

رابطه سلامت روانی با خلاقیت هیجانی و سبک های مقابله با تنیدگی در دانش آموزان

مهرداد هوازاده

Mehrdad.havazade@Yahoo.Com

دانش آموخته کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خمینی شهر، اصفهان، ایران

اکبر احمدوند

دانش آموخته کارشناس ارشد روانشناسی مثبت گرا، دانشگاه پیام نور، ساری، ایران

Psy.akbarahmadvand@gmail.com

وحید بنیسی

دانش آموخته دکتری تخصصی مدیریت آموزشی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران

Vahid.banisi@khuif.ac.ir

چکیده

پژوهش حاضر باهدف بررسی رابطه سلامت روانی با خلاقیت هیجانی و سبک های مقابله با تنیدگی در دانش آموزان ناحیه ۴ کرج و با روش همبستگی بود. برای جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه خلاقیت هیجانی اوریل (۱۹۹۹)، پرسشنامه مقابله با شرایط پر استرس اندلر و پارکر (۱۹۹۰) و پرسشنامه سلامت عمومی گلدبرگ و هیلر (۱۹۷۹) استفاده شد. نمونه آماری شامل ۳۷۵ نفر بود که از بین ۱۵۰۰۰ دانش آموز با استفاده از نمونه دسترس انتخاب شدند. جهت تجزیه و تحلیل داده ها و پاسخ به فرضیه های پژوهش از روش همبستگی پیرسون استفاده شد و تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS-24 انجام شد. نتایج نشان داد که بین خلاقیت هیجانی و راهبردهای مقابله ای مسئله مدار با تنیدگی بر سلامت روان دانش آموزان رابطه مثبت معنادار وجود دارد ($p < 0/05$). یعنی با افزایش میزان خلاقیت و راهبردهای مقابله ای مسئله مدار سلامت روانی افزایش یافته و همچنین بین راهبرد مقابله ای اجتنابی و هیجان مدار با سلامت روان رابطه معنادار منفی دارند، یعنی با افزایش میزان راهبردهای اجتنابی و هیجان مدار سلامت روانی کاهش می یابد.

کلید واژه: سلامت روان، تنیدگی، راهبردهای مقابله ای، دانش آموزان، خلاقیت.

یکی از محورهای ارزیابی سلامتی جوامع مختلف، بهداشت روان آن جامعه است. بی شک سلامت روان، نقش مهمی در تضمین پویایی و کارآمدی هر جامعه ایفا می کند. از آنجا که دانش آموزان از اقشار مستعد، برگزیده جامعه و سازندگان فردای کشور می باشند، بنابراین سلامت روان آنان از اهمیت ویژه ای در یادگیری و افزایش آگاهی علمی برخوردار است. اگرچه با در نظر گرفتن تفاوت های بین فرهنگی، ارائه تعریف جامع از سلامت روان غیرممکن می نماید لیکن مفهوم سلامت روان شامل احساس درونی خوب بودن و اطمینان از خودکارآمدی، اتکاء به خود، ظرفیت رقابت، وابستگی بین نسلی و خودشکوفایی توانایی های بالقوه فکری و هیجانی و غیره می باشد. در میان پژوهشگران برسر این امر اتفاق نظر وجود دارد که سلامت روان چیزی فراتر از نبود اختلالات روانی است و آنچه مسلم است این است که حفظ سلامت روان نیز مانند سلامت جسم حائز اهمیت است. شواهد گوناگون مبنی بر ارتباط ابعاد متفاوت بهداشت روانی با عملکردهای تحصیلی و تربیتی وجود دارد. براساس مطالعات انجام شده عملکرد موفق تحصیلی سبب افزایش عزت نفس می شود. از ضروریات اساسی زندگی دانش آموزان که توجه به آن در رشد و توسعه جامعه اثر مستقیمی دارد و پرداختن به آن شرط اساسی در بهره وری بهینه از نیروهای کارآمد و تحصیل کرده می باشد، بهداشت روان دانش آموزان است. راهبردهای مقابله با استرس در دو طبقه کلی تقسیم بندی می شوند، یکی از آنها راهبرد مقابله مسئله مدار (اداره کردن) است که به موجب آن افراد دقیقاً به رویداد استرس زا توجه می کنند و می کوشند