



نقش واسطه‌ای راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در پیش‌بینی احساس تنهایی براساس تاب‌آوری و شفقت به خود در دوران همه‌گیری کووید-۱۹

زهرا ترابی*^۱

۱- گروه روانشناسی عمومی، دانشکده روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن، تهران، ایران
*تهران، رودهن، دانشکده روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی

چکیده

اطلاعات مقاله

مقاله پژوهشی کامل

دریافت: ۱۱ اسفند ۱۴۰۱

پذیرش: ۱۵ فروردین ۱۴۰۲

ارائه در سایت: ۳ اردیبهشت ۱۴۰۲

کلید واژگان:

مکانیزم‌های دفاعی

سرسختی روان‌شناختی

سازگاری اجتماعی

احساس تنهایی، ناتوانی در برقراری و حفظ روابط اجتماعی رضایت‌بخش است که باعث تجربه حس غمگینی، پوچی، تأسف و حسرت می‌گردد. هدف پژوهش حاضر الگوی تحلیل مسیر پیش‌بینی احساس تنهایی بر اساس تاب‌آوری و شفقت به خود با نقش واسطه‌ای تنظیم شناختی هیجان در دوران همه‌گیری کووید-۱۹ بود. طرح پژوهش حاضر؛ توصیفی و از نوع همبستگی با استفاده از تحلیل مسیر بود. جامعه آماری پژوهش حاضر دانشجویان شاغل به تحصیل در سال ۱۴۰۰-۱۴۰۱ دانشگاه‌های آزاد تهران بودند. روش نمونه‌گیری به صورت آنلین و در دسترس بود. برای پژوهش حاضر نمونه‌ای به حجم ۱۵۰ نفر انتخاب شد. برای جمع‌آوری داده‌های پژوهش، از پرسشنامه‌های احساس تنهایی (راسل و همکاران، ۱۹۸۰)، تاب‌آوری (کونور و دیویدسون، ۲۰۰۳)، شفقت به خود (نف و همکاران، ۲۰۰۶) و راهبردهای تنظیم شناختی هیجانی (گارفنلسکی و کرایچ، ۲۰۰۱) استفاده شد. برای تحلیل داده‌های پژوهش از نرم‌افزار spss نسخه ۲۴ و برای آزمون مدل از نرم‌افزار ایموس استفاده شد. نتایج تجزیه و تحلیل نشان داد متغیر تاب‌آوری هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیر مستقیم از طریق راهبردهای تنظیم شناختی هیجان قادر به پیش‌بینی متغیر احساس تنهایی بود. از سوی دیگر متغیر شفقت به خود فقط به صورت غیر مستقیم از طریق راهبردهای تنظیم شناختی هیجان با احساس تنهایی ارتباط داشت.

Comparison of defense mechanisms, psychological toughness and social adjustment of male and female students

Zohra Sadeghiafjeh¹, Zainab Rabbani^{2,*}

1- Department of General Psychology, Faculty of Psychology, Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran.

*

Article Information

Original

Received 2023-03-02

Accepted 2023-04-04

Available Online 2023-04-23

Keywords:

Defense mechanisms

Psychological toughness

Social adjustment

Abstract

The present study was conducted with the aim of comparing defense mechanisms, psychological toughness and social adjustment of male and female students. This research was in the form of a causal-comparative descriptive design. For this purpose, 200 students (100 boys and 100 girls) were selected from all the students of Azad University of Tehran branch in the academic year 1401-1402 by multi-stage cluster random sampling method. Data was collected using a questionnaire. The analysis of findings through multiway analysis of variance and independent t test showed that there is a significant difference between defense mechanisms, psychological toughness and social adjustment of male and female students ($P < 0.05$). Female students have higher social adjustment than boys and have a higher average in developed defense mechanisms and a lower average in underdeveloped defense mechanisms than boys; But there was no significant difference between male and female students' neurotic defense mechanisms. Also, there is a significant difference between male and female students' psychological toughness (control, commitment, and challenge-seeking), and boys have higher psychological toughness than girls. According to the results, it should be said that there is a difference between the defense mechanisms, psychological toughness and social adaptation of students based on gender, so this can be used as a suitable theoretical basis for the development of programs and educational-therapeutic interventions in universities.

۱- مقدمه

یکی از بیماری‌های نوظهور عصر حاضر، کووید ۱۹ ویروسی از خانواده کرونا ویروس‌هاست که پیش‌تر به عنوان سندرم تنفسی حاد و سندرم تنفسی خاورمیانه شناخته می‌شد و باعث دو مورد از همه‌گیری‌های شدیدتر در سال‌های اخیر شده است. اولین مورد ناشی از کووید-۱۹ در ۳۱ دسامبر ۲۰۱۹ در کشور چین شناسایی شد و اعلام قرنطینه در ۲۳ ژانویه ۲۰۲۰ انجام شد (سهرابی و همکاران، ۲۰۲۰). در ۳۱ ژانویه ۲۰۲۰، سازمان بهداشت جهانی شیوع ویروس جدید در وهان چین را به عنوان وضعیت اضطراری بهداشتی بین‌المللی اعلام کرد. در ۱۳ فوریه ۲۰۲۰، سازمان بهداشت جهانی رسماً این بیماری را با عنوان کووید-۱۹ نام‌گذاری کرد. این بیماری در ۱۱ مارس ۲۰۲۰ به عنوان بیماری همه‌گیر و جهانی از سوی سازمان جهانی بهداشت معرفی شد (بیانیه سازمان جهانی بهداشت، ۲۰۲۰). گرچه منشأ دقیق بیماری تا به امروز ناشناخته است، اولین موارد گزارش شده همه مربوط به بازار عمده فروشی غذاهای دریایی در منطقه ای در جنوب چین بود که حیوانات وحشی (مانند خفاش‌ها) به طور غیر قانونی فروخته می‌شدند (هانگ و همکاران، ۲۰۲۰؛ لی و همکاران، ۲۰۲۰). کووید-۱۹ را نمی‌توان صرفاً به عنوان امری بهداشتی قلمداد کرد و آن را به مسئله‌ای پزشکی تقلیل داد؛ بلکه باید به این بیماری به عنوان یک واقعیت روانی اجتماعی نگریسته شود و با شناسایی ابعاد مختلف فرهنگی، روان‌شناختی، سیاسی و اجتماعی به تهیه راهنماها و پروتکل‌های مناسب مبادرت کرد (چن و همکاران، ۲۰۲۰). یکی از متغیرهای مهم روان‌شناختی که می‌توان نقش آن را در همه‌گیری کووید-۱۹ مطرح کرد، احساس تنهایی است (۴ است). محققان احساس تنهایی را به عنوان یک تجربه ذهنی و گاهی یک تجربه واقعی که برای افراد ناخوشایند و ناگوار است تعریف می‌کنند. این تجارب معمولاً از ناراضی‌های روابط اجتماعی ناشی می‌شود و ممکن است از حالات گذرا و سریع به یک حالت مداوم و تجربه مخرب زندگی تغییر کند (کیلگور، کلونان، تیلور و دیلی، ۲۰۲۰). احساس تنهایی زمانی پیش می‌آید که تماس و رابطه فرد با دیگران کاذب باشد به نحوی که تجربه عاطفی مشترکی برای این رابطه دو جانبه فرد با دیگران متصور نباشد و انسان در فرآیند تماس با دیگران فاقد یک احساس صمیمی و ارتباطی حقیقی باشد (لوچتی و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین عوامل متعددی می‌توانند در احساس تنهایی افراد نقش داشته باشند که در

این پژوهش به نقش راهبردهای تنظیم شناختی هیجان ۷، تاب‌آوری ۸ و شفقت به خود ۹ پرداخته می‌شود.

۲- مبانی تحقیق

تمایل به روابط صمیمانه در همه انسان‌ها از زمان تولد تا مرگ وجود دارد. افرادی که از داشتن روابط مثبت، پایدار و با اهمیت بی‌بهره‌اند، احساس عدم رضایت و محرومیت و در نهایت احساس تنهایی می‌کنند (هنریک و گالون، ۲۰۰۶). تنهایی یکی از تجارب عمومی بشر و احساسی است که هر فرد کم و بیش آن را تجربه می‌کند (بهرامیان، ۱۳۹۳) و معمولاً در طول تمام مراحل رشدی به نحوی تجربه می‌شود. برای برخی از افراد این تجربه زودگذر و گاه‌به‌گاه است، برای دیگران، تجربه‌ی تنهایی فراگیر و ثابت است (تانگ، ۲۰۱۳)، برای گروه دیگر، تنهایی به صورت پیوسته در حال افزایش تجربه می‌شود و به مرحله‌ای می‌رسد که تحمل آن سخت می‌شود (استیکلی و همکاران، ۲۰۱۴). شیوع احساس تنهایی در دوره نوجوانی به اوج خود می‌رسد (زانگ و همکاران، ۲۰۱۵). احساس تنهایی ناتوانی در برقراری و حفظ روابط اجتماعی رضایت‌بخش است که باعث تجربه حس غمگینی، پوچی، تأسف و حسرت می‌گردد (زانگ و همکاران، ۲۰۱۳، ۲۰۱۸). احساس تنهایی یا فقدان درک روابط اجتماعی حمایتی، در سال‌های اخیر به عنوان یک متغیر کلیدی پیش‌بینی‌کننده‌ی سلامت، ظهور کرده است (آدام و همکاران، ۲۰۱۱). احساس تنهایی منجر به نقص به صورت کمی و کیفی در شبکه‌ی روابط اجتماعی فرد می‌شود (زانگ و همکاران، ۲۰۱۵) و شامل احساس خلأ ناشی از اختلاف نیاز به تعلق و درجه‌ای که این نیاز برآورده شده، است (تانگ، ۲۰۱۳) و در موقعیت‌هایی که روابط هیجان‌انگیز کمتر از میزان دلخواه فرد است و صمیمیت مورد نیاز او تحقق نمی‌یابد، بروز می‌کند (پیلو، ۱۵، ۱۹۸۵). احساس تنهایی از ادراک ناکافی بودن رضایت از روابط اجتماعی برای ارضای نیازهای مهم اجتماعی فرد، ناشی می‌شود (استیکلی و همکاران، ۲۰۱۴). این احساس، ناهمخوانی بین انتظارات و آرزوها را در روابط اجتماعی نشان می‌دهد و در رفتارهایی مانند اجتناب از تماس با دیگران نمود می‌یابد (صالحی و سیف، ۱۳۹۱). احساس تنهایی می‌تواند معلول شرایط و متغیرهای بسیار زیادی باشد، که در این پژوهش به بررسی تاب‌آوری و شفقت به خود و نقش واسطه‌ای تنظیم شناختی هیجانی پرداخته می‌شود. یکی از متغیرهایی که به احساس تنهایی در ارتباط است، تاب‌آوری ۱۶ است. تاب‌آوری به‌عنوان اطمینان فرد به توانایی‌هایش برای غلبه بر تنش، داشتن توانایی‌های مقابله‌ای، حرمت خود، ثبات عاطفی و ویژگی‌های فردی که حمایت اجتماعی از طرف

7 cognitive emotion regulation strategies

8 resilience

9 self-compassion

10 Henrich & Gullone

11 Tong

12 Stickley et al

13 Zhao et al.

14 Adam et al.

15 Peplau

16 resilience

1 Huang

2 Li

3 Chen

4 loneliness

5 Killgore, Cloonan, Taylor & Dailey

6 Luchetti

دیگران را افزایش می‌دهد تعریف شده است. این سازه از جمله عواملی است که از بروز مشکلات روانی در میان افراد جلوگیری به عمل می‌آورد و آن‌ها را از بروز اثرات روانی رویدادهای مشکل‌زا در امان نگاه می‌دارد (پینکوارت، ۲۰۰۸). تاب‌آوری به‌عنوان منبعی برای تسهیل غلبه بر مصائب، مشکلات، مقاومت در برابر تنش و از بین بردن اثرات روانی آن‌ها تعریف شده است (اعرابیان و ابولمعالی، ۱۳۹۷). به بیان دیگر تاب‌آوری، سازگاری مثبت در واکنش به شرایط ناگوار است. البته تاب‌آوری، تنها پایداری در برابر آسیب‌ها یا شرایط تهدیدکننده نیست و حالتی انفعالی در رویارویی با شرایط خطرناک نیست، بلکه شرکت فعال و سازنده در محیط پیرامونی خود است. می‌توان گفت تاب‌آوری، توان‌مندی فرد در برقراری تعادل زیستی-روانی، در شرایط خطرناک است (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳). نصیرزاده، رضایی و محمدی فر (۱۳۹۷) در پژوهش خود بیان کردند که کاهش سطح تنهایی و اضطراب دانشجویان بدنبال آموزش تاب‌آوری اتفاق می‌افتد. یکی دیگر از متغیرهایی که با احساس تنهایی در ارتباط است، شفقت به خود ۳ است. شفقت به خود را می‌توان به عنوان یک موضع مثبت نسبت به خود، زمانی که همه‌چیز بد پیش می‌رود تعریف کرد خود شفقتی فقط به عنوان یک صفت و این عامل محافظ مؤثر برای پرورش انعطاف‌پذیری عاطفی محسوب می‌شود به طوری که به‌تازگی روش‌های درمانی با هدف بهبود خود شفقت توسعه داده شده است (هافلد و روفیکس، ۲۰۱۱). شفقت به خود موجب احساس مراقبت فرد نسبت به خود، آگاهی یافتن، نگرش بدون دآوری نسبت به نابسندگی و شکست‌های خود و پذیرش این نکته که تجارب وی نیز بخشی از تجارب معمول بشری است، می‌شود (نفر، ۲۰۰۳). در واقع شفقت به خود مستلزم پذیرش این نکته است که رنج، شکست و نابسندگی‌ها بخشی از شرایط انسانی است و همه انسان‌ها و از جمله خود فرد مستحق مهربانی و شفقت هستند (گلدستون و کارن فیلد، ۱۹۸۷). افرادی که شفقت به خود بالایی دارند، زمانی که رویدادی منفی را تجربه می‌کنند، با مهربانی و نگرانی و ملاحظت با خود برخورد می‌کنند. میزان بالای شفقت نسبت به خود منجر به افزایش ارتباط اجتماعی و کاهش انتقاد از خود، نشخوار فکری، سرکوب فکر و اضطراب می‌شود (نفر و رادو، ۲۰۱۷). با شفقت به خود فرد می‌تواند بدون نیاز به محافظت از خود پنداره‌اش عواطف مثبتی نسبت به خود تجربه کند زیرا خود شفقت بر مبنای عملکرد و ارزیابی از خود و دیگران یا بر وفق معیار استانداردهای ایده آل نیست. در واقع خود شفقت به کارگیری فرایند ارزیابی کامل و یکپارچه (مثبت و منفی) توأم با احساس مهربانی و درک و فهم و پذیرش عمومی بودن معمولی بشریت است (باشمستر، بوشمن کمپل، ۸،

