

عنوان مقاله:

تأثیر سلامت روان بر استفاد از راهبردهای مقابله با استرس دانشجویان

محل انتشار:

اولین همایش ملی مطالعات و تحقیقات نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی ایران (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

مجید قربان نژاد - گروه روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات گیلان، ایران

بهمن اکبری - گروه روانشناسی، استادیار دانشگاه گیلان ایران

خلاصه مقاله:

استرس و حل و فصل کردن آن انرژی بسیار زیادی را از فرد می گیرد. بنابراین وجود استرس خواه ناخواه با بهداشت روانی در ارتباط خواهد بود. هدف این تحقیق ابتدا شناسایی راهبردهای مقابله ای است که دانشجویان در موقعیت های مختلف از خود بروز می دهند، سپس با توجه به یافته ها شناخت ارتباط بین روش مقابله ای افراد با سلامت روانی بالا و افراد با سلامت روانی پایین است. در پژوهش حاضر از روش تحقیق علی-مقایسه ای و مقطعی استفاده شد. تعداد 100 نفر از دانشجویان پسر و دختر مقطع کارشناسی، به پرسشنامه های مقابله با شرایط پراسترس (CISS) و پرسشنامه سلامت عمومی (GHQ) پاسخ دادند. یافته ها معناداری سلامت روانی بالا و استفاده از مقابله مسئله مدار، و همچنین سلامت روانی پایین و استفاده از مقابله هیجان مدار را نشان داد. در نتیجه هر چه سلامت روان بالا باشد، افراد از مقابله مسئله مدار و هرچه سلامت روانی پایین باشد، افراد از مقابله هیجان مدار استفاده خواهد کرد. این موضوع نشان می دهد که مقابله مسئله مدار رابطه مثبت با رفتارهای مروج سلامت دارد و بیماری های استرس مدار بیشتر در کسانی مشاهده می شود که پیوسته از مقابله هیجانی استفاده می کنند.

کلمات کلیدی:

سلامت روان، راهبردهای مقابله ای، استرس، دانشجویان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/432427>

