

مقاله اصلی

مقایسه توانمندی‌های شخصیتی، سبک‌های شخصیتی مقابله با استرس و خودکارآمدی در دو گروه از زنان (خانه دار و معلم)

تاریخ دریافت: ۹۷/۰۷/۳۰ - تاریخ پذیرش: ۹۷/۱۱/۰۱

خلاصه

مقدمه: هدف از انجام این مطالعه این است که آیا بین توانمندی‌های شخصیتی، سبک‌های مقابله با استرس و خودکارآمدی در گروه زنان خانه دار و معلمان زن تفاوت معناداری وجود دارد؟
روش کار: پژوهش حاضر براساس روش‌های توصیفی، و با رویکرد علی - مقایسه‌ای صورت گرفته است و با توجه به حجم جامعه مورد دسترسی تعداد ۱۸۰ نفر برای هر گروه به صورت تصادفی انتخاب شدند.

نتایج: در بررسی فرضیه نتایج نشان داد که میانگین دو گروه زنان خانه دار (۲۳۸/۳۱) و زنان معلم (۲۶۶/۲۲) در متغیر توانمندی‌های شخصیتی تفاوت معناداری با یکدیگر دارد ($p < 0/05$) و زنان معلم با میانگین (۳۰/۲۲) و زنان خانه دار با (۲۸/۲۰) در سبک مسئله مدار تفاوت معناداری با یکدیگر دارد ($p < 0/05$) و نیز میانگین دو گروه زنان معلم (۵۹/۰۲) و زنان خانه دار (۵۸/۶۶) در متغیر خودکارآمدی تفاوت معناداری با یکدیگر ندارد ($p > 0/05$).

نتیجه گیری: معلمان از نظر توانمندی‌های شخصیتی خرد، انسانیت، شجاعت، عدالت، خویشتن داری و تعالی بالاتر از زنان خانه دار و زنان معلم از سبک‌های مسئله مدار برای مقابله با موقعیت‌های استرس زا و زنان خانه دار از سبک‌های هیجانی استفاده می‌کنند.

کلمات کلیدی: توانمندی‌های شخصیتی، سبک‌های مقابله با استرس، خودکارآمدی

فاطمه ربانی^۱

سمیرا الهامی^{۲*}

زهرا قدرتی اصفهانی^۳

نوشین فتح الله زاده^۴

اگرچه روانشناسی عمومی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، واحد مرودشت، دانشگاه آزاد اسلامی، مرودشت، ایران
۲ گروه روانشناسی بالینی، واحد تربیت جام، دانشگاه آزاد اسلامی، تربیت جام، ایران.

۳ دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، مرکز اصفهان، دانشگاه پیام نور، اصفهان، ایران

۴ کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی بالینی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

Email: Samira.elhami89@gmail.com

مقدمه

با وجود گسترش نسبی اشتغال زنان، هنوز هم کار خارج از خانه زنان، موضوعی مناقشه برانگیز است. در حالی که سازگاری زنان با هر دو نقش (کار کردن در خانه و بیرون) به عواملی چون شخصیت، روابط خانوادگی، نوع کار آنها، رضایت از ازدواج، حمایت از جانب همسر و خانواده آنها بستگی دارد (۱). در این میان زنان فرهنگی، برترین نقش را در میان زنان شاغل بر عهده دارند زیرا آنها به مثابه نقطه آغاز تحول در آموزش و پرورش به شمار می آیند. با داشتن معلمان متبحر در امر آموزش و پرورش است که جامعه می تواند موجبات ایجاد تحول بنیادی را فراهم سازد. براین اساس به نظر می رسد ویژگی های شخصیتی معلم می تواند، یکی از آیت های اصلی در اثربخشی معلم باشد (۲) و توانمندی شخصی معلمان به عنوان یک ویژگی شخصیتی، تأثیر بسیار زیادی بر کارآمدی تدریس معلمان دارد (۳) از نظر (۴) توانمندی های شخصیتی به عنوان اجزاء روان شناختی یا فرآیندهایی که با رشد و ارتقاء فضیلت ها مرتبط است. توانمندی های شخصی اغلب با معنا دهی ریشه ای به شادی با مذهب، سپاس و قدردانی، امیدواری، تمایل/رغبت و کنجکاوی مرتبط است. تمایلات، کنجکاوی، امیدواری، ثبات قدم و دیدگاه ها، اغلب درگیری ریشه ای با شادی دارد و آنهایی که اغلب در مسیر لذت بخش شادی قرار دارند، اغلب با شوخ طبعی، رغبت، امید، هوش اجتماعی و عشق همراه است (۵).

مطالعه همه جانبه توانمندی های شخصیت یک ابتکار عمل جدید در تحقیقات روانشناختی است، و بدون شک یکی از زمینه هایی است که تعداد روزافزونی از پژوهشگران و متخصصان را درگیر کرده است. توانمندی های فردی - از جمله، امید، خوش بینی، خلاقیت، سرزندگی سالهای متمادی است که از موضوعات مورد توجه پژوهشگران بوده اند، اما هر کدام به صورت مجزا و منفرد مورد بررسی قرار گرفته اند، به این معنا که هر یک از توانمندیها، به عنوان متغیرهای مستقل تفاوت های فردی در نظر گرفته شده اند که گویا هیچ ارتباطی با هم ندارند.

اما، ظهور جنبش روانشناسی مثبت، فعالیتها و تحقیقات را جهت دیدگاهی جدید هدایت کرد، دیدگاهی که براساس آن توانمندیها به عنوان ویژگی های مهم، متمایز، دارای هویت واحد و مرتبط باهم، در یک چهارچوب گسترده تر مطرح گردیده اند (۶). توانمندی های شخصیتی به عنوان اجزاء روانشناختی یا فرایندهایی تعریف شده اند که عناصر اصلی فضائل بوده و فضایل را تعریف می کنند. توانمندی های شخصیتی افراد را قادر می سازند تا عملکرد بهتری داشته باشند و زندگی رضایتمند و خوبی داشته باشند (۷).

