



رابطه بین ارزش‌های اخلاقی بر مبنای راهبردهای نظری امام علی در نهج‌البلاغه با راهبردهای مقابله با استرس در دختران شهر اصفهان

محمدباقر کجیاف*

سیده راضیه طبائیان**

فرزانه نوری***

چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه بین ارزش‌های اخلاقی بر مبنای راهبردهای نظری امام علی (ع) در نهج‌البلاغه با راهبردهای مقابله با استرس در دختران شهر اصفهان بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمام دختران شهر اصفهان بود که از بین آن‌ها ۱۵۰ نفر دختر ۱۷-۲۰ سال با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب و داده‌ها به وسیله پرسش‌نامه محقق ساخته ارزش‌های اخلاقی بر مبنای راهبردهای نظری امام علی در نهج‌البلاغه و همچنین پرسشنامه مقابله با شرایط استرس‌زا گردآوری شدند. داده‌های پژوهش با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه تحلیل شد. یافته‌ها نشان‌دهنده این موضوع اند که بین ارزش‌های اخلاقی و راهبردهای مقابله با استرس رابطه معناداری وجود دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که زیرمقیاس‌های ارزش‌های اخلاقی به‌صورت کلی قادرند ۰/۱۲ از راهبردهای مقابله با استرس را پیش‌بینی کنند. بر اساس نتایج به‌دست‌آمده، بین ارزش‌های اخلاقی و راهبردهای مقابله با استرس رابطه مثبت و معناداری وجود دارد که می‌تواند بیانگر این موضوع باشد که ارزش‌های اخلاقی را می‌توان به‌عنوان راهبردی مقابله‌ای در برابر عوامل استرس‌زا در نظر گرفت و ارزش‌های اخلاقی توانایی پیش‌بینی راهبردهای مقابله با استرس را دارند.

واژگان کلیدی: ارزش‌های اخلاقی، راهبردهای مقابله با استرس، امام علی، نهج‌البلاغه

* استاد تمام گروه روانشناسی، دانشگاه اصفهان

** استادیار گروه روانشناسی، دانشگاه اصفهان

*** دانش‌آموخته کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه اصفهان | noorifarzaneh85@gmail.com

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۲/۰۱؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۱/۱۵

مقدمه

نظام ارزشی در ساختار روان‌شناختی افراد، درونی‌ترین لایه شخصیت و هویت شکل‌دهنده پایه‌های نظام نگرشی و رفتاری آنان است. در اهمیت نقش و جایگاه ارزش همین بس که تمامی رفتارها، اعمال، مقاصد و نیت‌های انسانی از آن سرچشمه می‌گیرد و هر رفتاری تنها به این دلیل رخ می‌دهد که ارزشی بر ارزش دیگر غلبه می‌کند؛ به عبارت دیگر، انتخاب‌های افراد در زندگی مستلزم مرتب کردن ترجیحات بر اساس سلسله مراتبی از ارزش‌هاست. ارزش‌ها به اندازه‌ای در زندگی ما نفوذ دارند که راستای عمل خود را، از آن‌ها می‌یابیم، پیرامون خویش را تفسیر کرده و جایگاه خود را توجیه می‌کنیم (نوری‌پور لیاولی و رسولی، ۱۳۹۲). بنابراین ارزش‌ها به‌عنوان پدیده‌ای اجتماعی، نقشی اساسی در شکل‌گیری، کنترل و پیش‌بینی کنش‌ها و گرایش‌های افراد جامعه دارد و عنصری مرکزی در ساختار فرهنگی جوامع به شمار می‌رود (مهدوی و زارعی، ۱۳۹۰). به باور لیندزی، ارزش مفهومی است که نشان‌دهنده مجموعه‌ای از گرایش‌ها و معیارها نزد افراد در موقعیت‌های مختلف اجتماعی است. ارزش‌ها، هدف‌های کلی را در زندگی تعیین می‌کنند و در رفتار عملی فرد متجلی می‌شوند (اکرامی، دشتوان اردستانی و فرهنگ، ۱۳۹۱).

