

## رابطه راهبردهای مقابله با استرس، افسردگی و اضطراب با تاب آوری روانی در بین نوجوانان زلزله زده استان کرمانشاه

ساره شاکریان<sup>۱</sup>، بهمن مرادی<sup>۲</sup>، سعید شایسی زاد<sup>۳</sup>

<sup>۱</sup> دکترای تخصصی پزشکی اجتماعی گروه آموزش جامعه نگر در نظام سلامت دانشکده مجازی، آموزش پزشکی و مدیریت دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی تهران  
<sup>۲</sup> کارشناسی ارشد رشته آموزش جامعه نگر در نظام سلامت دانشکده مجازی، آموزش پزشکی و مدیریت دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی تهران (نویسنده مسئول)  
<sup>۳</sup> کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، مدرس دانشگاه پیام نور

### چکیده

**زمینه تحقیق و هدف:** هدف از این پژوهش، بررسی رابطه راهبردهای مقابله با استرس، افسردگی و اضطراب با تاب آوری روانی در بین نوجوانان زلزله زده استان کرمانشاه بود. **روش مطالعه:** این پژوهش از لحاظ ماهیت جز تحقیقات کاربردی و از لحاظ اجرا جز تحقیقات همبستگی است. جامعه آماری در این پژوهش شامل نوجوانان زلزله زده استان کرمانشاه (شهرهای ثلاث باباجانی و سرپل ذهاب) بود که شامل دانش آموزان دختر و پسر مقطع دبیرستان دوره دوم بودند که تعداد آنها حدود ۴۰۰۰ نفر انداز بین جامعه آماری، تعداد ۳۵۰ نفر با استفاده از روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای بر حسب جدول مورگان استفاده شد. پرسشنامه های مورد استفاده راهبردهای مقابله ای: اندلر و پارکر (۱۹۹۰)، افسردگی بک (۱۹۹۶) اضطراب نجاریان (۱۳۷۶) و تاب آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) بود. **نتایج:** یافته ها نشان داد متغیر راهبرد مقابله مسئله مدار با ضریب بتای ۰/۳۴ می تواند به طور مثبت و معنی دار، متغیر اضطراب با ضریب بتای ۰/۳۲، متغیر افسردگی با ضریب بتای ۰/۳۱ و متغیر راهبرد مقابله هیجان مدار با ضریب بتای ۰/۲۸ و راهبرد مقابله اجتنابی با ضریب بتای ۰/۲۴ می تواند به طور منفی و معنی داری تاب آوری نوجوانان را پیش بینی کنند. بین راهبرد مقابله مسئله مدار با تاب آوری نوجوانان رابطه مثبت معنی داری وجود دارد. به عبارت دیگر، هر چه راهبرد مقابله مسئله مدار نوجوانان افزایش می یابد به همان اندازه تاب آوری آنان بیشتر خواهد بود. بین راهبرد مقابله هیجان مدار با تاب آوری نوجوانان رابطه منفی معنی داری وجود دارد. بین راهبرد مقابله اجتنابی (غیرمؤثر) با تاب آوری نوجوانان رابطه منفی معنی داری وجود دارد. به عبارت دیگر، با کاهش راهبرد مقابله هیجان مدار و اجتنابی (غیرمؤثر) نوجوانان با افزایش تاب آوری آنان همراه شده است. بین افسردگی با تاب آوری روانی در بین نوجوانان رابطه منفی معنی داری وجود دارد. به عبارت دیگر، هر اندازه میزان اضطراب نوجوانان کاهش یابد از تاب آوری بالاتری برخوردار خواهند بود. بین اضطراب با تاب آوری روانی در بین نوجوانان رابطه منفی معنی داری وجود دارد. به عبارت دیگر، هر اندازه میزان اضطراب نوجوانان کاهش یابد از تاب آوری بالاتری برخوردار خواهند بود.

**واژه های کلیدی:** راهبردهای مقابله با استرس، افسردگی، اضطراب، تاب آوری روانی