

## رابطه بین سخت کوشی و مشکلات بین شخصی<sup>۱</sup>

دکتر محمدعلی بشارت\*

استاد دانشگاه تهران

### چکیده:

سازه سخت کوشی چه تأثیری بر کاهش یا افزایش مشکلات بین شخصی دارد؟ هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطه سخت کوشی و مؤلفه‌های سه گانه آن یعنی تعهد، کنترل و مبارزه طلبی با مشکلات بین شخصی و جنبه‌های شش گانه آن شامل قاطعیت، مردم آمیزی، اطاعت پذیری، صمیمیت، مسئولیت پذیری و مهارگری بود. ۲۷۳ دانشجوی دانشگاه تهران (۹۷ پسر، ۱۷۶ دختر) با تکمیل مقیاس سخت کوشی و مقیاس مشکلات بین شخصی در این پژوهش شرکت کردند. برای تحلیل داده‌های پژوهش از شاخص‌ها و روشهای آماری شامل فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار، آزمون تحلیل واریانس چند متغیره، ضرایب همبستگی و تحلیل رگرسیون استفاده شد. نتایج پژوهش نشان داد که سخت کوشی و مؤلفه‌های آن با مشکلات بین شخصی به طور کلی و در زمینه‌های قاطعیت، مردم آمیزی، صمیمیت و مسئولیت پذیری همبستگی منفی دارند. تحلیل آماری نتایج نشان داد که از مؤلفه‌های سه گانه سخت کوشی، دو مؤلفه کنترل و مبارزه طلبی می‌توانند تغییرات مرتبط با مشکلات بین شخصی کلی را پیش بینی کنند و تغییرات مرتبط با مشکلات بین شخصی در زمینه‌های قاطعیت، مردم آمیزی، صمیمیت و مسئولیت پذیری تنها از طریق مؤلفه مبارزه طلبی قابل پیش بینی بود. سخت کوشی از طریق مثبت سازی ارزیابی‌ها، تقویت احساس کنترل و مدیریت بر شرایط، افزایش اعتماد به نفس، سدسازی در مقابل استرس و مثبت‌سازی روابط بین شخصی (متغیرهای ارتباطی) با مشکلات بین شخصی در ارتباط قرار می‌گیرد.

### کلید واژه‌ها:

سخت کوشی، رابطه بین شخصی، مشکل بین شخصی

\* نویسنده مسئول besharat@ut.ac.ir

۱- بوجه این تحقیق از محل اعتبارات معاونت پژوهشی دانشگاه تهران تامین گردیده است.

## مقدمه

مشکلات بین شخصی<sup>۱</sup>، مشکلاتی هستند که در رابطه با دیگران تجربه می‌شوند و آشفته‌گی روانی ایجاد می‌کنند (لیری<sup>۲</sup>، ۱۹۵۷؛ هرویتز<sup>۳</sup>، ۱۹۹۴؛ هورنای<sup>۴</sup>، ۱۹۵۰) یا با این دسته از ناراحتی‌ها (آشفته‌گی‌های روانی) در ارتباط قرار می‌گیرند (هرویتز و همکاران، ۱۹۸۸). گرچه شناسایی ماهیت بین شخصی مشکلات روانشناختی (شخصی) سابقه‌ای طولانی دارد (لیری، ۱۹۵۷؛ سالیون<sup>۵</sup>، ۱۹۵۳؛ هورنای، ۱۹۴۵)، تا کار هرویتز برای بررسی و ساماندهی این مشکلات به گونه‌ای که برای پژوهشگران مفید باشد تلاش انجام نشده بود. هرویتز و همکاران او (هرویتز، ۱۹۷۹؛ هرویتز و همکاران، ۱۹۸۸؛ هرویتز و ویتکاس<sup>۶</sup>، ۱۹۸۶) با تحلیل دقیق مشکلات گزارش شده در مصاحبه‌های بالینی توانستند مجموعه‌ای از مشکلات بین شخصی، شامل مشکلات افراد در زمینه قاطعیت<sup>۷</sup>، مردم‌آمیزی<sup>۸</sup>، اطاعت‌پذیری<sup>۹</sup>، صمیمیت<sup>۱۰</sup>، مسئولیت‌پذیری<sup>۱۱</sup> و مهارگری<sup>۱۲</sup> را شناسایی، تلخیص و فهرست کنند.

اهمیت روابط بین شخصی تا حدی است که رویکردها و طبقه‌بندیهای معتبر آسیب‌شناختی و تشخیصی سهم ویژه‌ای برای نقش و تأثیر آنها در شکل‌گیری و تداوم اختلالهای روانشناختی، حتی اختلالهای شخصیت، در نظر گرفته‌اند (انجمن روانپزشکی آمریکا، ۲۰۰۰؛ ویدیگر و فرانسیس، ۱۹۸۵). به اعتقاد ویدیگر و فرانسیس (۱۹۸۵)، هر اختلال شخصیت واجد یک سبک بین شخصی نارساکنش<sup>۱۳</sup> و مخصوص است که اغلب ویژگی اصلی آن اختلال محسوب می‌شود. برای مثال، منش اسکیزوئید<sup>۱۴</sup> به صورت دفاعی فاقد علاقه به تعامل‌های

- 
1. Interpersonal problems
  2. Leary
  3. Horowitz
  4. Horney
  5. Sullivan
  6. Vitkus
  7. Assertiveness
  8. Sociability
  9. Submissiveness
  10. Intimacy
  11. Responsibility
  12. Controlling
  13. Dysfunctional
  14. Schizoid character

انسانی است، در حالی که منش وابسته<sup>۱</sup> بدون کمک دیگران قادر به عملکرد نیست (برنشتین، ۱۹۹۲؛ لایوسلی و همکاران، ۱۹۹۰). همین طور، اختلال شخصیت اجتنابی<sup>۲</sup> نوعاً به طور همزمان نسبت به روابط صمیمی تمایل دارد و می‌ترسد (شلدون و وست، ۱۹۹۰).

تفاوت‌های افراد در زمینه توانمندیها و مشکلات بین شخصی محصول چه متغیرها و عواملی است؟ طیف گسترده مشکلات بین شخصی همان طور که بر حسب سایر توانمندی‌های فرد تعدیل می‌شوند (هرویتز و همکاران، ۱۹۹۳)، ممکن است تحت تأثیر ویژگیها و مؤلفه‌های سازه سخت کوشی<sup>۳</sup> نیز قرار گیرند. هدف اصلی پژوهش حاضر بررسی نوع رابطه احتمالی بین سخت کوشی و مشکلات بین شخصی است.