بشر امروزی به دلیل رویارویی با بحران هویت انسانی ناگزیر است به ارزش‌های اخلاقی به‌عنوان یکی از ابعاد ارزش، روی آورد (نजारزادگان، ۱۳۸۷). از آنجایی که فرهنگ حاکم بر جامعه ایران مبتنی بر تفکرات اسلامی است و اسلام پرورش و رشد اخلاق را یکی از مهم‌ترین ابزارهای رشد و تکامل انسان دانسته که از انحطاط فکری، فرهنگی و اخلاقی جوامع جلوگیری می‌کند، بررسی ارزش‌های اخلاقی بر مبنای تفکرات اسلامی اهمیت دوچندان می‌یابد. ارزش‌های اخلاقی را می‌توان مجموعه قواعدی دانست که رفتار انسان را در زندگی شخصی، همچنین زندگی اجتماعی هدایت می‌کند. ارزش‌ها و قواعد اخلاقی به جهاتی متفاوت از قوانین و دستورهای اجتماعی‌اند. دستورهای اجتماعی برحسب فرهنگ، زمان، مکان و شیوه‌های زندگی تغییر می‌پذیرند. حال آنکه انتظار می‌رود، ارزش‌ها و قواعد اخلاقی، ارزشی همگانی بوده و تغییرپذیری آن‌ها نسبت به فرهنگ ناچیز باشد؛ بنابراین ارزش‌های اخلاقی کمالاتی است که معیار تکامل انسان‌اند. گذشته از این، وجود ارزش‌های اخلاقی در زندگی انسان امری بدیهی است و انسان با ابداها و نیایدها، ضرورت‌ها و به‌عبارت‌دیگر خوب و بد سروکار دارد (کار دوست فینی، ۱۳۹۳).

قابل ذکر است که ارزش‌های اخلاقی و به‌طورکلی ارزش‌ها در نوجوانی و جوانی به دلیل افزایش

در رشد شناختی و توجه بیشتر به مفاهیم انتزاعی افزایش می‌یابد. یکی از موضوعات اساسی در دوره نوجوانی و جوانی، شکل‌گیری هویت و دستیابی به تعریفی منسجم از خود است که توجه به ارزش‌ها یکی از مشخصه‌های اصلی هویت را تشکیل می‌دهند (همایونی و کربی، ۲۰۱۱). در خلال این سال‌ها جوانان به‌گونه‌ای فزاینده به معانی انسانی ارزش‌ها در تضاد با معانی مطلق آن‌ها پی می‌برند. جوان برای اثبات و ترویج نظام ارزشی که از نظر او بهترین است، تجربه‌ها و انگیزه‌های خاص خویش را به کار می‌برد و نظام ارزشی او به شیوه‌ای رو به افزایش شخصی می‌شود (تیلکر^۱، ۱۹۷۵).

بنابراین باید تلاش کرد ارزش‌هایی به نوجوانان و جوانان معرفی شود که ریشه در حقیقت دارند و با فرهنگ و تفکر خانواده‌های ایرانی تناسب دارند. لذا در این پژوهش با استناد به نامه ۳۱ نهج‌البلاغه که دایره‌المعارف کامل تربیتی است و در آن حضرت فرزند جوان خود امام حسن علیه السلام را مورد خطاب قرار می‌دهند: «به نوشتن وصیت برای تو شتاب کردم و ارزش‌های اخلاقی را برای تو برشمردم»^۲ (دستی، ۱۳۸۷). بر اساس دیدگاه امام علی علیه السلام ارزش‌های اخلاقی شامل شش حیطه: «فوق دنیا زندگی کردن و تحلیل‌گر زندگی خود بودن»، «غایب‌نگری و توجه به حیات ابدی»، «خدامحوری»، «شناخت حقیقت خود و دنیا»، «تنظیم روابط با دیگران» و «خوداصلاحی و خودسازی در جهت اهداف اصیل» است (نوری، ۱۳۹۶). هرکدام از این حیطه‌ها زیرمقیاس‌هایی دارند که مجال پرداختن به آن در این نوشتار وجود ندارد.

همچنین با توجه به اینکه از نگاه روانشناسان دوره نوجوانی و جوانی، دوره احساس‌گرایی، بحران سازنده و فشار و طوفان است (اسلامی، هاشمیان، جراحی و مدرس غروی، ۱۳۹۲) و این وضعیت تنش‌زا می‌تواند در یافتن نظام ارزشی مناسب، در انتخاب مسیر زندگی و گرفتن تصمیمات سازنده نمود پیدا کند بررسی نوع راهبردهایی که افراد در مقابله با استرس استفاده می‌کنند و ارزش‌های اخلاقی با اهمیت برای آن‌ها، توجه ما را به خود جلب کرد.

