌های رگرسیونی پژوهش را نشان می‌دهد. همچنین مقدار آماره تلرانس بیش از ۰/۰۵ بوده و نزدیک به صفر نیست که برای پذیرفتن عدم هم خطی مناسب است. با توجه به این که مقدار آماره دوربین واتسون در بازه ۱/۵ و ۲/۵ قرار دارد. بنابراین، می‌توان نتیجه گرفت بین خطاها همبستگی وجود ندارد.

جدول ۳. ضریب همبستگی چندمتغیره و تحلیل واریانس برای پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان از طریق

سرسختی روان‌شناختی، سبک‌های مقابله‌ای و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی

متغیرها شاخص	R	R ²	R ²	F تغییر	F تغییر	معنی‌دار	معنی‌دار	VIF	telorance
				ی	ی	ی	ی		
۱ انعطاف‌پذیری روان‌شناختی	۰/۳۵	۰/۱۲	۰/۱۲	۵۱/۱۷	۵۱/۱۷	۰/۰۰۱	۵۱/۱۷	۱/۰۲	۰/۹۷
۲ سرسختی روان‌شناختی	۰/۳۸	۰/۱۵	۰/۱۵	۱۰/۰۲	۱۰/۰۲	۰/۰۰۲	۳۱/۲۵	۱/۰۱	۰/۹۸
۳ سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار	۰/۴۰	۰/۱۶	۰/۱۶	۵/۶۸	۵/۶۸	۰/۰۱۸	۲۳/۰۰	۱/۰۳	۰/۹۶
۴ سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار	۰/۳۹	۰/۱۷	۰/۱۷	۴/۱۳	۴/۱۳	۰/۰۱۶	۲۱/۵۱	۱/۰۳	۰/۹۶



با توجه به جدول ۳، نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام نشان می‌دهد که انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، بیشترین قدرت در پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان دارد. این متغیر ۰/۱۲ یا نزدیک به ۱۲/۷۰ درصد از گرایش به رفتارهای پرخطر را پیش‌بینی می‌کند. در مرحله دوم با اضافه شدن سرسختی روان‌شناختی، قدرت پیش‌بینی به ۰/۱۵ درصد می‌رسد؛ یعنی دو متغیر باهم ۱۵/۱۰ درصد از گرایش به رفتارهای پرخطر را پیش‌بینی می‌کنند، سهم خالص سرسختی روان‌شناختی در پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر ۲/۴۰ درصد است. در مرحله سوم با اضافه شدن سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار، قدرت پیش‌بینی به ۰/۱۶ درصد می‌رسد؛ یعنی سه متغیر باهم ۱۶/۴۰ درصد از گرایش به رفتارهای پرخطر را پیش‌بینی می‌کنند، سهم خالص سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار در پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر ۱/۴۰ درصد است. در مرحله چهارم با اضافه شدن سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار، قدرت پیش‌بینی به ۰/۱۷ درصد می‌رسد؛ یعنی سه متغیر باهم ۱۷/۳۰ درصد از گرایش به رفتارهای پرخطر را پیش‌بینی می‌کنند، سهم خالص سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار در پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر ۱/۳۰ درصد است.

جدول ۴. ضریب رگرسیون چندمتغیره به روش گام‌به‌گام برای پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان از طریق

سرسختی روان‌شناختی، سبک‌های مقابله‌ای و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی

