



رابطه راهبردهای مقابله و سخت رویی با کیفیت زندگی کاری در بیماران دیابت نوع دو و افراد سالم

صفدر کریمی*^۱، دکتر اصغر جعفری^۲، مریم اسفندیاری^۳، دکتر محمد قمری^۴،

^۱ کارشناسی ارشد رشته روان شناسی راهنمایی و مشاوره. mail:Safdar.Karimi@Yahoo.Com.

^۲ استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابهر

^۳ کارشناسی ارشد رشته روان شناسی عمومی. Email: Esfandiari92@ Gmail . com.

^۴ استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابهر

*آدرس نویسنده مسؤؤل: دانشگاه آزاد اسلامی واحد ابهر . ۰۲۸۱۳۶۸۶۱۸۸، ۰۹۱۲۲۸۲۸۶۲۶.

چکیده

زمینه: پژوهش حاضر به منظور تعیین رابطه بین سخت رویی و مهارت های مقابله ای با کیفیت زندگی کاری در افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ و افراد سالم در شهر قزوین انجام شد.

روش: برای جمع آوری داده ها از پرسشنامه های « کیفیت زندگی کاری والتون »؛ « مهارت های مقابله ای بیلینگز و موس »؛ و « سخت رویی کوباسا، استفاده شد. به این منظور ۸۰ نفر از کارمندان ادارات در شهر قزوین به شیوه تصادفی ساده انتخاب شدند.

یافته ها: نتایج پژوهش نشان داد که بین راهبردهای مسئله مدار، راهبردهای هیجان مدار و سخت رویی با کیفیت زندگی کاری در افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ و سالم رابطه معناداری وجود دارد. ($p < 0.05$).

بحث و نتیجه گیری: همچنین نتایج پژوهش نشان داد که سخت رویی کیفیت زندگی کاری افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ را پیش بینی نمی کند. نتایج پژوهش شواهدی را پیشنهاد می کند که بر اساس آنها می توان نتیجه گرفت سخت رویی و مهارت های مقابله ای، کیفیت زندگی کاری را در افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ و افراد سالم پیشنهاد می کنند. لذا پیشنهاد می شود به منظور بهبود کیفیت زندگی کاری افراد، به تقویت سخت رویی و مهارت های مقابله ای پرداخته شود.

واژه های کلیدی: راهبردهای مقابله ای مسئله مدار و هیجان مدار، سخت رویی، کیفیت زندگی کاری.

۱- مقدمه

وقوع دوره های گذر اپیدمیولوژیکی، تغذیه ای و دموگرافی در قرن بیستم، ارتقای مؤلفه های زندگی سالم و بهبود وضعیت اجتماعی و اقتصادی کشورها در دهه های گذشته از یک طرف باعث کاهش، کنترل، حذف و ریشه کنی بسیاری از عوامل عفونی مهلک شده و از طرف دیگر به دلیل تغییر شیوه ی زندگی و پیشرفت صنعتی، بیماری های مزمن و غیر واگیر به تهدیدی جدی برای سلامتی تبدیل شده است که روز به روز در حال افزایش است. به طوری که امروزه ۴ گروه بیماری غیر واگیر، شامل بیماری های قلبی و عروقی، سرطان ها، بیماری های مزمن تنفسی و دیابت مهم ترین تهدیدکننده های حیات انسان محسوب شده و عوارض و ناتوانی ناشی از آن ها بار سنگینی به خانواده ها، جوامع، و دولت ها تحمیل می کنند (دلاور ۱۳۸۳: ۲۳).

ابتلا به بیماری دیابت و الزام بیمار به مراقبت خاص از خویش موجب چالش های فراوانی در زندگی روزمره می شود که استفاده از رفتارهای مقابله ای را به منظور سازگاری ضروری می سازد. شیوه های مقابله ای نقش مهمی در سیر، کنترل، درمان و سازگاری روانی- اجتماعی بیماران دیابتی می تواند داشته باشد (گافولز ۲۰۰۶: ۲۸۰).

سبک های مقابله ای در مواجهه با دیابت موضوع مباحث فراوانی بوده است. برخی پژوهشگران ادعا نموده اند که شیوه های مسئله مدار موجب افزایش موفقیت آمیز مراقبت از خویش در بیماران مبتلا به دیابت می گردد، در حالی که شیوه های هیجان مدار می توانند دارای اثرات زیانباری باشند. معهدا دامنه وسیعی از رفتارهای مقابله ای شامل شیوه های مقابله ای مسئله مدار و هیجان مدار به منظور کاهش استرس حاصل از این بیماری مؤثر شناخته شده است. مطالعات نشان داده است که بیماری دیابت می تواند بر روی عملکرد فیزیکی، توسعه عوارض و وضعیت روحی و روانی، ارتباطات فردی، خانوادگی و اجتماعی تأثیرات منفی داشته باشد (لاستمن و اندرسون ۲۰۰۰: ۳۴).

سرسختی روانشناختی نیز مقوله ای است که اگر چه قدمت ندارد اما یک ویژگی شخصیتی بسیار بارز و مهم می باشد که سهم بسزایی در شناخت انسان به عنوان موجودی مختار و ارزشمند داشته است این ویژگی از انسان فردی کارآمد و توانا می سازد که می تواند حتی در بحرانی ترین شرایط و فشار زا ترین موقعیت ها به مقابله ای منطقی و معقولانه و کار ساز دست بزند و کماکان روان و جسم خود را حفظ نماید (کوباسا ۱۹۷۹: ۱).

سخت رویی از جمله نظام باور هایی است که نقش بنیادی در کیفیت زندگی آدمی داشته و ایجاد تعادل بین ابعاد مختلف آن را به عهده دارد. نظام باورهای ما از یک سو سبب بهبود رفتار، افزایش سلامتی، رضایت خاطر در زندگی و خشنودی و ارتقاء کیفیت زندگی می شود و از سوی دیگر به نظر می رسد بسیاری از مشکلات و مسائلی که افراد در زندگی با آن مواجه شده و تجربه می کنند منتج از این باورهاست. نظام باورهای افراد تاثیر گسترده ای در ایجاد تعادل بین ابعاد مختلف زندگی می گذارد و به عنوان یک الگوی رفتاری، آدمی را قادر می سازد تا برآیند های دلخواه را گسترش دهد و از برآیند های ناخواسته اجتناب کند (بندورا ۲۰۰۰: ۱۲۲).