



فصلنامه پژوهش‌های کاربردی در مشاوره

بررسی نقش ویژگی‌های شخصیتی بر خودکارآمدی مقابله در بین زنان

باردار

محمد رضا خدا بخش^۱ و محبوبه افشار^۲

۲۷

دوره ۷، شماره ۴، پیاپی ۲۷
زمستان ۱۴۰۳

مقاله علمی

تاریخ دریافت:
۱۴۰۳/۱۰/۱۷
تاریخ پذیرش:
۱۴۰۳/۱۲/۲۱
صص: ۲۵-۳۸

شاپا چاپی: ۵۳۲۲-۲۶۷۶



Q4

چکیده

خودکارآمدی، به‌عنوان باور فرد به توانایی خود در مقابله با چالش‌ها، نقش مهمی در سازگاری با تغییرات جسمی، روانی و اجتماعی دوران بارداری ایفا می‌کند. هدف از این پژوهش، بررسی رابطه‌ی بین ویژگی‌های شخصیتی مختلف (منصف، جسور، تساوی طلب و درون نگرا) بر خودکارآمدی مقابله در بین زنان باردار است. در این مطالعه توصیفی-همبستگی، تعداد ۱۰۰ نفر از زنان باردار مراجعه‌کننده به یک مرکز درمانی در مشهد با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از پرسشنامه‌های استاندارد سنجش ویژگی‌های شخصیتی ب‌اس (۱۹۷۵) و خودکارآمدی مقابله چسنی (۲۰۰۶) جمع‌آوری شدند. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون‌های آماری مناسب مانند ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده شد. نتایج نشان داد که ویژگی‌های شخصیتی، به‌ویژه ابعاد منصف و جسور، تأثیر معناداری بر خودکارآمدی مقابله دارند ($p < 0/05$). این دو ویژگی شخصیتی در مجموع می‌توانند حدود ۳۵ درصد از تغییرات و تفاوت‌های موجود در میزان خودکارآمدی افراد در مقابله با چالش‌ها را توضیح دهند؛ به عبارت دیگر، زنان بارداری که ویژگی‌های شخصیتی منصف و جسور بیشتری دارند، معمولاً باور قوی‌تری به توانایی خود در مقابله با چالش‌های دوران بارداری دارند. با توجه به نقش کلیدی خودکارآمدی مقابله در سلامت روان و جسمی زنان باردار، این پژوهش بر اهمیت توجه به ویژگی‌های شخصیتی در طراحی برنامه‌های مداخله‌ای برای بهبود کیفیت زندگی این گروه تأکید می‌کند.

کلیدواژه‌ها: ویژگی‌های شخصیتی، خودکارآمدی مقابله، زنان باردار، بارداری.

۱. استادیار، گروه روانشناسی، واحد نیشابور، دانشگاه آزاد اسلامی، نیشابور، ایران. khodabakhsh@ut.ac.ir

۲. دانشجوی دکتری، گروه روانشناسی، واحد نیشابور، دانشگاه آزاد اسلامی، نیشابور، ایران. (نویسنده مسئول)
mahbobehafshar08@gmail.com

مقدمه

بارداری به‌عنوان یکی از مهم‌ترین مراحل زندگی زنان، با تغییرات فیزیکی، روانی و اجتماعی زیادی همراه است که می‌تواند چالش‌های متعددی را برای آنان به وجود آورد (افشار و اکبرزاده، ۱۴۰۳). این تغییرات نه تنها بر زندگی روزمره زنان تأثیر می‌گذارد، بلکه می‌تواند بر روابط اجتماعی، شغلی و خانوادگی آنان نیز تأثیرگذار باشد (ما، یانگ، ژانگ، سنایدر، زو، جیا، ۲۰۲۱). از این‌رو، درک چگونگی سازگاری زنان باردار با این تغییرات و چالش‌ها، اهمیت ویژه‌ای دارد. در این دوران، خودکارآمدی به‌عنوان یک منبع روان‌شناختی حیاتی، تأثیر بسزایی بر تجربه و سازگاری زنان با این تغییرات دارد (نیکبخت مقدم، صادقی، امینی، حقانی، ۲۰۲۰).