معنی‌داری	T	β	SE _b	B	متغیر شاخص‌ها
۰/۰۰۴	-۲/۸۲	-	۱۱/۴۲	-۲۰/۷۵	۱ عدد ثابت
۰/۰۰۱	-۷/۱۵	-۰/۳۷	۰/۱۱	-۰/۸۲	انعطاف‌پذیری روان‌شناختی
۰/۰۰۲	-۲/۲۰	-	۱۲/۶۶	-۲/۵۷	۲ عدد ثابت
۰/۰۰۱	۷/۳۵	-۰/۳۶	۰/۱۱	-۰/۸۳	انعطاف‌پذیری روان‌شناختی
۰/۰۰۱	-۳/۱۶	-۰/۱۵	۰/۱۰	-۰/۳۴	سرسختی روان‌شناختی
۰/۰۰۱	-۳/۷۳	-	۱۳/۶۳	-۹/۹۷	۳ عدد ثابت
۰/۰۰۱	-۶/۹۴	-۰/۳۵	۰/۱۱	-۰/۷۹	انعطاف‌پذیری روان‌شناختی
۰/۰۰۴	-۲/۹۲	-۰/۱۴	۰/۱۰	-۰/۳۱	سرسختی روان‌شناختی
۰/۰۱۸	۲/۳۸	۰/۱۱	۰/۰۸	۰/۱۹	سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار
۰/۰۰۱	-۴/۶۷	-	۱۴/۳۳	-۱۰/۱۳	۴ عدد ثابت
۰/۰۰۱	-۶/۱۲	-۰/۳۴	۰/۱۰	-۰/۷۶	انعطاف‌پذیری روان‌شناختی
۰/۰۰۲	-۲/۱۴	-۰/۱۳	۰/۰۹	-۰/۲۹	سرسختی روان‌شناختی
۰/۰۰۳	۳/۹۱	۰/۱۲	۰/۰۷	۰/۲۱	سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار
۰/۰۰۱	-۲/۷۶	-۰/۱۰	۰/۰۵	-۱۸/۳۶	سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار

با توجه به نتایج جدول ۴، رابطه انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، سرسختی روان‌شناختی و سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار با گرایش به رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان منفی و معنی‌دار است؛ درحالی‌که، بین سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار با گرایش به رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان رابطه مثبت معنی‌داری به دست آمد. به‌عبارت‌دیگر با اضافه شدن یک واحد به رابطه انعطاف‌پذیری



روان‌شناختی، به میزان ۰/۳۴ از گرایش به رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان کاسته می‌شود. همچنین، با اضافه شدن یک واحد به سرسختی روان‌شناختی و سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار به ترتیب به میزان ۰/۱۳ و ۰/۱۰ واحد از میزان گرایش به رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان کاسته می‌شود و با اضافه شدن یک واحد سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار به میزان ۰/۱۲ از به میزان گرایش به رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان افزوده می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان بر اساس سرسختی روان‌شناختی، سبک‌های مقابله‌ای و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی انجام شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که بین سرسختی روان‌شناختی، سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی با گرایش به رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد؛ درحالی‌که، بین سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار با گرایش به رفتارهای پرخطر دانش‌آموزان رابطه مثبت معنی‌داری به دست آمد. به ترتیب انعطاف‌پذیری روان‌شناختی، سرسختی روان‌شناختی و سبک‌های مقابله‌ای هیجان‌مدار و مسئله‌مدار بیشترین قدرت در پیش‌بینی گرایش به رفتارهای پرخطر را دارند.

یافته‌ها نشان داد که بین سرسختی روان‌شناختی و گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان رابطه منفی معناداری وجود دارد. به عبارتی دیگر، با افزایش سرسختی روان‌شناختی دانش‌آموزان از میزان گرایش آنها به رفتارهای پرخطر کاسته می‌شود و بالعکس. این یافته همسو با نتایج مطالعات استیوارت و تونلی (۲۰۱۹)؛ جمال (۲۰۱۷)؛ چوپچیان لنگرودی و زربخش (۱۳۹۷)؛ زهی و همکاران (۱۳۹۶)؛ حامدی نسب و موحدی خواه (۱۳۹۵) و جلیلیان کاسب و همکاران (۱۳۹۵)، است. این پژوهشگران در مطالعات خود نشان دادند که سرسختی روان‌شناختی عامل مهمی در کاهش گرایش به رفتارهای پرخطر افراد محسوب می‌شود. کوباسا و پوچتی (۱۹۸۳) باور دارند که ویژگی‌های سرسختی روان‌شناختی از جمله حس کنجکاوی قابل توجه، گرایش به داشتن تجارب جالب و معنادار، ابراز وجود، پرانرژی بودن و اینکه تغییر در زندگی امری طبیعی است، می‌تواند در سازش فرد با رویدادهای تنیدگی‌زای زندگی سودمند باشد. بررسی‌ها گویای آن هستند که سرسختی با سلامت بدنی و روانی رابطه مثبت دارد و مانند یک منبع مقاومت درونی، تأثیرات منفی استرس را کاهش می‌دهد و از بروز اختلال‌های بدنی و روانی پیشگیری می‌کند (جمال، ۲۰۱۷). سرسختی روان‌شناختی یک احساس عمومی است مبنی بر اینکه شرایط محیط ایده آل است و سبب می‌شود که انسان موقعیت‌های پر استرس را بالقوه، بامعنا و جالب ببیند. به این صورت که موقعیت‌های پر استرس را به جای تهدید به صورت یک موقعیت چالش برانگیز ارزیابی می‌کند. بنابراین سخت‌رویی اثر مهم در محافظت از سلامتی در هنگام حوادث تنش‌زا دارد (کوباسا و همکاران، ۱۹۸۲). پژوهشگران معتقدند که افراد سرسخت نسبت به آنچه انجام می‌دهند، معتقدترند و خود را وقف هدف می‌کنند، احساس می‌کنند بر اوضاع مسلطند و خودشان تعیین‌کننده هستند و تغییرات زندگی را چالش‌ها و فرصت‌هایی برای تحول و پیشرفت می‌دانند از این رو کمتر در برابر حوادث و موقعیت‌های پرتنش از خود خوشونت نشان می‌دهند و احتمال اینکه دست به رفتارهای پرخطر بزنند کمتر است (زهی و همکاران، ۱۳۹۶).