کوباسا<sup>۴</sup> (۱۹۷۹؛ کوباسا و همکاران، ۱۹۸۲) سخت کوشی را به عنوان سازه‌ای متشکل از سه مؤلفه به هم وابسته شامل تعهد<sup>۵</sup>، کنترل<sup>۶</sup> و مبارزه طلبی<sup>۷</sup> معرفی کردند. این سازه هنگام مواجهه فرد با شرایط و حوادث استرس زا بر تفسیرها و برداشتهای او برای سازش بهتر تأثیر می‌گذارد. مؤلفه تعهد به باور فرد نسبت به اهمیت، ارزش و معناداری فعالیتها و امور زندگی اطلاق می‌شود؛ مؤلفه کنترل تعیین کننده این باور است که تغییرات زندگی قابل پیش بینی و کنترل پذیر هستند؛ و مؤلفه مبارزه طلبی بیان کننده این باور است که تغییرات زندگی واقعیت‌هایی معمول هستند و به منزله موقعیت‌ها و آوردگاههایی برای مبارزه تلقی می‌شوند نه تهدید (کوباسا، ۱۹۷۹؛ مدی<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۰۲). این باورها می‌توانند نقش محافظتی داشته باشند زیرا ویژگی استرس زایی یک حادثه را کاهش می‌دهند و در نتیجه تأثیر عامل استرس را بر سلامت روانی را تحلیل می‌برند (کوباسا و همکاران، ۱۹۸۲).

یافته‌ها نشان می‌دهد که سخت کوشی به مثابه سپر در مقابل استرس در موقعیت‌های گوناگون زندگی عمل می‌کند (بشارت، ۱۳۸۴، ۱۳۸۶a؛ بشارت و همکاران، ۱۳۸۴؛ بیاضی،

- 
1. Dependent character
  2. Avoidant
  3. Hardiness
  4. Kobasa
  5. Commitment
  6. Control
  7. Challenge
  8. Maddi

۱۳۷۶؛ جمهری، ۱۳۸۱؛ حقیقی و همکاران، ۱۳۷۸؛ زارع، ۱۳۸۲؛ زمانی و حمید، ۱۳۷۸؛ زاکین<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۰۳؛ شارپلی<sup>۲</sup> و همکاران، ۱۹۹۵؛ غباری و خراسانی، ۱۳۷۶؛ فلورین<sup>۳</sup> و همکاران، ۱۹۹۵؛ قربانی، ۱۳۷۴؛ کوباسا، ۱۹۷۹؛ مانینگ<sup>۴</sup> و همکاران، ۱۹۸۸؛ مجیدیان، ۱۳۸۴؛ وردی و همکاران، ۱۳۷۸؛ ویب<sup>۵</sup>، (۱۹۹۱)، بیان‌کننده اعتماد شخصی به توانایی خود برای مقابله با شرایط متفاوت است (مجیدیان، ۱۳۸۴؛ وردی و همکاران، ۱۳۷۸؛ هولاهان و موس<sup>۶</sup>، ۱۹۸۶)، حس استقلال و خودپیروی را تقویت می‌کند (باتل<sup>۷</sup>، ۱۹۸۹؛ هوارد<sup>۸</sup> و همکاران، ۱۹۸۶) و ارتقاء و بهبود عملکرد را باعث می‌شود (آتلا<sup>۹</sup>، ۱۹۹۹؛ زارع، ۱۳۸۲؛ مجیدیان، ۱۳۸۴؛ وستمن<sup>۱۰</sup>، ۱۹۹۰). پژوهشها، همچنین نشان داده‌اند که افراد سخت‌کوش در مقایسه با همتهای کمتر سخت‌کوش خود، شرایط استرس‌زا را کمتر تهدید کننده و بیشتر کنترل‌پذیر ارزیابی می‌کنند و از مهارتهای مقابله‌ای مؤثرتر استفاده می‌کنند (رودوالد و آگوستدوتیر<sup>۱۱</sup>، ۱۹۸۴؛ زاکین و همکاران، ۲۰۰۳؛ مدی، ۱۹۹۷، ۱۹۹۹؛ مدی و هایتور<sup>۱۲</sup>، ۱۹۹۹؛ ویلیامز<sup>۱۳</sup> و همکاران، ۱۹۹۲). جمع بندی نتایج بیش از دو دهه پژوهش درباره سخت‌کوشی، کوباسا را به این نتیجه گیری رساند که افراد سخت‌کوش حس جهت‌گیری مشخص، رویکردی فعال در موقعیت‌های استرس‌زا، و حس اعتماد و کنترل دارند؛ ویژگیهایی که شدت تهدیدها و خطرهای احتمالی را کاهش می‌دهند (زاکین و همکاران، ۲۰۰۳). با توجه به تأثیرات تأیید شده سخت‌کوشی بر سلامت روانی، نقش احتمالی این سازه در کاهش یا افزایش مشکلات بین شخصی چیست؟ هدف اصلی این پژوهش، یافتن پاسخ به این پرسش است، پرسشی که طبق آثار منتشر شده در این زمینه، تا کنون مطرح و بررسی نشده است. بر این اساس، فرضیه اصلی

- 
1. Zakin
  2. Sharpley
  3. Florian
  4. Manning
  5. Wiebe
  6. Holahan & Moos
  7. Butel
  8. Howard
  9. Atella
  10. Westman
  11. Rhodewalt & Agustsdottir
  12. Hightower
  13. Williams

پژوهش به شرح زیر بررسی و آزمون می‌شود: "بین سخت کوشی و مشکلات بین شخصی رابطه معنادار وجود دارد." علاوه بر آزمون فرضیه فوق، رابطه سخت کوشی با جنبه‌های شش گانه مشکلات بین شخصی شامل قاطعیت، مردم آمیزی، اطاعت پذیری، صمیمیت، مسئولیت پذیری و مهارگری نیز بررسی می‌شود. نوع رابطه بین سخت کوشی و جنبه‌های مختلف مشکلات بین شخصی نیز همانند فرضیه اصلی، منفی پیش بینی می‌شود.

## روش

### جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

جامعه آماری این پژوهش دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه تهران در سال تحصیلی ۱۳۸۶-۱۳۸۷ بودند. انتخاب نمونه مورد پژوهش با استفاده از روش خوشه‌ای یک مرحله‌ای صورت گرفت. ابتدا، ۶ دانشکده فنی، علوم، مدیریت، حقوق، علوم اجتماعی و پزشکی از مجموع ۱۸ دانشکده وابسته به دانشگاه تهران به صورت تصادفی انتخاب شدند. سپس، ضمن تشریح اهداف پژوهش و جلب مشارکت و همکاری آزمودنی‌ها از دانشجویان داوطلب این دانشکده‌ها خواسته شد مقیاس سخت کوشی<sup>۱</sup> و مقیاس مشکلات بین شخصی<sup>۲</sup> را تکمیل کنند. بدین ترتیب تعداد ۲۷۳ دانشجو (۹۷ پسر، ۱۷۶ دختر) به عنوان نمونه نهایی به پرسشنامه‌های پژوهش به طور کامل پاسخ دادند. میانگین سنی کل آزمودنیها ۲۱/۹۶ سال با دامنه ۱۸ تا ۲۹ سال و انحراف استاندارد ۲/۷۱، میانگین سن دانشجویان پسر ۲۲/۳۷ سال با دامنه ۱۸ تا ۲۹ سال و انحراف استاندارد ۲/۸۶ و میانگین سن دانشجویان دختر ۲۱/۷۳ سال با دامنه ۱۸ تا ۲۶ سال و انحراف استاندارد ۲/۶۰ بود. پژوهش حاضر، پژوهشی توصیفی از نوع همبستگی است و برای تحلیل داده‌های آن از شاخصها و روشهای آماری شامل فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار، تحلیل واریانس چند متغیره، ضرایب همبستگی و تحلیل رگرسیون استفاده شده است.