خودکارآمدی به معنای اعتقاد به توانایی‌های فرد برای انجام وظایف و مواجهه با چالش‌هاست و می‌تواند به‌طور مستقیم بر نحوه برخورد زنان باردار با استرس‌ها و نگرانی‌های ناشی از بارداری تأثیر بگذارد. به‌طورکلی، تقویت حس خودکارآمدی در این دوران می‌تواند به بهبود تجربیات مرتبط با بارداری منجر شود. (سینگ، پرادهان، پانیگرهی، جنا، ۲۰۱۹). تئوری خودکارآمدی تأکید دارد که باورهای فرد در مورد توانایی‌هایش، می‌تواند تأثیر عمیقی بر انتخاب‌ها و تلاش‌هایی که برای دستیابی به اهدافش انجام می‌دهد، بگذارد. به‌ویژه در شرایطی که زنان با چالش‌های خاصی مواجه می‌شوند، مانند بارداری، خودکارآمدی مقابله‌ای به‌عنوان اعتقاد به توانایی مدیریت شرایط دشوار، اهمیت ویژه‌ای پیدا می‌کند (تسای، چانگ، چن، هسو، ۲۰۲۴). به‌طوری‌که زنان با سطح بالاتری از خودکارآمدی مقابله‌ای معمولاً بهتر می‌توانند با استرس‌ها و چالش‌های ناشی از بارداری کنار بیایند، زیرا اعتماد بیشتری به توانایی‌های خود دارند.

از طرف دیگر، ویژگی‌های شخصیتی به‌عنوان یکی از عوامل تأثیرگذار بر خودکارآمدی شناخته می‌شوند. شخصیت به‌عنوان مجموعه‌ای از الگوهای پایدار رفتاری،

1 Ma, R., Yang, F., Zhang, L., Sznajder, K. K., Zou, C., Jia, Y., ... & Yang, X.

2 Nikbakht Moghadam F, Sadeghi Avalshahr H, Amini L, Haghani S.

3 Singh, S. K., Pradhan, R. K., Panigrahy, N. P., & Jena, L. K.

4 Tsai, C. F., Chang, C. P., Chen, T. L., & Hsu, M. L.

شناختی و عاطفی، بر نحوه واکنش افراد به شرایط مختلف تأثیر می‌گذارد (ستو، هان، پرایس، هاروی، بنورا، وانگ^۱، ۲۰۱۹). نظریه ویژگی‌های شخصیتی بآس^۲ (۱۹۷۵) چهار تیپ شخصیتی منصف، جسور یا قاطع، مساوات‌طلب یا تساوی‌گرا و درون‌نگر را بررسی می‌کند که هر یک تأثیرات خاصی بر خودکارآمدی و نحوه‌ی مقابله با چالش‌ها دارند. افراد منصف به دنبال راه‌حل‌های عادلانه هستند و این احساس مسئولیت به تقویت خودکارآمدی آن‌ها کمک می‌کند. جسوران با ریسک‌پذیری و تصمیم‌گیری سریع احساس قدرت و خودکارآمدی بالایی دارند. مساوات‌طلبان با تأکید بر همکاری، از حمایت اجتماعی بهره‌مند می‌شوند که به تقویت احساس خودکارآمدی‌شان می‌انجامد. درون‌نگرها با تحلیل دقیق موقعیت‌ها می‌توانند راه‌حل‌های خلاقانه‌تری پیدا کنند و به همین دلیل احساس خودکارآمدی بیشتری دارند (زکیعی، وفاپور، علیخانی، فرنیا، رادمهر^۳، ۲۰۲۰). به‌طورکلی، هر یک از این ویژگی‌ها به شیوه‌ای خاص بر نحوه‌ی مواجهه با مشکلات تأثیر می‌گذارد و می‌تواند نتایج متفاوتی را رقم بزند. ازآنجاکه شخصیت می‌تواند بر شیوه برخورد افراد با تنش‌ها و چالش‌ها تأثیر بگذارد، بررسی ارتباط بین ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی در زنان باردار می‌تواند اطلاعات ارزشمندی را در زمینه مدیریت استرس‌های بارداری ارائه دهد (هدایی، احدی و فرح بیجاری، ۱۴۰۰).

پژوهش‌های متعددی به بررسی نقش ویژگی‌های شخصیتی بر خودکارآمدی و رفتارهای مقابله‌ای پرداخته‌اند ازجمله (براکزوک^۴، ۲۰۲۱؛ زاکی و همکاران، ۲۰۲۰؛ فاماواتی^۵، ۲۰۲۳؛ دوگانولکو و کورکماز^۶، ۲۰۲۳؛ جایسوال، پاندی، ساراف^۷، ۲۰۲۳)، اما تاکنون تأثیر ویژگی‌های شخصیتی خاص بر خودکارآمدی مقابله‌ای در زنان باردار به‌طور جامع موردبررسی قرار نگرفته است. با توجه به اهمیت این موضوع، سؤال پژوهش این است که آیا ویژگی‌های شخصیتی بر خودکارآمدی مقابله در میان زنان باردار تأثیر دارد؟