۲۰۰۰). بیکر و مک نالتی ۹ (۲۰۱۱) نشان دادند که سطوح بالای شفقت به خود به افزایش انگیزه برای حل و فصل چالش‌های بین فردی، حل مسئله سازنده و ثبات زناشویی منجر می‌شود. اختیاری صادق، ایمانی نائی و میرزا محمدی (۱۳۹۷) در پژوهش خود نشان دادند که احساس تنهایی با شفقت به خود، معنویت و سبک زندگی اسلامی رابطه‌ی منفی و معنادار دارند. همچنین، تحلیل داده‌ها با روش رگرسیون هم‌زمان نشان داد که متغیرهای پیش‌بین با هم، ۵۹ درصد از واریانس احساس تنهایی را پیش‌بینی کردند. آن‌ها بیان کردند کسانی که شفقت به خود، سبک زندگی اسلامی و گرایش معنوی بالاتری دارند، از شاخص‌های سلامت بهتری برخوردارند. کاظمی، احدی و نجات (۱۳۹۹) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که روش درمان مبتنی بر شفقت در پس‌آزمون باعث کاهش احساس تنهایی و قند خون و افزایش رفتارهای خودمراقبتی در بیماران مبتلا به دیابت نوع دو شد و نتایج درمان در پیگیری حفظ شد. متغیر دیگری که با احساس تنهایی در ارتباط است، تنظیم شناختی هیجان ۱۰ است. تنظیم هیجان، شامل گستره‌ای از راهبردهای شناختی و رفتاری هشیار و ناهشیار است که جهت کاهش، حفظ یا افزایش یک هیجان صورت می‌گیرد و مشخص شده است که افراد در مواجهه با رویدادهای استرس‌زا، از راهبردهای تنظیم هیجان متفاوتی برای اصلاح یا تعدیل تجربه هیجانی خود استفاده می‌کنند (گراس، ۱۱، ۲۰۱۵). یکی از متداول‌ترین این راهبردها، تنظیم هیجان با استفاده از راهبردهای شناختی است. شناخت‌ها یا فرآیندهای شناختی به افراد کمک می‌کند که هیجان‌ها و احساس‌های خود را تنظیم نموده و توسط شدت هیجان‌ها مغلوب نشود (گارفنسکی و کرایچ، ۱۲، ۲۰۱۸). تنظیم شناختی هیجان، به شیوه شناختی مدیریت و دستکاری ورود اطلاعات فراخوانده هیجان، اشاره دارد (ارم، حسنی و مرادی، ۱۳۹۴). تنظیم شناختی هیجان روش شناختی برای کنار آمدن با موقعیت‌های استرس‌زا است. راهبردهای شناختی که عبارت‌اند از: سرزنش خود ۱۳، سرزنش دیگران ۱۴، نشخوار فکری ۱۵، تلقی فاجعه‌آمیز ۱۶، توسعه‌ی چشم‌انداز ۱۷، تمرکز مجدد مثبت ۱۸، ارزیابی مجدد مثبت ۱۹، پذیرش شرایط ۲۰ و برنامه‌ریزی کردن ۲۱ که برخی از این راهبردها انطباقی و برخی غیر انطباقی‌اند (حسین زاده و اسبقی، ۱۳۹۹). سپهری و کیانی (۱۳۹۹) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که راهبردهای سازش یافته تنظیم هیجان و طرح‌واره ناسازگار اولیه بر گرایش به اعتیاد اثر مستقیم

⁹ Baker & McNulty

¹⁰ cognitive emotion regulation

¹¹ Gross

¹² Garnefski & Kraaij

¹³ Sself-Blame

¹⁴ Other Blame

¹⁵ Focus on Thought/ Rumination

¹⁶ Catasrophizing

¹⁷ Putting in to perspective

¹⁸ Positive refocusing

¹⁹ Positive reappraisal

²⁰ Acceptance

²¹ Refocus on planning

¹ Pinquart

² Conner & Davidson

³ self-compassion

⁴ Hupfeld & Ruffieux

⁵ Neff

⁶ Goldeston & Karen field

⁷ Neff & Rude

⁸ Bashmister & Bushman & Kimble

و معناداری نداشتند، درحالی‌که، راهبردهای سازش نیافته تنظیم هیجان و احساس تنهایی بر گرایش به اعتیاد اثر مستقیم و معناداری داشتند. احساس تنهایی و طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه نقش میانجی در رابطه بین راهبردهای سازش نیافته با گرایش به اعتیاد داشتند. همچنین پژوهش‌ها رابطه تنظیم شناختی هیجان با تاب‌آوری و شفقت به خود را نشان داده‌اند. پژوهش‌ها نشان داده‌اند افرادی که عادت به استفاده از راهبرد ارزیابی مجدد برای تنظیم هیجان‌اتشان در زندگی روزمره خود دارند، تاب‌آوری بیشتری در برابر استرس، از خود نشان می‌دهند (شریفی باستان، یزدی و زهرایی، ۱۳۹۵). محمودی و قائمی (۱۳۹۶) در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند متغیر استراتژی‌های تنظیم شناختی هیجان مثبت به صورت مثبت و معنی دار متغیر تاب‌آوری را پیش‌بینی می‌کند. یزدانبخش، کرمی و دریکوند (۱۳۹۹) در پژوهش خود نشان دادند که درمان متمرکز بر شفقت بر تنظیم شناختی هیجان دانش آموزان قلدر تأثیر معناداری دارد. در نتیجه می‌توان گفت که درمان متمرکز بر شفقت عامل مهم و تأثیرگذاری بر تنظیم شناختی هیجان در دانش آموزان است.

۴- یافته‌ها

توصیف متغیرهای تحقیق

در این بخش نیز با استفاده از شاخص‌های مرکزی، متغیرهای پژوهش مورد توصیف قرار می‌گیرد.

در جدول ۱ میانگین مربوط به متغیرهای پژوهش به همراه انحراف استاندارد، چولگی و کشیدگی آن‌ها نمایش داده شده است.

جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد، چولگی و کشیدگی متغیرهای پژوهش

متغیر	مؤلفه‌ها	میانگین	انحراف استاندارد	چولگی	کشیدگی
احساس تنهایی	احساس	۵۰/۱۰	۱۴/۲۵	-۰/۲۱۲	-۱/۰۳۶
تاب‌آوری	تاب‌آوری	۸۲/۲۰	۱۷/۹۴	-۰/۱۴۲	-۰/۱۶۹
شفقت به خود	شفقت به خود	۷۸/۴۸	۹/۵۲	-۰/۰۲۱	-۰/۲۴۵
تنظیم شناختی هیجان	سازش یافته	۲۹/۹۶	۹/۰۷	-۰/۱۸۴	-۰/۷۶۴
	سازش نیافته	۲۳/۲۲	۶/۷۰	۰/۲۵۵	-۰/۹۲۳

همان‌طور که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، میانگین مربوط به متغیرهای پژوهش به همراه انحراف استاندارد، چولگی و کشیدگی آن‌ها نمایش داده شده است. مقدار آماره چولگی و کشیدگی در بازه (۲، -۲) قرار دارد و این نشان از قابل قبول بودن این مقادیر برای نرمال بودن داده‌های این متغیر است.

در این بخش سوال‌های پژوهش با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر مورد آزمون قرار می‌گیرند.

۳- روش تحقیق

پژوهش حاضر از نظر هدف در حیطه تحقیقات بنیادی است. همچنین با توجه به این که در این پژوهش از روش‌های مطالعه کتابخانه‌ای و نیز روش‌های میدانی نظیر پرسشنامه استفاده می‌شود، می‌توان بیان کرد که پژوهش حاضر بر اساس ماهیت و روش، یک پژوهش توصیفی و از نوع همبستگی-رگرسیون است. همچنین این تحقیق از نظر نوع داده‌ها کمی، و از نظر زمانی در حیطه تحقیقات مقطعی قرار دارد. جامعه آماری پژوهش حاضر دانشجویان در حال تحصیل در سال ۱۴۰۰-۱۴۰۱ دانشگاه‌های آزاد تهران بودند. روش نمونه‌گیری به صورت در دسترس و آنلاین بود. با توجه به شیوع بیماری کووید-۱۹ نمونه‌های آماری به دلیل در دسترس نبودن دقیق تعداد جامعه آماری با استفاده از نظر لوهین (۱۹۹۲) برای مدل ساختاری بود. برای تعیین حجم نمونه لوهین (۱۹۹۲) پیشنهاد می‌کند که برای بررسی مدل ساختاری که در آن ۴-۲ عامل شرکت دارند، پژوهشگر باید روی گردآوری دست کم ۱۰۰ تا ۲۰۰ مورد برنامه‌ریزی کند. کاربرد نمونه‌های کوچکتر می‌تواند موجب عدم حصول همگرایی و به دست آوردن نتایج نامناسب و یا دقت پایین برآورد پارامترها و به ویژه خطاهای استاندارد شود (هومن، ۱۳۸۴). اجرای پرسشنامه‌ها با توجه به شرایط، بصورت آنلاین بود. تعداد ۱۵۰ نفر به عنوان نمونه پژوهشی انتخاب شدند. ابزار تحقیق به صورت پرسشنامه صورت گرفته است که پرسشنامه‌ها عبارتند از: پرسش‌نامه احساس تنهایی توسط راسل و پیلوا و کورتونا در سال ۱۹۸۰ ساخته شد که شامل ۲۰ سؤال و به صورت ۴ گزینه‌ای، ۱۰ جمله منفی و ۱۰ جمله مثبت است. پرسشنامه تاب‌آوری را کونور و دیویدسون (۲۰۰۳) با مرور منابع پژوهشی ۱۹۹۱-۱۹۷۹ حوزه تاب‌آوری تهیه کردند. مقیاس شفقت خود ساخته دارای ۳ مقیاس دوقطبی: مهربانی با خود در برابر قضاوت و داوری خود، انسانیت مشترک در برابر انزوا، به هشیاری در برابر همانندسازی افراطی است. این ۶ مقیاس در

ابتدا برای سوال‌های فرعی پژوهش به بررسی رابطه‌ی بین متغیرها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون خواهیم پرداخت.

۵- بیان مسئله تحقیق

ورود به سیستم آموزش عالی یک چالش انطباقی برای دانشجویان است، زیرا آن‌ها با شرایط مختلف تغییر یافته، مانند تغییر در روش‌های آموزشی، شرایط محیطی و یک محیط اجتماعی جدید که منجر به استرس می‌شود، روبرو هستند. سازگاری ضعیف یا آهسته می‌تواند منجر به افت تحصیلی شود، مانند نمرات پایین، ترک دانشگاه، اخراج از دانشگاه، یا مواجهه با سایر مسائل مشکل‌ساز شدید مانند وابستگی به مواد مخدر و خودکشی (D'Silva & Aminabhavi, 2013). وقتی فردی تحریک می‌شود با ابراز سازگاری پاسخ می‌دهد. اینکه آیا یک فرد می‌تواند سازگار شود بستگی به شدت محرک و سطح توانایی فرد برای سازگاری با شرایط در حال تغییر دارد (Ruangying, 2022). سازگاری یک مفهوم چندمعنایی و بین‌رشته‌ای است که می‌تواند به‌عنوان یک فرآیند پویا از سازگاری مداوم با محیط‌ها در نظر گرفته شود (Tamminen & Crocker, 2014) و به معنای توانایی فرد در تطابق با محیط اطرافش است که می‌تواند در حیطه‌های مختلفی از جمله ابعاد اجتماعی، خانوادگی، عاطفی و تحصیلی مطرح شود (بهداری خسروشاهی و حبیبی-کلیبر، ۱۳۹۶). در این میان، مطالعه یکی از ابعاد سازگاری، به‌خصوص در جمعیت دانشجویان که به‌هنگام ورود به محیط آموزشی دانشگاه با تغییرات جدیدی روبرو می‌شوند، اهمیت دارد و آن سازگاری اجتماعی است. سازگاری اجتماعی به تجربیات اجتماعی و عاطفی دانشجویان دختر و پسر اشاره دارد که در زمینه دانشگاه شامل این است که دانشجو تا چه اندازه در محیط دانشگاه و کلاس احساس خوبی و امنیت می‌کند و با همسالان خود کنار می‌آید. پژوهش‌ها نیز نشان می‌دهد که توانایی سازگاری اجتماعی به‌خصوص با محیط دانشگاه، باعث بالا بردن کارایی و کفایت تحصیلی دانشجویان نیز می‌گردد (عباسی رستمی و رشیدی، ۱۳۹۹). بررسی‌ها نشان می‌دهد که بیشتر پژوهش‌های انجام شده در مورد رابطه سازگاری اجتماعی با جنسیت بر روی مکانیزم‌های مختلفی که هرکدام از دو جنس برای سازگاری اجتماعی مورد استفاده قرار می‌دهند، متمرکز شده‌اند و کمتر به مقایسه میزان سازگاری اجتماعی در دو جنس پرداخته‌اند. در معدودی پژوهش‌هایی که وجود داشت به این نتیجه رسیده‌اند که میزان سازگاری اجتماعی در دختران و پسران متفاوت است (Ruangying, 2022) (ابراهیم‌پور و عالی-شاهی، ۱۳۹۶). در برخی این سازگاری در دختران بیش از پسران است (خداحمی و همکاران، ۱۳۹۴) و از طرفی کائور و شارما (۲۰۲۲) و عباداتی و عباداتی (۱۴۰۱) که نشان دادند پسران سازگارتر از دختران هستند.