- 
1. Hardiness Scale
  2. Inventory of Interpersonal Problems

## ابزار سنجش

**مقیاس سخت کوشی** - این پرسشنامه یک آزمون ۴۵ سؤالی است. پرسشها در اندازه‌های چهار درجه‌ای لیکرت از نمره ۰ تا نمره ۳ برای سه زیر مقیاس تعهد، کنترل و مبارزه طلبی محاسبه می‌شوند. هریک از زیر مقیاس‌های این آزمون برحسب ۱۵ سؤال ارزیابی می‌شود. علاوه بر سه زیر مقیاس، از جمع کل نمره زیر مقیاس‌ها یک نمره کل برای سخت کوشی به دست می‌آید. مقیاس سخت کوشی ابزاری معتبر برای سنجش سخت کوشی و سلامت روانی است (بارتون<sup>۱</sup> و همکاران، ۱۹۸۹؛ ژاندا<sup>۲</sup>، ۲۰۰۱). در اعتبار یابی مقدماتی فرم فارسی مقیاس سخت کوشی در مورد سه نمونه از دانشجویان، ورزشکاران و بیماران، مشخصه‌های روانسنجی<sup>۳</sup> آن به شرح زیر گزارش شده است (بشارت، ۱۳۸۶b): ضرایب آلفا (کرونباخ<sup>۴</sup>، ۱۹۷۰) از ۰/۸۸ تا ۰/۹۳ برای زیر مقیاس تعهد، از ۰/۸۵ تا ۰/۹۴ برای زیر مقیاس کنترل، از ۰/۸۹ تا ۰/۹۵ برای زیر مقیاس مبارزه طلبی و از ۰/۸۷ تا ۰/۹۴ برای نمره کل سخت کوشی محاسبه شد که نشانه همسانی درونی<sup>۵</sup> خوب مقیاس است. ضرایب همبستگی نمره‌ها با فاصله دو تا چهار هفته از ۰/۸۲ تا ۰/۹۰ برای زیر مقیاس تعهد، از ۰/۸۰ تا ۰/۸۸ برای زیر مقیاس کنترل، از ۰/۷۹ تا ۰/۸۷ برای زیر مقیاس مبارزه طلبی و از ۰/۸۰ تا ۰/۸۸ برای نمره کل سخت کوشی محاسبه شد که نشانه پایایی بازآزمایی<sup>۶</sup> کافی برای مقیاس است.

**مقیاس مشکلات بین شخصی** - مقیاس مشکلات بین شخصی (هرویتز و همکاران، ۱۹۸۸) یک آزمون ۱۲۷ سؤالی است و مشکلات بین شخصی را در شش زمینه قاطعیت، مردم آمیزی، اطاعت پذیری، صمیمیت، مسؤلیت پذیری و مهارگری در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از نمره ۰ تا چهار می‌سنجد. برای هر آزمودنی علاوه بر شش زیرمقیاس فوق، یک نمره کلی در زمینه مشکلات بین شخصی محاسبه می‌شود. در فرم فارسی این مقیاس (n=۲۳۰)، ضریب آلفای کرونباخ ماده‌های هر یک از زیرمقیاس‌ها برای کل آزمودنی‌ها به ترتیب ۰/۸۹،

- 
1. Bartone
  2. Janda
  3. psychometric properties
  4. Cronbach
  5. Internal consistency
  6. Test-retest reliability

۰/۸۲، ۰/۹۱، ۰/۹۳، ۰/۸۵، ۰/۸۷؛ برای آزمودنی‌های پسر ۰/۸۷، ۰/۸۵، ۰/۸۹، ۰/۸۴، ۰/۸۳ و برای آزمودنی‌های دختر ۰/۸۳، ۰/۸۹، ۰/۹۰، ۰/۹۲، ۰/۸۵ و ۰/۷۹ بود که نشانه همسانی درونی بالای مقیاس است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های آزمودنی‌ها در دو نوبت با فاصله دو هفته برای ۹۰ نفر از آزمودنی‌ها  $r = 0/93$ ، برای آزمودنی‌های پسر  $r = 0/92$  و برای آزمودنی‌های دختر  $r = 0/94$  محاسبه شد که نشانه پایایی بازآزمایی خوب مقیاس است (بشارت، ۱۳۸۷). روایی مقیاس مشکلات بین شخصی از طریق محاسبه ضریب همبستگی بین نمره کل آزمودنی‌ها با مقیاس حرمت خود کوپراسمیت<sup>۱</sup> (۱۹۶۷) در مورد ۶۰ دانشجو (۳۰ دختر، ۳۰ پسر) گزارش شده است. ضرایب همبستگی بین نمره آزمودنی‌ها در حرمت خود با مشکلات بین شخصی نشان دهنده همبستگی منفی معنی دار مشکلات بین شخصی با حرمت خود است. این ضرایب برای کل نمونه ( $r = 0/45$ ,  $P = 0/001$ )، برای آزمودنی‌های پسر ( $r = 0/41$ ,  $P = 0/002$ )، و برای آزمودنی‌های دختر ( $r = 0/51$ ,  $P = 0/004$ ) بود که نشانه روایی کافی مقیاس است. (بشارت، ۱۳۸۷).

### یافته‌ها

جدول ۱ شاخص‌های مرکزی آزمودنی‌ها را درباره نمره‌های سخت کوشی و مشکلات بین شخصی نشان می‌دهد.

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار نمره‌های تعهد، کنترل، مبارزه طلبی، سخت کوشی و مشکلات بین شخصی

کل دانشجویان M(SD)	دانشجویان دختر M(SD)	دانشجویان پسر M(SD)	گروه / شاخص متغیر
۲۸/۱۱(۶/۳۰)	۲۷/۷۶(۶/۳۰)	۲۸/۷۶(۶/۲۸)	تعهد
۳۳/۷۴(۶/۳۴)	۳۴/۰۱(۶/۳۴)	۳۳/۲۶(۶/۳۴)	کنترل
۲۴/۵۷(۷/۴۳)	۲۴/۱۶(۷/۳۳)	۲۵/۳۱(۷/۵۹)	مبارزه طلبی
۸۶/۳۵(۱۹/۱۷)	۸۵/۸۵(۱۹/۲۶)	۸۷/۲۵(۱۹/۰۸)	سخت کوشی (کل)
۱/۹۰(۰/۶۶)	۱/۹۲(۰/۶۵)	۱/۸۵(۰/۶۸)	مشکلات بین شخصی (کل)
۱/۷۰(۰/۵۰)	۱/۷۵(۰/۵۱)	۱/۶۱(۰/۶۵)	قاطعیّت
۱/۹۷(۰/۶۷)	۲/۰۱(۰/۶۸)	۱/۸۹(۰/۶۵)	مردم آمیزی
۲/۰۵(۰/۷۱)	۲/۰۸(۰/۷۰)	۱/۹۸(۰/۷۱)	اطاعت پذیری
۱/۹۲(۰/۶۱)	۱/۹۳(۰/۶۲)	۱/۸۹(۰/۵۹)	صمیمیت
۲/۰۰(۰/۶۲)	۱/۹۷(۰/۶۲)	۲/۰۴(۰/۶۲)	مسئولیت پذیری
۲/۰۳(۰/۶۲)	۱/۹۹(۰/۶۲)	۲/۱۰(۰/۶۱)	مهارگری

برای تحلیل داده‌ها و آزمودن فرضیه‌های پژوهش، ابتدا نتایج آزمون تحلیل واریانس چند متغیره برای مقایسه دانشجویان دختر و پسر درباره نمره‌های سخت کوشی و مشکلات بین شخصی محاسبه شد. خلاصه نتایج تحلیل واریانس (جدول ۲) نشان داد که دانشجویان دختر و پسر غیر از قاطعیّت در هیچ یک از این متغیرها با هم تفاوت معنادار نداشتند. به همین دلیل ضرایب همبستگی بین متغیرهای پژوهش برای آزمودنیهای دختر و پسر با هم انجام شد.