(۴) معتقدند توانمندی ها و فضایل، چگونگی مقابله افراد با دشواریها و مشکلات را تعیین می کنند. بدین ترتیب توانمندی های شخصیتی باید مستقیماً با رفتارهای مقابله ای مرتبط باشند و افراد را در مقابل آثار منفی استرس های مرتبط با کار محافظت کنند. استفاده و پرورش این توانمندی های شاخص، تجربه هیجانات مثبت را نیز تسهیل می کند که اینها نیز به نوبه خود شخص را برای مقابله با عوامل استرس زای روزمره آماده می کند (۸).

استرس بعنوان یکی از مهم ترین عوامل پیدایش بیماریها شناخته می شود بنابراین نحوه پاسخ یا واکنش به آن که می تواند در سازگاری فرد نقش بسزایی داشته باشد. این موضوع معمولاً تحت عنوان مقابله مورد بررسی قرار می گیرد. مفهوم مقابله در سال ۱۹۹۶ توسط لازاروس معرفی شد و از آن پس شیوه مقابله افراد با مشکلاتشان مورد بررسی قرار گرفت و ابزارهایی برای اندازه گیری آن تهیه شد. مقابله عبارت است از تسلط یافتن، کم کردن یا تحمل آسیب هایی که استرس ایجاد می کنند (۹). سبکهای مقابله ای، تلاشهای فعالانه یا منفعلانه برای واکنش در برابر شرایط و موقعیتهای استرس زا است (۱۰). تدابیر مقابله ای افکار، رفتارهایی هستند که پس از روبه رو شدن فرد با رویداد استرس زا به کار گرفته می شوند. در حالی که منابع مقابله ای ویژگی های خود شخص هستند که قبل از وقوع استرس وجود دارند مانند برخورداری از

عزت نفس، احساس تسلط بر موقعیت، سبک‌های شناختی، منبع کنترل، خودآزمایی و توانایی حل مسئله(۱۱).

بررسی و شناخت راه‌هایی که افراد با استرسها و نگرانی‌هایشان مواجه می‌شوند، وسیله‌ای را برای فهم رفتار آنها فراهم می‌کند. اگر چه استرس مشکلات روانی و جسمانی مختلفی را برای افراد به وجود می‌آورد، اما نباید از این نکته غافل شد که افراد در برابر استرس، دست و پا بسته نیستند؛ آنها اغلب برای مقابله با استرس و عوارض نامطلوب آن، دست به اعمال و رفتارهایی می‌زنند که «مقابله» نامیده می‌شود(۱۲). و به نظر می‌رسد نقش میانجی را در درک شدت تنش و سازش با آن ایفا می‌کند (۱۳). سبک‌های مقابله با استرس تلاش‌های شناختی و رفتاری است که افراد در برخورد با فشارها، ناکامی‌ها و شکست‌ها به کار می‌برند و شامل مقابله‌های هیجان‌مدار، مسئله‌مدار و اجتنابی می‌باشد(۱۴).

خودکارآمدی نقش مهمی در سازگاری روان شناختی، سلامت روانی و جسمانی و نیز راهبردهای تغییر رفتار است(۱۵). براساس نظریه شناختی اجتماعی، خودکارآمدی نقش کلیدی و مهم در سلامت و بهداشت روان داشته و بسیاری از کارکردهای روان شناختی را تحت تاثیر خود قرار می‌دهد(۱۶).

تحقیقات نشان داده است که توانمندی با عملکرد فردی، اجتماعی، علمی و شغلی ارتباط دارد برای مثال، توانمندی فردی بالا، با کارآمدی در سازگاری با دشواری‌ها و مشکلات و سطوح بالای بهزیستی همراه است(۱۷).

پژوهش‌های نشان می‌دهد که خودکارآمدی بر چگونگی انطباق با استرس و تعقیب اهداف زندگی موثر است. نتایج پژوهش(۱۸) نشان داد، سطح استرس در زنان خانه‌دار نسبت به زنان شاغل بالاتر می‌باشد اما در افسردگی و اضطراب تفاوت معناداری بین دو گروه وجود ندارد. شناخت ویژگی‌های شخصیتی زنان چه در عرصه شغلی و چه در عرصه خانه‌داری در بسیاری از موقعیت‌های زندگی امری اجتناب‌ناپذیر است. چرا که با شناسایی شخصیت افراد می‌توان به پیش بینی چگونگی عملکرد آنها در شرایط مختلف اقدام کرد.(۱۹) گزارش دادند توانمندی‌های شخصیتی با مقابله با

استرس شغلی رابطه دارند (۲۰). رابطه بین استرس و سبک مقابله استرس را با توانمندی‌های شخصیتی الهی مذهبی سنجیدند. آنان دریافتند سه توانمندی الهی مذهبی یعنی امید، خوش بینی و قدر شناسی رابطه منفی با استرس دارند. بعضی‌ها هنگام مواجهه با مشکل به ارزیابی درست و منطقی پرداخته و از راهبردهایی مانند مسئله‌گشایی، تفکرات مثبت و ... استفاده می‌کنند و عده‌ای دیگر به مواد مخدر، فرار از منزل، گریز از مدرسه و ... روی آورده و راهبردهایی ناسازگارانه اتخاذ می‌کنند.

خودکارآمدی به عنوان یک متغیر شخصیتی، نقشی مهم در رویارویی فرد با مسایل استرس‌زای زندگی دارد. خودکارآمدی می‌تواند بر رفتار تاثیر بگذارد و موجب کاهش علائم منفی استرس شود و توان فرد برای مقابله با استرس را بالا ببرد که این امر منجر به افزایش رضایت از زندگی می‌شود(۲۰). کنار آمدن با فشارهای زندگی و کسب مهارت‌های فردی و اجتماعی، همواره بخشی از واقعیت زندگی انسان بوده و در ادوار متفاوت زندگی او به اشکال گوناگون تجلی یافته است خودکارآمدی بالا، ترس از شکست را کاهش داده، سطح آرزو را بالا برده و توانایی مسئله‌گشایی و تفکر تحلیلی را بهبود می‌بخشد. خودکارآمدی باعث افزایش بهزیستی روانی، جسمانی و روحی و تشکیل هویت سالم می‌گردد(۱۶).