یافته‌ها نشان داد که بین سبک مقابله‌ای مسئله‌مدار و گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان رابطه منفی معناداری و سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار و گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان رابطه مثبت معناداری وجود دارد. این یافته همسو با نتایج مطالعات استیون و همکاران (۲۰۱۹)؛ شین و کیم (۲۰۱۸)؛ فرانکلین و همکاران (۲۰۱۶)؛ کرمی (۱۳۹۸)؛ ناصری و همکاران (۱۳۹۷)؛ قباری زاده و همکاران (۱۳۹۷)؛ عینی و فیاض (۱۳۹۵)؛ لنگرودی و زربخش (۱۳۹۷) و حبیبی و عاشوری (۱۳۹۳)، است. این پژوهشگران در مطالعات خود نشان دادند که سوءمصرف مواد می‌تواند نتیجه مقابله نامناسب با تنش‌های روزانه و حالات عاطفی منفی باشد. مطابق با نتایج پژوهش‌های صورت گرفته (نظام پور و همکاران، ۱۳۹۷) تعداد قابل توجهی از نوجوانان عوامل استرس‌زای زیادی را روزانه تجربه می‌کنند در این راستا مقابله به عنوان کوشش‌هایی به منظور افزایش تطابق فرد با محیط یا تلاش‌هایی برای جلوگیری از پیامدهای منفی شرایط فشارزا است. به کارگیری استراتژی



مقابله مسئله‌مدار ممکن است به صورت مانعی یا به عنوان عامل محافظتی در برابر اثرات بالقوه منفی محیطی و یا استرس‌های محیطی عمل کند. به طور کلی مقابله مسئله‌مدار سازگارانه‌ترین راهبرد مقابله‌ای است. کسانی که از مقابله عملی استفاده می‌کنند از نحوه کنترل رویدادهای استرس‌زا رضایت بیشتری دارند و کمتر در معرض مشکلات رفتاری و هیجانی و گرایش به رفتارهای پرخطر می‌باشند درحالی‌که مقابله هیجان‌مدار به سازگاری نه چندان رضایت‌بخش با رویدادهای استرس‌زا منجر می‌شود و افرادی که از این راهبرد استفاده می‌کنند معمولاً مضطرب و افسرده هستند و به احتمال بالاتری نسبت به رفتارهای پرخطر گرایش دارند. فرانکلین و همکاران (۲۰۱۶) معتقدند که وقایع منفی زندگی به خودی خود بر رفتارهای پرخطر تأثیر نمی‌گذارند بلکه استفاده از راهبردهای مقابل‌های است که بر رفتارهای پرخطر تأثیر می‌گذارد. فردی که فاقد مهارت‌های مقابله کارآمد است به احتمال بیشتری برای تعدیل هیجان خود به سمت رفتارهای پرخطر گرایش پیدا می‌کند، بنابراین مقابله معیوب به طور گسترده رفتارهای پرخطر بیشتری را پیش‌بینی می‌کند.

