

عنوان مقاله:

بررسی رابطه راهبردهای مقابله ای و بهداشت روانی در ساکنین شهر خرم آباد

محل انتشار:

مجله اصول بهداشت روانی، دوره 10، شماره 37 (سال: 1387)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسنده:

فیروزه غضنفری - استادیار گروه روان شناسی دانشگاه لرستان

خلاصه مقاله:

همه مردم مشکلات و عوامل استرس زا را در زندگی شان تجربه می کنند و بایستی مکانیزم هایی برای مقابله با این دشواری ها پیدا کنند. این عوامل استرس زا در دامنه ای از هر روز، در حد معمول و یا خیلی شدید همچون بیکاری و بیماری قرار می گیرد. این که مردم چگونه با استرس مقابله می کنند از شخصی به شخص دیگر متفاوت است. حتی همچنان که یک موقعیت خاص ممکن است رشد کند ، راهبردهای استفاده شده توسط یک فرد هم ممکن است، تغییر و رشد یابد. در این پژوهش رابطه راهبردهای مقابله ای با بهداشت روانی مورد بررسی قرار گرفت. هدف اصلی تبیین بهداشت روانی و خرده مقیاس های اضطراب، افسردگی، اختلال در کارکرد اجتماعی و آسیب جسمانی بر حسب راهبردهای مقابله ای مساله مدار و هیجان مدار است. روش کار: در این تحقیق از روش همبستگی استفاده شد و به این منظور نمونه ای به تعداد ۳۸۳ نفر از ساکنین ۲۵ تا ۵۴ ساله شهر خرم آباد با نمونه گیری تصادفی خوشه ای انتخاب شدند. جمع آوری اطلاعات از طریق مقیاس راهبردهای مقابله با استرس بیلینگز و موس (۱۹۸۱) و مقیاس سلامت عمومی کلدبرگ (۱۹۷۹) صورت گرفت. برای تجزیه و تحلیل داده ها از شاخص های آماری میانگین، انحراف معیار و تحلیل رگرسیون استفاده شد. نتایج: نتایج نشان داد که بین بهداشت روانی و راهبردهای مقابله رابطه معناداری وجود دارد ($p < 0.001$). بین استفاده از راهبرد مساله مدار و خرده مقیاس های آزمون کلدبرگ رابطه معناداری دیده نشد. این امر نشان می دهد که هر چه فرد راهبرد مقابله مساله مدار را بیشتر به کار برد از سلامت بالاتری برخوردار است و بالعکس راهبرد هیجان مداری سبب افزایش علائم جسمانی، اضطراب، اختلال در عملکرد اجتماعی و افسردگی می شود ($p < 0.001$). همچنین نتایج نشان داد که راهبردهای مقابله ای مساله مدار و هیجان مدار به طور متفاوتی واریانس متغیرهای اضطراب، آسیب جسمانی، افسردگی و اختلال در عملکرد اجتماعی که از مولفه های بهداشت روانی هستند را به صورت معناداری تبیین می کنند ($p < 0.001$). بحث: به طور کلی نتایج نشان می دهد که بهداشت روانی افراد در زمینه های جسمانی، روانی و اجتماعی تحت تاثیر شیوه مقابله فرد با مسائل قرار می گیرد. شیوه هیجان مدار در کاهش بهداشت روانی و شیوه مساله مدار در افزایش آن نقش دارد.

کلمات کلیدی:

راهبردهای مقابله با استرس، بهداشت روانی، اضطراب، افسردگی، اختلال در عملکرد اجتماعی و آسیب جسمانی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1434643>