با توجه به موارد ذکر شده سعی بر آن است که به این سوال پاسخ داده شود: آیا بین توانمندی‌های شخصیتی، سبک‌های مقابله با استرس و خودکارآمدی در گروه زنان خانه‌دار و معلمان زن تفاوت معناداری وجود دارد؟

روش کار

پژوهش حاضر براساس روش‌های توصیفی، و با رویکرد علی-مقایسه‌ای صورت گرفته و جامعه آماری در پژوهش حاضر تمام معلمان زن مقطع متوسطه دوم شهر کاشان در سال ۱۳۹۶-۱۳۹۷ (N=۳۷۰) و زنان خانه‌دار شهر کاشان است. با توجه به حجم جامعه مورد دسترسی تعداد ۱۸۰ نفر برای هر گروه به صورت تصادفی انتخاب شدند.

در رویارویی با موانع را اندازه گیری می کند. روایی و اعتبار این مقیاس در ایران تأیید شده است. مقیاس خودکارآمدی عمومی شرر و همکاران دارای ۱۷ گویه می باشد. حداقل نمره در این مقیاس برابر با ۱۷ و حداکثر آن برابر با ۸۵ می باشد نمره بالا حاکی از احساس خودکارآمدی بالاست. ضریب پایایی که گزارش کرده اند: برای مقیاس خودکارآمدی عمومی برابر ۰/۸۶. و نسبتاً بالا بود. (۲۲) در تحقیقی، ضریب پایایی را با استفاده از روش آلفای کرونباخ یا همسانی کلی سوالات برابر با ۰/۷۸. گزارش کرده اند (۲۳ و ۲۴). آلفای کرونباخ آن را در نمونه های ایرانی ۰/۸۶. بدست آورد. در پژوهش ضریب پایایی با استفاده از آلفای کرونباخ برای این پرسشنامه محاسبه شد و ضریب ۰/۷۵. به دست آمد که مقداری نسبتاً مناسب است (۲۳).

نتایج

از کل افراد نمونه آماری (۳۶۰ نفر)، ۱۸۰ نفر زنان خانه دار و ۱۸۰ نفر زنان معلم هستند. در گروه زنان خانه دار بیشترین آمار مربوط به تحصیلات فوق دیپلم با ۴۲/۲ درصد (۷۶ نفر) می باشد در حالی که در گروه زنان معلم بیشترین آمار مربوط به تحصیلات لیسانس با ۶۲/۲ درصد (۱۱۲ نفر) گزارش شده است. طیف وسیعی از افراد در گروه سنی ۴۰-۵۰ سال قرار دارند به بیان دیگر در گروه زنان خانه دار، حدود ۳۰ درصد زنان مورد مطالعه بین ۴۰ تا ۵۰ سال سن دارند و بالاترین آمار برای گروه زنان معلم حدود ۳۳/۳ درصد برای گروه سنی ۴۰ تا ۵۰ سال گزارش شده است. بررسی ها نشان می دهد میانگین سنی زنان خانه دار ۴۴،۴۳ و میانگین سنی زنان معلم ۴۲،۹۹ می باشد. حدود ۳۰/۶ درصد زنان خانه دار (۵۵ نفر) و حدود ۲۸/۹ درصد زنان معلم (۵۲ نفر) که بالاترین درصد فراوانی است دارای ۳ فرزند می باشد. که حدود ۵۰ درصد زنان خانه دار (۹۰ نفر) و حدود ۴۷/۸ درصد زنان معلم (۸۶ نفر) که بالاترین آمار است، مالک هستند.

در این قسمت توزیع پراکندگی پاسخگویی به گویه های مربوط به ابعاد مختلف پرسشنامه ارائه می شود: ۱-

۱- پرسشنامه توانمندی های شخصیتی (ارزش های فعال در عمل) (VIA-IS)

نسخه اصلی آزمون ارزش های فعال در عمل در سال ۲۰۰۴ توسط پترسون و سلینگمن به منظور سنجش توانمندی های (نقاط قوت) شخصیتی افراد ساخته شد. پترسون و سلینگمن (۲۰۰۴) گزارش کردند همه زیر مقیاس های VIA-IS همسانی درونی خوبی دارند (0.70 $\alpha \geq$) و پایایی آزمون در طول زمان (برای یک دوره ۴ ماهه آزمون و بازآزمون) تقریباً ۰/۷۰ است. نامداری (۱۳۸۹) پایایی مقیاس های آزمون به روش بازآزمایی بین ۰/۶۲ تا ۰/۸۶. و آلفای کرونباخ در دامنه ۰/۸۶ تا ۰/۹۶. گزارش کرده است. همچنین روایی صوری و محتوایی این آزمون را با نظر خواهی از ۵ نفر از صاحب نظران روانشناس تایید کرده است.

۲- پرسشنامه مقابله با موقعیت های فشارزا اندلر و پاکو (۱۹۹۰):

این پرسشنامه را باهدف ارزیابی انواع سبک های مقابله ای افراد در موقعیت های استرس زا به سه صورت سبک های مقابله ای مساله مدار، هیجان مدار و اجتنابی طراحی کردند که توسط (۲۱) ترجمه شده است. این آزمون شامل ۴۸ سوال است که براساس یک مقیاس ۵ درجه ای لیکرت از هرگز (۱) تا همیشه (۵) مشخص می شود. آزمون مقابله با استرس چند زمینه اصلی رفتارهای مقابله ای را در بر می گیرد که عبارتند از مسئله مدار (۱۶ سوال)، هیجان مدار (۱۶ سوال)، و اجتنابی (۱۶ سوال). در سال ۱۹۹۴ اندلر و پارکر عامل اجتنابی را به دو خرده مقیاس متمایز حواس پرتی (۸ سوال) و مشغولیت اجتماعی (۸ سوال) تقسیم نمودند. روایی همزمان این آزمون را با عوامل پنج گانه آزمون شخصیت شو یعنی روان نژندی، برونگرایی، بازبودن به تجربه، توافق پذیری و وجدان کاری به ترتیب ۰/۳۹، ۰/۰۳، ۰/۳۸، ۰/۳۷ و ۰/۴۰. به دست آورد. و نیز در پژوهش (۸) آلفای کرونباخ تمامی توانمندی های مذکور را بالای ۰/۸۸. به دست آورد.