1 Seto A, Han X, Price LL, Harvey WF, Bannuru RR, Wang.

2 Bass

3 Zakiei, A., Vafapoor, H., Alikhani, M., Farnia, V., & Radmehr, F.

4 Barańczuk, U.

5 Fatmawati, E.

6 Doğanülkü, H.A., Korkmaz, O.

7 Jaiswal, A., Pandey, N., & Sarraf, S. R.

این سؤال می‌تواند به ما کمک کند تا درک بهتری از چگونگی مواجهه زنان باردار با چالش‌های این دوران بحرانی و همچنین تأثیرات روانی و اجتماعی آن بر مادر به دست آوریم.

بنابراین، این تحقیق به بررسی و تحلیل تأثیر ویژگی‌های شخصیتی بر خودکارآمدی مقابله‌ای در زنان باردار می‌پردازد تا بتواند به درک بهتر از چگونگی مدیریت استرس و چالش‌ها در این دوران کمک کند. این یافته‌ها می‌توانند به طراحی و توسعه برنامه‌های آموزشی و حمایتی برای زنان باردار کمک کنند و به بهبود کیفیت زندگی آنان در دوران بارداری و پس‌از آن منجر شوند. درنهایت، این پژوهش می‌تواند به عنوان یک نقطه شروع برای تحقیقات آینده در زمینه ارتباط بین ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی در زنان در مراحل مختلف زندگی، به ویژه در دوران بارداری، عمل کند و این زمینه را برای بررسی‌های بیشتر در این حوزه فراهم آورد.

روش

این مطالعه به صورت مقطعی^۱ طراحی شده است و هدف آن بررسی رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی مقابله در زنان باردار می‌باشد. جامعه آماری این تحقیق شامل تمامی زنان باردار مراجعه‌کننده به یک مرکز بهداشتی و درمانی در منطقه ۴ شهر مشهد در سال ۱۴۰۳ می‌باشد. حجم نمونه در این پژوهش شامل ۱۰۰ نفر از زنان باردار بود که به روش نمونه‌گیری هدفمند با توجه به ملاک‌های ورود به پژوهش انتخاب شد. برای جمع‌آوری داده‌ها از ابزارهای زیر استفاده شد: پرسشنامه ویژگی‌های شخصیتی ب‌اس^۲ (۱۹۷۵) که شامل ۲۷ سؤال است و چهار تیپ شخصیتی (منصف، جسور یا قاطع، مساوات طلب یا تساوی گرا و درون‌نگر) را ارزیابی می‌کند و پرسشنامه خودکارآمدی مقابله‌ای چسنی^۳ (۲۰۰۶) که شامل ۲۶ سؤال است و به ارزیابی احساس خودکارآمدی در زمینه مقابله با چالش‌ها و استرس‌ها می‌پردازد. داده‌ها به صورت خودگزارشی توسط زنان باردار

1 cross-sectional

2 Bass

3 Chesney

تکمیل شد. پس از ارائه توضیحات لازم درباره اهداف تحقیق و اطمینان از محرمانه بودن اطلاعات، پرسشنامه‌ها توزیع و جمع‌آوری شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش شامل: زنان باردار ۱۸ تا ۳۵ سال، عدم ابتلا به بیماری جسمانی مزمن، رضایت برای شرکت در پژوهش و ملاک‌های خروج از پژوهش عدم تمایل به شرکت در پژوهش و تکمیل ناقص پرسشنامه بود. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار آماری نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ استفاده شد. ابتدا توصیف آماری (میانگین، انحراف معیار) محاسبه شد و سپس برای بررسی روابط بین ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی مقابله از آزمون‌های همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده گردید. سطح معناداری در این تحقیق ۰/۰۵ در نظر گرفته شد. این تحقیق با رعایت اصول اخلاقی انجام شد و از تمامی شرکت‌کنندگان رضایت‌نامه آگاهانه دریافت گردید.