هر فرد با توجه به ویژگی‌های شخصیتی خود، روشی برای مقابله با استرس برمی‌گزیند (لازاروس^۳ و فولکمن^۴، ۱۹۸۴). زمانی که مقابله مؤثر باشد، فرد با موقعیت سازگار می‌شود و استرس کاهش می‌یابد

1. Tilker, H. A

۲. بَادِرْتُ بِوَصِيَّتِي إِلَيْكَ وَأَوَدَدْتُ خِصَالًا

3. Lazarus, R. S

4. Folkman, S

اما مقابله ناکارآمد می‌تواند شامل افکار یا رفتارهایی باشد که ناراحتی را تشدید می‌کند. گالاگر^۱، نیلسون^۲ و وینر^۳ (۲۰۰۳)، مقابله را تلاش‌های هیجانی، شناختی و رفتاری می‌دانند که هنگام رویارویی با استرس برای به حداقل رساندن عوامل ایجاد فشار به کار گرفته می‌شود. مطابق با نظریه لازاروس و فولکمن (۱۹۸۴)، راهبردهای مقابله با استرس، کوشش‌های رفتاری و شناختی برای مدیریت تقاضاهای بیرونی و درونی که به‌عنوان فشارزا یا فراتر از منابع فرد در نظر گرفته شده‌اند، تعریف شده است و به‌طور عمده به دو مقوله مسئله مدار و هیجان مدار تقسیم می‌شود. شخصیت ما بر ارزیابی موقعیت و در نتیجه انتخاب راهبرد مقابله‌ای تأثیر می‌گذارد.

اندلر^۴ و پارکر^۵ (۱۹۹۰)، «مدل تعاملی اضطراب، استرس و سبک مقابله» را بر اساس موضوع تحقیق خود که درباره بررسی فرایند کلی رفتارهای مقابله‌ای بود، مطرح و بر این اساس سبک مقابله افراد را به سه نوع مسئله مدار، هیجان مدار و اجتنابی متمایز کردند. در مقابله مسئله مدار، فرد سعی می‌کند برای برطرف کردن استرس یا به حداقل رساندن آن، کار یا فعالیتی انجام دهد. این نوع از مقابله می‌تواند در قالب‌های جستجوی اطلاعات و راهبردها، ایجاد پاداش‌های جایگزین و تمرکز در مسئله‌گشایی فعال صورت پذیرد. در برابر راهبردهای مسئله مدار، راهبردهای هیجان مدار قرار دارند که فرد به‌واسطه آن‌ها سعی می‌کند آرامش خود را که به علت استرس به‌هم‌خورده است، مجدداً به دست آورد. وجود هیجان‌های حاصل از استرس، مانع از تفکر و تصمیم‌گیری صحیح برای حل مسئله و برطرف کردن استرس می‌شود؛ بنابراین، فرد باید خود را به‌گونه‌ای از این احساسات و هیجان‌های منفی آشفته‌کننده رها سازد. این نوع از مقابله می‌تواند به‌صورت‌های تنظیم خلق و عواطف، رفتارهای عیب‌جویانه، اشتغال ذهنی و خیال‌پردازی اعمال شود. درنهایت، راهبردهای اجتنابی مستلزم فعالیت‌ها و تغییرات شناختی است که هدف آن‌ها اجتناب از موقعیت استرس‌زاست. این رفتارها ممکن است به‌صورت روی آوردن و درگیر شدن در یک فعالیت تازه و یا به شکل روی آوردن به اجتماع و افراد دیگر ظاهر شود (ویلتینک^۶، سوبیکو^۷ و توین^۸، ۲۰۱۰).

1. Gallagher, M

2. Nelson, R. J.

3. Weiner, I. B

4. Endler, N. S

5. Parker, J. D. A

6. Wilthink, J

7. Subic, C

8. Twin, L

غنی، عبدالله، اکیل و نورالدین (۲۰۱۴)، در بررسی خود پیرامون ارتباط بین ارزش‌های اخلاقی اسلامی و راهبردهای مقابله‌ای میان نوجوانان دختر درگیر در روابط جنسی قبل از ازدواج، ارتباط معناداری را بین راهبردهای مقابله‌ای و ارزش‌های اخلاقی نشان داد. نتایج همبستگی مثبت بین ارزش‌های اخلاقی و همه انواع مهارت‌های مقابله‌ای می‌تواند بیانگر این موضوع باشد که ارزش‌های اخلاقی را می‌توان راهبردی مقابله‌ای در برابر عوامل استرس‌زا در نظر گرفت. همچنین در این پژوهش ارتباط بین ارزش‌های اخلاقی، مدیریت خود و راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار نیز مثبت بود.

