

عنوان مقاله:

رابطه ساختاری راهبردهای مقابله با استرس و سبک تصمیم گیری عمومی در دانش آموزان مدارس استان اردبیل

محل انتشار:

پنجمین همایش ملی پژوهش های نوین در حوزه علوم تربیتی و روانشناسی ایران (با رویکرد فرهنگ مشارکتی) (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 20

نویسندگان:

سیمین صفوی - کارشناس ارشد مدیریت بازرگانی بازاریابی دانشگاه آزاد اسلامی واحد زنجان، ایران

حمیده سلیمانی - کارشناس ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل، ایران

میتر تقوامنش - کارشناس ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد سراب، ایران

نوش افرین شکری - کارشناس ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل، ایران

خلاصه مقاله:

در طول سالیان گذشته روانشناسان پذیرفته اند که انسان می تواند هم به شکل منطقی و هم به صورت غیرمنطقی بیندیشد و در این نوع اندیشیدن مختار است و جلوی آن را می توان گرفت ولی گاهی اتفاق می افتد که افکار و تصورات غیرمنطقی، رفتار و عواطف انسان را تحت تاثیر قرار می دهند و بستر و ظرفیت روانی او را در جهت ایجاد ناراحتی های رفتاری و عاطفی مهیا می کنند. این وضعیت به نوبه خود باعث افت عملکرد در زمینه های عاطفی و روانی و حتی تحصیلی می شود زیرا انسان فقط دارای وجود عقلی نیست بلکه وجود عاطفی، اخلاقی و... نیز دارد و علاقه مند است که احساس ارزش کند تا وجودش برای خود و دیگران موثر واقع شود و از وجود عقاید منطقی هم لذت ببرد. وجود باورهای غیرمنطقی نقش مهمی در سبب شناسی و فرایند درمان استرس می کند. وجود تفکرات غیرمنطقی باعث مقاومت درمان بازگشت دوباره بیماری می شود (جاست فریند، 2005). در مدل بک بیان می شود که باورهای هسته ای (که بر تفکر و نگرش فرد از جهان تاثیر می گذارد) در مواجهه با برانگیزاننده های معینی مثل حالت هیجانی منفی، حالات فیزیکی یا مسائل بیرونی فعال می شوند. فعال شدن این باورها، موجب برانگیخته شدن باورهای مرتبط با مواد و افکار خودآیند می شود (اپلی و همکاران، 1997). انسان ها به میزان زیادی خود سرنوشت خود را رقم می زنند و تصمیم گیری ابزاری است که این کار را برای آنها انجام می دهد. تصمیم گیری، فرایند پیچیده ای است که شامل توانایی های فکری و نیز آگاهی از عوامل مختلفی که بر این مقوله تاثیر می گذارد. تصمیم گیری های درست، در ارتقاء رفتار سالم، مثبت و قابل پذیرش و به طور کلی یک آینده مثبت نقش مهمی دارد و تصمیم گیری های اشتباه ممکن است بر جنبه های مختلف زندگی و آینده فرد تاثیر منفی بگذارد. تصمیم گیری فرد با موقعیت یا تکلیفی رو به روست که برای آن چندین جواب وجود دارد و فرد باید این جسارت و شهامت را داشته باشد که از بین گزینه های موجود، یک گزینه را به عنوان مناسب ترین گزینه انتخاب کند (محمدخواری، 1383). این پژوهش با هدف تعیین راهبردهای مقابله با استرس و سبک تصمیم گیری در دانش آموزان مدارس استان اردبیل انجام شد. جامعه آماری این پژوهش شامل تمامی دانش آموزان مدارس استان اردبیل در سال 1397 بودند. این جامعه آماری، با استفاده نمونه گیری هدفمند تعداد 102 نفر از دانش آموزان داوطلب انتخاب شدند و به پرسشنامه های پژوهش پاسخ دادند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه باورهای غیرمنطقی جونز، راهبردهای مقابله با استرس اندلر و پارکر و سبک های تصمیم گیری عمومی اسکارت و بروس بود. اطلاعات جمع آوری شده با استفاده از آزمون آماری همبستگی پیرسون و واریانس چندمتغیری مورد بررسی قرار گرفتند. نتایج بدست آمده نشان داد که بین راهبرد مقابله با استرس و سبک تصمیم گیری در مدارس استان اردبیل رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و کاهش باورهای غیرمنطقی باعث افزایش راهبرد مقابله ای استرس زا می شود. و همچنین استفاده از راهبرد مقابله ای استرسی و سبک تصمیم گیری عقلانی باعث کاهش استرس و تصمیم گیری مفیدتری شود.

کلمات کلیدی:

باورهای غیرمنطقی، راهبردهای مقابله با استرس، سبک تصمیم گیری عمومی

