



## رابطه سرسختی روان شناختی با احساس غربت دانشجویان غیر بومی دانشگاه سیستان و

### بلوچستان

نویسنده: حسین جناآبادی

دانشیار گروه علوم تربیتی دانشگاه سیستان و بلوچستان

تلفن تماس: ۰۹۱۵۳۴۹۹۱۳۷ Email: hjenaabadi@ped.usb.ac.ir

### چکیده

**مقدمه:** از مشکلات دانشجویان غیر بومی می توان به مسئله احساس غربت آنان اشاره کرد و یکی از عواملی که می تواند با این احساس رابطه داشته باشد سرسختی روان شناختی است. بدین منظور مطالعه حاضر با هدف بررسی رابطه سرسختی روان شناختی با احساس غربت دانشجویان غیر بومی دانشگاه سیستان و بلوچستان انجام گرفت.

**روش بررسی:** مطالعه حاضر از نوع توصیفی- همبستگی و جمعیت مورد مطالعه آن دانشجویان غیر بومی ساکن در خوابگاه های دانشجویی دانشگاه سیستان و بلوچستان در سال تحصیلی ۹۲-۱۳۹۱ بودند. که به شیوه نمونه گیری تصادفی تعداد ۳۳۸ نفر از آنان در دی ماه مورد مطالعه قرار گرفتند. ابزار جمع آوری اطلاعات دو پرسشنامه احساس غربت اژه ای و دیگران (۱۳۸۷) و مقیاس سرسختی روان شناختی کوباسا (۱۹۹۰) بود. برای تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون ضریب همبستگی و رگرسیون چندگانه با استفاده از نرم افزار SPSS<sub>17</sub> استفاده شد.

**یافته ها:** یافته ها نشان داد دانشجویان دختر در مقایسه با دانشجویان پسر احساس غربت بیش تر ( $P < 0/01$ ) و سرسختی روان شناختی کمتر را تجربه می کنند ( $P < 0/05$ ). همچنین بین سرسختی روان شناختی (و خرده مقیاس های سه گانه آن) و احساس غربت دانشجویان رابطه منفی و معنی داری مشاهده شد ( $R = -0/798, P < 0/01$ ) و نتایج رگرسیون چندگانه نشان داد که از خرده مقیاس های سه گانه سرسختی روان شناختی خرده مقیاس تعهد قابلیت تبیین و پیش بینی احساس غربت دانشجویان را دارد ( $T = -4/661, P < 0/01$ ).

**نتیجه گیری:** هرچه دانشجویان جدیدالورود ساکن خوابگاه، از نظر ویژگی شخصیتی سرسختی روان شناختی در سطح بالاتری باشند احساس غربت کمتری را تجربه می کنند.

**واژه های کلیدی:** سرسختی روان شناختی، احساس غربت، دانشگاه سیستان و بلوچستان

## طلوع بهداشت

دو ماهنامه علمی پژوهشی

دانشکده بهداشت یزد

سال سیزدهم

شماره: ششم

بهمن و اسفند ۱۳۹۳

شماره مسلسل: ۴۸

تاریخ وصول: ۱۳۹۲/۱۲/۱۰

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۳/۵



## مقدمه

با وجودی که ورود به دانشگاه و سکونت در خوابگاه، کسب تجربه ای جدید برای دانشجویان می باشد اما برای آنان نیز می تواند تنیدگی های خاص خود از قبیل کنار آمدن با دوستان، عدم حمایت های عاطفی و اجتماعی و مشکلات آموزشی را به همراه داشته باشد (۱). این گروه از دانشجویان پدیده های تنیدگی زای زیادی را به علت تغییر محیط زندگی تجربه می نمایند (۲) و یکی از چالش های پیش روی این گروه از دانشجویان احساس غربت (Homesickness) نسبت به دیار، خانواده و دوستانی است که در اثر نقل مکان ترک شده اند. احساس غربت، عبارت است از وضعیت پیچیده شناختی، انگیزشی و هیجانی خاص که با اشتغال های ذهنی فراوان درباره محیط پیشین و تمایل به بازگشت به سمت آن همراه است و اغلب، دارای آثاری منفی مانند تنهایی، غم و دشواری در سازگاری است (۳). این پدیده که معمولاً یک واکنش طبیعی در برابر محیط جدید است، در عین حال پدیده ای بالقوه تضعیف کننده است که افراد همه فرهنگ ها و گروه های سنی را تحت تاثیر قرار می دهد (۴). احساس غربت پدیده ای عام است به طوری که مطالعات نشان می دهد در مجموع ۵۰ الی ۷۰ درصد افراد حداقل یکبار در عمر خویش احساس غربت را تجربه کرده اند (۵). همچنین این پدیده، پدیده ای شایع در جمعیت دانشجویی است و در دانشجویان سال اول دانشگاه بیش تر رایج می باشد. مطالعات نشان می دهد که دانشجویان سال اول استرالیایی، چینی، آمریکایی و ترکیه ای در رده مبتلایان به احساس غربت قرار داشتند (۶). دانشجویانی که دچار احساس