نوجوانان و جوانان سرمایه‌های انسانی هر کشورند و با توجه به اهمیت این دوره سنی در شکل‌گیری هویت و ابعاد شخصیتی، پرداختن به مسائل آنان اهمیت دوچندان می‌یابد. به نظر می‌رسد نوجوان و جوانی که ارزش‌های اخلاقی مناسبی دارد، ممکن است راهبردهای مقابله‌ای سازگارانه‌تری را در برابر عوامل استرس‌زا و مشکلات انتخاب کند. همچنین آگاهی جوانان و نوجوانان از ارزش‌های جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کنند بر شیوه‌ای که آن‌ها با استرس مقابله می‌کنند، تأثیر می‌گذارد.

با توجه به مباحث مطرح‌شده، هدف اصلی ما در این پژوهش بررسی رابطه بین ارزش‌های اخلاقی بر مبنای راهبردهای نظری امام علی علیه السلام در نهج‌البلاغه با راهبردهای مقابله با استرس در دختران ۲۰-۱۷ سال شهر اصفهان بود.

روش پژوهش

جامعه آماری پژوهش شامل تمام دختران ۲۰-۱۷ سال شهر اصفهان بود که نمونه ۱۵۰ نفری به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شد. جهت گردآوری داده‌ها پرسش‌نامه محقق‌ساخته ارزش‌های اخلاقی بر مبنای راهبردهای نظری امام علی در نهج‌البلاغه و همچنین پرسشنامه مقابله با شرایط استرس‌زا، در اختیار آزمودنی‌ها قرار گرفت. داده‌های پژوهش با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه و با استفاده از نرم‌افزار SPSS تحلیل شد.

ابزارهای پژوهش

پرسشنامه ارزش‌های اخلاقی بر مبنای راهبردهای نظری امام علی علیه السلام: این پرسشنامه مقیاسی خودگزارشی شامل ۴۷ گویه است که فرد باید به ارزش‌های خود با توجه به میزان اهمیت آن‌ها نمره



بدهد. این پرسشنامه شامل دو فهرست از ارزش‌ها است. فهرست اول ارزش‌ها مؤلفه‌هایی را دربر دارد که بعد شناختی بیشتری دارند و شامل ۱۲ گویه است و فهرست دوم ارزش‌ها که بعد رفتاری و ملموس‌تری دارند و ۳۵ گویه را شامل می‌شود. این پرسشنامه شامل شش خرده‌مقیاس است که عبارت‌اند از: «فوق دنیا زندگی کردن و تحلیل‌گر زندگی خود بودن»، «غایی‌نگری و توجه به حیات ابدی»، «خدامحوری»، «شناخت حقیقت خود و دنیا»، «تنظیم روابط با دیگران» و «خود اصلاحی و خودسازی در جهت اهداف اصیل». این پرسشنامه شامل فهرستی از ارزش‌ها همراه با توضیح مختصری درباره هر ارزش است. از آزمودنی خواسته می‌شود میزان اهمیتی که هرکدام از این ارزش‌ها برای او در زندگی دارند را در مقیاسی ۹ درجه‌ای (۱- تا ۷) درجه‌بندی کند که ۱- به معنای مخالف با ارزش‌های من و ۷ به معنای عالی‌ترین درجه اهمیت است. روایی همگرای این پرسش‌نامه ۰/۶۲ و ضریب پایایی آن با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۷ است همچنین ضریب پایایی شش زیرمقیاس؛ فوق دنیا زندگی کردن، غایی‌نگری و توجه به حیات ابدی، شناخت حقیقت خود و دنیا، خدامحوری، تنظیم روابط با دیگران و خوداصلاحی در جهت اهداف، به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۸۲، ۰/۸۹، ۰/۹۵، ۰/۹۵ و ۰/۹۴ است (نوری، ۱۳۹۶).

