

پیش‌بینی تحمل‌پریشانی بر اساس سبک‌های هویت در دانشجویان

سیران سجادی¹، هادی پناهی²¹ کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، مدرس پیام نور کامیاران seiran.sajadi@gmail.com² کارشناس ارشد روانشناسی بالینی

چکیده

یکی از مباحث اصلی در روانشناسی اجتماعی و شخصیت در چند دهه گذشته بحث هویت است. هدف تحقیق حاضر نقش سبک‌های هویت در پیش‌بینی تحمل‌پریشانی را در دانشجویان بود. جامعه آماری دانشجویان دانشگاه کردستان که 300 نفر از رشته‌های مختلف (150 دختر و 150 پسر) به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب شدند و به پرسشنامه‌های سبک هویت برزونسکی و تحمل‌پریشانی پاسخ دادند. نتایج نشان داد سبک هویت اطلاعاتی و مولفه تعهد به صورت مثبت معنادار، سبک هویت اجتنابی و هویت هنجاری به صورت منفی معنادار می‌توانند تحمل‌پریشانی دانشجویان را پیش‌بینی کنند. نتایج نشان دهنده توانایی پیش‌بینی تحمل‌پریشانی بر اساس سبک‌های هویت در دانشجویان و اهمیت هویت در زندگی پرتلاطم امروزی است.

کلید واژه‌ها: تحمل‌پریشانی؛ سبک‌های هویت؛ دانشجویان

مقدمه

یکی از مسایل مهم دوره جوانی، به ویژه سالهای ورود به دانشگاه تحمل‌پریشانی یا به عبارتی کسب یک حالت هیجانی است. از طرفی فرایند کسب هویت نیز برای نوجوانان یک تکلیف تحولی به سمت دوره‌ی جوانی است که فرد باید برای رسیدن به یک تصویر یکپارچه از خود تلاش کند. تحمل‌پریشانی به عنوان ظرفیت تجربه و تحمل کردن حالات روانشناختی منفی، تعریف می‌شود، پریشانی ممکن است نتیجه فرایندهای شناختی یا جسمانی باشد اما به صورت یک حالت هیجانی ظاهر می‌شود که اغلب با تمایلات عمل، برای تسکین تجربه هیجانی مشخص می‌شود. تحمل‌پریشانی یک سازه فراهیجانی را مورد توجه قرار می‌دهد که شامل ارزیابی و انتظارات یک فرد از تجربه حالات هیجانی منفی در مورد تحمل‌پذیری و انزجار، ارزیابی پذیرش، گرایش به جذب و توجه و از هم گسیختن عملکرد و تنظیم هیجان‌ها و به‌ویژه نیروی حاصل از تمایلات عمل در جهت اجتناب یا تضعیف فوری تجربه، است (سیمونز و گاهر، 2005). اریکسون (1963) نخستین فردی است که هویت را به عنوان دستاورد مهم شخصیت نوجوانی معرفی کرد و مهمترین نظریه درباره هویت را توصیف کرد. برزونسکی (1990) نقش فرض‌های معرفت‌شناسی شخصی در فرایند شکل‌گیری هویت را بررسی کرد و نتیجه گرفت که افراد از فرایندهای شناختی - اجتماعی مختلفی برای حل مسائل شخصی، تصمیم‌گیری‌ها و پردازش اطلاعات مرتبط با "خود" و در نهایت شکل‌گیری پردازش شناختی مختلف بنیان می‌نهند که آنها را سبک پردازش هویت نامید (شامل سبک اطلاعاتی، سبک هنجاری، و سبک سردرگم-اجتنابی). افراد دارای سبک اطلاعاتی فعالانه به دنبال جمع‌آوری، پردازش و ارزیابی هویت هستند، لذا آنها اطلاعات محیطی را می‌پذیرند و در صورت مواجه شدن با اطلاعات ناهماهنگ با هویت خود سعی می‌کنند درباره ویژگی‌های هویت خود تجدیدنظر کنند (برزونسکی، 1990). افراد دارای سبک هنجاری در فرایند رشد و بهبود هویت خود انعطاف نشان نمی‌دهند و به حفظ هویت خود تمایل دارند، آنها معمولاً اطلاعات مغایر با جنبه‌های اساسی هویت خود مانند باورها، ارزشها و اهداف خود را نمی‌پذیرند، تحمل پایینی نسبت به ابهام و نیاز زیادی به ساختار دارند. سبک سردرگم-اجتنابی توصیف‌کننده افرادی است که معمولاً در تصمیم‌گیری‌های خود تعطل نشان می‌دهند و سعی می‌کنند که تا حد امکان آنها را به تأخیر بیندازند، آنها برای مواجه شدن با مشکلات شخصی و مسائل مرتبط به هویت خود و حل آنها تمایلی ندارند (برزونسکی، 1990).