جدول ۲: نتایج آزمون تحلیل واریانس برای مقایسهٔ آزمودنیها برحسب نمره‌های سخت کوشی و مشکلات بین شخصی (درجه آزادی = ۱)

متغیر	شاخص	میانگین مجذورها	F	معناداری
تعهد		۲۸/۴۷۵	۰/۷۱۶	۰/۳۹۸
کنترل		۴۲/۶۲۷	۱/۰۳	۰/۳۱۱
مبارزه طلبی		۴۸/۱۹۹	۰/۷۸۹	۰/۳۷۵
سخت کوشی (کل)		۳۰/۵۵۳	۰/۰۸۹	۰/۷۶۵
مشکلات بین شخصی (کل)		۰/۲۹۱	۰/۶۵۶	۰/۴۱۹
قاطعیت		۱/۳۲۲	۵/۳۱۵	۰/۰۲۲
مردم آمیزی		۰/۸۴۹	۱/۸۷۱	۰/۱۷۳
اطاعت پذیری		۰/۶۳۵	۱/۲۵۹	۰/۲۶۳
صمیمیت		۰/۱۰۳	۰/۲۷۵	۰/۶۰۰
مسئولیت پذیری		۰/۲۸۱	۰/۷۱۳	۰/۳۹۹
مهارگری		۰/۸۳۹	۲/۱۸۰	۰/۱۴۱

نتایج آزمون همبستگی پیرسون نشان داد که بین نمره زیرمقیاسهای سخت کوشی و نمره زیر مقیاسهای مشکلات بین شخصی، غیر از دو زیرمقیاس اطاعت پذیری و مهارگری، رابطه منفی معنادار وجود دارد (جدول ۳). این همبستگی‌ها که در جهت تأیید فرضیه‌های پژوهش هستند بیان‌کنندهٔ آن هستند، که افزایش سخت کوشی با کاهش مشکلات بین شخصی رابطه دارد.

جدول ۳: ضرایب همبستگی پیرسون بین نمره‌های سخت کوشی و مشکلات بین شخصی

متغیر	سخت کوشی (کل)	تعهد	کنترل	مبارزه طلبی
مشکلات بین شخصی (کل)	-۰/۵۷**	-۰/۲۸**	-۰/۴۳**	-۰/۵۲**
قاطعیت	-۰/۲۸**	-۰/۱۳*	-۰/۱۶**	-۰/۳۰**
مردم آمیزی	-۰/۳۹**	-۰/۲۱**	-۰/۲۸**	-۰/۳۸**
اطاعت پذیری	-۰/۰۴	-۰/۰۰۹	-۰/۰۲	-۰/۰۰۷
صمیمیت	-۰/۳۱**	-۰/۱۶**	-۰/۲۲**	-۰/۳۰**
مسئولیت پذیری	-۰/۳۰**	-۰/۱۳*	-۰/۲۰**	-۰/۲۶**
مهارگری	-۰/۰۱	-۰/۰۶	-۰/۰۶	-۰/۰۱

\*\*  $\alpha = 0.01$ , \*  $\alpha = 0.05$

سپس برای تعیین تأثیر هر یک از متغیرهای تعهد، کنترل و مبارزه طلبی بر واریانس مشکلات بین شخصی، زیرمقیاس‌های سخت کوشی به عنوان متغیرهای پیش بین و مشکلات بین شخصی به عنوان متغیر ملاک در معادله رگرسیون تحلیل شدند. نتایج تحلیل واریانس مشخصه‌های آماری رگرسیون بین مشکلات بین شخصی (کل) با تعهد، کنترل و مبارزه طلبی در جدول ۴ ارائه شده است. بر اساس این نتایج، میزان F مشاهده شده معنی دار است ( $P < 0/001$ ) و  $R^2 = 0/31$  واریانس مربوط به مشکلات بین شخصی (کل) دانشجویان به وسیله متغیرهای سخت کوشی تبیین می‌شود ( $R^2 = 0/313$ ). ضرایب تأثیر تعهد ( $\beta = 0/099$ )، کنترل ( $\beta = -0/192$ ) و مبارزه طلبی ( $\beta = -0/487$ ) با توجه به آماره‌های t نشان می‌دهند که متغیرهای کنترل و مبارزه طلبی می‌توانند با اطمینان ۹۹٪ تغییرات مربوط به مشکلات بین شخصی (کل) دانشجویان را پیش بینی کنند؛ یعنی افزایش سخت کوشی با کاهش مشکلات بین شخصی مرتبط است. این یافته فرضیه اصلی پژوهش را تأیید می‌کند.

جدول ۴: خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون مشکلات بین شخصی (کل) بر سخت کوشی دانشجویان

شاخص		SE	R <sup>۲</sup>	R	P	F	Ms	df	SS			
مدل		رگرسیون		۰/۵۵۴	۰/۳۱۳	۰/۵۶۰	/۰۰۰	۴۰/۸۷	۱۲/۵۵	۳	۳۷/۶۷	
		باقیمانده		۰/۳۰۷					۲۶۹	۸۲/۶۴		
شاخص		P	t	Beta	SEB	B						
متغیر		تعهد		۰/۱۵۳	۱/۴۳۳	۰/۰۹۹	۰/۰۰۷	۰/۰۱۰				
		کنترل		۰/۰۰۲	-۳/۰۹۸	-۰/۱۹۲	۰/۰۰۶	-۰/۰۲۰				
		مبارزه طلبی		۰/۰۰۰	-۶/۰۴۸	-۰/۴۸۷	۰/۰۰۷	-۰/۰۴۱				

تحلیل‌های مشابه درباره رابطه تعهد، کنترل و مبارزه طلبی دانشجویان، به عنوان متغیرهای پیش بین، و زیرمقیاس‌های مشکلات بین شخصی به منظور آزمون فرضیه‌های فرعی پژوهش انجام شد. نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون بین مشکلات دانشجویان در

زمینه قاطعیت با تعهد، کنترل و مبارزه طلبی در جدول ۵ ارائه شده است. بر اساس این نتایج، میزان F مشاهده شده معنی دار است ( $P < 0/001$ ) و  $10\%$  واریانس مربوط به مشکلات دانشجویان در زمینه قاطعیت به وسیله متغیرهای سخت کوشی تبیین می‌شود ( $R^2 = 0/103$ ). ضرایب تأثیر تعهد ( $\beta = 0/139$ )، کنترل ( $\beta = -0/035$ ) و مبارزه طلبی ( $\beta = -0/418$ ) با توجه به آماره‌های t نشان می‌دهند که فقط متغیر مبارزه طلبی می‌تواند با اطمینان  $99\%$  تغییرات مربوط به مشکلات دانشجویان در زمینه قاطعیت را پیش بینی کند؛ یعنی افزایش مبارزه طلبی با کاهش مشکلات قاطعیت مرتبط است. این یافته فرضیه فرعی پژوهش در زمینه رابطه زیرمقیاس‌های سخت کوشی با قاطعیت را به صورت جزئی تأیید می‌کند.