پرسشنامه مقابله با شرایط استرس‌زا: فرم کوتاه پرسشنامه مقابله با شرایط استرس‌زا را اندلر و پارکر (۱۹۹۰) ساخته است. این پرسشنامه از ۲۱ سؤال تشکیل شده و برای بزرگسالان و نوجوانان قابل استفاده است. نمره‌گذاری به صورت لیکرتی (هرگز تا خیلی زیاد) و از ۱ تا ۵، است. پرسشنامه سه سبک مقابله‌ای اجتنابی، هیجان‌مدار و مسئله‌مدار را می‌سنجد. روایی پرسش‌نامه به روش محتوایی و سازه مورد تأیید است. همسانی درونی خرده‌مقیاس‌های آزمون به روش آلفای کرونباخ برای راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار ۰/۶۴، راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار ۰/۶۷ و راهبردهای مقابله‌ای اجتنابی ۰/۵۷ است. پایایی زیرمقیاس‌های مسئله‌مدار ۰/۷۷، هیجان‌مدار ۰/۷۷ و اجتنابی ۰/۷۱ روی ۲۰ دانشجو به فاصله ۱۵ روز محاسبه شده است (حسینی دولت‌آبادی و همکاران، ۱۳۹۳).

یافته‌ها

در خصوص توزیع پاسخ‌دهندگان برحسب متغیر سن، یافته‌های پژوهش حاکی از آن بود که ۲۰/۷ درصد (۳۱ نفر) پاسخ‌دهندگان ۱۷ سال، ۲۰/۷ درصد (۳۱ نفر) ۱۸ سال، ۲۸/۷ درصد (۴۳ نفر) ۱۹ سال، ۲۸/۷ درصد (۴۳ نفر) ۲۰ سال سن داشتند. توزیع پاسخ‌دهندگان برحسب متغیر وضعیت

تأهل، یافته‌های پژوهش حاکی از آن بود که ۶۸ درصد (۱۰۲ نفر) پاسخ‌دهندگان مجرد و ۳۲ درصد (۴۸ نفر) متأهل بودند. توزیع پاسخ‌دهندگان برحسب تحصیلات، یافته‌های پژوهش حاکی از آن بود که ۱۲/۷ درصد (۱۹ نفر) پاسخ‌دهندگان تحصیلات دیپلم و زیر دیپلم، ۲۵/۳ درصد (۳۸ نفر) فوق‌دیپلم و ۶۲ درصد (۹۳ نفر) لیسانس داشتند.

به‌منظور بررسی رابطه بین ارزش‌های اخلاقی و راهبردهای مقابله با استرس از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد که نتایج آن در جدول زیر آمده است.

جدول ۱: ضرایب همبستگی پیرسون بین ارزش‌های اخلاقی با راهبردهای مقابله با استرس

متغیر	راهبردهای مقابله با استرس	مقابله مسئله مدار	مقابله هیجان مدار	مقابله اجتنابی
ارزش‌های اخلاقی	*/۱۹۱	**/۲۹۱	۰/۰۵۶	۰/۱۵۹
فوق دنیا زندگی کردن	**/۲۱۶	**/۲۰۹	۰/۱۴۸	*/۱۹۴
غایی نگری و توجه به حیات ابدی	*/۱۸۳	*/۱۷۱	۰/۱۲۲	*/۱۸۴
شناخت حقیقت خود و دنیا	۰/۰۹۳	**/۲۹۴	۰/۰۸۳	۰/۰۵۵
خداحوری	۰/۰۴۸	*/۱۹۴	۰/۰۷۶	۰/۰۲۸
تنظیم روابط با دیگران	**/۲۳۷	*/۳۳۱	۰/۱۲۰	*/۱۷۳
خوداصلاحی در جهت اهداف	*/۱۹۸	**/۲۷۲	۰/۰۶۳	*/۱۷۹