در پژوهش‌های انجام شده در زمینه تحمل پریشانی نشان داده شده که تحمل پریشانی در ارتباط با علائم PTSD در افراد اقدام به خودکشی با افزایش تحمل پریشانی همراه بوده است (آنی تیس و همکاران، 2012). همچنین ارتباط معکوس و معناداری بین افزایش تحمل پریشانی و وجود حساسیت اضطراب در افراد ترک سیگار وجود داشت. (میچل و همکاران، 2001). پژوهش علوی (1390) نشان داد تحمل پریشانی، نشانه‌های افسردگی را کاهش می‌دهد.

در پژوهش‌های انجام شده در مورد سبک‌های هویت، سبک هویت اطلاعاتی به طور مستقیم با مقابله‌ی کارآمد با استرس و اضطراب، شیوه‌ی مقابله‌ی مسأله‌مدار، باز بودن برای تجربه و به طور معکوس با جهت‌گیری از دیگران، اضطراب، عدم وجود تفکر امیدوارانه و فاصله گرفتن عاطفی رابطه دارد. از سوی دیگر، سبک هویت اجتنابی به طور معکوس با کیفیت ارتباطات گروه همسالان، موفقیت تحصیلی و اعتماد به نفس و به طور مستقیم با تأثیرات تضعیف‌کننده اضطراب، فاصله گرفتن عاطفی، جهت‌گیری از دیگران، سوء مصرف مواد و الکل و واکنش‌های افسردگی ارتباط دارد (نورمی، برزونسکی، تامیوکی، 1997). همچنین برزونسکی و کوک (2005) ارتباط معناداری را بین سبک هویت اطلاعاتی و عملکرد تحصیلی خوب، مهارت‌های اجتماعی کارآمد و سطوح بالای خود رهبری علمی یافتند؛ در حالی که افراد دارای سبک هویت اجتنابی در مورد ابعاد گفته شده در بالا به طور نسبی بی‌بهره بودند. افراد دارای سبک هویت هنجاری نیز دارای جهت‌گیری علمی روشن بودند، اما به طور معناداری از تحمل و خود رهبری علمی و عاطفی کمتری نسبت به آزمودنی‌های دارای سبک هویت اطلاعاتی برخوردار بودند. ولیوراسوب و سما (2005) ارتباط معکوسی بین سبک هویت اجتنابی و سلامت روانشناختی گزارش دادند. از آنجایی که تحمل پریشانی، نقشی مهم و اساسی در برخورداری از یک زندگی سالم و کاهش اضطراب ایفا می‌کند، و از طرفی با توجه به اینکه رسیدن به سبک هویتی کارآمد ره‌آورد گذراندن موفق دوره‌ی جوانی است، پژوهش حاضر به بررسی این سؤال پرداخت: آیا تحمل پریشانی، سبک‌های هویت را در دانشجویان پیشبینی می‌کند؟

روش

شرکت‌کنندگان و طرح پژوهش

طرح پژوهش همبستگی، جامعه آماری دانشجویان دانشکده‌های مختلف دانشگاه کردستان در سال تحصیلی 92-91، تعداد 300 نفر (150 دختر و 150 پسر) که به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. به این ترتیب که ابتدا از بین بخش‌های مختلف در دانشکده علوم انسانی، دانشکده علوم پایه و دانشکده مهندسی، دو رشته تحصیلی انتخاب شد و در مرحله بعد در هر رشته یک کلاس به عنوان شرکت‌کننده در پژوهش شرکت کردند.

ابزار

مقیاس تحمل پریشانی (DTS): یک شاخص خودسنجی تحمل پریشانی هیجانی است که دارای 15 ماده و چهار خرده مقیاس می‌باشد. خرده‌مقیاس‌ها عبارتند از: تحمل، جذب، ارزیابی و تنظیم. ضرایب آلفا برای این مقیاس‌ها به ترتیب 0/72، 0/82، 0/78، 0/70، 0/70 و برای کل مقیاس 0/82 می‌باشد (سیمونز و گاهر، 2005). در یک مطالعه مقدماتی بر روی 48 نفر از دانشجویان دانشگاه فردوسی و علوم پزشکی مشهد (31 زن و 17 مرد)، اعتبار همسانی درونی آن (آلفای کرونباخ) محاسبه شد. نتایج این مطالعه، پایایی همسانی درونی بالایی را برای کل مقیاس ($\alpha=0/71$) و پایایی متوسطی را برای خرده مقیاس‌ها به ترتیب (0/54، 0/42، 0/56 و 0/58) علوی (1388).