غربت می شوند نارضایتی بیش تری از تحصیل در دانشگاه دارند و مشکلات تحصیلی و احتمال ترک تحصیل در آنان ۳ برابر جمعیت عادی می باشد (۷). بنابراین بررسی این پدیده ضروری به نظر می رسد.

کنار آمدن با احساس غربت به عوامل متعددی از جمله عوامل محیطی و شخصیتی بستگی دارد و یکی از عوامل شخصیتی که ارتباط تنگاتنگی با تنیدگی دارد سرسختی روان شناختی (Psychological Hardiness) افراد می باشد (۸). سرسختی روان شناختی به عنوان ترکیبی از نگرش ها و باورها تعریف می شود که به فرد انگیزه و جرأت می دهد تا در مواجهه با موقعیت های فشارزا و دشوار کارهای سخت و راهبردی انجام دهد و برای سازگاری با آن شرایط سرسختانه فعالیت کند (۹). کوباسا و دیگران (۱۹۸۳) سرسختی را ترکیبی از باورها در مورد خویشتن و جهان تعریف می کند که از ۳ مؤلفه تعهد، کنترل و مبارزه جویی تشکیل شده است. شخصی که از تعهد بالایی برخوردار است، به اهمیت و ارزش و معنای این که چه کسی است و چه فعالیتی انجام می دهد، باور دارد و بر همین مبنا قادر است تا در مورد هر آن چه که انجام می دهد معنایی بیابد و کنجکاو خود را برانگیزد. افرادی که در مؤلفه کنترل قوی هستند، رویدادهای زندگی را قابل پیش بینی و کنترل پذیر می دانند و بر این عقیده اند که قادرند با تلاش آن چه را که در اطراف شان رخ می دهد تحت تاثیر قرار دهند. افراد مبارزه جو بر این باورند که تغییر و تحول از ویژگی های روال طبیعی زندگی است و انتظار وقوع دگرگونی مشوقی برای رشد و بالندگی است، تا تهدیدی برای



مطالعه ای در کشور ایران، ضرورت و اهمیت مطالعه حاضر محرز می گردد.

### روش بررسی

مطالعه حاضر از نوع توصیفی-همبستگی است که جمعیت مورد مطالعه آن دانشجویان غیر بومی ساکن خوابگاه های دانشجویی دانشگاه سیستان و بلوچستان در سال تحصیلی ۹۲-۱۳۹۱ بودند که به شیوه نمونه گیری تصادفی و بر اساس فرمول آماری انتخاب نمونه کوکران تعداد ۳۵۰ نفر از آنان در دی ماه همان سال مورد مطالعه قرار گرفتند.

ابزار جمع آوری اطلاعات دو پرسشنامه به شرح ذیل بود: الف) پرسشنامه احساس غربت اژه ای و دیگران (۱۳۸۷): این پرسشنامه دارای ۳۹ ماده است که ۵ بعد دلتنگی برای خانواده، میل برگشت به موطن، سازگاری، احساس تنهایی و دلتنگی برای افراد و محیط آشنا را می سنجد. پرسشنامه بر اساس مقیاس پنج گزینه ای لیکرت (از هرگز تا خیلی زیاد) تنظیم شده است و نمره گذاری آن از ۱ تا ۵ است. در مطالعه اژه ای و دیگران (۱۳۸۷) پایایی پرسشنامه از طریق آزمون آلفا کرونباخ محاسبه شده است که برای پنج بعد دلتنگی برای خانواده، میل برگشت به موطن، سازگاری، احساس تنهایی و دلتنگی برای افراد و محیط آشنا به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۹۰، ۰/۸۵، ۰/۸۴ و ۰/۶۹ بود (۶).