یافته‌ها نشان داد که بین انعطاف‌پذیری روان‌شناختی و گرایش به رفتارهای پرخطر در دانش‌آموزان رابطه منفی معناداری وجود دارد. به عبارتی دیگر با افزایش انعطاف‌پذیری روان‌شناختی دانش‌آموزان از میزان گرایش آنها به رفتارهای پرخطر کاسته می‌شود و بالعکس. این یافته همسو با نتایج مطالعات مورداک و همکاران (۲۰۱۶)؛ وردجو-گارسیا و همکاران (۲۰۱۵)؛ آل‌کثیر و همکاران (۱۳۹۷)؛ صادقی و کریمی (۱۳۹۷)؛ افتخارصعادی و دارمی زاده (۱۳۹۵)؛ شیخ‌الاسلامی و همکاران (۱۳۹۵) و شاه‌محمدزاده و همکاران (۱۳۹۳)، است. این پژوهشگران در مطالعات خود نشان دادند که بین انعطاف‌پذیری شناختی با پرخاشگری و گرایش به مصرف مواد در بین دانش‌آموزان رابطه منفی معناداری وجود دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که انعطاف‌پذیری روان‌شناختی یکی از مؤلفه‌های مهم کارکرد اجرایی (کارکردهای عالی شناختی و فراشناختی) است. کارکردهای اجرایی مسئول تنظیم و کنترل رفتارها، هیجانات و افکار ما هنگام مواجهه با محیط می‌باشند، بنابراین می‌توان گرایش نوجوانان به رفتارهای پرخطر را مرتبط با ضعف یا نارسایی رشدی کارکردهای اجرایی مغز نوجوانان دانست. ضعف در کارکرد اجرایی سبب می‌شود که نوجوان هنگام مواجهه با موقعیت‌های پرخطر اقدام به رفتارهای کنترل نشده و پرمخاطره از جمله مصرف و سوءمصرف مواد داشته باشد. همچنین، در برخورد با یک مشکل در رسیدن به هدف، قادر به استفاده از شیوه‌های مختلف جهت حل آن مشکل نباشند، یا اینکه نتوانند هدف‌های مطلوب‌تری که تقویت‌کننده هستند را برگزینند و به عبارت دیگر انعطاف‌پذیری شناختی لازم جهت حل مسئله هنگام مواجهه با مشکل را نداشته باشند. نتایج پژوهش‌ها حاکی از آن است که نقص در کارکرد اجرایی تغییر آمایه منجر به ضعف در انعطاف‌پذیری شناختی می‌شود و این موضوع با گرایش به رفتارهای پرخطر در بین دانش‌آموزان ارتباط دارد (وردجو-گارسیا و همکاران، ۲۰۱۵). از سویی دیگر می‌توان نقش کارکرد اجرایی انعطاف‌پذیری شناختی را در گرایش به رفتارهای پرخطر را اینگونه تبیین کرد که هنگام مواجهه با موقعیت پرخطر نوجوانان و جوانانی که توانایی انعطاف‌پذیری روان‌شناختی پایینی دارند، نمی‌توانند در مواجهه با موقعیت‌های پاداش دهنده از جمله مصرف مواد، هدف‌های دیگری به غیر از مصرف مواد را برگزینند یا اینکه راهبردهای حل مسئله‌ای دیگری به غیر از مصرف مواد استفاده کنند، در نتیجه به دلیل ناکامی و درماندگی برای رهایی از فشارهای روانی شکست، به سمت رفتارهای پرخطر گرایش پیدا می‌کنند (شیخ‌الاسلامی و همکاران، ۱۳۹۵).

مهمترین محدودیت این پژوهش استفاده از ابزارهای خودگزارش‌دهی برای جمع‌آوری داده‌ها بود. در چنین ابزارهایی ممکن است افراد خویشتن‌نگری کافی نداشته و مسئولانه پاسخ ندهند. هر چند تلاش شد با بیان این نکته که در پرسشنامه‌ها جواب صحیح و غلط وجود ندارد و بهترین پاسخ، پاسخی است که گویای وضعیت واقعی آن‌ها باشد از آثار سوء این محدودیت کاست. محدودیت دیگر، محدود شدن جامعه پژوهش به دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه شهرستان سرایان است که قابلیت تعمیم‌دهی به دانش‌آموزان سایر مقاطع، دانش‌آموزان پسر و مناطق جغرافیایی کشور را ندارد. یافته‌های پژوهش حاضر که تلویحات علمی مهمی در برنامه‌ریزی‌های پیشگیری و نظریه‌پردازی درباره گرایش به رفتارهای پرخطر دارد، نشان داد که ویژگی‌های شخصیتی از جمله؛ سرسختی روان‌شناختی، سبک‌های مقابله‌ای و انعطاف‌پذیری روان‌شناختی با گرایش دانش‌آموزان به



رفتارهای پرخطر رابطه دارند؛ لذا با توجه به تاثیر مخرب گرایش به رفتارهای پرخطر در میان نوجوانان پیشنهاد می‌شود که جلسات آموزشی برای نوجوانان، والدین و مربیان آموزشی برگزار شود و عوامل تاثیرگذار بر گرایش به رفتارهای پرخطر واکاوی و راهکارهای مناسب و مفید برای جلوگیری از این گرایش در میان نوجوانان ارائه شود.