پرسشنامه سبک‌های هویت (ISI): این پرسشنامه برای اولین بار به وسیله‌ی برزونسکی (1989)، به نقل از غضنفری، (1382) ساخته شد. این پرسشنامه 40 آیتم دارد که 11 آیتم آن در ارتباط با سبک هویت اطلاعاتی، 10 آیتم آن در ارتباط با سبک هویت سردرگم/اجتنابی و 9 آیتم آن مربوط به سبک هویت هنجاری است. علاوه بر سه سبک هویت، 10 آیتم نیز در ارتباط با تعهد هویت است. پاسخ‌ها براساس مقیاس لیکرت 5 درجه‌ای تنظیم شده است (از کاملاً مخالفم 1 نمره، تا کاملاً موافقم 5 نمره). آیت‌های 9، 11، 14 و 20 که مربوط به تعهد هستند، نمره گذاری معکوس دارند. برزونسکی (1992؛ به نقل از غضنفری، 1382). آلفای کرونباخ 0/62 را برای سبک هویت یابی اطلاعاتی و آلفای 0/66 را برای سبک هویت هنجاری و آلفای 0/73 را برای سبک هویت سردرگم گزارش کرد. در ایران فارسی نژاد

(1383)؛ به نقل از غضنفری، (1382)، آلفای کرونباخ 0/77 را برای سبک‌های هویت‌یابی اطلاعاتی، 0/60 را برای سبک هویت‌یابی هنجاری 0/66 را برای سبک هویت‌یابی سردرگم و آلفای کرونباخ 0/68 را برای تعهد هویت گزارش داد.

شیوه اجرا

پس از انتخاب نمونه و جلب همکاری شرکت‌کنندها، توضیحات لازم در مورد ضرورت همکاری صادقانه آنان و نحوه تکمیل هر یک از پرسشنامه‌ها بصورت شفاهی ارائه شد و یادآوری گردید که اطلاعاتی که از آنها جمع‌آوری می‌شود کاملاً محرمانه خواهد ماند و در اختیار هیچ نهادی قرار داده نخواهد شد. سپس پرسشنامه‌ها توزیع و پس از تکمیل جمع‌آوری شد. ضمناً برای پاسخگویی به پرسشنامه‌ها محدودیت زمانی وجود نداشت.

نتایج

میانگین و انحراف استاندارد متغیرها و همچنین روابط همبستگی بین آنها در جدول 1 نشان داده شده‌است.

جدول 1. ماتریس ساده و میانگین و انحراف معیار عوامل سبک‌های هویت و تحمل پریشانی

متغیرها	تحمل پریشانی	هویت اطلاعاتی	هویت هنجاری	هویت اجتنابی	هویت تعهد	میانگین	انحراف استاندارد
تحمل پریشانی	1					42/09	10/808
هویت اطلاعاتی	0/258**	1				37/85	7/277
هویت هنجاری	0/011	0/531**	1			31/14	6/465
هویت اجتنابی	-0/089	0/222**	0/233**	1		27/48	6/914
هویت تعهد	0/239**	0/454**	0/445**	0/082	1	42/09	6/300

** $P < 0/01$

به منظور بررسی فرضیه پژوهش از روش آماری رگرسیون چند متغیره به شیوه گام به گام استفاده شد. نتایج تحلیل رگرسیون سبک‌های هویت و مولفه تعهد بر روی تحمل پریشانی نشان می‌دهد که سبک‌های هویت اطلاعاتی، هویت اجتنابی، مولفه تعهد، و هویت هنجاری توانستند 13/7 درصد واریانس متغیر تحمل پریشانی را ($0=0/002$) تبیین کنند. علاوه بر این، ضریب بتا نشان می‌دهد که در تحمل پریشانی، جهت ضرایب هویت اطلاعاتی و مولفه تعهد مثبت، و جهت ضرایب هویت اجتنابی و هویت هنجاری منفی است.