ب) مقیاس سرسختی کوباسا (Hardiness Scale Kobasa)، ۱۹۹۰: این مقیاس یک پرسشنامه خود گزارش دهی است که میزان سرسختی روان شناختی افراد با آن سنجیده می شود و

امنیت (۱۰). پذیرش این باور که تغییر در زندگی، امری طبیعی است، می تواند در سازش فرد با رویدادهای تنیدگی زای زندگی سودمند باشند (۱۱). در واقع مؤلفه های سرسختی (تعهد، کنترل و مبارزه جویی) در موقعیت های فشارزا، سبب خواهند شد که فرد ارزیابی تهدیدآمیزی از موقعیت نداشته باشد و از راهبردهای صحیح برای حل مسأله استفاده نماید.

سرسختی روان شناختی به مثابه سپری در مقابل تنیدگی در موقعیت های گوناگون زندگی عمل می کند (۱۲) به طوری که افراد سرسخت در مقایسه با افراد با سطح پایین سرسختی، سطوح پایینی از تنیدگی را تحمل می کنند (۸) و هم چنین از بیماری های جسمانی از قبیل بیماری های قلبی، کلسترول و فشارخون مصون می مانند (۱۳). بنابراین می توان پذیرفت افرادی که دارای این خصلت هستند زندگی را معنادار می دانند، خود بر سرنوشت خویش حاکم هستند و در مقابل ناملایمات مقاوم و استوار می باشند. از آن جا که دانشجویان خوابگاهی و دور از خانواده با چالش ها و فشارهایی مانند احساس غربت، تنهایی، فقدان حمایت اجتماعی و نظایر آن مواجه می شوند و یکی از عواملی که می تواند در برخورد با این پدیده ساز و کار مناسبی باشد سرسختی روان شناختی باشد، مطالعه حاضر با هدف بررسی رابطه سرسختی روان شناختی با احساس غربت دانشجویان غیر بومی دانشگاه سیستان و بلوچستان در سال تحصیلی ۹۲-۹۱ انجام گرفت. با توجه به این که دانشگاه سیستان و بلوچستان هر سال تحصیلی پذیرای قابل توجهی از دانشجویان غیر بومی می باشد و عدم انجام چنین



برای پاسخگویی به فرضیه اول تحقیق: دختران در مقایسه با پسران احساس غربت بیش تری را تجربه می کنند، از آزمون  $t$  برای گروه های مستقل استفاده شد که یافته های آن در جدول ۲ گزارش شده است.

یافته های جدول نشان می دهد بین میانگین نمره های احساس غربت دانشجویان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود دارد ( $T= ۳/۸, P<۰/۰۱$ ) و با توجه به این که میانگین نمره های دانشجویان دختر ۳/۵۷ نمره بیشتر از میانگین نمره های دانشجویان پسر می باشد می توان پذیرفت دختران در مقایسه با پسران احساس غربت بیش تری را تجربه می کنند.

برای پاسخگویی به فرضیه دوم تحقیق: «پسران در مقایسه با دختران از سرسختی روان شناختی بیش تری برخوردارند»، از آزمون  $t$  برای گروه های مستقل استفاده شد که یافته های آن در جدول ۳ گزارش شده است.

دارای ۵۰ ماده و سه خرده مقیاس کنترل، تعهد و مبارزه جویی است. آزمودنی برای پاسخگویی باید نظر خود را در یک مقیاس لیکرت ۴ درجه ای (اصلاً صحیح نیست، تقریباً صحیح است، غالباً صحیح است و کاملاً صحیح است) بیان کند. نمره گذاری مقیاس از صفر تا سه می باشد. در مطالعه کیامرثی و ابوالقاسمی پایایی آزمون به روش آلفای کرونباخ محاسبه شده است که مقدار ضریب به دست آمده برای مقیاس سرسخت روان شناختی و خرده مقیاس های تعهد، کنترل و مبارزه جویی به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۲، ۰/۷۲ و ۰/۶۹ بود (۱۴).