۳- پرسشنامه خودکارآمدی عمومی شرر و همکاران (۱۹۸۲):

این پرسشنامه دارای ۱۷ گویه است که عقاید فرد مربوط به توانایی اش برای غلبه بر موقعیت های مختلف را اندازه گیری می کند. شرر و مادوکس (۱۹۸۲) بدون مشخص کردن عوامل و گویه های آنها معتقدند که این مقیاس سه جنبه از رفتار شامل میل به آغازگری رفتار، ادامه تلاش برای تکمیل رفتار، مقاومت

توانمندیهای شخصیتی:

جدول ۱- توزیع پراکندگی توانمندیهای شخصیتی

متغیر	شاخص	گروه	تعداد گویه	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار
خلاقیت	زنان خانه دار	۵	۵	۶	۲۵	۱۸/۰۱	۵/۰۸
	زنان معلم	۵	۵	۷	۲۵	۱۸/۳۸	۵/۴۶
شهامت	زنان خانه دار	۵	۵	۵	۱۷	۱۲/۸۵	۱/۹۷
	زنان معلم	۵	۵	۷	۲۵	۱۶	۵/۲۳
پشتکار	زنان خانه دار	۵	۵	۶	۲۵	۱۵/۴۴	۵/۰۷
	زنان معلم	۵	۵	۵	۲۵	۱۸/۰۳	۵/۱۱
اصالت	زنان خانه دار	۵	۵	۵	۲۵	۱۶/۵۲	۴/۶۷
	زنان معلم	۵	۵	۵	۲۵	۱۶/۹۷	۵/۹۶
خود تنظیمی	زنان خانه دار	۵	۵	۵	۱۲	۹/۰۷	۱/۶۲
	زنان معلم	۵	۵	۵	۲۵	۱۲/۵۶	۴/۹۰
امید	زنان خانه دار	۵	۵	۵	۱۲	۶/۸۰	۱/۵۱
	زنان معلم	۵	۵	۵	۱۲	۸/۰۴	۱/۹۸
معنویت	زنان خانه دار	۵	۵	۵	۱۲	۷/۰۵	۱/۶۴
	زنان معلم	۵	۵	۵	۲۱	۷/۲۸	۲/۱۶
هوش اجتماعی	زنان خانه دار	۵	۵	۵	۱۲	۶/۹۲	۲/۳۷
	زنان معلم	۵	۵	۵	۱۴	۷/۸۳	۲/۱۶
مهربانی	زنان خانه دار	۵	۵	۵	۱۳	۶/۸۲	۱/۷۵
	زنان معلم	۵	۵	۵	۱۴	۶/۹۶	۲/۱۶
عشق	زنان خانه دار	۵	۵	۵	۱۵	۶/۰۳	۲/۴۲
	زنان معلم	۵	۵	۵	۱۵	۷/۲۳	۱/۷۴
رهبری	زنان خانه دار	۵	۵	۵	۱۲	۶/۵۷	۱/۹۰
	زنان معلم	۵	۵	۵	۱۴	۶/۹۶	۲/۱۱
بخشش	زنان خانه دار	۵	۵	۵	۱۴	۶/۴۲	۱/۹۵
	زنان معلم	۵	۵	۵	۱۴	۶/۹۰	۱/۹۴
کنجکاوی	زنان خانه دار	۵	۵	۵	۱۲	۶/۳۶	۲/۲۰
	زنان معلم	۵	۵	۵	۱۵	۷/۲۷	۱/۹۹
علاقه به یادگیری	زنان خانه دار	۵	۵	۵	۱۲	۶/۷۱	۲/۰۸
	زنان معلم	۵	۵	۵	۱۵	۷/۳۰	۲/۲۷
انصاف	زنان خانه دار	۵	۵	۵	۲۵	۱۳/۷۲	۷/۳۱
	زنان معلم	۵	۵	۵	۲۵	۱۹/۷۴	۵/۰۴
احتیاط	زنان خانه دار	۵	۵	۵	۱۷	۸/۹۹	۳/۳۴
	زنان معلم	۵	۵	۵	۱۷	۹/۷۷	۳/۹۴

۶/۸۲	۱۰/۳۰	۲۵	۵	۵	زنان خانه دار	تحسین زیبایی
۷/۱۲	۱۲/۳۳	۲۵	۵	۵	زنان معلم	
۵/۴۱	۹/۶۳	۲۵	۵	۵	زنان خانه دار	قدردانی
۶/۷۷	۱۱/۷۸	۲۵	۵	۵	زنان معلم	
۲,۶۸	۷/۳۲	۱۵	۵	۵	زنان خانه دار	فروتنی
۴/۵۵	۹/۶۱	۲۵	۵	۵	زنان معلم	
۱/۷۳	۶/۱۶	۱۵	۵	۵	زنان خانه دار	شوخ طبعی
۷/۱۵	۱۱/۶۳	۲۵	۵	۵	زنان معلم	
۳/۸۶	۹/۷۱	۱۷	۵	۵	زنان خانه دار	روشن فکری
۴/۷۶	۹/۹۲	۲۵	۵	۵	زنان معلم	
۷/۰۴	۱۱/۶۲	۲۵	۵	۵	زنان خانه دار	شهروندی
۶/۴۴	۱۳/۹۱	۲۵	۵	۵	زنان فرهنگی	
۶/۳۹	۱۰/۶۳	۲۵	۵	۵	زنان خانه دار	سرزندگی
۶/۷۴	۱۵/۵۹	۲۵	۵	۵	زنان فرهنگی	
۲/۷۰	۱۱/۳۰	۱۷	۵	۵	زنان خانه دار	روشن بینی
۵/۶۲	۱۱/۳۳	۲۵	۵	۵	زنان فرهنگی	