منابع

- افتخارصادی، زهرا و دارمی زاده، ناهید (۱۳۹۵). رابطه بین انعطاف‌پذیری کنشی و هوش هیجانی با گرایش به اعتیاد در دانش آموزان پسر مقطع متوسطه شهرستان خرمشهر. *کنفرانس ملی فقه، حقوق و روان‌شناسی*، شیراز، مرکز توسعه آموزش های نوین ایران (متانا).
- آل کثیر، عماد، واحد، ندا، جعفریان دهکردی، فاطمه و محمد خانی، پروانه (۱۳۹۷). تعیین رابطه بین انعطاف‌پذیری شناختی با اعتیاد به اینترنت در دانش آموزان دختر و پسر متوسطه منطقه ۵ تهران. *سومین کنفرانس توانمندسازی جامعه در حوزه علوم انسانی و مطالعات روان‌شناسی*، تهران، مرکز توانمندسازی مهارت‌های فرهنگی و اجتماعی جامعه.
- جلیلیان کاسب، فاطمه، رشیدی، علیرضا و حجت خواه، محسن (۱۳۹۵). بررسی نقش میانجی‌گری سرسختی روان‌شناختی در رابطه بین جهت‌گیری مذهبی، خودکارآمدی و خودپنداره با گرایش به اعتیاد. *فصلنامه اعتیادپژوهی*، ۱۰(۴۰)، ۱۶۰-۱۴۵.
- چوپچیان لنگرودی، سیده هانیه و زربخش، محمدرضا (۱۳۹۷). رابطه میان سرسختی روان‌شناختی، سبک‌های مقابله‌ای و تنظیم هیجانی با گرایش به اعتیاد در دانش آموزان. *فصلنامه خانواده و پژوهش*، ۱۵(۳)، ۳۱-۵۰.
- حامدی نسب، صادق و موحدی خواه، احمد (۱۳۹۵). نقش سرسختی روان‌شناختی در گرایش به اعتیاد جوانان. *فصلنامه علمی تخصصی دانش انتظامی خراسان جنوبی*، ۱۶(۳)، ۶۳-۴۸.
- حبیبی، مجتبی و عاشوری، احمد (۱۳۹۳). رابطه راهبردهای مقابله، تنش و سلامت روان با نگرش به اعتیاد نوجوانان. *مجله تحقیقات علوم رفتاری*، ۱۲(۲)، ۱۸۳-۱۷۴.
- حسن زاده، پرستو، علی اکبری دهکردی، مهناز و خمسه، محمد ابراهیم (۱۳۹۱). حمایت اجتماعی و راهبردهای مقابله‌ای در بیماران مبتلا به دیابت نوع دو. *فصلنامه روان‌شناسی سلامت*، ۱(۲)، ۲۱-۱۲.
- حسن زهی، ناصر، زهی، مهدی حسین، شه بخش شریفی، شریف و شه بخش، عبدالله (۱۳۹۶). بررسی رابطه بین هیجان طلبی و سرسختی روان‌شناختی با رفتارهای پرخطر دانشجویان دانشگاه سیستان و بلوچستان. *یازدهمین کنگره ملی پیشگامان پیشرفت*، تهران، مرکز الگوی اسلامی ایرانی پیشرفت.
- رشید، خسرو (۱۳۹۴). رفتارهای پرخطر در بین دانش آموزان نوجوان دختر و پسر شهر تهران. *مجله رفاه اجتماعی*، ۲، ۵۳-۶۵.
- رشید، خسرو و مازابی آرمان (۱۳۹۱). بررسی رفتار پرخطر در دانشجویان دانشگاه بوعلی در سال تحصیلی ۹۲-۱۳۹۱. پایان نامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشگاه بو علی سینا همدان.
- شاه محمدزاده، بشرپور، میکائیلی، نیلوفر و نریمانی، محمد (۱۳۹۳). مقایسه انعطاف‌پذیری شناختی، سوگیری توجه و حافظه هیجانی در بین افراد مبتلا به سوءمصرف مواد، سیگاری و افراد عادی. *اولین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روان‌شناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی*.
- شیخ الاسلامی، علی، اسداله‌ای، الهام و محمدی، نسیم (۱۳۹۶). پیش‌بینی پرخاشگری نوجوانان بزهکار بر اساس راهبردهای حل-مساله و مهارت‌های ارتباطی. *مجله سلامت اجتماعی*، ۴(۱۴)، ۲۱۳-۲۰۴.