#### یافته ها

در مطالعه حاضر ۳۵۰ دانشجوی غیر بومی دانشگاه سیستان و بلوچستان در دی ماه سال ۱۳۹۱ که ساکن خوابگاه های دانشجویی بودند مشارکت داشتند. از این میان تعداد ۱۲ پرسشنامه به علت نقص اطلاعات کنار گذاشته شد و نهایتاً ۳۳۸ پرسشنامه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. وضعیت دموگرافیکی آزمودنی ها در جدول ۱ گزارش شده است.

جدول ۱: وضعیت دموگرافیکی آزمودنی ها

متغیر	فراوانی (درصد)	متغیر	فراوانی (درصد)
جنسیت	دختر (۵۰/۴۵) ۱۸۲	متاهل	(۲۳/۷۲) ۸۶
	پسر (۴۹/۵۵) ۱۵۶	تاهل	(۷۶/۲۸) ۲۵۲
مقطع تحصیلی	کارشناسی (۶۰/۰۵) ۲۰۳	۱۸-۲۰	(۵۴/۱۴) ۱۸۳
	ارشد (۲۸/۶۹) ۹۷	۲۱-۲۳	(۲۷/۵۱) ۹۳
	دکتر (۱۱/۲۴) ۳۸	۲۳ به بالا	(۱۸/۳۴) ۶۲



شناختی بیش تری از خود نشان می دهند. برای پاسخگویی به فرضیه سوم تحقیق: «بین سرسختی روان شناختی و احساس غربت رابطه معنی داری وجود دارد»، از آزمون های ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده شد که یافته های آن در جدول های ۶-۴ گزارش شده است.

یافته های جدول ۳ نشان می دهد بین میانگین نمره های سرسختی روان شناختی دانشجویان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود دارد ( $T = -2/533, P < 0/05$ ).

هم چنین بین میانگین نمره های خرده مقیاس های کنترل، تعهد و مبارزه جویی تفاوت معنی داری وجود دارد. بر اساس جدول فوق می توان پذیرفت پسران در مقایسه با دختران سرسختی روان

جدول ۲: مقایسه احساس غربت دانشجویان دختر و پسر

جنسیت	تعداد	میانگین	SE	DF	T	P
دختر	۱۸۲	۷۲/۷۳	۰/۹۳	۳۳۶	۳/۸	۰/۰۰۱
پسر	۱۵۶	۶۹/۱۶				

جدول ۳: مقایسه سرسختی دانشجویان دختر و پسر

متغیر	جنسیت	تعداد	میانگین	SE	DF	T	P
کنترل	دختر	۱۸۲	۳۹/۵۷	۰/۴۰۶	۳۳۶	-۲/۲۸۵	۰/۰۲۳
	پسر	۱۵۶	۴۰/۵				
تعهد	دختر	۱۸۲	۳۷/۳۶	۰/۳۹۳	۳۳۶	-۲/۶۹۳	۰/۰۰۷
	پسر	۱۵۶	۳۸/۴۲				
مبارزه جویی	دختر	۱۸۲	۳۵/۹	۰/۳۲۴	۳۳۶	-۲/۵۲۳	۰/۰۱۲
	پسر	۱۵۶	۳۶/۷۲				
سرسختی	دختر	۱۸۲	۱۱۲/۸۴	۱/۱۰۸	۳۳۶	-۲/۵۳۳	۰/۰۱۲
	پسر	۱۵۶	۱۱۵/۶۴				

جدول ۴: ضرایب همبستگی سرسختی روانشناختی (و خرده مقیاس های آن) با احساس غربت

احساس غربت	متغیرها
-۰/۷۹	کنترل
-۰/۸۰۵	تعهد
-۰/۷۶۱	مبارزه جویی
-۰/۷۹۸	سرسختی روان شناختی