۲- خودکارآمدی:

جدول ۲- توزیع پراکنندگی خودکارآمدی

متغیر	شاخص	گروه	تعداد گویه	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار
خودکارآمدی (نمره کل)	زنان خانه دار	۱۷	۲۷	۸۴	۵۸/۶۶	۹/۱۵	
	زنان معلم	۱۷	۴۰	۸۵	۵۹/۰۲	۹/۶۳	

با توجه به نتایج جدول ۲ میانگین خودکارآمدی گروه زنان معلم برابر ۵۹/۰۲ با انحراف معیار ۹/۶۳ و میانگین خودکارآمدی گروه زنان خانه دار برابر ۵۸/۶۶ با انحراف معیار ۹/۱۵ می باشد.

سبک های مقابله با استرس:

جدول ۳- توزیع پراکنندگی سبک های مقابله با استرس

متغیر	شاخص	گروه	تعداد گویه	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار
سبک مسئله مدار	زنان خانه دار	۱۶	۱۶	۴۵	۲۸/۲۰	۶/۹۱	
	زنان معلم	۱۶	۱۶	۴۴	۳۰/۲۲	۶/۸۳	
سبک هیجان مدار	زنان خانه دار	۱۶	۱۶	۵۸	۳۱/۶۱	۸/۲۷	
	زنان معلم	۱۶	۱۶	۵۸	۳۲/۴۱	۸/۱۶	
سبک اجتنابی	زنان خانه دار	۱۶	۱۶	۶۱	۳۵/۵۵	۸/۹۲	
	زنان معلم	۱۶	۱۶	۶۱	۳۵/۴۸	۹/۴۵	

با توجه به نتایج جدول ۳ میانگین سبک های مقابله ای مسئله مدار در گروه زنان خانه دار برابر ۲۸/۲۰ و در گروه زنان معلم برابر ۳۰/۲۲ است و این تفاوت قابل تامل است در حالی که همانطور که مشاهده می شود اختلاف میانگین سبک های مقابله

ای هیجان مدار و اجتنابی بین زنان خانه دار و معلم تفاوت چندانی ندارد. میانگین سبک اجتنابی زنان خانه دار برابر (۳۵/۵۵) و میانگین سبک اجتنابی زنان معلم برابر (۳۵/۴۸) همچنین میانگین سبک هیجان مدار زنان خانه دار برابر (۳۱/۶۱) و میانگین سبک هیجان مدار زنان معلم برابر (۳۲/۴۱) گزارش شده است.

جدول ۴- نتایج آزمون t برای دو گروه مستقل برای فرضیه اول

آزمون لون ^۱ برای بررسی همگنی واریانس ها		آزمون تی برای برابری میانگین ها					
F	سطح معناداری	آماره t	درجه آزادی	سطح معناداری	اختلاف میانگین	پایین	بالا
۳/۲۰	۰/۰۷۴	-۸/۱۷	۳۵۸	۰/۰۰۰	-۲۷/۹۰	-۳۴/۶۲	-۲۱/۱۹
		-۸/۱۷	۳۵۴/۱۴	۰/۰۰۰	-۲۷/۹۰	-۳۴/۶۲	-۲۱/۱۹

Levene.¹

زنان معلم (۲۶۶/۲۲) در متغیر توانمندیهای شخصیتی تفاوت معناداری با یکدیگر دارد ($p < 0/05$) و لذا فرضیه اول پژوهش پذیرفته می‌شود. در ادامه جهت بررسی اینکه این تفاوت در کدامیک از توانمندیهای شخصیتی بارزتر است از تحلیل واریانس استفاده می‌شود.

بر اساس نتایج جدول ۴ و با توجه به اینکه سطح معناداری مربوط به آزمون لون (۰,۰۷۴) با فرض برابری واریانس‌ها کمتر از ۰/۰۵ است بنابراین فرض عدم برابری واریانس‌ها پذیرفته می‌شود و مقدار آزمون $t (-۸/۱۷)$ با سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵ گویای آن است که میانگین دو گروه زنان خانه دار (۲۳۸/۳۱) و

جدول ۵- تحلیل واریانس چند متغیره برای میانگین نمرات توانمندی‌های شخصیتی بین دو گروه زنان خانه دار و معلم

نام آزمون	مقدار	F	df فرضیه	df خطا	اندازه اثر	سطح معناداری
اثر پیلای ^۱	۰/۳۵	۳۱/۸۱	۶/۰۰۰	۳۵۳/۰۰۰	۰/۳۵	۰/۰۰۰
لای مبداءیلکز ^۲	۰/۶۴	۳۱/۸۱	۶/۰۰۰	۳۵۳/۰۰۰	۰/۳۵	۰/۰۰۰
اثر هتلینگ ^۳	۰/۵۴	۳۱/۸۱	۶/۰۰۰	۳۵۳/۰۰۰	۰/۳۵	۰/۰۰۰
بزرگترین ریشه روی ^۴	۰/۵۴	۳۱/۸۱	۶/۰۰۰	۳۵۳/۰۰۰	۰/۳۵	۰/۰۰۰

¹. Pillai's Trace

². Wilks' Lambda

³. Hotelling's Trace

⁴ Roy's Largest Root.

جهت پی بردن به این تفاوت ۶ تحلیل واریانس در متن مانووا انجام گرفت که نتایج به دست آمده در جدول ۶ ارائه شده است:

همان گونه که در جدول ۵ مشاهده می شود نتایج به دست آمده نشان می دهد که مقدار F برابر با $31/81$ با ارزش لامبدای ویلکز $0/64$ برای هر ۴ آزمون در سطح خطای کمتر از $0/01$ معنادار است. بنابراین وضعیت اشتغال زنان حداقل در وضعیت یکی از توانمندی های شخصیتی موثر بوده است.