مکانیزم‌های دفاعی متغیر دیگری است که به نظر در بین پسران و دختران دانشجو تفاوت‌هایی دارد. در برخی پژوهش‌ها مشخص شده است که زنان بیشتر از دفاع‌های درونی و ارتباط محور مانند جسمانی کردن واکنش‌سازی، نوع دوستی و آرایش، آرامی سازی و دوباره‌سازی استفاده می‌کنند و مردان اغلب از دفاع‌های برونی شده با ویژگی‌های تسلط و برتری مانند واپس‌رانی، انکار، بازداری، فرافکنی و توجیه عقلانی بیشتر سود می‌برند (مهری‌نژاد و شریفی، ۱۳۹۶). مطالعات کرامر (۲۰۱۷) نشان می‌دهد که در مقایسه با زنان، افرادی که به‌عنوان مرد شناخته می‌شوند، سبک‌های دفاعی را نشان می‌دهند که به‌طور قابل‌توجهی کمتر بالغ، آسیب‌شناسانه‌تر هستند. لذا، با

توجه به اهمیت شخصیت در بروز و شکل‌گیری سازگاری به‌عنوان یک رفتار اجتماعی، یکی از مفاهیم مهم به‌خصوص از نقطه‌نظر دیدگاه‌های روان‌تحلیل‌گری که در شکل‌گیری شخصیت و به طبع آن تصور فرد از خویشتن در زمینه‌های فردی، اجتماعی، تحصیلی و غیره، مؤثر است و می‌تواند با انعطاف و سازگاری و یا عدم سازگاری افراد در محیط‌های اجتماعی در ارتباط باشد، نوع مکانیزم‌های دفاعی است که فرد به کار می‌گیرد (کاظمی رضایی، شاهقلیان، کاظمی رضایی و کربلایی اسماعیل، ۱۳۹۷). مطالعات گذشته عمدتاً بر روی مقابله متمرکز شده‌اند و مکانیزم‌های دفاعی را نادیده گرفته‌اند. علی‌رغم شواهدی که نشان می‌دهند این مکانیزم‌ها برای درک فرآیند سازگاری مهم هستند (Nicolas et al, 2017). مکانیزم دفاعی فرد منعکس‌کننده ویژگی‌های شخصیتی، بلوغ عاطفی و توانایی‌های انطباقی است. اگر کسی نتواند مکانیزم‌های دفاعی را با موفقیت هماهنگ کند، آسیب‌های روانی ممکن است رخ دهد. بلوغ مکانیزم‌های دفاعی ارتباط مثبتی با سازگاری و ارتباط منفی با آسیب‌های روانی دارد (مکانیزم دفاعی نقش مهمی در موفقیت یا شکست سازگاری شخصی با محیط دارد. به‌عبارت‌دیگر می‌توان گفت هدف از به‌کارگیری مکانیزم‌های دفاعی محافظت از فرد پیرامون احساسات دردناک، سائق‌ها و آرزوهایی است که نمی‌تواند به آن‌ها دست یابد (Sala et al, 2015).

بررسی تفاوت جنسیتی در سرسختی روان‌شناختی نیز بیانگر تفاوت بین دختران و پسران هست به‌صورتی که شیخ (۲۰۱۷) نشان داد میزان پرخاشگری در مریدان مرد و میزان سرسختی در مریدان زن بالا می‌باشد و معمولاً زنان شغل خود را نوعی عامل حضور در جامعه تصور می‌کنند و سریع‌تر ارتباط عاطفی برقرار می‌کنند و نوعی حس تعهد به وظایف خود دارند. مطالعات نشان می‌دهد، یکی دیگر از ویژگی‌های شخصیتی و سازه روان‌شناختی مهمی که مسیر رشد، پیشرفت و میزان سازگاری افراد به‌خصوص فراگیران را در محیط‌های آموزشی مشخص می‌کند و می‌تواند با آن در ارتباط باشد سرسختی روان‌شناختی است (Brown, 2017). این ویژگی شخصیتی اولین بار توسط کوباسا (۲۰۰۹)، مطرح گردیده است. وی با استفاده از نظریه‌های وجودی در شخصیت، سرسختی را ترکیبی از باورها در مورد خویشتن و جهان تعریف می‌کند که از سه مؤلفه تعهد، کنترل و چالش جویی تشکیل شده است. به‌عبارت‌دیگر، سرسختی روان‌شناختی، ویژگی است که به‌وسیله آن، فرد به منابع بیشتری برای پاسخ‌گویی به عوامل تنش‌زا دسترسی پیدا می‌کند و باعث پرورش دیدی خوش‌بینانه نسبت به این عوامل می‌شود (ملک‌پور، سلیمانی، طالبی و قاسم‌زاده، ۱۳۹۶). افراد سرسخت معمولاً در واکنش به تغییرات محیطی آینده‌نگری و کنترل قوی از خود نشان می‌دهند، رفتارهای مقابله‌ای مؤثری از خود نشان می‌دهند و معتقدند که می‌توانند با تلاش‌های خود بر محیط اطراف خود تأثیر بگذارند و در نتیجه بحران‌ها را به فرصت‌هایی برای رشد تبدیل کنند تا اینکه منفعلانه پیامدهای این بحران‌ها را بپذیرند (Liu et al, 2022). مطالعات نشان داده‌اند که سرسختی می‌تواند اثرات منفی استرس تحصیلی بر سلامتی را کاهش دهد (Abdollahi et al, 2020). مطالعات همچنین مشاهده کرده‌اند که سرسختی اضطراب را کاهش می‌دهد، مهارت‌های اجتماعی را بهبود می‌بخشد و اختلافات در سلامت روانی دانشجویان را توضیح می‌دهد (Sadeghi and Einaky, 2020). این یافته‌ها نشان می‌دهد که سرسختی برای دانشجویان دانشگاه ضروری است تا سلامت جسمی و روانی خود را در طول زندگی حرفه‌ای و تحصیلی خود حفظ کنند؛ بنابراین با توجه به اهمیت بررسی سازگاری اجتماعی، مکانیزم‌های دفاعی و سرسختی روان‌شناختی در دانشجویان به‌خصوص در

شرایط کنونی جامعه از جمله همه‌گیری بیماری، مشکلات اقتصادی و مواردی از این مسئله اصلی پژوهش حاضر این است که آیا بین مکانیزم‌های دفاعی و سرسختی روان‌شناختی سازگاری اجتماعی در دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد؟

۶- مبانی تحقیق

۳-۱- سازگاری اجتماعی

سازگاری اجتماعی به معنای کنار آمدن با هنجارهای اجتماعی، رعایت قوانین و اصول اجتماعی، برقراری ارتباطات اجتماعی کارآمد و تلاش برای رضایت از آنهاست. یک فرد سازگار اجتماعی می‌تواند اطلاعات دریاقتی از محیط را به‌درستی پردازش کند. چنین فردی می‌تواند برای خود یک نظام ارزشی تعیین کند تا از نوسانات نامطلوب ذهنی و اختلاف‌نظر با دیگران آسیب نبیند Cordier et al, 2015. ری و الیوت (۲۰۱۹) گزارش کردند که مؤلفه‌های خودپنداره و مهارت‌های اجتماعی، شاخص‌های سازگاری اجتماعی هستند و افراد با سطح بالاتری از مهارت‌های اجتماعی و خودپنداره مثبت‌تر، سطوح بالاتر سازگاری اجتماعی و شایستگی تحصیلی را بیان می‌کنند Ray and Elliott, 2019. سازگاری اجتماعی به توانایی ایجاد روابط رضایت‌بخش با افراد دیگر اشاره دارد و سازگاری عاطفی شامل پذیرش شخصی شرایط است که ممکن است شامل انطباق نگرش‌ها و عواطف بر این اساس باشد بنابراین، یک دانشجوی شتاب‌دار با سازگاری اجتماعی و عاطفی، دانشجویی است که پاسخ‌های اجتماعی و روان‌شناختی مناسبی را نسبت به جوان بودن دانشجوی در دانشگاه نشان می‌دهد. در تحقیق بر روی دانش‌آموزان شتاب‌زده، اصطلاحات متعددی با توجه به اثرات غیر تحصیلی شتاب و سازگاری غیرآکادمیک دانش‌آموزان شتاب‌زده با محیط یادگیری جدیدشان استفاده می‌شود Schuur et al, 2021. در یک متاآنالیز، راجرز (۲۰۱۵) معیارهای سازگاری اجتماعی را شامل طیف گسترده‌ای از ویژگی‌ها مانند خودپنداره اجتماعی، بلوغ اجتماعی، پذیرش همسالان، دوستی‌ها، مشارکت در سازمان‌ها و روابط خانوادگی یافت. اثرات سازگاری روان‌شناختی نیز با طیف گسترده‌ای از ویژگی‌ها مانند ویژگی‌های شخصیتی، خودکارآمدی، منبع کنترل، انگیزه، پذیرش خود، شادی و بهزیستی اندازه‌گیری شد Rogers, 2015.

۳-۲- سرسختی روان‌شناختی

سرسختی صفتی است که به فرد و محیط او مربوط می‌شود؛ زیرا شرایط اجتماعی و فرهنگی حاکم بر درک و تجربه فرد از سختی و تهدید تأثیر می‌گذارد. علاوه بر این، درک وی از عوامل حفاظتی و نحوه استفاده از آن‌ها و از این طریق می‌توان ابعاد و معانی سختی را شکل داد Green et al, 2020. سرسختی روان‌شناختی به‌عنوان یک سازه به‌عنوان یک محافظ در برابر عوامل استرس‌زا ظاهر شده و عملکرد، رفتار و روحیه فرد را افزایش می‌دهد. افراد در سطوح سرسختی خود در طول یک پیوستار از کم به بالا متفاوت هستند. افرادی که از نظر روان‌شناختی سرسخت هستند، قوی‌اند، برنامه‌ای برای مقابله با استرس خود ارائه می‌کنند، به‌جای کناره‌گیری و اجتناب از آن، با موقعیت‌های استرس‌زا مواجه می‌شوند و آن موقعیت‌های استرس‌زا را فرصت‌های یادگیری می‌دانند. برعکس، فردی که سرسختی کم دارد ممکن است در مواجهه با فراز و نشیب‌های مختلف زندگی دچار مشکل شود. چنین افرادی ممکن است کمتر متعهد باشند، توانایی کمتری برای کنترل موقعیت داشته باشند و موقعیت‌های بدیع را تهدیدی برای آسایش و امنیت خود بدانند. همان‌طور که تصور می‌شود، کنترل، تعهد و چالش ترکیبی

شناختی/عاطفی هستند که یک سبک شخصیتی آموخته‌شده، رشد محور را تشکیل می‌دهند (نصیری و همکاران، ۱۳۹۹). تئوری سرسختی بیان می‌کند که افرادی که احساس تعهد، کنترل و به چالش کشیده شدن مثبت در شرایط زندگی می‌کنند، تمایل دارند که رویدادها یا شرایط را کمتر استرس‌زا درک کنند و آن‌ها را قابل کنترل بدانند. تحقیقات مختلف گزارش کرده‌اند که افراد با سرسختی بالا به احتمال بیشتری شادی، رضایت از زندگی و سلامت روانی و جسمی خوب را گزارش می‌کنند (Delahaij et al, 2010). از سوی دیگر، مطالعات دیگر گزارش کرده‌اند که افراد با سرسختی پایین، احتمال بیشتری دارد که اختلالات روانی مانند افسردگی، اضطراب و استرس را گزارش کنند (نصیری و همکاران، ۱۳۹۹).

سرسختی روان‌شناختی به‌عنوان یک ویژگی شخصیتی، مجموعه‌ای از نگرش‌ها یا سبکی متشکل از سه ویژگی مرتبط (تعهد، کنترل و چالش) تعریف می‌شود که افراد را قادر می‌سازد تا بهتر با استرس کنار بیایند Delahaij et al, 2010. تعهد به‌عنوان تمایل به درگیر شدن در فعالیت‌های زندگی و داشتن علاقه و کنجکاوی واقعی در مورد دنیای اطرافمان (فعالیت‌ها، چیزها و دیگران) تعریف می‌شود و شامل احساس شایستگی شخصی و احساس جامعه و/یا شرکت، کنترل است. اعتقاد و رفتار به‌گونه‌ای تعریف شد که گویی می‌توان بر وقایع زندگی خود تأثیر گذاشت و این اعتقاد به تأثیرگذاری به‌عنوان بخشی از تلاش فرد رخ می‌دهد. این ویژگی به فرد اجازه می‌دهد تا پیامدهای قابل پیش‌بینی فعالیت‌های خود را در رویدادهای استرس‌زا درک کند و آن‌ها را به نحو مطلوب مدیریت کند (Luceno-Moreno et al, 2020). درنهایت، تمایل به چالش به‌عنوان این باور تعریف شد که تغییر، به‌جای ثبات، به‌عنوان یک روش طبیعی زندگی، فرصت‌هایی را برای رشد شخصی به‌جای تهدیدی برای امنیت فرد ایجاد می‌کند. لازم به ذکر است که مدی در سال ۲۰۰۵ بعد دیگری به نام ارتباط را به‌عنوان بعد چهارم یا درجه ۴ سختی پیشنهاد کرد. به گفته وی، افراد بخشی از قدرت و توانایی خود را برای رویارویی با موقعیت‌های استرس‌زا به دلیل ارتباط با سایر افراد جامعه به دست می‌آورند؛ بنابراین ارتباط یکی از عواملی است که نقش مهمی در ایجاد و حفظ سرسختی دارد. موند در سال ۲۰۱۷ فرهنگ را به‌عنوان بعد پنجم یا پنجمین درجه تأثیرگذار بر سرسختی پیشنهاد کرد. به‌عبارت‌دیگر، او پیشنهاد کرد که سرسختی نباید بدون توجه به فرهنگ به‌عنوان یک رویکرد ساده تفسیر شود Mund, 2017.