بحث

هدف از انجام دادن این تحقیق بررسی نقش پیش‌بینی‌کنندگی تحمل پریشانی در سبک‌های هویت بود. نتایج حکایت از آن داشت که تحمل پریشانی پیش‌بینی معتبری برای سبک هویت اطلاعاتی و مولفه تعهد است، زیرا تحمل پریشانی قدرت پیش‌بینی مثبت و معناداری برای سبک هویت اطلاعاتی و مولفه هویت دارد که با نتایج بزونسکی و کوک (2005)، آنتیسی (2012) همسو است. تحقیقات نشان داده که استفاده از سبک هویت اطلاعاتی با شیوه مقابله‌ای متمرکز برمسأله، تصمیم‌گیری آگاهانه، خود کاوشی فعال، منبع کنترل درونی، نیاز بالا برای شناخت، پیچدگی شناختی، اضطراب تسهیل‌کننده همبسته است (بزونسکی، 1990، 1997). این افراد هویت خودشان را به صورت شخصی (ارزش‌های من، اهداف من و...) تعریف می‌کنند، آنها کمتر در جستجوی تأیید و تصدیق دیگران هستند و به قضاوت‌های خود اعتماد دارند و به طور مستقل قضاوت می‌کنند، ضمن این‌که تحمل و پذیرندگی بیشتری در برخورد با افراد و موقعیت‌های جدید و مهم در مقایسه با دو سبک دیگر دارند. این افراد در ورود به دانشگاه بهتر می‌توانند با محیط دانشگاه سازگار شوند و فشار روانی و مشکلات کمتری را تجربه می‌کنند و با دیگر اعضای دانشگاه با راحتی بیشتری ارتباط برقرار می‌کنند (بزونسکی، 1390).

نتیجه دیگر این تحلیل پیش‌بینی منفی و معنادار سبک هویت هنجاری و اجتنابی به‌وسیله تحمل پریشانی بوده است که با یافته‌های میچل (2001)، و لیوراسوب و سما (2005) همسو است، افرادی که از سبک هویت هنجاری پیروی می‌کنند در رویارویی با موضوعات هویت و تصمیم‌گیری‌ها، با انتظارات و دستورات افراد مهم و گروه‌های مرجع هم‌نواپی می‌کنند؛ آنها ارزش‌ها و عقاید را بدون ارزیابی آگاهانه می‌پذیرند و درونی می‌کنند؛ تحمل کمی برای رویارویی با موقعیتهای جدید و مبهم دارند و نیاز بالایی برای حفظ ساختار خود دارند (برزونسکی، 1990، 1997). این افراد در برابر اطلاعات و تجاربی که ممکن است به‌طور بالقوه برای ساختار هویت آنها تهدیدکننده باشند، مقاومت می‌کنند و در برخی موارد به تحریف اطلاعات می‌پردازند. این افراد به جستجوی اطلاعات نمی‌پردازند، مگر اینکه این اطلاعات به‌وسیله یک منبع معتبر تایید شود (برزونسکی، 1997).

منابع

علوی، خدیجه. (1388). اثربخشی رفتار درمانی دیالکتیکی گروهی در کاهش نشانه‌های افسردگی دانشجویان مشهد. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. منتشر نشده، دانشگاه فردوسی مشهد.

غضنفری، احمد. (1382). بررسی تاثیر هویت و راهبردهای مقابله بر سلامت روان دانش‌آموزان دبیرستانی و پیش‌دانشگاهی شهر اصفهان. رساله دکتری. دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی. منتشر نشده، دانشگاه علامه طباطبایی.

Anestis, M. D., Tull, M. T., Bagge, C. L., & Gratz, K. L. (2012). *The moderating role of distress tolerance in the relationship between posttraumatic stress disorder symptom clusters and suicidal behavior among trauma exposed substance users in residential treatment.* *Arch Suicide Res*, 16, 198-211.

Berzonskey, M. D., & Kuk, L. (2005). *Identity style, psychosocial maturity, and academic performance.* *Personality and Individual Differences*, 39, 235-247.

Berzonsky, M. D. (1990). *Self-construction over the lifespan: A process perspective on identity formation.* In G.J. Neimeyer & R. A. Neimeyer (Eds.). *Advances in Personal Construct Psychology*, 1, 155-186.

Michael, J., Zvolenskya, Matthew. T Feldnera, Georg H Eifertb, Richard Aown. (2001). *Affective style among smokers: Understanding anxiety sensitivity, emotional reactivity, and distress tolerance using biological challenge.* *Science Direct*, 26 (6), 901-915.

Nurmi, J., Berzonskey, M. D., Tammi, K., & Kinny, A. (1997). *Identity processing orientation, cognitive and behavioral strategies, and well-being.* *International Journal of Behavioral Development*, 21, 555-570.

Simons, J. S., & Gaher, R. M. (2005). *The distress tolerance scale: Development & validation of a self report measure.* *Motivation & emotion*, 20, 83-102.

Vleioras, G., & Bosma, H. (2005). *Are identity styles important for psychological well-being?* *Journal of Adolescence*. 28, 397-409.