جدول ۶- تحلیل آنووا در متن مانووا برای میانگین نمرات توانمندی های شخصیتی بین دو گروه زنان خانه دار و معلم

متغیر	منبع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
خرد	گروه	۸۰/۷۸	۱	۸۰/۷۸	۱۱/۱۹	۰/۰۲۷
	خطا	۲۴۱۱۸/۹۰	۳۵۸	۶۷/۳۷		
	کل	۱۰۴۱۴۷۲/۶۱	۳۶۰			
شجاعت	گروه	۳۱۹۳/۷۱	۱	۳۱۹۳/۷۱	۲۱/۲۹	۰/۰۰۰
	خطا	۵۳۶۸۹/۰۶	۳۵۸	۱۴۹/۹۶		
	کل	۱۳۹۷۹۳۶/۰۱۹	۳۶۰			
انسانیت	گروه	۴۳۷/۳۰	۱	۴۳۷/۳۰	۱۸/۸۳	۰/۰۰۰
	خطا	۸۳۱۲/۴۲	۳۵۸	۲۳/۲۱		
	کل	۱۶۶۵۳۵/۶۷	۳۶۰			
عدالت	گروه	۵۶۳۶/۲۶	۱	۵۶۳۶/۲۶	۹۸/۸۱	۰/۰۰۰
	خطا	۲۰۴۱۹/۳۲	۳۵۸	۵۷/۰۳		
	کل	۴۹۹۶۹۷/۵۰	۳۶۰			
تعالی	گروه	۱۱۱۲۶/۵۷	۱	۱۱۱۲۶/۵۷	۷۸/۵۵	۰/۰۰۰
	خطا	۵۰۷۰۴/۷۱	۳۵۸	۱۴۱/۶۳		
	کل	۸۰۸۰۳۵/۸۶	۳۶۰			
خویشتن داری	گروه	۳۳۱۵/۸۶	۱	۳۳۱۵/۸۶	۶۱/۷۰	۰/۰۰۰
	خطا	۱۹۲۳۸/۶۶	۳۵۸	۵۳/۷۳		
	کل	۴۷۲۰۷۹/۲۰	۳۶۰			

با توجه به نتایج جدول ۶ و مقدار سطح معناداری مشاهده می شود که تفاوت دو گروه زنان خانه دار و زنان معلم از لحاظ تمام

فرضیه دوم پژوهش: بین سبک‌های مقابله با استرس دو گروه زنان معلم و خانه دار تفاوت معناداری وجود دارد.

شش فضاویت در سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵ معنادار است. بدین ترتیب که میانگین خرد، شجاعت، انسانیت، عدالت، خویشتن داری و تعالی زنان معلم بالاتر از زنان خانه دار است.

جدول ۷- تحلیل واریانس چند متغیره برای میانگین نمرات سبک‌های مقابله با استرس بین دو گروه زنان خانه دار و معلم

نام آزمون	مقدار	F	df فرضیه	df خطا	سطح معناداری	اندازه اثر
اثر پیلای ^۱	۰/۰۲۳	۲/۸۴	۳,۰۰۰	۳۵۶/۰۰۰	۰/۰۳۷	۰/۰۲۳
لای مبداولکز ^۲	۰/۹۷	۲/۸۴	۳/۰۰۰	۳۵۶/۰۰۰	۰/۰۳۷	۰/۰۲۳
اثر هتلینگ ^۳	۰/۰۲۴	۲/۸۴	۳/۰۰۰	۳۵۶/۰۰۰	۰/۰۳۷	۰/۰۲۳
بزرگترین ریشه روی ^۴	۰/۰۲۴	۲/۸۴	۳/۰۰۰	۳۵۶/۰۰۰	۰/۰۳۷	۰/۰۲۳

^۱. Pillai's Trace

^۲. Wilks' Lambda

^۳. Hotelling's Trace

^۴ Roy's Largest Root.

جهت پی بردن به این تفاوت ۳ تحلیل واریانس در متن مانووا انجام گرفت که نتایج به دست آمده در جدول ۸ ارائه شده است:

همان گونه که در جدول ۷ مشاهده می شود نتایج به دست آمده نشان می دهد که مقدار F برابر با ۲/۸۴ با ارزش لامبدای ویلکز ۰,۹۷ برای هر ۴ آزمون در سطح خطای کمتر از ۰/۰۱ معنادار است. بنابراین وضعیت اشتغال زنان حداقل در وضعیت یکی از سبک های مقابله با استرس موثر بوده است.

جدول ۸- تحلیل آنووا در متن مانووا برای میانگین نمرات سبک های مقابله با استرس بین دو گروه زنان خانه دار و معلم

متغیر	منبع تغییر	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
سبک مسئله مدار	گروه	۳۶۸/۰۴	۱	۳۶۸/۰۴	۷/۷۸	۰/۰۰۶
	خطا	۱۶۹۲۷/۰۵	۳۵۸	۶۷/۵۷		
	کل	۳۲۴۵۹۶	۳۶۰			
سبک هیجان مدار	گروه	۵۷/۶۰	۱	۵۷/۶۰	۰/۸۵	۰/۳۵
	خطا	۲۴۱۹۰/۳۵	۳۵۸	۶۷/۵۷		
	کل	۳۹۳۱۴۴	۳۶۰			
سبک اجتنابی	گروه	۰/۴۰	۱	۰/۴۰	۰/۰۰۵	۰/۹۴
	خطا	۳۰۲۷۹/۴۲	۳۵۸	۸۴/۵۷		
	کل	۴۸۴۵۳۸	۳۶۰			

معنادار است. بنابراین می توان اینگونه بیان کرد که وضعیت اشتغال تأثیر معناداری بر سبک های مقابله ای مسئله مدار زنان داشته است. ($p < 0/05$).