\*تمام ضرایب در سطح ۰/۰۱ معنی دار است



آن در جدول های ۵ و ۶ گزارش شده است. در تحلیل رابطه احساس غربت با سرسختی روان شناختی مقدار  $F$  به دست آمده معنی دار بوده است ( $p < 0/05$ ). مقدار  $R$  محاسبه شده ( $0/806$ ) و  $R^2$  ( $0/65$ ) بوده است. از این رو  $0/65$  درصد تغییرات مرتبط با احساس غربت با زیر مقیاس های سرسختی روانشناختی قابل تبیین است. ضرایب (Beta) نیز نشان می دهد از بین خرده مقیاس های سرسختی روانشناختی، خرده مقیاس تعهد با تغییرات نمره های احساس غربت رابطه معنی داری ( $P < 0/05$ ) داشته است (جدول ۶).

یافته های جدول ۴ نشان می دهد بین میانگین نمره های سرسختی روان شناختی (و خرده مقیاس های آن) و احساس غربت دانشجویان همبستگی منفی و معنی داری وجود دارد ( $R = -0/798, P < 0/01$ ). به این معنا که هر چه افراد سرسختی روان شناختی بیش تری از خود بروز دهند، احساس غربت کمتری را تجربه می کنند. برای بررسی رابطه چندگانه معنی دار بین خرده مقیاس های سرسختی روانشناختی (کنترل، تعهد و مبارزه جویی) با احساس غربت از آزمون رگرسیون چندگانه استفاده شد که نتایج

جدول ۵: گزارش رگرسیون چندگانه برای تبیین احساس غربت دانشجویان

متغیرها	SS	DF	R	$R^2$	MS	F	P
رگرسیون	۱۶۸۴۲/۴	۳			۵۶۱۴/۱۳		
باقی مانده	۹۰۶۹/۲	۳۳۴	۰/۸۰۶	۰/۶۵	۲۷/۱۵	۲۰۶/۷۵	۰/۰۰۰
کل	۲۵۹۱۱/۶	۳۳۷					

جدول ۶: پیش بینی احساس غربت دانشجویان بر اساس ابعاد سه گانه سرسختی روانشناختی

متغیرها	B	BETA	SE	T	P
مقدار ثابت	۱۴۴/۵۹	-	۳/۵۷۳	۴۰/۴۶	۰/۰۰۰
کنترل	۰/۶۲۸	۰/۲۶۸	۰/۵۰۷	۱/۲۳	۰/۲۱۷
تعهد	-۲/۴۵۷	-۱/۰۲	۰/۵۲۷	-۴/۶۶	۰/۰۰۰
مبارزه جویی	-۰/۱۵۵	-۰/۰۵۳	۰/۲۸۳	-۰/۵۴۷	۰/۵۸۵

## بحث و نتیجه گیری

احساس غربت بیش تری را تجربه می کنند. برای مردان فرایند اجتماعی شدن اغلب با عدم تأکید بر بیان احساسات و با تمرکز بر استقلال، اتکاء به خود و برای زنان این فرایند با تأکید بر بیانگری کلامی و با تمرکز بر گرمی و تلاش فرد برای برقراری و حفظ

مطالعه حاضر با هدف بررسی ارتباط بین سرسختی روان شناختی و احساس غربت دانشجویان غیر بومی دانشگاه سیستان و بلوچستان انجام گرفت. یافته ها نشان داد که دختران در مقایسه با پسران



غربت دانشجویان رابطه منفی و معنی داری وجود دارد که به این معناست هر چه فرد سرسختی روان شناختی بیش تری را از خود بروز دهد احساس غربت کم تری را تجربه خواهد نمود. افراد سرسخت موقعیت های ناگوار را چالش انگیز ارزیابی می کنند تا تهدیدکننده، حس تعهد بیشتر نسبت به خود و کار خود دارند، حس بیشتری از کنترل در مورد زندگی شان تجربه می کنند و عوامل فشارزا را به عنوان فرصت های بالقوه برای تغییر می بینند و از این رو سلامت روان خود را حفظ می کنند (۲۲). هم چنین نتایج رگرسیون چندگانه نشان داد که از بین خرده مقیاس های سه گانه سرسختی روان شناختی، خرده مقیاس تعهد قابلیت پیش بینی تغییرات احساس غربت دانشجویان را دارند که بیانگر آن است هرچه فرد تعهد بیش تری از خود جهت مقابله با موقعیت ناگوار نشان دهد با ورود به شهر یا مکانی جدید و دور از خانه احساس غربت کم تری را تجربه می کند.