- شیخ الاسلامی، علی، کیانی، احمدرضا، احمدی، شیلان و سلیمانی، اسماعیل (۱۳۹۵). پیش‌بینی گرایش به مصرف مواد براساس سیستم‌های فعال‌ساز و بازدارنده‌ی رفتاری، انعطاف‌پذیری شناختی و تحمل آشفتگی در دانش‌آموزان. *فصلنامه اعتیاد پژوهی*، ۱۰(۳۹)، ۱۰۹-۱۲۸.
- صادقی، مسعود و کریمی، فاطمه (۱۳۹۷). اثربخشی مداخله سرمایه روان‌شناختی بر انعطاف‌پذیری شناختی و تاب‌آوری افراد معتاد. *فصلنامه اعتیادپژوهی*، ۱۲(۴۸)، ۸۳-۱۰۲.
- طباطبایی، رضا، رحمتی‌نژاد، پروین، محمدی، داود و اعتماد، عقیل (۱۳۹۶). نقش سبک‌های مقابله‌ای و تنظیم شناختی هیجان در میزان بهزیستی روان‌شناختی بیماران مبتلاء به سرطان. *مجله علوم پزشکی قزوین*، ۲۱(۲)، ۴۹-۴۱.
- عینی، زهره و فیاض، ایراندخت (۱۳۹۵). بررسی رابطه باورهای ناکارآمد و سبک‌های مقابله‌ای با گرایش به رفتارهای پرخطر در نوجوانان دختر دبیرستانی ۱۴ تا ۱۸ ساله شهر قم. *فصلنامه پژوهش در نظام‌های آموزشی*، ۱۰(۳۲)، ۲۳۴-۲۰۸.
- فاضلی، مژگان، احتشامزاده، پروین و هاشمی شیخشبان، سید اسماعیل (۱۳۹۳). اثربخشی درمان شناختی- رفتاری بر انعطاف‌پذیری شناختی افراد افسرده. *فصلنامه اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی*، ۹(۳۴)، ۳۶-۲۷.
- قباری زاده، شبروز، یوسفی، ناصر و قادری، فرزاد (۱۳۹۷). نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه، سبک‌های مقابله‌ای و نظم‌جویی شناختی هیجان در پیش‌بینی گرایش به اعتیاد دانش‌آموزان. *فصلنامه روان‌شناسی مدرسه*، ۷(۴)، ۱۴۲-۱۲۱.
- کریمی، محمد (۱۳۹۸). رابطه سبک‌های مقابله با استرس و تاب‌آوری با میزان آمادگی به اعتیاد در دانش‌آموزان دختر و پسر دوره متوسطه دوم شهرستان شیروان. *مجله مشاور مدرسه*، ۴۳، ۴۵-۳۹.
- مرکز آمار ایران (۱۳۹۲). *سالنامه آماری کشور*. تهران، سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی کشور، نشریات مرکز آمار ایران. ۱۳۹۲: ۱۲-۱۳.
- ناصری، الهه، خانجانی، زینب و بخشی‌پور، عباس (۱۳۹۷). پیش‌بینی رفتارهای پرخطر بر اساس هوش هیجانی، هیجان خواهی، سبک‌های مقابله‌ای و تحمل ابهام. *فصلنامه پژوهشنامه تربیتی*، ۱۳(۵۵)، ۶-۶.
- ندائی، علی، پاغوش، عطالله و صادقی هسنیجه، امیر حسین (۱۳۹۵). رابطه بین راهبردهای مقابله‌ای با کیفیت زندگی: نقش واسطه‌ای مهارت‌های تنظیم شناختی هیجان. *مجله روان‌شناسی بالینی*، ۸(۴)، ۵۱-۳۹.
- نظام‌پور، رضا، مشهدی، علی و بیگدلی، ایمان‌الله (۱۳۹۷). اثربخشی گروه درمانی کاهش تنیدگی مبتنی بر ذهن آگاهی بر پرخاشگری و رفتار پرخطر نوجوانان پسر بی سرپرست. *مجله روان‌شناسی بالینی*، ۱۰(۲)، ۷۰-۵۹.
- Assanangkornchai, S., Li, J., McNeil, E., & Saingam, D. (2018). Clusters of alcohol and drug use and other health-risk behaviors among Thai secondary school students: a latent class analysis. *BMC Public Health*, 18(1), 2313-2320.
- Dennis, J.P.; & Vander Wal, J.S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Journal of cognition therapy research*, 34, 241-53.
- Florian, V., Mikulincer, M. & Taubman, O. (2014). Does hardiness contribute to mental health during a stressful real-life situation? The roles of appraisal and coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 687-695.
- Franken-Ingmar, H. A., Hendriks, V. M., Judith-Haffmans, P. M., & Van der Meer, C. W. (2016). Coping style of substance-abuse patients: effects of anxiety & mood disorders on coping change. *Journal of Clinical Psychology*, 59(1), 1125-1132.
- Gómez-Guadix, M., Borrajo, E., & Almendros, C. (2016). Risky online behaviors among adolescents: Longitudinal relations among problematic Internet use, cyberbullying perpetration, and meeting strangers online. *Journal of behavioral addictions*, 5(1): 100-107.