جدول ۵: خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون مشکلات مربوط به قاطعیت بر سخت کوشی دانشجویان

شاخص		SE	$R^2$	R	P	F	Ms	df	SS
مدل									
رگرسیون		0/478	0/103	0/321	0/000	10/31	2/36	3	7/08
باقیمانده							0/229	269	61/64
شاخص		P	t	Beta	SEB	B			
متغیر									
تعهد		0/081	1/751	0/139	0/006	0/011			
کنترل		0/622	0/494	0/035	0/006	0/003			
مبارزه طلبی		0/000	-4/537	-0/418	0/006	-0/027			

نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون بین مشکلات دانشجویان در زمینه مردم آمیزی با تعهد، کنترل و مبارزه طلبی در جدول ۶ ارائه شده است. بر اساس این نتایج، میزان F مشاهده شده معنی دار است ( $P < 0/001$ ) و  $15\%$  واریانس مربوط به مشکلات دانشجویان در زمینه مردم آمیزی به وسیله متغیرهای سخت کوشی تبیین می‌شود ( $R^2 = 0/158$ ). ضرایب تأثیر تعهد ( $\beta = 0/071$ )، کنترل ( $\beta = -0/081$ ) و مبارزه طلبی ( $\beta = -0/389$ ) با

توجه به آماره‌های t نشان می‌دهند که فقط متغیر مبارزه طلبی می‌تواند با اطمینان ۹۹٪ تغییرات مربوط به مشکلات دانشجویان در زمینه مردم‌آمیزی را پیش‌بینی کنند؛ یعنی افزایش مبارزه طلبی با کاهش مشکلات مردم‌آمیزی مرتبط است. این یافته فرضیه فرعی پژوهش در زمینه رابطه زیرمقیاس‌های سخت‌کوشی با مردم‌آمیزی را به صورت جزئی تأیید می‌کند.

جدول ۶: خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون مشکلات مربوط به مردم‌آمیزی بر سخت‌کوشی دانشجویان

شاخص		SS	df	Ms	F	P	R	R <sup>۲</sup>	SE
رگرسیون		۱۹/۵۷	۳	۶/۵۲	۱۶/۸۳	۰/۰۰۰	۰/۳۹۸	۰/۱۵	۰/۶۲۲
باقیمانده		۱۰۴/۲۵	۲۶۹	۰/۳۸۸					
شاخص متغیر		B	SEB	Beta	t	P			
تعهد		۰/۰۰۸	۰/۰۰۸	۰/۰۷۱	۰/۹۲۷	۰/۳۵۶			
کنترل		-۰/۰۰۸	۰/۰۰۷	-۰/۰۸۱	-۱/۱۷۹	۰/۲۳۹			
مبارزه طلبی		-۰/۰۳۴	۰/۰۰۸	-۰/۳۸۹	-۴/۳۶۶	۰/۰۰۰			

نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون بین مشکلات دانشجویان در زمینه صمیمیت با تعهد، کنترل و مبارزه طلبی در جدول ۷ ارائه شده است. بر اساس این نتایج، میزان F مشاهده شده معنی‌دار است ( $P < ۰/۰۰۱$ ) و ۹ درصد واریانس مربوط به مشکلات دانشجویان در زمینه صمیمیت به وسیله متغیرهای سخت‌کوشی تبیین می‌شود ( $R^2 = ۰/۰۹۹$ ). ضرایب تأثیر تعهد ( $\beta = ۰/۰۶۷$ )، کنترل ( $\beta = -۰/۰۶۰$ ) و مبارزه طلبی ( $\beta = -۰/۳۱۷$ ) با توجه به آماره‌های t نشان می‌دهند که فقط متغیر مبارزه طلبی می‌تواند با اطمینان ۹۹٪ تغییرات مربوط به مشکلات دانشجویان در زمینه صمیمیت را پیش‌بینی کنند؛ یعنی افزایش مبارزه طلبی با کاهش مشکلات صمیمیت مرتبط است. این یافته فرضیه فرعی پژوهش در زمینه رابطه زیرمقیاس‌های سخت‌کوشی با صمیمیت را به صورت جزئی تأیید می‌کند.

جدول ۷: خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون مشکلات مربوط به صمیمیت بر سخت کوشی دانشجویان

شاخص		SE	R <sup>۲</sup>	R	P	F	Ms	df	SS
مدل									
رگرسیون		۰/۵۸۳	۰/۰۹۹	۰/۳۱۵	/۰۰۰	۹/۸۷	۳/۳۵	۳	۱۰/۰۶
باقیمانده							۰/۳۴۰	۲۶۹	۹۱/۴۳
شاخص		P	t	Beta	SEB	B			
متغیر									
تعهد		۰/۴۰۱	۰/۸۴۲	۰/۰۶۷	۰/۰۰۸	۰/۰۰۶			
کنترل		۰/۳۹۵	-۰/۸۵۲	-۰/۰۶۰	۰/۰۰۷	-۰/۰۰۶			
مبارزه طلبی		۰/۰۰۱	-۳/۴۳۴	-۰/۳۱۷	۰/۰۰۷	-۰/۰۲۵			

نتایج تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون بین مشکلات دانشجویان در زمینه مسئولیت پذیری با تعهد، کنترل و مبارزه طلبی در جدول ۸ ارائه شده است. بر اساس این نتایج، میزان F مشاهده شده معنی دار است ( $P < ۰/۰۰۱$ ) و ۷ درصد واریانس مربوط به مشکلات دانشجویان در زمینه مسئولیت پذیری به وسیله متغیرهای سخت کوشی تبیین می‌شود ( $R^2 = ۰/۰۷۷$ ). ضرایب تأثیر تعهد ( $\beta = ۰/۰۵۷$ )، کنترل ( $\beta = -۰/۰۸۱$ ) و مبارزه طلبی ( $\beta = -۰/۲۵۷$ ) با توجه به آماره‌های t نشان می‌دهند که فقط متغیر مبارزه طلبی می‌تواند با اطمینان ۹۹٪ تغییرات مربوط به مشکلات دانشجویان در زمینه مسئولیت پذیری را پیش بینی کنند؛ یعنی افزایش مبارزه طلبی با کاهش مشکلات مسئولیت پذیری مرتبط است. این یافته فرضیه فرعی پژوهش در زمینه رابطه زیرمقیاس‌های سخت کوشی با مسئولیت پذیری را به صورت جزئی تأیید می‌کند.