با توجه به نتایج جدول ۸ و مقدار سطح معناداری مشاهده می شود که تفاوت دو گروه زنان خانه دار و زنان معلم از لحاظ سبک مقابله ای مسئله مدار در سطح معناداری کمتر از ۰/۰۵

جدول ۹- نتایج آزمون t برای دو گروه مستقل برای فرضیه دوم

فاصله اطمینان ۹۵٪		آزمون لونی بررسی همگنی آزمون تی برای برابری میانگین ها واریانس ها					
بالا	پایین	اختلاف میانگین	سطح معناداری	درجه آزادی	آماره t	سطح معناداری	F
۱/۵۸	-۲/۳۰	-۰/۳۶	۰/۷۱	۳۵۸	-۰/۳۶	۰/۲۹	۱/۱۲
۱/۵۸	-۲/۳۰	۰/۳۶	۰/۷۱	۳۵۷/۰۹	-۰/۳۶		

با فرض برابری واریانس ها

بافرض عدم برابری واریانس ها

از سبک هیجان مدار استفاده می کنند تلاش دارند تا پیامدها و نتایج هیجانی موقعیت فشار زا را مهار کرده و تنظیم کنند تا شخص بتواند تعادل هیجانی خود را دوباره به دست آورد.

همچنین با توجه به نتایج، بین دو گروه زنان خانه دار و معلم از نظر قضاوت روی توانمندی هایشان برای سازماندهی و انجام دادن مجموعه ای از رفتارها، برای عملکرد شان تفاوتی وجود ندارند؛ در نتیجه باور به قابلیتها و توانمندا در بین معلمان و زنان خانه دار یکسان است.

این پژوهش در بین زنان خانه دار و معلم شهر کاشان انجام شده است. لذا تعمیم پذیری این نتایج به زنان در شهرهای دیگر باید با احتیاط کامل انجام شود. این پژوهش با استفاده از نمونه گیری در دسترس انجام شده است در نتیجه تعمیم دادن نتایج آن باید با احتیاط انجام شود.

در پژوهش های آتی به کنترل عواملی که ممکن است بر پژوهش تاثیر گذار باشد مورد کنترل قرار گیرد مانند وضعیت اقتصادی، سابقه بیماری و با توجه به نمونه محدود در این پژوهش، پیشنهاد می شود محققان در تحقیقات آینده نسبت به گسترش دادن جامعه آماری و نمونه این پژوهش در طیفی وسیع همت گمارند. پیشنهاد می شود به بررسی تاثیر سلامت روانی و سلامت معنوی بر زندگی زناشویی در زنان معلم و خانه دار پرداخته شود. پیشنهاد می شود با استفاده از یک برنامه آموزشی مداخله ای به بررسی هر یک از متغیرها پرداخته شود.

براساس نتایج جدول ۱۰ و با توجه به اینکه سطح معناداری مربوط به آزمون لون (۰/۲۹) با فرض برابری واریانس ها بیشتر از ۰/۰۵ است بنابراین فرض برابری واریانس ها پذیرفته می شود و مقدار آزمون $t (-۰/۳۶)$ با سطح معناداری بیشتر از ۰/۰۵ گویای آن است که میانگین دو گروه زنان معلم (۵۹/۰۲) و زنان خانه دار (۵۸/۶۶) در متغیر خودکارآمدی تفاوت معناداری با یکدیگر ندارد ($p > ۰/۰۵$) و لذا فرضیه سوم پژوهش رد می شود.

بحث و نتیجه گیری

زنان معلم از نظر توانمندی های شناختی برای کسب و کاربرد دانش، توانمندی های عاطفی جهت رسیدن به اهداف در مواجهه با مخالفت های درونی و بیرونی، توانمندی های بین فردی برای توجه به دیگران و همراه کردن آنها، توانمندی های شهروندی برای زندگی اجتماعی سالم، توانمندی های محافظت کننده برای مقابل با افراط گری و توانمندی های مذهبی جهت معنادار کردن زندگی و ارتباط با جهانی دیگر نسبت به زنان خانه دار در سطح بالاتری هستند.

همچنین زنان معلم از سبک های مقابله ای مساله مدار به استفاده از منابع شناختی و رفتاری خود به مهار یا کاهش یا تحمل درخواست های درونی یا بیرونی تلاش می کنند و با استفاده از سبک مسئله مدار به کنترل عامل فشار پرداخته و اقدامات لازم و موثر را در راستای تغییر شرایط و موقیت فشارزا یا حذف کامل آن تلاش های لازم را انجام می دهد و در مقابل زنان خانه دار که

Reference

- (1)Esfandiari Moghadam, A. Comparison of Quality of Life, Positive / Negative Affect with Marital Satisfaction in Employed and Housewives, Master's Thesis, Islamic Azad University, Shahroud Branch, Faculty of Humanities, Department of Psychology. 2015. (In Persian).
- (2)Mohammadian Sharif. Koystan. Gharibi, H. Habibi Kalibar, R Study of personality profile, professional competencies and effectiveness of high school teachers in Marivan city, Quarterly Journal of Research. 2015;4(1):27-49.(In Persian).
- (3)Bibak, I. bakhshayesh, A. Barzegar Bafrowi ,K. The Role of Personality Characteristics, Educational Quality and Individual Capacity in Attitudes toward Teacher Education Teachers, Journal of Educational and Educational Studies.2016;3(9):9-31.(In Persian).
- (4)Peterson, C., & Seligman, M. Character strengths and virtues:A Handbook and Classification. Washington: American Psychological Association. 2004.
- (5)Karimizadeh, F. Shafiabadi, A. Farahbakhsh, Kiyomars. A survey on the relationship between personality abilities and the ethical foundations of delinquent youth, Journal of Psychology and Educational Sciences.2015;2(2):11-21.(In Persian).
- (6)Namdari, K. Normalization of the test of abilities and values in practice and the effectiveness of cognitive education on hope promotion on the level of personality abilities of depressed patients.2014.(In Persian).