۳-۳- ابعاد سرسختی روان‌شناختی

از دیدگاه کوباسا (۲۰۱۴) فرد سرسخت کسی است که سه مشخصه عمومی دارد: الف) تعهد ب) کنترل ج) مبارزه‌جویی. تعهد: یعنی اعتقاد به اهمیت، جالب بودن و معنی‌داری فعالیت‌های زندگی است. کوباسا معتقد است که تعهد، اساسی‌ترین عامل حفظ بهداشت است. مناسبات افراد متعهد با خودشان و با محیطشان متضمن فعال بودن و روی‌آوری است تا منفعل بودن و روی‌گردانی. کنترل: کوباسا با استفاده از منبع کنترل راتر به مفهوم کنترل دست یافت. افراد منبع کنترل را بر اساس تجارب و یادگیری مرتبط با تقویت می‌آموزند. ویژگی شخصیتی کنترل شامل تمایل شخص به احساس و اقدام به‌نحوی که گویی در رویارویی با شرایط و مقتضیات گوناگون زندگی صاحب نفوذ و تسلط است، می‌باشد تا درمانده و وامانده. مبارزه‌جویی: به‌عنوان سیستم اعتقادی است که تهدید ادراک‌شده ناشی از وقایع استرس‌زای زندگی را به حداقل می‌رساند؛ یعنی این اعتقاد که در زندگی تغییر از ثبات عادی تر است و این‌که انتظار تغییر داشتن محرکی برای رشد است نه تهدیدی برای

امنیت. افراد مبارزه‌جو تغییر را با آغوش باز می‌پذیرند و آن را نوعی چالش تلقی می‌کنند.

۴-۳- مکانیزم‌های دفاعی

مکانیزم‌های دفاعی در حوزه‌های مختلف روانشناسی ظاهر می‌شوند. روانشناسی بالینی، روانشناسی شخصیت، روانشناسی اجتماعی، روانشناسی شناختی، روانشناسی رشد و روانکاوی. نظریه‌های مربوط به مکانیزم‌های دفاعی و استفاده از آن‌ها در رابطه با هویت روان‌شناختی حرفه‌ای محققان متفاوت است، اما می‌توان با قطعیت گفت که پایه‌های مطالعه مکانیزم‌های دفاعی توسط روانکاو زیگموند فروید پایه‌گذاری شد و بعدها توسط دخترش آنا فروید پایه‌گذاری و مورد مطالعه گسترده قرار گرفت. از نظر آن‌ها مکانیزم‌های دفاعی در محافظت از نفس در برابر اضطراب یا حداقل کاهش اضطراب نقش دارند. بعدها با پیشرفت روانشناسی اجتماعی راه جدیدی برای مشاهده این مبحث باز شد، یعنی. این فرض مطرح شد که مکانیزم‌های دفاعی در خدمت محافظت از مفهوم خود و حفظ عزت‌نفس هستند (Penco, 2022). دفاع‌های روان‌شناختی یا مکانیزم‌های دفاعی به‌عنوان فرآیندهای روان‌شناختی ناخودآگاه و مستعد برای محافظت از عزت‌نفس و جلوگیری از اضطراب بیش از حد تعریف می‌شوند. این دفاع‌ها بخش بزرگی از عملکرد روزمره را تشکیل می‌دهند و در مواقع استرس زیاد، ناامیدی و تجارب عاطفی قوی و منفی به افراد خدمت می‌کنند (Cramer, 2008). مکانیزم‌های دفاعی به این صورت نیز توصیف می‌شود: «فرآیندهای روان‌شناختی خودکار که فرد را از اضطراب و آگاهی از خطرات یا عوامل استرس‌زا درونی یا بیرونی محافظت می‌کند و بین واکنش‌های فرد به تعارضات عاطفی و استرس‌های درونی و بیرونی واسطه می‌شود» و گنر و پنه بیکر (۱۹۹۳) دفاع‌های روان‌شناختی را به‌عنوان مکانیزم‌های کنترل ذهنی تعریف می‌کنند که افراد برای اجتناب یا درستکاری حالات روانی که به‌شدت بر آن‌ها تأثیر می‌گذارد استفاده می‌کنند. تحقیقات طولی به این نتیجه رسیده است که مکانیزم‌های دفاعی در طول زمان تغییر می‌کنند و با افزایش سن به ترتیب متفاوتی رخ می‌دهند (Penco, 2022). طبق گفته فیست و فیست در کتاب خود با عنوان نظریه‌های شخصیت که بخشی به نظریه روانکاو فرویدی و شاخه آن مربوط است، بیان می‌کند که مکانیزم‌های دفاعی زمانی ظاهر می‌شود که ایگو نتواند بهترین راه را برای ارضای اید و سوپرایگو بیابد. مکانیزم‌های دفاعی به دلیل اضطراب‌ها، تنش‌ها و ناراحتی‌هایی که ذهن تجربه می‌کند، به‌طور غیرقابل‌کنترلی ظاهر می‌شود (Ivana and Laksono, 2022).

اگرچه مکانیزم‌های دفاعی معمولاً زمانی برجسته‌تر می‌شوند که ناسازگار باشند، همه افراد انسان از مکانیزم‌های دفاعی در زندگی روزمره خود استفاده می‌کنند (Cramer, 2008). افراد تمایل دارند الگوهای دفاعی پیش‌فرض خاصی داشته باشند که از آن‌ها برای مدیریت احساسات و افکار ناراحت‌کننده استفاده می‌کنند، اما استفاده از مکانیزم‌های دفاعی خاص نیز به شرایط، به‌ویژه به ماهیت و سطح پریشانی بستگی دارد (Perry et al, 2015). ثابت شده است که استرس با استفاده از مکانیزم‌های دفاعی سطح پایین‌تر مرتبط است و کسانی که سطوح بالایی از استرس را تجربه می‌کنند، احتمالاً از مکانیزم‌های دفاعی نابالغ‌تری نسبت به کسانی که کمتر را تجربه می‌کنند، استفاده می‌کنند. استرس شدید یا بدون استرس (Zimmerman et al, 2019). سبک‌های دفاعی یا مکانیزم‌های دفاعی، راهبردهای مقابله‌ای در سطوح مختلف مقابله انطباقی هستند (Ziegler, 2016). سبک‌های دفاعی در فرآیندهای روان‌شناختی که به‌طور ناخودآگاه رخ می‌دهند به منظور کاهش

پاسخ‌های هیجانی منفی ناشی از محرک‌های نامطلوب لنگر می‌یابند (Aouad et al, 2021). فروید استفاده از مکانیزم‌های دفاعی را مستقیماً با بیماری روانی مرتبط کرد و معتقد بود که هدف اصلی آن کمک به جلوگیری از تشخیص فردی تکانه‌های غیرقابل‌قبول یا ارضای آن‌ها به روشی قابل‌قبول اجتماعی است. محافظت از نفس در برابر یک تحریک با ریشه‌های مختلف. آنا فروید (۲۰۲۰) مکانیزم‌های ذهنی محافظ اصلی را شناسایی و مشخص کرد و نقش آن‌ها را در مبارزه با ایگو در برابر تلاش‌های تکانه‌های غریزی برای ورود به آگاهی تعریف کرد، بنابراین تأیید کرد که یک فرد سالم نیز به محافظت ذهنی نیاز دارد. متعاقباً، حفاظت روانی و مکانیزم‌های آن عمدتاً در روانکاوی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت (تعداد قابل‌توجهی از مکانیزم‌های حفاظتی شناسایی شد، شرایط و توالی خاصی از رشد و وابستگی آن‌ها به تمایلات شخصی توصیف شد) تا زمانی که مشکل پاسخی در شناختی، روانشناسی اجتماعی و شخصیت‌شناسی، در زمینه نقش حمایت‌ها در حفظ ثبات عزت‌نفس انسان (Chuyko et al, 2022). فیبی کرامر (۲۰۰۸) نظریه‌ای از مکانیزم‌های دفاعی شامل هفت ستون ارائه کرده است. هفت ستون کرامر به شرح زیر است: عملکرد دفاعی خارج از آگاهی، گاه‌شماری توسعه دفاعی، دفاع‌های موجود در شخصیت عادی، افزایش استفاده از دفاع در شرایط استرس، کاهش عاطفه منفی با استفاده از دفاع، اتصال دفاع‌ها به سیستم عصبی خودمختار؛ و استفاده بیش از حد از دفاع‌های مرتبط با آسیب‌شناسی روانی (Cramer, 2008). با استفاده از این ستون‌ها، او تعدادی از نکات کلیدی در مورد دفاع ارائه می‌دهد. کرامر استدلال می‌کند که مکانیزم‌های دفاعی ناخودآگاه هستند. همان‌طور که لخته شدن خون و سرفه‌های غیرارادی بدن برای محافظت از خود هستند، دفاع‌ها نیز راه محافظت ناخودآگاه ذهن از خود هستند. استفاده از مکانیزم‌های دفاعی به رشد شناختی بستگی دارد. وقتی افراد بالغ می‌شوند، توانایی بیشتری در استفاده از دفاع‌های پیچیده پیدا می‌کنند؛ بنابراین، دفاع‌های خاصی برای مراحل مختلف زندگی مناسب در نظر گرفته می‌شود. برای مثال، از نظر رشدی مناسب است که یک کودک دوساله از دفاع انکار (یک مکانیزم دفاعی نابالغ) استفاده کند. هنگامی که یک فرد ۴۴ ساله به‌طور منظم از دفاع از انکار استفاده می‌کند، این نشانه عدم بلوغ روانی است (Cramer, 2008).

۴-۵- تفاوت مکانیزم‌های دفاع روان‌شناختی و مقابله‌ای

کرامر (۱۹۹۸) مکرراً استدلال کرده است که مکانیزم‌های دفاعی و مقابله‌ای را می‌توان متمایز کرد. درحالی‌که هر دو هدف مشترک کاهش پریشانی و/یا اضطراب درونی برای محافظت از فرد دارند، تفاوت‌های کلیدی وجود دارد: شروع آگاهانه در مقابل ناخودآگاه، تأثیرات درونی در مقابل خارجی، سازمان‌دهی سلسله‌مراتبی و شروع گرایشی در مقابل موقعیتی (Katt, 2022). برجسته‌ترین تفاوت در ایده خودآگاه در مقابل ناخودآگاه نهفته است. کرامر (۱۹۹۸) پیشنهاد می‌کند که مکانیزم‌های مقابله، اشکال فعال تعاملی هستند که فرد برای کاهش عواطف منفی انجام می‌دهد، درحالی‌که مکانیزم‌های دفاعی عمدتاً ناخودآگاه هستند و خارج از آگاهی فرد اتفاق می‌افتند. این ترسیم شامل مفهوم قصد است. اقدام با قصد تغییر مکانیزم‌های مقابله را توصیف می‌کند، درحالی‌که عمل بدون قصد، یعنی بدون انتخاب آگاهانه، دفاع را توصیف می‌کند. درحالی‌که برخی از رفتارهای مقابله‌ای بدون قصد رخ می‌دهند، مانند مقابله معمولی، این موضوع در وهله اول موضوع طبقه‌بندی آن‌ها را به‌عنوان مکانیزم‌های مقابله‌ای مطرح می‌کند. مبارزه برای تعریف مفاهیم خاص به‌عنوان دفاع یا مکانیزم‌های

پرداختند. نتیجه تحلیل واریانس در ارتباط با سازگاری اجتماعی و نقش‌های جنسیتی نشان می‌دهد که این رابطه معنادار می‌باشد، همچنین نتایج تحلیل واریانس دوطرفه نشان داد که میزان سازگاری اجتماعی دو جنس در نقش‌های جنسیتی معنادار می‌باشد. نتیجه آزمون t مستقل برای بررسی میزان سازگاری اجتماعی در دانش‌آموزان دختر و پسر نشان داد که t به‌دست‌آمده برابر (۳/۳۵) معنی‌دار است و در کل پسران سازگارت‌تر از دختران هستند. نتیجه آزمون χ^2 دو برای بررسی رابطه سازگاری اجتماعی با نقش‌های جنسیتی در دانش‌آموزان دختر نشان داد که χ^2 برابر با ۷ معنی‌دار نیست. نتیجه آزمون χ^2 دو برای بررسی رابطه سازگاری اجتماعی با نقش‌های جنسیتی دانش‌آموزان پسر نشان داد که χ^2 به‌دست‌آمده برابر با ۱/۸۱ معنی‌دار نمی‌باشد. با توجه به آنچه که نتایج نشان داد، بین طرحواره جنسیتی و سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان دختر و پسر رابطه وجود دارد. نصیری و همکاران (۱۳۹۹) به مقایسهٔ پرخاشگری و خشم رقابتی و سرسختی ذهنی زنان و مردان دوومیدانی کار نخبه ایرانی پرداختند. نتایج نشان داد، بین دوومیدانی کاران زن و مرد در نمره کلی سرسختی ذهنی و خرده مقیاس پایداری آن و نمره کلی خشم رقابتی و پرخاشگری و مؤلفهٔ خشم آن تفاوت معناداری وجود دارد و مردان سرسختی بالاتری دارند. در مقابل در مؤلفهٔ‌های اطمینان و کنترل از متغیر سرسختی ذهنی و خرده مقیاس پرخاشگری از متغیر خشم رقابتی و پرخاشگری، بین ورزشکاران زن و مرد تفاوت معناداری مشاهده نشد. فولادی و شهیدی (۱۳۹۹) به بررسی نقش ویژگی‌های شخصیتی و امید به زندگی در پیش‌بینی سرسختی روان‌شناختی پرداختند و دریافتند: بین امید به زندگی، برون‌گرایی، سازش‌پذیری و باوجدان بودن با سرسختی رابطه مثبت معنی‌دار و بین روان‌رنجورخویی، پذیرا بودن نسبت به تجارب و سرسختی، رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد. تحلیل رگرسیون نیز بیان داشت که متغیرهای امید به زندگی و از بین پنج عامل شخصیتی نئو برون‌گرایی، سازش‌پذیری و باوجدان بودن بالا و روان‌رنجورخویی و پذیرا بودن نسبت به تجارب پایین سرسختی روان‌شناختی را پیش‌بینی می‌کنند. همچنین بین سرسختی روان‌شناختی دختران و پسران تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد. چانگ و همکاران (۲۰۲۲) یک مدل تعدیل دوگانه را برای اثرات سرسختی بر اضطراب اجتماعی و نقش‌های تعدیل‌کننده جنسیت و حمایت اجتماعی ادراک‌شده را بررسی کردند. مقیاس سرسختی، مقیاس حمایت اجتماعی ادراک‌شده و خرده مقیاس اضطراب اجتماعی مقیاس خودآگاهی برای ۶۷۳ دانشجوی چینی ۱۸ تا ۲۳ ساله که توسط مقامات چینی به‌عنوان فقیر شناخته‌شده بودند اجرا شد و با بوجه تأمین شد. نتایج نشان داد که (۱) سرسختی تأثیر منفی معناداری بر اضطراب اجتماعی داشت، (۲) حمایت اجتماعی ادراک‌شده تأثیر سرسختی را بر اضطراب اجتماعی تعدیل کرد و (۳) جنسیت تأثیر سرسختی را بر اضطراب اجتماعی تعدیل کرد. کائور و شارما (۲۰۲۲) مطالعه‌ای به منظور بررسی تفاوت‌های جنسیتی و رابطه بین سازگاری اجتماعی و حمایت بین فردی در بین دانشجویان دانشگاه پنجاب انجام دادند. نمونه شامل ۴۸۰ دانشجوی دانشگاه بود که به‌طور تصادفی از سه دانشگاه دولتی ایالت پنجاب که به‌طور هدفمند انتخاب‌شده بودند، تعداد مساوی از دانشجویان در هر دو جنس به‌طور تصادفی از هر دانشگاه انتخاب شدند. برای مطالعه از مقیاس‌های سازگاری اجتماعی و حمایت بین فردی استفاده شد... داده‌ها با استفاده از آزمون t و ضریب همبستگی کارل پیرسون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج این مطالعه نشان داد که دانش‌آموزان پسر سازگاری اجتماعی و حمایت بین فردی به‌طور قابل‌توجهی بهتر از هم‌تایان زن خود نشان داده‌اند.