سرسختی، توان افراد را برای مقابله بالا برده و به افراد در رویارویی با استرس کمک می کند (۲۳) و معمولاً افرادی که سرسختی بالایی دارند، در هنگام مواجهه با فشارهای روانی شدید، بیش تر از راهکارهای مقابله ای موثر و کمتر از راهکارهای ناکارآمد استفاده می کنند (۲۴) و بنابراین سطح نگرانی و احساس خطر در افراد سرسخت در پیشامدهای ناگوار بسیار پایین است (۲۵). هانگ (۱۹۹۵) نیز باور دارد که افراد سرسخت به رویارویی موفق و کارآمد در برابر استرس ها با وجود بروز پیشامدهای ناگوار امیدوارند، از توانایی یافتن معنی در تجارب آشفته ساز برخوردارند و به نقش خود به عنوان فرد ارزنده و با اهمیت باور

روابط صمیمانه مشخص می شود (۱۵) و از این رو زنان در مقایسه با مردان نیازمند حمایت اجتماعی بیش تری می باشند (۱۶). هم چنین از آنجا که فرهنگ جامعه نیز دختران را وابسته تر نسبت به خانواده و شهر و دیار خود بار می آورد، دختران در محیط های دور از خانه و شهر و دیار خویش احساس غربت بیش تری را تجربه می کنند. این یافته با یافته های استروبی و دیگران (۲۰۰۲) و آرچر و دیگران (۱۹۹۸) همخوانی دارد (۱۷، ۱۸).

یافته ها نشان داد که مردان از سرسختی روان شناختی بیش تری نسبت به زنان برخوردارند. مطالعات از این یافته حمایت می کند (۱۹-۲۱). شاید به دلیل مسائل فیزیولوژیک و وجود هورمون های مردانه تا حدود زیادی مبارزه جویی، رویارویی با رویدادهای منفی، کنترل خود در مواقع استرس زا در مردان بیش تر است و عامل مهم دیگر که به نظر می رسد ایجاد کننده ی سرسختی در مردان باشد، فرهنگ جامعه است، شاید به این دلیل در جامعه ما مردان از آزادی عمل بیش تری برخوردارند و جامعه فرصت های اجتماعی را برای آنها فراهم می سازد تا زمینه سرسختی بیش تری داشته باشند، ولی در مورد زنان، جامعه انتظار دارد که هنجارهای تعیین شده و نقش های سنتی گروه خویش را تا آن جا که امکان دارد، رعایت کنند ولو این که استعدادها سرشاری در زمینه های خارج از حیطه داشته باشند و این امر باعث شده که زنان توانایی های خود را کم تر از آن چه که هست، ارزیابی نمایند و در نتیجه کم تر از مردان سرسختی روان شناختی از خود نشان دهند (۲۱).

یافته اصلی این مطالعه نشان داد که بین سرسختی روان شناختی و خرده مقیاس های آن (کنترل، تعهد و مبارزه جویی) و احساس



یافتن منابع لازم برای مقایسه یافته های این پژوهش را دشوار ساخت.

با توجه به محرز شدن نقش سرسختی روان شناختی در کاهش احساس غربت دانشجویان بر خانواده ها و نهاد تعلیم و تربیت ضروری می نماید علاوه بر پرورش ویژگی های شخصیتی مثبت افراد از قبیل سرسخت بودن و عدم وابستگی، به آموزش راه کارهای مقابله با موقعیت های ناگوار و استرس زا از همان دوران کودکی پردازند. هم چنین به علت کمبود پیشینه تحقیق، به سایر محققان انجام تحقیقاتی با توجه به موارد ذیل پیشنهاد می گردد: ۱) مقایسه میزان احساس غربت بر اساس ویژگی های شخصیتی از قبیل میزان تاب آوری، سبک شخصیتی و ... ۲) سنجش اثربخشی استفاده از رویکردهای شناختی، معنوی و ترکیبی (شناختی-معنوی) در کاهش پدیده احساس غربت با استفاده از گروه های مداخله و گواه.