- (7) Colony, S. Namdari, korosh. Arizi, H. The Relationship between Personality Capabilities with Functional and Subjective Performance, *Quarterly Journal of Counseling and Psychotherapy*.2013;4(14):75-97.(In Persian).
- (8) Colony, S. Hossein Zadeh Maleki, Zahra. Arizi, H. Comparison of positive personality abilities in employees with different styles of coping with occupational stress. *Positive Psychology Research*.2017; 3(1):1-18.(In Persian).
- (9) Niknamami, M. Dehghani, F. Boraki, S. Kazemnejad Lili, E. Stress Coping Styles among Students of Guilan University of Medical Sciences, *Journal of Nursing and Midwifery*.2010;74(4):62-68. (In Persian).
- (10) Salehi Omran, M. Sadeghpour, M. Yaghoobi, A. Comparison Styles of Coping with Stress and Quality of Life among Coronary Heart Patients and Healthy Individuals, *Journal of Babol University of Medical Sciences*.2016;19(3):7-14.(In Persian).
- (11) Sobhi gharamalki, N. Shafaghati, S. Comparison of identity styles, coping styles and behavioral inhibition systems in addicts and normal people, *Journal of Polymology*.2015;5(2):123-133.(In Persian).
- (12) Rio, J. Motivation and Excitement. 2010.
- (13) Fatehizadeh, M. Badi'i, D. The Relationship of Spiritual Experience with Styles of Coping with Stress and Its Dimensions among Students at Razi University of Kermanshah, *Two Phrases in Educational Sciences from the Perspective of Islam*.2015;4(7):139-151.(In Persian).
- (14) Rahgozar, F. Zahiruddin, A. Rajazi Isfahani, S. The Relationship between Excitement Expression, Hope Relation and Style of Coping with Family Stress and the Severity of Obsessive-Compulsive Symptoms of Patients, *Quarterly Journal of Rehabilitation Medicine*.2014;4(3):140-148.(In Persian).
- (15) Ghasemi, R. Rajabi Gilan, N. Rashadat, S. The study of the relationship between social support and self-efficacy with mental health and life satisfaction, *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*. 2016;24(147).(In Persian).
- (16) Hossein Zee, E. Sahami, S. The mediating role of a well-being among the social capital and self-efficacy in the cultural women of Sarbaz city, *Journal of Women and Society*.2016;8(1):95-118(In Persian).
- (17) Denovan, A. 7 Macaskill, A. An interpretative phenomenological analysis of stress and coping in first year undergraduates. *British Educational Research Journal*.2013; 39:102-1024.
- (18) Fallahzadeh, H. Ghaffari Kia, M. Kigghbadi, N. Comparison of depression, anxiety and stress among employed and housewives in Shiraz in 2012, *Journal of Yazd School of Health*.2013;13(1):115-123.(In Persian).
- (19) Harzer, C., & Ruch, W. The relationships of character strengths with coping, work-related stress, and job satisfaction. *Frontiers in Psychology*.2015;6:1-12.
- (20) Darabi, M., Macaskill, A., & Reidy, L. Stress among UK academics: identifying who copes best. *Journal of Further and Higher Education*.2017;41(3):393-412.
- (20) Pourbhran R The study of the role of self-efficacy and personality traits in the happiness of employed and housewives, Master's thesis, Mohaghegh Ardebili University, Faculty of Humanities.2013.(In Persian).
- (21) Akbarzadeh, N. Transition from adolescence to aging (Developmental Neglegation), Tehran: Alzahra University Press.2011.(In Persian).
- (22) Ali Niakrawi, R. A Survey on the Relationship Between the Relationship between Public Self-efficacy and Mental Health of Third-grade High School Students in Babol in the academic year of 2003-2005.(In Persian).
- (23) Nabavi, S. Sohrabi, F. Afrouz, G. Delawar, A. The prediction of mental health of teachers based on self-efficacy and social support variables, *Quarterly Journal of Health Education and Promotion*.2016;5(2):129-138.(In Persian).
- (24) Keramati, H. The study of the relationship between perceived self-efficacy of secondary school students in Tehran and their attitude toward mathematical lessons with their mathematical progress in the academic year of 1980-79.2013.(In Persian).

*Original Article***Comparison of personality abilities, coping styles, and self-efficacy in two groups of women (housewife and teacher)**

Received: 22/10/2018 - Accepted: 21/01/2019

Fatemeh Rabbani¹
Samira Elhami^{2*}
Zohreh Ghodrati Esfahani³
Noushin Fathollahzadeh⁴

¹General Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Marvdasht Branch, Islamic Azad University, Marvdasht, Iran

²Department of Clinical Psychology, Torbat-e-Jam Branch, Islamic Azad University, Torbat-e-Jam, Iran.

³MSc Student in Family Counseling, Isfahan Branch, Payame Noor University, Isfahan, Iran.

⁴Master of Clinical Psychology, Department of Clinical Psychology, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudehen, Iran

Email: Samira.elhami89@gmail.com

Abstract

Introduction: The purpose of this study was to compare the personality abilities, coping styles and self-efficacy in two groups of female housewives and second-grade female teachers in Kashan.

Methods: In this research, descriptive method has been used with causal-comparative approach. The population of this study consisted of all second-grade female teachers in Kashan city in 2012-2013 and female housewives of Kashan who were selected by random sampling method in two groups of 180 people. To collect the data, Personality Inventory Questionnaire was used by Patterson and Seligman (2004), Andler & Packer Stress Coping Style Questionnaire (1990) and General Sherer et al. (1982) Self-efficacy Questionnaire. In order to analyze the data The independent t-test and variance analysis were used for t-test.

Results: The results showed that there was a significant difference between the two groups of housewives (468.05) and female teachers (490.54) in personality abilities ($p < 0.05$), and female teachers with an average of 59.556 problem-oriented circles and housewives In addition, the average score of 0.833 was more than the other types of excitement circuit, and there was no significant difference between the two groups of housewives (60.41) and female teachers (58.92) in the self-efficacy variable ($p > 0.05$).

Conclusion: So, it can be concluded that teachers are more skilful in dealing with stressful situations and housewives in terms of personality abilities, humanity, courage, justice, mediation and excellence than housewives and female teachers. They use emotional styles.

Key words: personality abilities, stress coping styles, self-efficacy