جدول ۸: خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون مشکلات مربوط به مسئولیت‌پذیری بر سخت‌کوشی دانشجویان

شاخص		SE	R <sup>۲</sup>	R	P	F	Ms	df	SS
مدل									
رگرسیون		۰/۶۰۵	۰/۰۷۷	۰/۲۷۷	/۰۰۰	۷/۴۶	۲/۷۴	۳	۸/۲۲
باقیمانده							۰/۳۶۷	۲۶۹	۹۸/۷۳
شاخص		P	t	Beta	SEB	B	متغیر		
تعهد		۰/۴۷۸	۰/۷۱۱	۰/۰۵۷	۰/۰۰۸	۰/۰۰۶			
کنترل		۰/۲۶۱	-۱/۱۲۷	-۰/۰۸۱	۰/۰۰۷	-۰/۰۰۸			
مبارزه طلبی		۰/۰۰۶	-۲/۷۵۳	-۰/۲۵۷	۰/۰۰۷	-۰/۰۲۱			

### بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش نشان داد که سخت‌کوشی و مؤلفه‌های سه‌گانه آن شامل تعهد، کنترل و مبارزه‌طلبی با مشکلات بین شخصی به طور کلی و در زمینه‌های قاطعیت، مردم‌آمیزی، صمیمیت و مسئولیت‌پذیری رابطه منفی دارند. تحلیل آماری نتایج نشان داد که از مؤلفه‌های سه‌گانه سخت‌کوشی، دو مؤلفه کنترل و مبارزه‌طلبی می‌توانند تغییرات مربوط به مشکلات بین شخصی کلی را پیش‌بینی کنند و تغییرات مربوط به مشکلات بین شخصی در زمینه‌های قاطعیت، مردم‌آمیزی، صمیمیت و مسئولیت‌پذیری تنها از طریق مؤلفه مبارزه‌طلبی قابل پیش‌بینی بود. این نتایج، که تأییدکننده فرضیه اصلی و پیش‌بینی‌های پژوهش درباره وجود رابطه منفی بین بعضی از مؤلفه‌های سخت‌کوشی با بعضی از مشکلات بین شخصی است و با پیامدها و استلزام‌های یافته‌های پژوهش‌های پیشین (رودوالد و آگوستدوتیر، ۱۹۸۴؛ زاکین و همکاران، ۲۰۰۳؛ مدی، ۱۹۹۷، ۱۹۹۹؛ مدی و هایتور، ۱۹۹۹؛ ویلیامز و همکاران، ۱۹۹۲) مطابقت می‌کنند، بر حسب احتمالات زیر تبیین می‌شوند:

- ۱- سخت‌کوشی هنگام مواجهه فرد با شرایط و حوادث استرس‌زا بر تفسیرها و برداشت‌های او برای سازش بهتر تأثیر می‌گذارد (کوباسا، ۱۹۷۹؛ کوباسا و همکاران، ۱۹۸۲). سازش و سازگاری از مؤلفه‌های اصیل و مثبت روابط بین شخصی، نقطه مقابل مشکلات بین

شخصی، محسوب می‌شود. رابطه منفی سخت کوشی با مشکلات بین شخصی از این طریق توجیه می‌شود.

۲- پژوهشها نشان داده‌اند که هر چه افراد سخت کوش تر باشند، شرایط استرس زا را کمتر تهدید کننده ارزیابی می‌کنند (رودوالد و آگوستدوتیر، ۱۹۸۴؛ زاکین و همکاران، ۲۰۰۳؛ مدی، ۱۹۹۷، ۱۹۹۹؛ مدی و هایتور، ۱۹۹۹؛ ویلیامز و همکاران، ۱۹۹۲). این ویژگی، در سایه احساس آرامش و اطمینان فردی، زمینه‌های درون روانی لازم برای برقراری روابط بین شخصی و مشارکت سازش یافته در زمینه‌های مختلف زندگی، مخصوصاً فعالیت‌های اجتماعی، را فراهم می‌کند. سخت کوشی، از این طریق به کاهش مشکلات بین شخصی و متقابلاً سازگاری بیشتر در روابط بین شخصی کمک می‌کند.

۳- سخت کوشی از طریق تقویت احساس کنترل و مدیریت فرد بر شرایط (کوباسا، ۱۹۷۹؛ کوباسا و همکاران، ۱۹۸۲؛ مدی و همکاران، ۲۰۰۲) نیز به او این امکان را می‌دهد تا در روابط بین شخصی و فعالیت‌های اجتماعی سازش یافته‌تر عمل کند. توانایی کنترل و مدیریت شرایط در سایه سخت کوشی، مشکلات معمول بین شخصی را کاهش می‌دهد.

۴- مؤلفه مبارزه طلبی سخت کوشی بیان‌کننده این باور است که مشکلات، استرس‌ها و تغییرات زندگی واقعیت‌هایی معمول هستند و به منزله موقعیت‌ها و فرصت‌هایی برای رشد و شکوفایی و کسب تجربه‌های جدید تلقی می‌شوند نه تهدید (کوباسا، ۱۹۷۹؛ مدی و همکاران، ۲۰۰۲). این رویکرد به زندگی، مخصوصاً در حوزه روابط بین شخصی و فعالیت‌های اجتماعی، فرصت‌های منحصر به فرد در اختیار شخص قرار می‌دهد و کاهش مشکلات بین شخصی معمول از پیامدها و نتایج آن محسوب می‌شود. بدین ترتیب سخت کوشی از طریق مؤلفه مبارزه طلبی به صورت منفی با مشکلات بین شخصی در ارتباط قرار می‌گیرد.

۵- باورها و بازخوردهای فرد سخت کوش می‌توانند برای او نقش محافظتی داشته باشند، زیرا ویژگی استرس زایی حوادث را کاهش می‌دهند و در نتیجه تأثیر عامل استرس زا بر سلامت روانی را تحلیل می‌برند (کوباسا و همکاران، ۱۹۸۲). سخت کوشی از طریق این مکانیسم، سلامت روانی را افزایش می‌دهد. یکی از مؤلفه‌های سلامت روانی، سازگاری در حوزه روابط بین شخصی و فعالیت‌های اجتماعی است. بر این اساس، رابطه منفی سخت کوشی با مشکلات بین شخصی توجیه می‌شود.

۶- احتمال دیگر این است که سخت‌کوشی از طریق سبکها و راهبردهای مقابله با استرس به کاهش مشکلات بین‌شخصی منتهی شود. یافته‌های پژوهشی نشان داده است که سخت‌کوشی تقویت استفاده از راهبردهای مقابله کارآمد با استرس را باعث می‌شود (بشارت، ۱۳۸۴، ۱۳۸۶؛ بشارت و همکاران، ۱۳۸۴؛ رودوالد و آگوستوتیر، ۱۹۸۴؛ زاکین و همکاران، ۲۰۰۳؛ مدی، ۱۹۹۷، ۱۹۹۹؛ مدی و هایتور، ۱۹۹۹؛ ویلیامز و همکاران، ۱۹۹۲؛ هولاهان و موس، ۱۳۸۶). بر این اساس، رابطه سخت‌کوشی و مشکلات بین‌شخصی بر حسب متغیرهای واسطه‌ای (راهبردها و سبکهای مقابله با استرس) توجیه می‌شود.