### تقدیر و تشکر

مؤلف بر خود لازم می بیند از تمام کسانی که با آنها در انجام هرچه بهتر این مطالعه یاری رسانده اند، خصوصا دانشجویان مورد مطالعه، تقدیر و تشکر نمایند.

دارند (۲۶). بنابراین می توان گفت که افراد سرسخت به دلیل برخورداری از سبک تبیینی خوشبینانه، احساس توانمندی در رویارویی با مشکلات، برخورد مسأله مدارانه با مشکلات، انتظارات مثبت در مورد پیامدها، و باور به وابستگی پیامد به عمل، می توانند سلامت روان خود را در رویدادهای پیش بینی نشده و ناگوار حفظ کنند (۲۷).

هر چند در پیشینه پژوهشی این مطالعه، محققین با مطالعات مشابه برخورد نداشتند با این وجود، یافته های این مطالعه با یافته های مطالعاتی که به بررسی نقش سرسختی روان شناختی در کاهش تنیدگی ها پرداخته اند همخوانی دارد. سرسختی روانشناختی از جمله متغیرهایی هست که می تواند تنیدگی ها و آثار نامطلوب آنها را تعدیل نمایند (۲۸). مطالعات نشان می دهد که سرسختی روان شناختی به عنوان یک منبع مقاومت درونی، تأثیرات منفی استرس را کاهش داده و می تواند از بروز اختلال های بدنی (۱۳) و روانی از قبیل افسردگی و اضطراب (۲۹) پیش گیری کند.

یافته های مطالعه حاضر، حداقل برای افرادی که خصوصیات مشابه شرکت کنندگان این تحقیق را داشته باشند از جمله افراد مهاجر قابل تعمیم است. اندک بودن مطالعات انجام شده در این زمینه در ایران و جهان و نیز محدودیت دسترسی به این منابع،

### References

- 1-Petterson T, Arnetz D. Factor analysis and predictors of student stressors. *Psychotherapy Psychosomat* 2001; 70 (3):39-94.
- 2-Valeriet D, Lanrie AS. A cognitive model of religions influence on health. *J Socio Issu* 1995;51(2):49-62.
- 3-Messina J. Helping students cope with homesickness. *University Business*2007; 10(11): 80.





- 4-VanTilburg M, Vingerhoets A, VanHeck G. Homesickness: A review of the literature. *Psychological Medicine*1996; 26(5): 899-912.
- 5-Van Vliet T. Homesickness: Antecedents, consequences, and mediating processes. Wageningen. The Netherlands: Ponsens & Looijen; 2001:25
- 6-Ejei J, Dehghani M, Ganjavi A, & Khodapanahi MK. Validation of Utrecht Homesickness Scale in Students. *J Behavioral Sciences* 2008; 2(1): 1-12. [Persian]
- 7-Adalf E, Glicksman L, Demers A. The prevalence of elevated psychological distress among Canadian undergraduates: findings from the 1998 Canadian campus survey (editorial). *J Am College Health* 2001; 50(2): 67-72.
- 8-Kahn RL, Yuster F. Well-being: Concepts and measures. *J Social Issues* 2002; 58(2): 647-59.
- 9-Maddi SR. The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research and practice. *Consulting Psychology J* 2007; 54(3): 173-85.
- 10-Kobasa SC, Maddi SR, Zola MA. Type and hardiness. *J Behavioral Medicine*1983; 6 (1): 41-51.
- 11-Kobasa SC, Puccetti MC. Personality and social resources in stress resistance. *J Personality and Social Psychology* 1983; 45(4): 839-50.
- 12-Beasley M, Thompson T, Davidson J. Resilience in response to life stress: The effects of coping style and cognitive hardiness. *Personality & Individual Difference* 2003; 34 (1): 77-95.
- 13-Strik PC, Steptoe A. Behavioral and emotional triggers of acute coronary syndromes: A systematic review and critique. *Psychosom Med* 2005; 64(3): 179-86.
- 14-Kiamarsi A, Abolghasemi A. *Obstinacy psychology*. Ardebil University Pub; 2006. [Persian]
- 15-Matud MP, Ibanez I, Bethencourt JN, Marrero R, & Carballeira M. Structural gender differences in perceived social support. *Personality and Individual Differences* 2003;35(8); 1919-29.
- 16-Pines AM, Zaidman, N. Gender, culture, and social support: A male-female, Israeli Jewish-Arab comparison. *Sex Roles*2003, 49 (11&12): 571-86.
- 17-Strobe M, Vliet TV, Hewstone M, & Willis H. Homesickness among students in two cultures: Antecedents and consequences. *British J Psychology*2002; 93(2): 147-68.
- 18-Archer J, Irland J, Amus SL, Broad H, & Currid, L. Derivation of Homesickness Scale. *British J Psychology*1998;89 (2):205-21.