مقابله‌ای همچنان به‌عنوان یک موضوع مورد بحث در روانشناسی است. به‌علاوه، دفاع‌ها فقط بر تغییر حالت‌های داخلی متمرکز هستند، درحالی‌که مکانیزم‌های مقابله می‌توانند حالت‌های داخلی یا خارجی را بسته به نیاز و موقعیت تغییر دهند. به‌عنوان مثال، فردی را تصور کنید که خانواده‌ای برای حمایت از او دارد. این فرد در مدیریت هزینه‌های غیرمنتظره در خانه با مشکلاتی روبرو بوده است و در حال حاضر برای پرداخت کامل و به‌موقع صورتحساب‌های ماهانه با مشکل مواجه است. این فرد با این فشار مالی و مسئولیت مضاعف تأمین معاش خانواده خود در سطح بالایی از استرس قرار دارد. با توجه به تئوری‌هایی که در بخش‌های قبلی مورد بحث قرار گرفت، این فرد به مکانیزم‌های مقابله‌ای و دفاعی تکیه می‌کند تا به او کمک کند تا عواطف منفی افزایش‌یافته خود را مدیریت کند. آن‌ها برای تغییر وضعیت بیرونی خود، یعنی محیط اطرافشان، ممکن است درگیر رویارویی متمرکز بر مشکل شوند و برای کمک به جبران بار مالی که در حال حاضر با آن مواجه هستند، شیفت‌های بیشتری را در محل کار انتخاب کنند. برعکس، آن‌ها ممکن است با مکانیزم‌های دفاعی مانند شوخ‌طبعی، منطقی کردن، یا حتی انکار برای مدیریت وضعیت درونی خود، یعنی وضعیت روانی فعلی خود، درگیر شوند. درحالی‌که مکانیزم مقابله یک انتخاب آگاهانه است که فرد برای کمک به کاهش عاطفه منفی و افزایش حس کنترل بر موقعیت خود انجام می‌دهد، مکانیزم‌های دفاعی که استفاده می‌کنند ناخودآگاه هستند و ممکن است حول کنترل ادراک‌شده نباشند (Katt, 2022).

علاوه بر اعمال و قصد آگاهانه در مقابل ناخودآگاه، مکانیزم‌های دفاعی و مقابله‌ای از طریق گنجاندن ایده سازمان‌دهی سلسله مراتبی توسط کرامر (۱۹۹۸) متفاوت است. مکانیزم‌های دفاعی بارها و بارها به‌صورت سلسله مراتبی با توجه به عواملی مانند سن، بلوغ و پیچیدگی شناختی سازمان‌دهی می‌شوند. مکانیزم‌های مقابله تقریباً هرگز به‌گونه‌ای سازمان‌دهی نشده‌اند و در عوض ماهیت بیشتری دارند. درحالی‌که این تمایزات در سازمان مطلق نیستند، اما تغییری اساسی در درک تفاوت‌های بین این دو فرآیند را نشان می‌دهند. یکی دیگر از تفاوت‌های عمده بین دفاع و مکانیزم‌های مقابله‌ای که کرامر (۱۹۹۸) بیان کرد، در مفهوم فرآیندهای موضعی یا موقعیتی است. دفاع‌ها آماده هستند و تصور می‌شود که بدون توجه به عوامل خارجی در طول عمر ثابت و پایدار هستند. در مقایسه، مکانیزم‌های مقابله به موقعیت وابسته هستند. شواهدی وجود دارد که خلاف آن را نشان می‌دهد. تحقیقات بیشتری برای درک صحت چنین تقسیم‌بندی بین فرآیندهای موقعیتی و موقعیتی مورد نیاز است. کرامر (۱۹۹۸) استدلال می‌کند که به احتمال زیاد برخی از دفاع‌ها به موقعیت وابسته هستند درحالی‌که برخی مکانیزم‌های مقابله‌ای ممکن است غیرمجاز باشند. ایده کلیدی که این منطقه خاکستری را هدایت می‌کند، تمایز بین تفاوت‌های فردی و نحوه محاسبه آن‌ها در تحقیقات است. پلوچیک و همکاران (۱۹۷۹) مشخص می‌کند که مکانیزم‌های دفاعی برای به حداقل رساندن احساسات آسیب‌زا مرتبط باحالت‌های اضطراب و ناراحتی استفاده می‌شود. برای حفظ عزت‌نفس و ایده‌های انسان در مورد جهان و خودش؛ اما اگر فردی نتواند برای حفظ سلامت روان خود بر اضطراب یا ترس غلبه کند، به تحریف واقعیت متوسل می‌شود (Chuyko et al, 2022).

۷- پیشینه تحقیق

عباداتی و عباداتی (۱۴۰۱) به بررسی رابطه بین طرحواره جنسیتی و سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان دختر و پسر دبیرستان‌های شهرستان جویم

فرضیه اول: بین سازگاری اجتماعی دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد.

جدول ۱ آزمون تی مستقل برای مقایسه سازگاری اجتماعی دانشجویان دختر و پسر

متغیر	گروه	میانگین	تفاوت میانگین	آماره تی	درجه آزادی	سطح معناداری
سازگاری اجتماعی	دختران	۱۲/۹۶	۱/۵۴	۲/۸۱	۱۹۸	۰/۰۰۵
	پسران	۱۱/۴۲				

نتایج حاصل از جدول نشان می‌دهد که سطح معنی‌داری کوچک‌تر از ۰/۰۵ می‌باشد. بنابراین نتیجه گرفته شد که بین دو گروه تفاوت از نظر سازگاری اجتماعی تفاوت معنادار وجود دارد و دانشجویان دختر سازگاری اجتماعی بالاتری را نسبت به پسران دارند.

فرضیه دوم: بین مکانیزم‌های دفاعی دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد.

جدول ۲ نتایج آزمون باکس جهت بررسی پیش‌فرض همگنی ماتریس واریانس - کوواریانس

کوواریانس				
M BOX	F	DF1	DF2	Sig
۵/۴۶	۰/۸۹	۶	۲۸۴۰۴۴/۰۷	۰/۴۹

همان‌طور که در جدول (۲) مشاهده می‌شود نتیجه آزمون باکس نشان‌دهنده همگنی ماتریس واریانس - کوواریانس می‌باشد ($F=0/89$; $p>0/05$) و ماتریس کوواریانس متغیرهای وابسته در بین گروه‌ها یکسان است. بنابراین در خروجی آزمون تحلیل واریانس چند متغیری آماره‌های شاخص لامبدای ویلکز گزارش شده است:

جدول ۳ نتایج تحلیل واریانس چند متغیری نمرات مکانیزم‌های دفاعی						
منبع	ارزش	F	Df	درجه	سطح	اندازه
لامبدای ویلکز	۹۴.	۴.۱۷	۳.۰۰	۱۹۶.۰۰	۰۰۷.	۰۶۰.

در جدول (۳)، نتایج تحلیل واریانس چند متغیری نمرات مکانیزم‌های دفاعی نشان داده شد. نتایج نشان می‌دهد که به‌طور کلی از لحاظ نمرات مکانیزم‌های دفاعی در دانشجویان دختران و پسران تفاوت معنادار وجود دارد ($P<0/05$) و بین دو گروه حداقل در یکی از مؤلفه‌های مکانیزم‌های دفاعی تفاوت معنادار وجود دارد. در ادامه به منظور مشخص نمودن تفاوت‌ها، نتایج اثرات بین آزمودنی‌ها ارائه شد. همچنین با توجه به نتایج حاصل از جدول (۴) بین دانشجویان دختر و پسر از لحاظ مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته (۰/۰۵) $F(1,198)=9/36$, $P<0/05$ و مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته $F(1,198)=9/36$, $P<0/05$ تفاوت معنادار وجود دارد ($P>0/05$). به منظور معنی‌داری تفاوت بین دوره‌ها آزمون تعقیبی بن فرونی انجام شد (جدول ۴). اما بین مکانیزم‌های دفاعی روان‌آزده $F(1,198)=198/28$, $P>0/05$ دانشجویان دختر و پسر تفاوت معنادار وجود ندارد زیرا سطح معنی‌داری به‌دست‌آمده بیشتر از ۵ صدم می‌باشد.

جدول ۴ آزمون اثرات بین آزمودنی‌ها بر روی نمرات مکانیزم‌های دفاعی

رنو و مونیکا (۲۰۲۱) پژوهشی با هدف، شناخت تفاوت‌های جنسیتی در سرسختی روان‌شناختی دانشجویان انجام دادند. نمونه کل شامل ۲۰۰ دانشجوی سال اول بود که از بین آن‌ها ۱۰۰ مرد و ۱۰۰ دختر با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. برای اندازه‌گیری از مقیاس سرسختی روان‌شناختی سینگ (۲۰۰۸) استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون t انجام شد. نتایج مطالعه نشان داد که تفاوت جنسیتی بر سرسختی روان‌شناختی در بین دانشجویان وجود دارد. سرسختی روان‌شناختی در بین دانشجویان پسر بالاتر از دانشجویان دختر است.

۸- فرضیه‌های تحقیق

۱. بین سازگاری اجتماعی دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد.
۲. بین مکانیزم‌های دفاعی دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد.
۳. بین سرسختی روان‌شناختی دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد.

۹- روش تحقیق

پژوهش حاضر از لحاظ هدف بنیادی و از لحاظ روش توصیفی از نوع علی مقایسه‌ای بود. جامعه آماری این پژوهش متشکل از کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد واحد تهران مرکز در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بودند. همچنین روش نمونه‌گیری به شیوه تصادفی از نوع خوشه‌ای چند مرحله‌ای بود. حجم نمونه آماری پژوهش حاضر شامل ۲۰۰ نفر (۱۰۰ نفر دانشجوی زن و ۱۰۰ نفر دانشجوی مرد) می‌باشد. حجم نمونه با توجه به اینکه طرح پژوهشی علی مقایسه‌ای است، براساس منابع معتبر حداقل حجم نمونه در این پژوهش‌ها در هر گروه ۳۰ نفر برآورد کرده‌اند (دلور، ۱۳۹۴) که در این تحقیق برای بالا بردن توان آماری و کم کردن خطاهای نمونه‌گیری و اندازه‌گیری حجم نمونه ۲۰۰ نفر (هر گروه ۱۰۰ نفر) در نظر گرفته شد. در این پژوهش از سه پرسشنامه استفاده شده است. پرسشنامه سبک‌های دفاعی آندرز، سینگ و بوند (۱۹۹۳)، پرسشنامه سرسختی روان‌شناختی لانگ و گولت (۲۰۰۳) و پرسشنامه سازگاری اجتماعی بل (۱۹۶۱). جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی شامل تحلیل میانگین، میانه و آمار اسنباطی شامل آزمون تحلیل واریانس چندراهه و تی مستقل با استفاده از نرم افزار SPSS-26 بهره گرفته خواهد شد.