۷- درباره نوع رابطه خاص مؤلفه مبارزه طلبی سخت‌کوشی با مشکلات بین‌شخصی در زمینه‌های قاطعیت، مردم‌آمیزی، صمیمیت و مسئولیت‌پذیری، می‌توان این تبیین را مطرح کرد: الف) چالش و مبارزه طلبی، اعتماد به نفس و توان مواجهه با شرایط را، که جنبه‌هایی از قاطعیت محسوب می‌شوند، افزایش و در نتیجه مشکلات بین‌شخصی در زمینه قاطعیت را کاهش می‌دهد؛ ب) مبارزه طلبی به منزله جستجوی فرصت‌ها برای رشد و شکوفایی و کسب تجربه‌های جدید، حوزه روابط بین‌شخصی و فعالیت‌های اجتماعی را به عنوان نمونه‌هایی از این فرصت‌ها گسترش می‌دهد و افزایش مردم‌آمیزی و کاهش مشکلات فرد در این زمینه را باعث می‌شود؛ ج) گسترش روابط بین‌شخصی و فعالیت‌های اجتماعی در سایه اعتماد به نفس و آرامش حاصل از نقش استرس‌زدایی و تهدیدکاهی سخت‌کوشی و ویژگی مبارزه طلبی، به پویایی عواطف مثبت در روابط بین‌شخصی و در نتیجه افزایش صمیمیت و کاهش مشکلات بین‌شخصی در این زمینه منتهی می‌شود؛ د) برآیند ویژگی‌های فوق، یعنی اعتماد به نفس و قاطعیت، جستجوی فرصت‌ها و مردم‌آمیزی، استرس‌زدایی و صمیمیت، احساس مسئولیت‌پذیری را افزایش می‌دهد و به سهم خود مشکلات فرد را در این زمینه کاهش می‌دهد.

به طور خلاصه، نتایج این پژوهش نشان داد که سخت‌کوشی تا حدود زیادی تغییرات مربوط به مشکلات بین‌شخصی را پیش‌بینی می‌کند. بر این اساس می‌توان به دو دسته پیامد عملی و نظری پژوهش حاضر اشاره کرد. در سطح عملی، و مخصوصاً بالینی، تهیه برنامه‌های آموزشی مهارت‌های رفتاری، شناختی و عاطفی، می‌تواند همزمان ویژگی‌های سخت‌کوشی را تحت تأثیر قرار دهند و تقویت کنند. این برنامه‌ها می‌توانند به چهارچوب برنامه‌های مداخله‌ای موجود در زمینه درمان‌های مبتنی بر روابط بین‌شخصی نیز تزریق شوند و بر کارآمدی آنها



بیافزایند. در سطح نظری، یافته‌های پژوهش حاضر می‌توانند هم نظریه‌های فعلی مربوط به سخت کوشی و روابط بین شخصی را از جهاتی تأیید کنند و هم پرسشها و فرضیه‌های جدید دربارهٔ رابطهٔ ابعاد سخت کوشی با مشکلات بین شخصی را مطرح کنند.

از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به بررسی نشدن همزمان دو دسته متغیر اشاره کرد: متغیرهای شخصیتی و متغیرهای واسطه‌ای. از آنجا که بررسی متغیرهای شخصیتی دیگر (غیر از سخت کوشی) در این پژوهش امکان پذیر نبود، مطالعه آنها در رابطه با مشکلات بین شخصی پیشنهاد می‌شود. بدین منظور می‌توان بررسی رابطهٔ پنج عامل اصلی شخصیت شامل نوروزگرایی، برونگرایی، تجربه پذیری، همسازی و وظیفه شناسی در کنار سازهٔ سخت کوشی را با مشکلات بین شخصی پیشنهاد کرد. همچنین، سبکها و راهبردهای مقابله با استرس می‌توانند به عنوان متغیرهای تعدیل کننده و واسطه، رابطهٔ سخت کوشی و مشکلات بین شخصی را روشن تر کند. متغیرهای ارتباطی، بین شخصی، خانوادگی و اجتماعی نیز به شکلهای مختلف با مشکلات بین شخصی در ارتباط قرار می‌گیرند. به همین دلیل، اجرای پژوهشهایی پیشنهاد می‌شود که همزمان رابطهٔ این متغیرها را با مشکلات بین شخصی بررسی کنند. از جمله متغیرهای بین شخصی می‌توان به حمایت خانوادگی، حمایت اجتماعی و سبکهای دلبستگی اشاره کرد. بررسی همزمان رابطهٔ این متغیرها و سخت کوشی با مشکلات بین شخصی می‌تواند سهم تأثیر هر یک از این متغیرها بر مشکلات بین شخصی را مشخص کند. محدودیت جامعه آماری پژوهش و نوع پژوهش نیز محدودیت‌هایی را در زمینهٔ تعمیم یافته‌ها، تفسیرها و اسنادهای علت شناختی متغیرهای مورد بررسی مطرح می‌کند که باید در نظر گرفته شوند. به علاوه، مشکلات احتمالی مربوط به اعتبار مقیاسهای مورد استفاده در این پژوهش را نباید از نظر دور داشت.

## تقدیر و تشکر

از دانشجویانی که به عنوان آزمودنی در این پژوهش شرکت کردند؛ از اساتید و مسئولان ذیربط دانشکده‌های فنی، علوم، مدیریت، حقوق، علوم اجتماعی و پزشکی دانشگاه تهران که با همکاری صمیمانه آنها اجرای پژوهش امکان پذیر شد و از دانشجویانی که به عنوان پرسشگر مسؤلیت اجرای پژوهش را بر عهده گرفتند، تشکر و قدردانی می‌شود.

## منابع

- بشارت، محمدعلی، (۱۳۸۴). رابطه سخت کوشی با مؤفقییت ورزشی و سلامت روانی دانشجویان ورزشکار، المپیک، ۳۰، ۱۳۳-۱۲۳.
- بشارت، محمد علی، (۱۳۸۶a). سخت کوشی و سبکهای مقابله با استرس، مطالعات روانشناختی، ۲، ۱۲۷-۱۰۹.
- بشارت، محمد علی، (۱۳۸۶b). پایایی و اعتبار مقیاس نستوهی، مجله علوم روانشناختی، ۲۱، ۲۴-۳۵.
- بشارت، محمد علی، (۱۳۸۷). اعتباریابی مقیاس مشکلات بین شخصی (IIP)، فصلنامه دانشور رفتار، زیر چاپ.
- بشارت، محمدعلی، رضا پورحسین، کیومرث کریمی، (۱۳۸۴). بررسی اثیر سخت کوشی بر سلامت روانی و مؤفقییت تحصیلی، مجله علوم روانشناختی، ۱۴، ۱۲۲-۱۰۶.
- بیاضی، محمدحسین، (۱۳۷۶). بررسی ارتباط بین تیپ‌های شخصیت، سخت رویی، استرس و بیماری کرونر قلب در افراد مبتلا به بیماری کرونر قلب و افراد عادی، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس.
- جمهری، فرهاد، (۱۳۸۱). بررسی رابطه بین سخت رویی و گرایش به افسردگی و اضطراب در بین زنان و مردان دانشجویی دانشگاههای تهران، پایان نامه دکتری روانشناسی، دانشگاه علامه طباطبایی.
- حقیقی، جمال، یوسفعلی عطاری، سیدعلی سینا رحیمی، لیلا سلیمانی نیا، (۱۳۷۸). رابطه سرسختی و مؤلفه‌های آن با سلامت روانی در دانشجویان پسر دوره کارشناسی دانشگاه اهواز، مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، ۳ و ۴، ۱۸-۱.
- زارع، مهدی، (۱۳۸۲). مقایسه رابطه حمایت اجتماعی و سخت رویی با فرسودگی شغلی رانندگان اتوبوسهای شرکت واحد اتوبوسرانی و رانندگان شرکت تاکسیرانی شهر تهران، پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
- زمانی، رضا و نجمه حمید، (۱۳۷۸). بررسی تأثیر فشار روانی بر برخی از متغیرهای سیستم ایمنی با توجه به نقش سرسختی روانشناختی، مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه

شهید چمران اهواز، ۳ و ۴، ۲۷-۴۲.