بررسی ضرایب همبستگی مشاهده‌شده بین ارزش‌های اخلاقی با راهبردهای مقابله با استرس نشان‌دهنده رابطه مثبت و معنادار بین آن‌هاست. بین ارزش‌های اخلاقی با راهبردهای مقابله با استرس ($r=0/191$) رابطه مثبت و معنادار وجود داشت. ارزش‌های اخلاقی با زیرمقیاس مقابله مسئله مدار ($r=0/425$) رابطه مثبت و معناداری را نشان داد ولی با زیرمقیاس‌های مقابله هیجان مدار و اجتنابی رابطه معناداری را نشان نداد. همچنین از میان زیرمقیاس‌های ارزش‌های اخلاقی، زیرمقیاس‌های فوق دنیا زندگی کردن ($r=0/216$)، غایی نگری و توجه به حیات ابدی ($r=0/183$)، تنظیم روابط با دیگران ($r=0/237$) و خوداصلاحی در جهت اهداف ($r=0/198$) با راهبردهای مقابله با استرس به‌صورت کلی رابطه مثبت و معناداری را نشان دادند. شناخت حقیقت خود و دنیا و زیرمقیاس خداحوری رابطه معناداری با راهبردهای مقابله با استرس نشان ندادند.

در ادامه جهت بررسی اثرات زیرمقیاس‌های ارزش‌های اخلاقی بر راهبردهای مقابله با استرس از آزمون رگرسیون به روش چندگانه استفاده شد که نتایج آن در جدول زیر آمده است.



جدول ۲: ضرایب رگرسیون مؤلفه‌های ارزش‌های اخلاقی بر راهبردهای مقابله با استرس

راهبردهای مقابله با استرس				متغیرها
P-value	T	β	B	
۰/۰۰۱	۶۲۸/۱۶		۱۲۹/۹۳۳	مقدار ثابت
۰/۰۲۲	۲/۳۱۴	۰/۳۳۴	۰/۶۱۸	فوق دنیا زندگی کردن
۰/۵۰۲	۰/۶۷۳	۰/۱۰۰	۰/۳۶۱	غایی نگری و توجه به حیات ابدی
۰/۲۰۹	۱/۲۶۱	۰/۱۸۲	۰/۶۵۳	شناخت حقیقت خود و دنیا
۰/۳۰۰	۱/۰۳۹	۰/۱۴۱	۰/۵۱۷	خدایمحموری
۰/۰۱۶	۲/۴۳۹	۰/۴۴۴	۰/۷۱۳	تنظیم روابط با دیگران
۰/۸۸۱	۰/۱۴۹	۰/۰۲۱	۰/۰۲۲	خوداصلاحی در جهت اهداف
	۳/۳۶۳			F مقدار
	۰/۳۵۴			R مقدار
	۰/۱۲۵			R ² مقدار

ضریب تعیین به میزان ۰/۱۲ است، به این معنی که زیرمقیاس‌های ارزش‌های اخلاقی به صورت کلی قادرند ۱۲ درصد از راهبردهای مقابله با استرس را پیش‌بینی کنند. مقدار F محاسبه شده برای تحلیل رگرسیون معنادار (p < ۰/۰۱) است؛ بنابراین، معادله رگرسیون انجام‌شده از لحاظ آماری معنادار است. نتایج جدول فوق نشان می‌دهد که از میان زیرمقیاس‌های ارزش‌های اخلاقی تنها زیرمقیاس‌های؛ فوق دنیا زندگی کردن و تنظیم روابط با دیگران، پیش‌بینی معناداری از راهبردهای مقابله با استرس دارند. سایر زیرمقیاس‌های ارزش‌های اخلاقی پیش‌بینی معناداری از راهبردهای مقابله با استرس نداشتند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این پژوهش بررسی رابطه بین ارزش‌های اخلاقی بر مبنای راهبردهای نظری امام علی علیه السلام در نهج البلاغه و راهبردهای مقابله با استرس در دختران ۱۷-۲۰ سال شهر اصفهان بود. بررسی ضرایب همبستگی نشان داد بین ارزش‌های اخلاقی با راهبردهای مقابله با استرس رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. ارزش‌های اخلاقی با زیرمقیاس مقابله مسئله مدار رابطه مثبت و معناداری را نشان داد ولی با زیرمقیاس‌های مقابله هیجان‌مدار و اجتنابی رابطه معناداری را نشان نداد. همچنین از میان زیرمقیاس‌های ارزش‌های اخلاقی زیرمقیاس‌های فوق دنیا زندگی کردن، غایی نگری و توجه به حیات ابدی، تنظیم روابط با دیگران و خوداصلاحی در جهت اهداف با راهبردهای مقابله