۱۰- یافته‌ها

یافته‌های پژوهش شامل دو بخش می‌باشد. در بخش اول، آمار توصیفی نشان داد: در دختران بیشترین فراوانی مربوط به رده سنی ۲۳-۲۷ سال با تعداد ۳۸ نفر (۳۸ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به رده سنی ۴۳ سال و بالاتر با تعداد ۴ نفر (۴ درصد) و در پسران بیشترین فراوانی مربوط به رده سنی ۲۳-۲۷ سال با تعداد ۳۶ نفر (۳۶ درصد) و کمترین فراوانی مربوط به رده سنی ۴۳ سال و بالاتر با تعداد ۶ نفر (۶ درصد) می‌باشد. سطح تحصیلات دانشجویان نیز نشان داد که دختران ۴۷ درصد لیسانس و ۵۳ درصد فوق‌لیسانس و پسران ۴۴ درصد لیسانس و ۵۶ درصد فوق‌لیسانس بودند؛ بنابراین بیشتر افراد در دو گروه در مقطع تحصیلی فوق‌لیسانس بودند. وضعیت تأهل دانشجویان نشان داد که دختران ۵۲ درصد (مجرد و ۴۸ درصد متأهل و پسران ۵۸ درصد (مجرد و ۴۲ درصد (۴۲ نفر) متأهل بودند. لذا بیشتر افراد در دو گروه مجرد بودند. در بخش دوم، بررسی استنباطی پژوهش انجام شده است که در ادامه تشریح می‌شود:

منابع	متغیر وابسته	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
گروه	کنترل	۳۳۲.۵۸	۱	۳۳۲.۵۸	۵.۸۲	۰.۰۱
	تعهد	۲۴۴.۲۰	۱	۲۴۴.۲۰	۷.۷۹	۰.۰۰۶
	چالش‌جویی	۱۶۰.۲۰	۱	۱۶۰.۲۰	۴.۳۰	۰.۰۳
خطا	کنترل	۱۰۹۵۸.۰۴	۱۹۸	۵۵.۳۴		
	تعهد	۶۲۰۵.۶۷	۱۹۸	۳۱.۳۴		
	چالش‌جویی	۷۳۷۲.۶۷	۱۹۸	۳۷.۲۳		
کل	کنترل	۶۰۸۱۶۸.۰۰	۲۰۰			
	تعهد	۴۶۱۰۳۱.۰۰	۲۰۰			
	چالش‌جویی	۲۸۱۷۰۳.۰۰	۲۰۰			

منابع	متغیر وابسته	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری
گروه	مکانیزم‌های دفاعی رشد نیافته	۱۹۱۹.۲۳	۱	۱۹۱۹.۲۳	۴.۹۴	۰.۰۲
	مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته	۷۰۳.۱	۱	۷۰۳.۱	۹.۳۶	۰.۰۰۳
	مکانیزم‌های دفاعی روان-آزده	۸۵.۸۰	۱	۸۵.۸۰	۱.۲۸	۰.۲۵
خطا	مکانیزم‌های دفاعی رشد نیافته	۷۶۷۷.۵۹	۱۹۸	۳۸.۷۶		
	مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته	۱۴۸۵۹.۴۳	۱۹۸	۷۵.۰۴		
	مکانیزم‌های دفاعی روان-آزده	۱۳۳۷۶.۱۵	۱۹۸	۶۷.۰۵		
کل	مکانیزم‌های دفاعی رشد نیافته	۲۳۲۹۱۳.۰۷	۲۰۰			
	مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته	۳۲۵۰۱۱.۰۰	۲۰۰			
	مکانیزم‌های دفاعی روان-آزده	۳۰۹۵۸۱.۰۰	۲۰۰			

با توجه به نتایج حاصل از جدول (۸) بین زنان و مردان از لحاظ مؤلفه‌های سرسختی روان‌شناختی شامل کنترل ($F(1, 198) = 5.82, P < 0.05$)، تعهد ($F(1, 198) = 7.79, P < 0.05$) و چالش‌جویی ($F(1, 198) = 4.30, P < 0.05$) تفاوت معنادار وجود دارد ($P < 0.05$)؛ بنابراین بین نمرات سرسختی روان‌شناختی (کنترل، تعهد و چالش‌جویی) دانشجویان دختر و پسر تفاوت معنی‌دار وجود دارد. به منظور بررسی معنی‌داری تفاوت بین دوره‌ها آزمون تعقیبی بن فرنی انجام شد (جدول ۹).

جدول ۹ خلاصه نتایج آزمون تعقیبی بن فرنی

متغیر	گروه (I) - گروه (J)	تفاوت میانگین (I-J)	سطح معنی‌داری
کنترل	دختر - پسر	-۲.۵۴	۰/۰۱
تعهد	دختر - پسر	-۲.۲۱	۰/۰۰۶
چالش‌جویی	دختر - پسر	-۱.۷۹	۰/۰۳

نتایج جدول (۹) نشان داد بین دختران و پسران در کنترل با اختلاف میانگین $۲/۵۴-$ ، تعهد با اختلاف میانگین $۲/۲۱-$ و چالش‌جویی با اختلاف میانگین $۱/۷۹-$ تفاوت معنی‌دار وجود دارد ($P < 0.05$) با توجه به میانگین‌ها پسران در سرسختی روان‌شناختی میانگین بالاتری نسبت به دختران دارند.

۱۱- بحث و نتیجه‌گیری

فرضیه اول: بین سازگاری اجتماعی دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد.

یافته‌های حاصل از فرضیه اول پژوهش بیانگر آن بود که بین سازگاری اجتماعی دانشجویان دختر و پسر تفاوت معنادار وجود دارد و دانشجویان دختر سازگاری اجتماعی بالاتری نسبت به پسران دارند. این یافته همسو با پژوهش‌های روان‌نگینینگ (۲۰۲۲)، ابراهیم‌پور و عالی‌شاهی (۱۳۹۶) می‌باشد؛ که بیانگر آن بود که بین دانشجویان دختر و پسر از نظر سازگاری اجتماعی

منبع	ارزش	F	Df	درجه آزادی	سطح معناداری	اندازه اثر
اثربخشی	۰.۶۸	۴.۷۳۶	۳.۰۰۰	۱۹۶.۰۰۰	۰.۰۰۳	۰.۰۶۸

تفاوت معناداری وجود دارد. خدارحمی و همکاران (۱۳۹۴) نیز نشان دادند که میانگین نمرات سازگاری اجتماعی دانشجویان دختر بیشتر از میانگین نمرات سازگاری اجتماعی دانشجویان پسر است؛ اما غیرهمسو با پژوهش‌های کانور و شارما (۲۰۲۲) و عباداتی و عباداتی (۱۴۰۱) که نشان دادند پسران سازگارتر از دختران هستند. در تبیین یافته‌های این بخش

جدول ۵ خلاصه نتایج آزمون تعقیبی بن فرنی

متغیر	گروه (I) - گروه (J)	تفاوت میانگین (I-J)	سطح معنی‌داری
مکانیزم‌های دفاعی رشد نیافته	دختر - پسر	-۶.۱۹	۰/۰۲
مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته	دختر - پسر	۳.۷۵	۰/۰۰۳

نتایج جدول (۴ و ۵) نشان می‌دهد بین دختران و پسران در مکانیزم‌های دفاعی رشد نیافته با اختلاف میانگین $۶/۱۹-$ و مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته با اختلاف میانگین $۳/۷۵$ تفاوت معنی‌دار وجود دارد ($P < 0.05$). با توجه به میانگین‌ها دختران در مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته میانگین بالاتری نسبت به پسران دارند و در مکانیزم‌های دفاعی رشد نیافته، میانگین پایین‌تری نسبت به پسران دارند.

فرضیه سوم: بین سرسختی روان‌شناختی دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد.

جدول ۶ نتایج آزمون باکس جهت بررسی فرض همگنی ماتریس واریانس - کوواریانس

Sig	DF2	DF1	F	M BOX
۰/۰۳	۲۸۴۰۴۴/۰۷	۶	۲/۷۰	۱۶/۴۹

همان‌طور که در جدول (۶) مشاهده می‌شود نتیجه آزمون باکس نشان‌دهنده عدم همگنی ماتریس واریانس - کوواریانس می‌باشد ($F=2.70, p < 0.05$)؛ بنابراین در خروجی آزمون تحلیل واریانس چند متغیری آماره‌های شاخص اثر پیلای گزارش شده است:

جدول ۷ نتایج آزمون باکس جهت بررسی فرض همگنی ماتریس واریانس - کوواریانس

در جدول (۷)، نتایج تحلیل واریانس چند متغیری نمرات سرسختی روان‌شناختی نشان داده شد. نتایج نشان می‌دهد که به‌طور کلی از لحاظ نمرات سرسختی روان‌شناختی در دانشجویان دختران و پسران تفاوت معنادار وجود دارد ($P < 0.05$) و بین دو گروه حداقل در یکی از مؤلفه‌های سرسختی روان‌شناختی تفاوت معنادار وجود دارد. در ادامه به منظور مشخص نمودن تفاوت‌ها، نتایج اثرات بین آزمودنی‌ها ارائه شد:

جدول ۸ نتایج آزمون باکس جهت بررسی فرض همگنی ماتریس واریانس - کوواریانس

آن‌ها را قادر می‌سازد تا به‌طور مؤثر با محیط خود سازگار شوند. از این نظر، سازگاری اجتماعی دانشجویان بستگی به این دارد که گروه قومی یا فرهنگ چه ارزش‌هایی را برای فرد در حال رشد تعیین کرده است. این نتایج، همراه با این ادعا که جنسیت یکی از عوامل فردی است که می‌تواند تفاوت‌ها را در سازگاری روانی اجتماعی پیش‌بینی کند، سازگار است. تفاوت‌های جنسیتی زمینه‌های بالقوه جدیدی از تحقیق را نشان می‌دهد، زیرا هنوز توافق روشنی در مورد ارتباط بین روابط جنسی خاص و سازگاری روانی-اجتماعی وجود ندارد. به‌طور کلی، دختران آموزش‌های متمرکز بر احساسات دریافت می‌کنند، درحالی‌که به پسران آموزش داده می‌شود که برخی از احساسات را کاهش دهند. از نظر استونز (۱۹۹۴) زندگی دانشگاهی در کل برای دختران شادی‌بخش و رضایت‌بخش‌تر از پسران بوده و آن‌ها بهتر با شرایط و الزامات دانشگاه کنار می‌آیند. یافته‌های سایر مطالعات مشابه نیز نشان داد که اساساً زنان قدرت بیشتری برای هماهنگ شدن با محیط‌های جدید دارند و در ورود و تطابق با بافت‌های متفاوت کمتر از مردان با مشکل مواجه می‌شوند. در حقیقت، جنسیت عامل مؤثری در سازگاری بوده و نقش تعیین‌کننده‌ای در آن دارد. در تبیین این امر شاید بتوان به متغیر سبک‌های دفاعی رجوع کرد افراد دارای مکانیزم دفاعی رشد یافته-تر هستند و از نظر سلامت روان‌شناختی و سازگاری در سطح بهتری قرار دارند. به همین سبب از آنجایی که دختران بیشتر دارای مکانیزم دفاعی رشد یافته‌تر هستند سازگاری بسنده‌تری دارند

فرضیه دوم: بین مکانیزم‌های دفاعی دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد.

یافته‌های حاصل از فرضیه‌ی دوم پژوهش بیانگر آن بود که بین دانشجویان دختر و پسر از لحاظ مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته و رشد یافته تفاوت معنادار وجود دارد و با توجه به میانگین‌ها دختران در مکانیزم‌های دفاعی رشد یافته میانگین بالاتر و در مکانیزم‌های دفاعی رشد نیافته، میانگین پایین‌تری نسبت به پسران دارند؛ اما بین مکانیزم‌های دفاعی روان‌آزرده دانشجویان دختر و پسر تفاوت معنادار وجود ندارد. این یافته همسو با پژوهش‌های صاحب و کاکابرابی (۱۳۹۷) که نشان دادند بین دو گروه از نظر مکانیزم دفاعی بین دو گروه به لحاظ واپس‌رانی، همانندسازی، دلیل‌تراشی و جابه‌جایی تفاوت معناداری دارد. فوتو اوزدمیر و همکاران (۲۰۱۶) با ارزیابی نمرات مکانیزم‌های دفاعی نشان داد که نمره خرده مقیاس جابه‌جایی در پسران به‌طور معنی‌داری بیشتر از دختران است و وادولیا (۲۰۱۸) نشان داد که مردان میانگین بالاتری در مکانیزم دفاعی فراقنی دارند. در پژوهش دیگری نیبی-زاده و همکاران (۱۳۹۷) نشان داد که مردان بیشتر از زنان از سبک‌های دفاعی رشد یافته و روان‌آزرده استفاده می‌کنند ولی در استفاده از سبک دفاعی رشد یافته بین زنان و مردان تفاوت وجود نداشت. مهری‌نژاد و شریفی (۱۳۹۶) نشان دادند که میانگین نمره‌های دختران در مکانیزم‌های دفاعی سازگاران (پخته) و میانگین نمره‌های پسران در مکانیزم‌های دفاعی ناسازگاران (روان‌آزرده) بیشتر است اما تفاوت معناداری بین میانگین نمره‌های پسران و دختران در بعد دیگری از مکانیزم‌های دفاعی ناسازگاران یعنی مکانیزم‌های دفاعی ناپخته وجود ندارد. در نهایت دیپلو همکاران (۲۰۱۴)، با بررسی تأثیر جنسیت نشان داد که مردان و زنان در استفاده از چندین مکانیزم مقابله و دفاع متفاوت هستند. همچنین این یافته پژوهش غیرهمسو با پژوهش پولادی ریشهری و گلستانه (۱۴۰۰) که نشان دادند بین نوجوانان دختر و پسر از نظر مکانیزم‌های دفاعی مورد مطالعه تفاوت معناداری وجود ندارد. مطالعات نشان می‌دهد که در مقایسه با زنان، افرادی که به‌عنوان مرد شناخته می‌شوند، سبک‌های