- Gross, J.J. & Thompson, R. A. (2007). *Emotion regulation: Conceptual foundations*. In J.J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation*. New York: Guilford Press.
- Jamal, Y. (2017) Coping Strategies as a Mediator of Hardiness and Stress among Rescue Workers, *Studies on Ethno-Medicine*, 11(3), 201-208.
- Kobasa, S. C. (1988). *Hardiness in Lindzey, Thompson, and Spring (Eds). Psychology (3rd)*. New York: Worth Publishers.
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168-177.
- Kobasa, S.C., (1979). Stressful Life Events, Personality, and Health: An Inquiry into Hardiness, *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. New York, Springer.
- Lazarus, R. S. (1993). From psychological stress to the emotions: A history of changing outlook. *Annual Review of Psychology*, 4, 1-21.
- Lee, L., Chen, P.C., Lee, K., & Kaur, J. (2017). Violence-related behaviours among Malaysian adolescents: a cross sectional survey among secondary school students in Negeri Sembilan. *Annals-Academy of Medicine Singapore*, 36(3), 169-185.
- Leeming, E., & Hayes, S. C. (2016). Parents Are People Too: The Importance of Parental Psychological Flexibility. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 23(2), 158-160.
- Mabaso, Z., Erogbogbob, T., & Toureb, K. (2016). Young people's contribution to the Global strategy for women's, children's and adolescents' health (2016–2030). *Bulletin of the World Health Organization*, 94(5): 312-327.
- Murrell, A. R., Jackson, R., Lester, E. G., & Hulsey, T. (2017). *Psychological Flexibility and Resilience in Parentally Bereaved College Students*. *OMEGA-Journal of Death and Dying*, 0030222817693154.
- Ruiz, F. J., & Odriozola-González, P. (2017). The predictive and moderating role of psychological flexibility in the development of job burnout. *Universitas Psychologica*, 16(4), 1-8.
- Shen, D. W., Kim, L. M. (2018). Cisplatin resistance: a cellular self-defense mechanism resulting from multiple epigenetic and genetic changes. *Journal of Pharmacological Reviews*, 64(3): 706-721.
- Steven E. W., Barbara, A., Cockrill, J., & Mandel, A. (2019). *Lung Defense Mechanisms*. *Principles of Pulmonary Medicine (Seventh Edition)*, 22(1), 285-296.
- Stewart, K., & Townley, G. (2019). Intrapersonal and social-contextual factors related to psychological well-being among youth experiencing homelessness. *Journal of Community Psychology*, 47(4), 772-789. DOI: 10.1002/jcop.22152.
- VerdejoGarcia, A.J., Lopez-Torrecillas, F., Aguila, de Arcos., F., & Perez-Garcia, M. (2015). Differential effects of MDMA, cocaine and cannabis use severity on distinctive components of the executive functions in poly substance user: a multiple regression analysis. *Journal of addiction behavior*, 30, 89-101.
- Winnicott, D. W. (2013). The Family and Emotional Maturity. In *Psychosomatic Disorders in Adolescents and Young Adults*. Proceedings of a Conference Held by the Society for Psychosomatic Research at the Royal College of Physicians, London. (P: 169).