با استرس به صورت کلی رابطه مثبت و معناداری را نشان دادند. شناخت حقیقت خود و دنیا و زیرمقیاس خدامحوری رابطه معناداری با راهبردهای مقابله با استرس نشان ندادند. بررسی نتایج رگرسیون این موضوع را نشان دادند که ارزش‌های اخلاقی توانایی پیش‌بینی راهبردهای مقابله با استرس را دارند و از میان ارزش‌های مطرح‌شده دو مؤلفه فوق‌دینا زندگی کردن و تنظیم روابط با دیگران پیش‌بینی معناداری از راهبردهای مقابله با استرس دارند. سایر زیرمقیاس‌های ارزش‌های اخلاقی پیش‌بینی معناداری از راهبردهای مقابله با استرس نداشتند.

همسو با نتایج این پژوهش، بررسی غنی، عبدالله، اکیل و نورالدین (۲۰۱۴) پیرامون ارتباط بین ارزش‌های اخلاقی اسلامی و راهبردهای مقابله‌ای میان نوجوانان دختر درگیر در روابط جنسی قبل از ازدواج، ارتباط معناداری را بین راهبردهای مقابله‌ای و ارزش‌های اخلاقی نشان داد. نتایج همبستگی مثبت بین ارزش‌های اخلاقی و همه انواع مهارت‌های مقابله‌ای می‌تواند بیانگر این موضوع باشد که ارزش‌های اخلاقی را می‌توان راهبردی مقابله‌ای در برابر عوامل استرس‌زا در نظر گرفت.

بر اساس نتایج به‌دست‌آمده، بین ارزش‌های اخلاقی و راهبردهای مقابله با استرس رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و طبق نتایج رگرسیون می‌توان گفت که ارزش‌های اخلاقی توانایی پیش‌بینی راهبردهای مقابله با استرس را دارند. فولکمن، لازاروس، دلونگیز^۱ (۱۹۸۶)، معتقدند بخشی از تجربه استرس توسط فرد، به ارزیابی وی از منابعی برمی‌گردد که برای مقابله با تهدید یا خطر استرس، در اختیار دارد. وقتی فرد منابع و راهبردهای مؤثر و کارآمدی برای مقابله با منبع خطر یا تهدید در اختیار داشته باشد، تجربه ذهنی وی از استرس کاهش می‌یابد. بنابراین می‌توانیم انتظار داشته باشیم که با رشد ارزش‌های اخلاقی بین افراد هنگام مواجهه با رویدادهای استرس‌زا به‌جای اینکه از روبه‌رو شدن با مسائل اجتناب کنند و یا راهبرد نامناسبی را انتخاب کنند تلاش می‌کنند روش‌های مؤثرتر و کارآمدتری را با توجه به ارزش‌های درونی شده خود انتخاب کنند و بیشتر به دنبال حل مسئله‌اند تا اینکه بخواهند راهکارهای موقتی و غیر مؤثر را بکار گیرند. این موضوع منجر به سازگاری بیشتر افراد با محیط خود و دیگران می‌شود.

در ادامه این‌گونه مطرح شد که دو مؤلفه فوق‌دینا زندگی کردن و تحلیل‌گر زندگی خود بودن و مؤلفه تنظیم روابط با دیگران پیش‌بین معناداری از راهبردهای مقابله با استرس‌اند. افرادی که در



برخورد با زندگی و حوادث آن دیدگاه فراشناختی دارند و سعی می‌کنند خودشان را فراتر از حوادث زندگی روزمره در نظر بگیرند و زندگی خود را تحلیل می‌کنند با حوادث زندگی خود سازگارانه‌تر برخورد می‌کنند و راهبردهای مؤثرتری را انتخاب می‌کنند. همچنین افرادی که سعی در تنظیم روابط خود در ابعاد مختلف خانوادگی، اجتماعی، رابطه با خود و خدا دارند نیز هنگام برخورد با رویدادهای پراسترس زندگی، رویکردهای منطقی‌تری را در پیش می‌گیرند. بخش اعظمی از مشکلات و عوامل استرس‌زای زندگی افراد ناشی از مشکلات آنان در روابط در ابعاد مختلف است. هنگامی که افراد از همان دوران کودکی و نوجوانی با ارزش‌هایی روبه‌رو شده باشند که ریشه در فطرت آن‌ها و حقیقت عالم هستی دارد و اقدام به درونی کردن آن‌ها کرده باشند، مشکلات کمتری را در حیطه روابط خود تجربه می‌کنند و اگر هم مسئله‌ای برایشان پیش بیاید، به دلیل آنکه نظام ارزشی کارآمدی دارند می‌توانند به‌عنوان راهبردی مقابله‌ای به کمک او بیایند و حل مسئله موفق‌تری داشته باشند.