پژوهش می‌توان به نظریه نقش اجتماعی اشاره نمود؛ که براساس آن اگرچه ممکن است سازگاری فردی و اجتماعی ریشه بیولوژیکی داشته باشد ولی تجربیات شخصی از عوامل ارثی و بیولوژیکی بااهمیت‌تر است که در این میان فرایند اجتماعی شدن، خانواده و مدرسه دختران را به جهات متفاوتی سوق می‌دهند، از طرفی پرخاصگری پسران بیش از دختران قابل گذشت است و از پسران انتظار می‌رود کنش‌های خود را از راه‌های فیزیکی تخلیه کنند. از سوی دیگر زمینه رفتار ناسازگار برای پسران هموارتر است. کنترل نکردن کافی بر پسران از طرف خانواده باعث افزایش رفتارهای ناسازگار در آن‌ها می‌گردد. درحالی‌که دختران تحت کنترل شدید خانواده و جامعه قرار داشته و زمینه رفتار ناسازگار برای آن‌ها محدود است. در نتیجه، شیوه‌های تربیتی والدین یا نگرش خاص آن‌ها در این مورد نیز می‌تواند نتایج کاملاً متفاوتی بر پسران و دختران شدید برای رفتار پرخاصگرانه منجر به داشته باشد. نتیجه نسبتاً واپس‌زنی پرخاصگری در دختران می‌شود؛ اما پرخاصگری پسران را افزایش می‌دهد (قرتیبه و همکاران، ۱۳۹۴). همچنین این نتایج تا حدی منعکس‌کننده مفهوم ادراک روی است که توضیح می‌دهد که تنظیم نقش و عملکرد فرد یک پاسخ واکنشی فرد به یک محرک برای دستیابی به "یکپارچگی اجتماعی" است. این مکانیزم سازگاری اجتماعی است که بر نقش‌ها و موقعیت‌های افراد نسبت به افراد دیگر تأکید می‌کند، به‌وسیله آن افراد باید آن‌طور که جامعه از آن‌ها انتظار می‌رود به‌طور مناسب با نقش‌های خود سازگار شوند و در ظاهر این را در قالب رفتار ابزاری که رفتاری است که افراد نشان می‌دهند، بیان کنند. در انجام وظایفی که جامعه تعیین می‌کند و نیز رفتار بیانی که رفتاری است که افراد بر اساس احساسات یا نگرش‌ها، علایق یا ناخوشایند‌های خود نسبت به نقشی که به آن‌ها داده شده است، ابراز می‌کنند. این نقش‌ها از نظر موضوعی به سه سطح تقسیم می‌شوند: نقش اصلی، نقشی است که بر اساس سن، جنسیت و سطح رشد تعیین می‌شود. این نقش ممکن است رفتار مناسب را برای افراد در یک سن خاص مانند کودکان، نوجوانان، بزرگسالان و سالمندان تعیین کند. نقش‌های ثانویه نقش‌هایی هستند که بر رفتارها در موقعیت‌های مختلف مرتبط با شغل و نقش‌های اولیه تأثیر می‌گذارند. به‌عنوان مثال می‌توان به نقش‌های خانوادگی مانند پدر، مادر، شوهر، همسر اشاره کرد. نقش‌های حرفه‌ای مانند معلم و پرستار. علاوه بر این، نقش‌های سومی وجود دارند که نقش‌های موقتی هستند که به‌عنوان مثال، عضویت در انجمن‌ها، باشگاه‌ها، یا سازمان‌ها یا به‌عنوان مثال بیمار بودن را به دست می‌آوریم. همچنین، در زمینه ایجاد روابط بین فردی سالم با دیگران، دختران بیش از دانش‌آموزان پسر از کار گروهی لذت می‌برند که ممکن است ناشی از هنجارهای اجتماعی فعلی در شیوه‌های فرزندپروری باشد که با هنجارهای قبلی در آزادی بیشتر زنان در زمینه‌های مختلف متفاوت است. علاوه بر این، هنجارهای فعلی به زنان اجازه می‌دهد از بسیاری جهات حقوق برابر با مردان داشته باشند و در نتیجه دانشجویان دختر با رهایی از فشارها و ناامیدی از اطرافیان خود، اعتماد به نفس بیشتری داشته باشند. علاوه بر این، زنان ذاتاً می‌توانند به همان اندازه رهبران بزرگ و همچنین پیروان باشند، زیرا در مقایسه با مردانی که ترجیح می‌دهند رهبر باشند، توانایی بیشتری برای تطبیق با افراد و شرایط دارند (Ruangying et al, 2022).

علاوه بر این، وگ (۱۹۹۴)، فلدمن (۱۹۹۹) و هالگین و ویتبورن (۲۰۰۰) معتقد بودند که هیچ فردی بالاتر از آنچه فرهنگ یا گروه قومی برای یک فرد تعیین کرده است، زندگی نخواهد کرد؛ بنابراین، یافته‌ها این مفهوم را تأیید می‌کنند که اطلاعاتی که افراد از هنجارهای فرهنگی خود به دست می‌آورند،

که بیانگر این بود که بین میانگین نمرات نوجوانان پسر و دختر در متغیر سرسختی روان‌شناختی تفاوت معناداری وجود دارد و پسران سرسختی روان‌شناختی بالاتری دارند. چانگ و همکاران (۲۰۲۲) نیز یک مدل تعدیل دوگانه را برای اثرات سرسختی بر اضطراب اجتماعی و نقش‌های تعدیل‌کننده جنسیت و حمایت اجتماعی ادراک‌شده را بررسی کردند و نشان دادند که جنسیت تأثیر سرسختی را بر اضطراب اجتماعی تعدیل کرد. از طرف یافته این پژوهش غیرهمسو با پژوهش‌های توماسون و همکاران (۲۰۲۲) فولادی و شهیدی (۱۳۹۹)، الهام پور و همکاران (۱۳۹۸) می‌باشد که بین سرسختی روان‌شناختی دختران و پسران تفاوت معنی‌داری مشاهده نکردند. مودا و همکاران (۲۰۱۶) به بررسی سرسختی بر اساس جنسیت پرداختند. گزارش داد که زنان نسبت به مردان سطوح سرسختی بالاتری داشتند که غیرهمسو با پژوهش حاضر می‌باشد. در تبیین این یافته باید گفت که پسرها بیش‌تر به‌وسیله شغلشان، رضایت اقتصادی و ... تحت تأثیر قرار می‌گیرند. زنان بیشتر به‌وسیله فرزندان، سلامتی خانواده‌شان و ... تحت تأثیر قرار می‌گیرند؛ البته پژوهش‌ها نشان داده که مردان از سرسختی روان‌شناختی بیش‌تری نسبت به دختران برخوردارند. شاید به دلیل مسائل فیزیولوژیک و وجود هورمون‌های مردانه تا حدود زیادی مبارزه‌جویی، رویارویی با رویدادهای منفی، کنترل خود در مواقع استرس‌زا در مردان بیش‌تر است و عامل مهم دیگر که به نظر می‌رسد ایجادکننده سرسختی در مردان باشد، فرهنگ جامعه است؛ شاید به این دلیل در جامعه ما پسران از آزادی عمل بیش‌تری برخوردارند و جامعه فرصت‌های اجتماعی را برای آن‌ها فراهم می‌سازد تا زمینه سرسختی بیش‌تری داشته باشند، ولی در مورد دختران، جامعه انتظار دارد که هنجارهای تعیین‌شده و نقش‌های سنتی گروه خویش را تا آنجا که امکان دارد، رعایت کنند ولو این‌که استعدادها سرشاری در زمینه‌های خارج از حیطه داشته باشند و این امر باعث شده که دختران توانایی‌های خود را کم‌تر از آنچه که هست، ارزیابی نمایند در نتیجه کمتر از پسران سرسختی روان‌شناختی از خود نشان می‌دهند. همچنین تبیین‌های سنتی‌تر ارزش‌های جنسیتی با رویکردی ذات‌گرایانه تعریف مشخص و ثابتی را از رفتارها و صفات وابسته به جنس ارائه نموده‌اند به‌طوری‌که در سایه این نگاه ویژگی‌هایی چون وابستگی عاطفی هیجان‌مداری مواجهه منفعلانه با مسائل و چالش‌ها زندگی واکنش‌های اضطرابی حس کارایی شخصی و عزت‌نفس پائین با نقش‌های زنانگی بیش‌ترین همسویی را دارد در مقابل استقلال قدرت تصمیم‌گیری اقتدار، مسئله‌مداری و مواجهه فعالانه و کارآ با مسائل و چالش‌های زندگی حس بالای کارایی شخصی و عزت‌نفس ازجمله ویژگی‌های شخصیتی و روان‌شناختی است که با نقش‌های مردانگی همبستگی و همسویی بالایی نشان می‌دهد. از سوی دیگر به نظر می‌رسد باور فرد نسبت به قابلیت‌های خود در حل مسائل و چالش‌ها و تلاش متعهدانه جهت کنترل و مدیریت رخدادها از ویژگی‌های مشترک خودکارآمدی عمومی و سرسختی روان‌شناختی باشد که می‌تواند به لحاظ نظری ارتباط بیش‌تری با نقش‌های جنسیتی مردانگی داشته باشد. از دیدگاه اجتماعی-سازنده و فمینیستی، ریسکا (۲۰۰۲) این ساختار را صرفاً راهی برای تأیید و مشروعیت بخشیدن به مردانگی سنتی مورد انتقاد قرار داده است. از نظر ریسکا، سرسختی محصول جو سیاسی-اجتماعی است که بازتاب ارزش‌های سنتی، طبقه متوسط و مردانه رایج در آن زمان است. او مردی را توصیف می‌کند که ساختار ایدئولوژیک مردانگی سنتی رایج را به تصویر می‌کشد، در این گذار، سرسختی کلیدی برای ارزیابی مجدد ویژگی‌های اصلی مردانگی سنتی شد. چندین توضیح برای توضیح تفاوت‌های

دفاعی را نشان می‌دهند که به‌طور قابل‌توجهی کمتر بالغ، آسیب‌شناسانه‌تر و بیشتر احتمال دارد که واقعیت مبهم باشد. اگرچه مطالعات به‌ندرت زمینه‌ای را برای کمک به توضیح این تغییرات در سبک‌های دفاعی ارائه کرده‌اند، این یافته‌ها با اصول جامعه‌شناختی اجتماعی شدن جنسیت نسبتاً سازگار است که ادعا می‌کند جامعه انتظارات، تفسیر و تقویت نگرش‌ها و رفتارهای متفاوت را بر اساس مفهوم جنسیت دارد. مشخص شده است که والدین، دختران را ضعیف‌تر و ظریف‌تر از پسران می‌دانند، درحالی‌که دختران را تشویق می‌کنند تا در بازی‌هایی که نقش‌های خانگی را تقلید می‌کند، مانند بازی در خانه یا با عروسک‌ها، شرکت کنند. علاوه بر این، والدین تمایل دارند دختران را در بحث‌های بیش‌تری در مورد احساسات و روابط بین فردی در مقایسه با پسران درگیر کنند در مقابل، والدین بیشتر احتمال دارد که پسران را به خاطر نشان دادن استحکام، قدرت بدنی و استقلال آن‌ها تحسین کنند. علاوه بر این، از پسران انتظار می‌رود که خودمختارتر باشند و از اسباب‌بازی‌هایی برخوردار باشند که حس تسلط فیزیکی را تقویت می‌کند، مانند کامیون‌ها یا تجهیزات ورزشی. اگرچه این الگوی اجتماعی شدن جنسیتی ممکن است پیچیده‌تر شود، به‌ویژه زمانی که کودکان در رشد خود احساس عاملیت بیش‌تری پیدا می‌کنند، بسیاری از عناصر بنیادی جامعه به ترویج شکل جنسیتی از جامعه‌پذیری ادامه می‌دهند. به‌عنوان مثال، در مقایسه با سبک‌های دفاعی بیرونی مردان، زنان تمایل دارند از سبک دفاعی چرخش علیه خود استفاده کنند. برخلاف بیان بیرونی ناراحتی، مشخص شده است که زنان احساسات پرخاشگری را به درون خود می‌چرخانند و تأمل و همدلی بیش‌تری در راهبردهای مقابله‌ای و دفاعی خود نشان می‌دهند عواقب ناشی از نقض هنجارهای جنسیتی، علاوه بر ستایش برای برآورده کردن انتظارات جنسیتی، می‌تواند رفتارها و نگرش‌های فرد را شکل دهد. برای مثال، با توجه به اینکه زنان همیشه نمی‌توانند خشم یا پرخاشگری خود را با خیال راحت ابراز کنند، ممکن است به سمت سبک‌های دفاعی درونی‌تر که اغلب به سطح خاصی از کنترل بازدارنده نیاز دارند، گرایش پیدا کنند. از نظر تاریخی، مردان برای نشان دادن مردانگی خود از طریق قدرت و پرخاشگری پاداش دریافت کرده‌اند، تمایل دارند در هنگام ابراز بیرونی سایر اشکال احساسات که با عدم‌تأیید بیش‌تری مواجه شوند همچنین ارتباط بین هنجارهای جنسیتی و سبک‌های دفاعی بیانگر آن است که مردان کمتر از مکانیزم‌های دفاعی بالغ استفاده می‌کنند. همچنین زنان معمولاً به‌طور درونی به محیط اطراف خود پاسخ می‌دهند، درحالی‌که مردان بیرونی سازی را به‌عنوان یک مکانیزم دفاعی ناخودآگاه به کار می‌گیرند. کرامر (۲۰۰۲) چنین تفاوتی را به فرآیند اجتماعی شدن نسبت می‌دهد، جایی که زنانگی به معنای رضایت‌بخش بودن است، بنابراین از واکنش‌های تهاجمی بیرونی اجتناب می‌کند، درحالی‌که رفتارهای خصمانه نشان‌داده‌شده توسط مردان کاملاً از نظر اجتماعی قابل قبول است. از این رو، استفاده از مکانیزم‌های دفاعی رشدیافته در میان زنان و مکانیزم‌های دفاعی رشد ناپافته در میان مردان بیش‌تر است.

فرضیه سوم: بین سرسختی روان‌شناختی دانشجویان دختر و پسر تفاوت وجود دارد.