- 19-Deeg D, van zonneveld R. Does happiness Lengthen life? In veen haven R. (Ed). How harmful is happiness? Rotterdam, The Netherlands: Rotterdam university press; 1989: 29-43.
- 20-Mootaz C. Cinder differences in work satisfaction, work- related rewards and values, and determinants of work sates faction. Human Relation1988; 39: 359-76.
- 21-Naderi F, Hoseyni SM. The relationship between life expectancy and hardiness of male and female students of Islamic Azad University Gachsaran. Woman and Society 2011; 1(2):123-41. [Persian]
- 22-King LA, King DW, Keane TM, Faribank JF, & Adams GA. Resilience-recovery factors in posttraumatic stress disorder among female and male Vietnam veterans: Hardiness, postwar social support and additional stressful life events. J Personality and Social Psychology 1998, 74(2): 420-34.
- 23-Tartasky DS. Hardiness: Conceptual and methodological issues. Image1993; (25):225-29.
- 24-Kaiseler M, Polman R, Nicholls A. Mental toughness, stress, stress appraisal, coping and coping effectiveness in sport. Personality and Individual Differences2009; 47(7):728-33.
- 25-Low J. The concept of hardiness: A brief but critical commentary. J Advanced Nursing1996; 24(3): 588-90.
- 26-Huang C. Hardiness and stress: A critical review. Maternal Child Nursing Journal1995; 23(3): 82-9.
- 27-Rahimian Boogar E, Asgharnejad Farid AA. The relationship between psychological hardiness also ego-resiliency and mental health in adolescent and adult survivors of Bam earthquake. Iranian J Psychiatry and Clinical Psychology2008; 14(1): 62-70. [Persian]
- 28-Joseph S, Williams R, Yule W. Understanding post-traumatic stress: A psychological perspective on PTSD and treatment. West Sussex: Wiley, 1997.
- 29-Inzlicht M, Aronson J, Good C, McKay L. A particular resiliency to threatening environments. J Experimental Social Psychology 2006; 42(3): 323-36.



## The Relationship Between Psychological Hardiness and Homesickness in University of Sistan and Baluchestan Non-native Students

Jenaabadi H(Ph.D)

Associate professor, Department of psychology, university of Sistan and Baluchestan, Zahedan, Iran

### Abstract

**Introduction:** Homesickness is a problem for non-native students and a factor that is associated with this feeling is hardiness. In this regard, the present study was planned to assess the relationship between hardiness and homesickness in non-native students of Sistan and Baluchestan University.

**Methods:** This is a descriptive - correlational study and its subjects were non-native students of Sistan and Baluchestan university in the academic year 2012-2013. Three hundred and thirty eight students were selected through random sampling method. The study instruments included hardiness scale (Kobasa, 1990) and Utrecht homesickness scale (Ejei et al. 2008). The scores were analyzed using Spearman correlation coefficient and multiple regression by SPSS 17.

**Results:** A) Female students experience more homesickness than male students ( $p < 0/01$ ). B) Male students show more hardiness than female students ( $p < 0/05$ ). C) There were significant negative correlations between hardiness and homesickness ( $R: -0/798, P < 0/01$ ). D) Multiple regression results showed that from the three subscales of hardiness, commitment ( $T = -4/661, P < 0/01$ ) can explain and predict homesickness of the students.

**Conclusion:** If students have higher level of hardiness, they will experience less homesickness.

**Keywords:** Psychological Hardiness, Homesickness, Sistan & Baluchestan University.