فهرست منابع

- اسلامی، رضا؛ هاشمیان، پیمان؛ جراحی، لیدا و مدرس غروی، مرتضی (۱۳۹۲). اثربخشی رویکرد واقعیت‌درمانی گروهی بر شادکامی و کیفیت زندگی نوجوانان بد سرپرست در مشهد. مجله دانشکده پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ۵۶(۵)، ۳۰۶-۳۰۰.
- اکرامی، محمود؛ دشتوان اردستانی، زهرا و فرهبد، امیرهوشنگ (۱۳۹۱). اندازه‌گیری ارزش‌های دانشجویان دانشگاه پیام نور استان تهران. فصلنامه پژوهش و برنامه‌ریزی در آموزش عالی، ۱۷(۶۰)، ۱۳۶-۱۲۱.
- حسینی دولت‌آبادی، فاطمه؛ صادقی، عباس؛ سعادت، سجاد و خدایاری، هانیه (۱۳۹۳). رابطه بین خودکارآمدی و خودشکوفایی با راهبردهای مقابله‌ای در نوجوانان. پژوهش در آموزش علوم پزشکی، ۱۷(۱)، ۱۰-۱۷.
- دشتی، محمد (۱۳۸۷). نهج‌البلاغه. تهران: انتشارات اسوه.
- کاردوست فینی، خدیجه (۱۳۹۳). بررسی سازگاری ارزش‌های اخلاقی با دین با تأکید بر اسلام. اخلاق، ۴(۳)، ۹۵-۱۲۷.
- مهدوی، محمدمصدق و زارعی، امین (۱۳۹۰). عوامل مؤثر در گرایش نوجوانان به ارزش‌های اخلاقی (مطالعه موردی دانش‌آموزان سال سوم راهنمایی استان همدان در سال تحصیلی ۸۳-۸۴).

۸۴. مطالعات جامعه‌شناختی ایران، ۲(۷)، ۲۱-۱.

نوری پور لیاولی، رقیه و رسولی، رؤیا (۱۳۹۲). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی سیاهه ارزش‌های اخلاقی جوانان مسلمان. پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی، ۳(۱۱)، ۹۷-۱۰۸.

نجارزادگان، فتح‌الله (۱۳۸۷). رهیافتی بر اخلاق و تربیت اسلامی. قم: معارف.

نوری، فرزانه (۱۳۹۶). تدوین الگوی ارزش‌های اخلاقی بر اساس راهبردهای نظری امام علی (ع) در نهج البلاغه و رابطه آن با راهبردهای مقابله با استرس در نوجوانان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته روان‌شناسی بالینی، دانشگاه اصفهان: دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی.

Endler, N. S., & Parker, J. D. A. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical Evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(5), 844-854.

Gallagher, M., Nelson, R. J., Weiner, I. B. (2003). *Biological Psychology (handbook of psychology)*. New Jersey: John Wiley & Son.

Ghani, S., Abdullah, S., Akil, S. M. S., Nordin, N. (2014). Muslim Adolescents Moral Value And Coping Strategy Among Muslim Female Adolescent Involved In Premarital Sex, *Social and Behavioral Sciences*, 114(3), 427-433.

Homayouni, A., Karabi, S. (2011). Social adaptation and identity in university students, 20th European Congress of Psychiatry, Prague, Czech Republic

Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. New York: springer; 138-145.

Lazarus, R. S., Folkman, S. (1984). Coping and adaptation. In: Gentry WD, Editor. *Handbook of behavioral medicine*. New York, NY: Guilford Press.

Folkman, S., Lazarus, R. S., Gruen, R. J., Delongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status, & psychological symptoms. *J Pers Soc Psychol*, (50), 571-9.

Tilker, H. A. (1975). *Developmental psychology today*. NY: CRM/Random House.

Wilthink, J., Subic, C. & Twin, L. (2010). Repressive coping style and its relation to psychosocial distress in males with red dysfunction, *Journal of Sexual Medicine*, (7), 2120-2129.



۲۴