یافته‌های حاصل از فرضیه سوم پژوهش بیانگر آن بود که بین سرسختی روان‌شناختی دانشجویان (کنترل، تعهد و چالش‌جویی) دختر و پسر تفاوت معنادار وجود دارد و با توجه به میانگین‌ها پسران سرسختی روان‌شناختی بالاتری نسبت به دختران دارند. این یافته همسو با پژوهش‌های رنو و مونیکا (۲۰۲۱)، نصیری و همکاران (۱۳۹۹)، دسای (۲۰۱۷) کائور (۲۰۱۷) می‌باشد

- [۱] ابراهیم‌پور، قدسیه، عالی‌شاهی، مریم، (۱۳۹۶)، مقایسه سرسختی روان‌شناختی، سازگاری اجتماعی و راهبردهای مقابله با استرس در دانشجویان گرایش‌های مختلف روانشناسی، کنگره بین‌المللی دستاوردهای جهانی علوم اجتماعی، روانشناسی و علوم تربیتی، تهران.
- [۲] بهادری خسروشاهی، جعفر، حبیبی کلپیر، رامین، (۱۳۹۶)، تأثیر آموزش مهارت‌های ارتباطی بر انگیزش تحصیلی و سازگاری تحصیلی و اجتماعی دانش‌آموزان دوره متوسطه، آموزش و ارزیابی، ۱۰ (۳۹)، ۱۵۱-۱۷۳.
- [۳] حقیقی، ماه منیر؛ یاوریان، رویا؛ معروفی، دیاکو، سهرابی، فریبا، (۱۳۹۸)، بررسی رابطه بین سلامت روان و مکانیزم‌های دفاعی در دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه علوم پزشکی ارومیه، مجله دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه، ۱۷ (۲)، ۱۱۱-۱۱۹.
- [۴] حیدری‌راد، حدیث، علمردانی صومعه، سجاده، اسمعیلی، منیره، (۱۳۹۶)، مقایسه کیفیت خواب، شیوه‌های حل مسئله و سرسختی روان‌شناختی در دانشجویان، فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، ۸ (۳۰)، ۲۴۱-۲۶۰.
- [۵] خدارحمی، سمیه؛ علوی، مهتاب، عزتی، سجاده، (۱۳۹۴)، مقایسه سازگاری اجتماعی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه پیام نور شهرستان دره شهر، فصلنامه مطالعات جامعه‌شناختی جوانان، ۶ (۲۰)، ۸۹-۱۰۹.
- [۶] زکی، محمدعلی، (۱۳۸۹)، سازگاری جوانان با دانشگاه و رابطه آن با حمایت اجتماعی؛ بررسی موردی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه اصفهان، دوفصلنامه پژوهش جوانان، فرهنگ و جامعه، ۴ (۴)، ۱۰۷-۱۳۰.
- [۷] طالب زاده شوشتری، مرضیه، (۱۳۹۸)، رابطه استرس ادراک‌شده، سخت رویی و شادکامی با میزان سازگاری اجتماعی در دانشجویان زن دانشگاه پیام نور، نشریه علمی روانشناسی اجتماعی، ۶ (۵۰)، ۸۳-۹۴.
- [۸] عباداتی، لیلیا؛ عباداتی، نرجس، (۱۴۰۱)، بررسی رابطه طرحواره جنسیتی و سازگاری اجتماعی نوجوانان، فصلنامه علمی-پژوهشی زن و جامعه، ۱۳ (۵۰)، ۱-۱۲.
- [۹] عباسی رستمی، نجیبه، رشیدی، پریسا، (۱۳۹۹)، بررسی رابطه بین مهارت‌های ارتباطی با سازگاری اجتماعی دانشجویان، فصلنامه دانش انتظامی پلیس استان مرکزی، ۱۰ (۱)، ۱۲۲-۱۳۹.
- [۱۰] فولادی، نگار، شهیدی، عنایت‌اله، (۱۳۹۹)، نقش ویژگی‌های شخصیتی و امید به زندگی در پیش‌بینی سرسختی روان‌شناختی در بین دانشجویان با توجه به جنسیت، روانشناسی بالینی و شخصیت، ۱۵ (۱)، ۹۳-۱۰۱.
- [۱۱] کاظمی رضایی، سیدعلی؛ شاهقلیان، مهناز؛ کاظمی رضایی، سیدولی، کربلایی اسماعیل، انسیه، (۱۳۹۷)، رابطه مکانیزم‌های دفاعی و تصور از خود در دانشجویان: مدل‌سازی معادلات ساختاری، فصلنامه پژوهش در سلامت روان‌شناختی، ۱۲ (۱)، ۶۷-۷۶.
- [۱۲] ملک‌پور، ندا؛ سلیمانی، مهسا؛ طالبی، غلامرضا، قاسم‌زاده، عزیزرضا، (۱۳۹۶)، بررسی رابطه سرسختی روان‌شناختی و جرات‌ورزی با موفقیت تحصیلی در دانشجویان، توسعه آموزش جندی شاپور، ۸ (۲)، ۲۲۶-۲۳۳.
- [۱۳] مهری‌نژاد، سید ابوالقاسم، شریفی، مهشید، (۱۳۹۶)، رابطه مکانیزم‌های دفاعی سازگاران و ناسازگاران با دین‌داری در دانشجویان، علوم تربیتی از دیدگاه اسلام، ۵ (۸)، ۱۱۷-۱۳۸.
- [۱۴] نصیری، نسترن، غلامیان، هیلدا، غیور نجف‌آبادی، محبوبه، (۱۳۹۹)، مقایسه پرخاشگری و خشم رقابتی و سرسختی ذهنی زنان و مردان دوومیدانی کار نخبه ایرانی، علوم حرکتی و رفتاری، ۳ (۴)، ۴۴۱-۴۴۹.

جنسیتی ارائه‌شده است. پیشنهاد شده است که راهبردهای مقابله‌ای که معمولاً توسط پسران و دختران به کار می‌رود می‌تواند برخی از تفاوت‌های مشاهده‌شده را توضیح دهد. به‌طور دقیق‌تر، پسران به‌طور کلیشه‌ای با استفاده از راهبردهای مشکل‌مدار با استرس کنار می‌آیند، درحالی‌که اعتقاد بر این است که دختران تا حد زیادی از راهبردهای اجتنابی استفاده می‌کنند. علاوه بر این، اعتقاد بر این است که پسران و دختران معمولاً در مورد نحوه ارزیابی یک عامل استرس‌زا و در مورد آنچه که آن‌ها را استرس‌زا می‌دانند، متفاوت هستند. در مجموع، استدلال این است که در مقایسه با پسران سرسخت، دختران به همان اندازه سرسخت از راهبردهای مقابله‌ای شناختی و رفتاری سودمند کمتری استفاده می‌کنند.

آدام و همکاران (۲۰۰۹) علت تفاوت بین سرسختی ذهنی دختران و پسران را به فرآیندهای اجتماعی شدن و فراگیری نقش جنسیتی افراد نسبت دادند. ویژگی‌های اساسی جنسیت که از زن و مرد مورد انتظار است در اوایل زندگی و در محیط خانواده فراگرفته می‌شود و سپس در محیط‌های مدرسه، گروه‌های هم‌سالان و از طریق رسانه‌ها و سایر عوامل جامعه‌پذیری، تقویت می‌گردد. همچنین سرسختی روان‌شناختی به‌عنوان توانایی مقابله مؤثر و کارآمد با چالش‌ها و استرس‌های زندگی از طریق به‌کارگیری راهبردهای مسئله‌مدار و تحت کنترل درآوردن آن‌ها می‌تواند با ویژگی‌ها و صفاتی که به‌طور کلیشه‌ای و سنتی از نقش‌های مردانه انتظار می‌رود همسویی داشته باشد به‌گونه‌ای که حتی برخی از پژوهشگران (برای مثال، شپرد و کاشانی، ۱۹۹۱؛ بنیشک و لویز، ۱۹۹۷ و کلاگ و بردلی ۲۰۰۴) به نقل از هاشمی و احمدی، (۱۳۹۴) معتقدند، به‌واسطه همسویی مؤلفه‌های سرسختی روان‌شناختی با شیوه‌های مقابله مردان به نظر می‌رسد این سازه بیشتر با نقش‌های مردانه در ارتباط باشد تا نقش‌ها و شیوه‌های مقابله‌ای که به‌طور کلیشه‌ای زنان تعریف شده‌اند به‌طوری‌که مردان سرسخت از راهبردهای مقابله شناختی و رفتاری کارآمدتری چون حل مسئله استفاده می‌کنند، درحالی‌که زنان بیشتر در جهت استفاده از راهبردهای اجتنابی می‌باشند.

- [15] Abdollahi, A. & Panahipour, S. & Akhavan Taft, M. & Allen, K. A. (2020). Academic hardiness as a mediator for the relationship between school belonging and academic stress. *Psychol. Sch.* 57. 823-832.
- [16] Aouad, P. & Hay, P. & Foroughi, N. & Cosh, S. M. & Mannan, H. (2021). Associations Between Defence-Style, Eating Disorder Symptoms, and Quality of Life in Community Sample of Women: A Longitudinal Exploratory Study. *Frontiers in psychology*. 12. 2477.
- [17] Brown, J. (2017). The relationship between students' social adjustment and psychological hardiness and well-being. *Personality and Individual Differences*. 42 (11). 127-138.
- [18] Cheng, X. & Liu, J. & Li, J. & Hu, Z. (2022). Relationship Between Hardiness and Social Anxiety in Chinese Impoverished College Students

- [35] Nicolas, M. & Martinent, G. & Drapeau, M. & Chahraoui, K. & Vacher, P. & De Roten, Y. (2017). Defense profiles in adaptation process to sport competition and their relationships with coping, stress and control. *Frontiers in psychology*, 8, 2222.
- [36] Penco, D. (2022). OVERALL OVERVIEW OF DEFENSE MECHANISMS. Presented to the Department of Psychology program at Selinus University Faculty of Psychology in fulfillment of the requirements for the degree of Bachelor of Science in Psychotherapy.
- [37] Perry J. C. & Metzger J. & Sigal J. J. (2015). Defensive functioning among women with breast cancer and matched community controls. *Psychiatry* 78, 156-169.
- [38] Ray, CE. & Elliott, SN. (2019). Social Adjustment and Academic Achievement: A Predictive Model for Students with Diverse Academic and Behavior Competencies. *Sch Psychol Rev*. 35(3), 493-501.
- [39] Renu Verma, M. (2021). To study the Psychological Hardiness among male and female college students. *The Educational Beacon: A Peer Review Refereed Research Journal e- 2582-3515. p-ISSN 2249-4154. Vol. 10,*
- [40] Rogers K. B. (2015). The academic, socialization, and psychological effects of acceleration: Research synthesis. In Assouline S. G., Colangelo N., VanTassel-Baska J., Lupkowski-Shoplik A. (Eds.), *A nation empowered: Evidence trumps the excuses holding back America's brightest students (Vol. 2, pp. 19-29)*. University of Iowa.
- [41] Ruangying, J. (2022). Antecedents and Consequences of Social Adjustment of Undergraduate Students in Thailand: A Meta-Analysis Study. *Asia Social Issues*. 15(1).
- [42] Sadeghi, A. & Einaky, S. (2020). Relationship between psychological hardiness and resilience with mental health in athlete students in the Guilan unit of university of applied science and technology. *Sociol. Mind*. 11. 10-24.
- [43] Sala, M. N. & Testa, S. & Pons, F. & Molina, P. (2015). Emotion regulation and defense mechanisms. *Journal of Individual Differences*. 36 (1). 19-29.
- [44] Schuur, J. & van Weerdenburg, M. & Hoogeveen, L. & Kroesbergen, E. H. (2021). Social-Emotional Characteristics and Adjustment of Accelerated University Students: A Systematic Review. *Gifted Child Quarterly*. 65(1). 29-51.
- [45] Tamminen, K. A. & Crocker, P. R. E. (2014). Simplicity does not always lead to enlightenment: a critical commentary on 'adaptation processes affecting performance in elite sport'. *J. Clin. Sport Psychol*. 8. 75-91.
- [46] Weber, R. & Ehrenthal, J. C. & Brock-Midding, E. & Halbach, S. & Würstlein, R. & Kowalski, C. & [46]Ernstmann, N. (2021). Defense Mechanisms and Repressive Coping Among Male Breast Cancer Patients. *Frontiers in Psychiatry*. 12.
- [47] Ziegler, D. J. (2016). Defense mechanisms in rational emotive cognitive behavior therapy personality theory. *J. Ration. Emot. Cogn. Behav. Ther*. 34. 135-148.
- [48] Zimmerman, T. N. & Porcerelli, J. H. & Arterbery, V. E. (2019). Defensive functioning in cancer patients, cancer survivors, and controls. *Psychoanal. Psychol*. 36. 259-262
- During the COVID-19 Pandemic: Moderation by Perceived Social Support and Gender. *Frontiers in psychology*. 4141.
- [19] Chuyko, H. & Koltunovych, T. & Chaplak, Y. & Komisaryk, M. (2022). Students' Defense Mechanisms and Coping Strategies in Terms of COVID-19 Pandemic. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*. 14(1). 115-138.
- [20] Cordier R. & Speyer R. & Chen, YW. & Wilkes-Gillan, S. & Brown, T. & Bourke-Taylor, H. (2015). Evaluating the Psychometric Quality of Social Skills Measures: A Systematic Review. *PLoS One*;10(7). e0132299.
- [21] Cramer, P. (2008). Seven pillars of defense mechanism theory. *Social and Personality Psychology Compass*, 2(5). 1963-1981
- [22] Cramer, P. (2017). Using the TAT to assess the relation between gender identity and the use of defense mechanisms. *Journal of Personality Assessment*. 99(3). 265-274.
- [23] D'Silva, J. & Aminabhavi, V. A. (2013). Adjustment, self-efficacy and psychosocial competencies of drug addicted adolescents. *Journal of Psychology*. 4(1). 13-18.
- [24] Delahajj, R. & Gaillard, A. W. & van Dam, K. (2010). Hardiness and the response to stressful situations: Investigating mediating processes. *Personality and Individual Differences*. 49(5). 386-390.
- [25] Green, S. & Grant, A. M. & Rynsaardt, J. (2020). Evidence-based life coaching for senior high school students: building hardiness and hope. in *Coaching Researched: A Coaching Psychology Reader*, eds J. Passmore and D. Tee (Hoboken, NJ: John Wiley & Sons). 257-268.
- [26] Ivana, N. & Laksono, A. (2022). The Portrayal of Sutter Keely's Defense Mechanism During Adolescence In the Spectacular Now. *Culturalistics: Journal of Cultural, Literary, and Linguistic Studies*. 6(2). 68-74.
- [27] Katt, E. (2022). *Adaptation to COVID-19: Through the Lens of Coping and Defense Mechanisms (Doctoral dissertation)*.
- [28] Kaur, R. & Sharma, S. (2022). Gender Differences in Social Adjustment and Interpersonal Support among Undergraduate Students. *International Journal of Bio-Resource & Stress Management*. 13(1).
- [29] Kobasa S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: an inquiry into hardiness. *J. Pers. Soc. Psychol*. 37. 1-11.
- [30] Kobasa, SC. & Maddi, SR. & Zola, MA. (2014). Personality and social resources in stress resistance. *Type a and hardiness. J Beh Med*. 45(2). 41-51.
- [31] Kobasa SC. (2014). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *J Pers Social Psychol*. 37(1). 1-11.
- [32] Liu, J. & Cheng, X. & Li, J. (2022). Relationship Between Hardiness and the Mental Health of Funded Chinese College Students: The Mediating Role of Social Support and the Moderating Role of an Only-Child Status. *Frontiers in Psychology*. 13. 842278- 842278.
- [33] Luceño-Moreno L. & Talavera-Velasco, B. & Jaén-Díaz, M. & Martín-García, J. (2020). Hardy personality assessment: validating the occupational hardiness questionnaire in police officers. *Prof. Psychol. Res. Pract*. 51,297
- [34] Mund, P. (2017). Hardiness and culture: a study with reference to 3 Cs of Kobasa. *Int. Res. J. Manag. IT Soc. Sci*. 4, 152-159.