غباری، باقر و نازیلا خراسانی، (۱۳۷۶). رابطه عوامل تنش زا، میزان سخت رویی و واکنشهای زیستی-شیمیایی-روانی دانش آموزان دبیرستانهای تبریز، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی تبریز.

قربانی، نیما، (۱۳۷۴). سخت رویی: ساختار وجودی شخصیت، پژوهشهای روانشناختی، ۳ و ۴، ۷۶-۹۲.

مجیدیان، فرزاد، (۱۳۸۴). بررسی رابطه باورهای خودکارآمدی و سخت رویی با استرس شغلی مدیران مقاطع متوسطه شهر سنندج، پایان نامه کارشناسی ارشد روانشناسی، دانشگاه علامه طباطبائی.

وردی، مینا، مهناز مهربانی زاده هنرمند و بهمن نجاریان، (۱۳۷۸). رابطه کمال گرایی و سرسختی روانشناختی با سلامت روانی و عملکرد تحصیلی، مجله علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز، ۱ و ۲، ۵۱-۷۰.

American Psychiatric Association, (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4<sup>th</sup> ed, rev.), Washington, DC: Author.

Atella, M. D, (1999). Case studies in the development of organizational hardiness: from theory to practice, *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 51, 125-134.

Bartone, P, Ursano, R. J, Wright, K. M & Ingraham, L. H, (1989). The impact of a military air disaster on the health of assistance workers, *Journal of Nervous and Mental Disease*, 177, 317-328.

Bornstein, R. F, (1992). The dependent personality: developmental, social and clinical perspective, *Psychological Bulletin*, 112, 3-23.

Butel, M, (1989). What protects health? On the research status and importance of personal resources in managing daily stresses and life change events, *Psychotherapy and Psychosomatic Medical Psychology*, 39, 452-462.

Coopersmith, S, (1967). *The Antecedents of Self-Esteem*, San Francisco, Freeman.

Cronbach, L. J, (1970). *Essentials of psychological testing*, New York, Harper and Row International.

Florian, V, Mikulincer, M & Taubman, O, (1995). Does hardiness contribute to mental health during a stressful real-life situation? the role of appraisal and coping, *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 687-695.

Holahan, C. J & Moos, R. H, (1986). Life stress and health: personality coping and family support in stress resistance, *Journal of Personality and Social*

- Psychology*, 3, 739-747.
- Horney, K, (1945). *Our inner conflicts*, New York, Norton.
- Horney, K, (1950). *Neurosis and human growth: the struggle toward self-realization*. New York, Norton.
- Horowitz, L. M, (1979). On the cognitive structure of interpersonal problems treated in psychotherapy, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 47, 5-15.
- Horowitz, L. M, (1994). Pschemas, psychopathology, and psychotherapy research, *Psychotherapy Research*, 4, 1-19.
- Horowitz, L. M, Rosenberg, S. E, Baer, B. A, Ureno, G & Villasenor, V. S, (1988). Inventory of Interpersonal Problems: psychometric properties and clinical applications, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 885-892.
- Horowitz, L. M, Rosenberg, S. E & Bartholomew, K, (1993). Interpersonal problems, attachment styles, and outcome in brief dynamic psychotherapy, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 549-560.
- Horowitz, L. M & Vitkus, J, (1986). The interpersonal basis of psychiatric symptoms, *Clinical Psychology Review*, 6, 443-469.
- Howard, J. H, Cunningham, D. A & Rechnittzer, P. A, (1986). Personality (Hardiness) as moderator of job stress and coronary risk in type A individuals: a longitudinal study, *Journal of Behavioral Medicine*, 9, 229-243.
- Janda, L, (2001). *The psychologist's book of personality tests*, New York, Wiley.
- Kobasa, S. C, (1979). Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness, *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.
- Kobasa, S. C, Maddi, S. R & Khan, S, (1982). Havdiess and health: a prospective study, *journal of Personality and social psychology*, 42, 168-177.
- Kobasa, S. C, Maddi, S. R & Puccetti, M. C, (1982). Personality and exercise as buffers in the stress-illness relationship, *Journal of Behavioral Medicine*, 5, 391-404.
- Leary, T, (1957). *Interpersoanl diagnosis of personality*, New York, Ronald Press.
- Livesley, W. J, Schroeder, M. L & Jackson, D. N, (1990). Dependent personality disorder and attachment problems, *Journal of Personality Disorders*, 4, 131-140.
- Maddi, S. R, (1997). Personal Views Survey II: a measure of dispositional hardiness. In C. P. Zalaquett & R. J. Woods (Eds.), *Evaluating stress: a book of resources*, New York, University Press.
- Maddi, S. R, (1999). Comments on trends in hardiness research and theorizing, *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 51, 67-71.
- Maddi, S. R & Hightower, M, (1999). Hardiness and optimism as expressed in

- coping patterns, *Consulting Psychology Journal*, 51, 95-105.
- Maddi, S. R & Khoshaba, D. M Persico, M Lu, J, Harvey, R & Bleecker, F, (2002). The personality construct of hardiness II: Relationships with comprehensive tests of personality and psychopathology, *Journal of Research in Personality*, 36, 72-85.
- Manning, M, R, Williams, R. F & Wolfe, D. M, (1988). Hardiness and the relationship between stressors and outcomes, *Work Stress*, 2, 205-216.
- Rhodewalt, F & Agustsdottir, S, (1984). On the relationship of hardiness to the type A behavior pattern: perception of life events versus coping with life events, *Journal of Research in Personality*, 18, 212-223.
- Sharpely, C. F, Dua, J. K, Reynolds, R & Acosta, A, (1995). The direct and relative efficacy of cognitive hardiness, Type A behavior pattern, coping behavior and social support as predictors of stress and ill-health, *Scandinavian Journal of Behavior Therapy*, 24, 15-29.
- Sheldon, A. E & West, M, (1990). Attachment pathology and low social skills in avoidant personality disorder: an exploratory study, *Canadian Journal of Psychiatry*, 35, 596-599.
- Sullivan, H. S, (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*, New York, Norton.
- Westman, M, (1990). The relationship between stress and performance: the moderating effect of hardiness, *Human Performance*, 3, 141-155.
- Widiger, T. A & Frances, A, (1985). Axis II personality disorders: diagnostic and treatment issues, *Hospital and Community Psychiatry*, 36, 619-627.
- Wiebe, D. J, (1991). Hardiness and stress moderation: a test of proposed mechanisms, *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 89-99.
- Williams, P. G, Weibe, D. J & Smith, T. W (1992). Coping processes as mediators of the relationship between hardiness and health, *Journal of Behavior Medicine*, 15, 1237-1255.
- Zakin, G, Solomon, S & Neria, Y, (2003). Hardiness, attachment style, and long term psychological distress among Israeli POWs and combat veterans, *Personality and Individual Differences*, 34, 891-829.

