

بررسی ارتباط تنظیم شناختی هیجان و راهبردهای مقابله با استرس با سلامت جسمانی دانشجویان دختر علوم پزشکی

الهام مه ابادی پور^{۱*}، محمد نقی فراهانی^۲

^۱ نویسنده مسئول: کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

^۲ دانشیار گروه روانشناسی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

چکیده

مطالعه حاضر با هدف بررسی ارتباط بین پیش‌بینی تنظیم شناختی هیجان و راهبردهای مقابله با استرس با سلامت جسمانی دانشجویان علوم پزشکی تهران صورت گرفت. روش پژوهش به صورت توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانشجویان دختر علوم پزشکی شهر تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۷ بود که از این میان نمونه‌ای ۲۰۰ نفری به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. مقیاس تنظیم هیجانی گراتز و رومر (۲۰۰۴)، پرسشنامه علائم بی‌حالی جسمانی (PILL) و نسخه کوتاه فهرست مقابله با موقعیت‌های استرس‌زا (CISS-SF) بین آن‌ها توزیع شد. در تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش از روش‌های آماری ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیره استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS انجام گرفت. نتایج نشان داد که بین تنظیم شناختی هیجان و سلامت جسمانی رابطه معناداری وجود دارد. بین راهبردهای مقابله با استرس و سلامت جسمانی رابطه معناداری وجود دارد. همچنین نتایج تحلیل رگرسیون انجام شده نشان داد که تنظیم شناختی هیجان و راهبرد مقابله قابلیت پیش‌بینی سلامت جسمانی را دارند.

واژه‌های کلیدی: تنظیم شناختی هیجان، راهبرد مقابله، سلامت جسمانی

مطالعات روانشناسی و علوم تربیتی

دوره ۵، شماره ۱، بهار ۱۳۹۸، صفحات ۲۴۷-۲۵۶