ابزار پژوهش

پرسشنامه خودکارآمدی مقابله‌ای

پرسشنامه خودکارآمدی مقابله‌ای چسنی^۱ ابزاری است که به منظور سنجش احساسات و باورهای افراد درباره توانایی‌های خود در مواجهه با چالش‌ها و عوامل استرس‌زا طراحی شده است. این پرسشنامه شامل مجموعه‌ای از سؤالات است که به افراد کمک می‌کند تا ارزیابی کنند که تا چه حد قادر به مدیریت و مقابله با مشکلات و فشارهای زندگی هستند. این ابزار به‌ویژه در زمینه‌های روانشناسی و مشاوره کاربرد دارد و می‌تواند در شناسایی نقاط قوت و ضعف افراد در مواجهه با استرس مورد استفاده قرار گیرد. پرسشنامه چسنی به شش بعد اصلی خودکارآمدی مقابله‌ای می‌پردازد که شامل مهارت‌های حل مسئله، استفاده از حمایت اجتماعی، کنترل احساسات و توانایی‌های دیگر مرتبط با مقابله با چالش‌های زندگی است. نتایج این پرسشنامه می‌تواند به متخصصان کمک کند تا استراتژی‌های مؤثری را برای افزایش خودکارآمدی افراد طراحی کنند و در نهایت به بهبود سلامت روان و کیفیت زندگی آن‌ها منجر شود. با توجه به اهمیت خودکارآمدی در

1 Chesney Coping Self-Efficacy Scale

پیشگیری از اختلالات روانی و افزایش تاب‌آوری، این پرسشنامه به‌عنوان یک ابزار ارزشمند در تحقیقات و مداخلات روان‌شناختی شناخته می‌شود. این پرسشنامه شامل ۲۶ سؤال است که به بررسی احساسات و نگرش‌های فرد در موقعیت‌های مختلف می‌پردازد. نمره‌گذاری این پرسشنامه به‌صورت مقیاس لیکرت انجام می‌شود که در آن پاسخ‌دهندگان به هر سؤال از ۱ تا ۵ نمره می‌دهند (به‌عنوان مثال: ۱ = به‌شدت مخالفم، ۲ = مخالفم، ۳ = نه موافقم و نه مخالفم، ۴ = موافقم، ۵ = به‌شدت موافقم). سپس نمرات به‌دست‌آمده جمع‌آوری می‌شوند و نمره کل به‌عنوان نمایانگر سطح خودکارآمدی مقابله‌ای فرد محاسبه می‌شود. به‌طور کلی، نمره بالاتر نشان‌دهنده احساس توانمندی بیشتر فرد در مواجهه با مشکلات و چالش‌ها است. در این پژوهش، پایایی پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ مورد ارزیابی قرار گرفت و مقدار ۰/۷۴ به دست آمد. همچنین، روایی آن به روش تحلیل عاملی^۱ مطلوب گزارش شد.

پرسشنامه ویژگی‌های شخصیتی

پرسشنامه ویژگی‌های شخصیتی ب‌اس (۱۹۷۵) یکی از ابزارهای مورد استفاده برای سنجش ویژگی‌های شخصیتی و رفتارهای فردی است. این پرسشنامه معمولاً شامل تعدادی سؤال است که به ارزیابی ابعاد مختلفی از شخصیت فرد می‌پردازد. این پرسشنامه شامل ۲۷ سؤال در ۴ مؤلفه است. مؤلفه‌های پرسشنامه شامل شخصیت منصف (سؤالات ۱ تا ۱۱)، شخصیت جسور یا قاطع (سؤالات ۱۲ تا ۱۶)، شخصیت تساهل‌گرا (سؤالات ۱۷ تا ۲۲) و شخصیت درون‌گرا (سؤالات ۲۳ تا ۲۷) می‌باشند. رتبه‌بندی پرسشنامه بر اساس مقیاس لیکرت شامل پنج گزینه کاملاً مخالفم، مخالفم، نه موافق و نه مخالفم، موافقم و کاملاً موافقم با تخصیص نمره ۱ تا ۵ انجام شده است. در پژوهش کربلایی، شهام و درگاهی (۱۳۹۴) به منظور تعیین روایی علمی پرسشنامه از روش روایی محتوی استفاده شد و نتایج حاکی از اعتماد و اعتبار علمی پرسشنامه مزبور بود. در پژوهش حاضر، پایایی پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ مورد ارزیابی قرار گرفت و مقدار ۰/۷۱ بدست آمد.

1 Factor Analysis

یافته‌ها

در این پژوهش توصیفی-همبستگی که باهدف بررسی نقش ویژگی‌های شخصیتی مختلف بر خودکارآمدی مقابله در بین زنان باردار انجام شد، گروهی از ۱۰۰ زن باردار موردبررسی قرار گرفتند که دامنه سنی آن‌ها بین ۱۸ تا ۳۵ سال بود. میانگین سنی این زنان ۲۷/۸۵ سال بوده و انحراف معیار آن‌ها ۵/۲۲ سال است که به این معناست که بیشتر این زنان در محدوده سنی نزدیک به میانگین قرار دارند و انحراف معیار نشان‌دهنده تنوع سنی نسبی در این گروه است. در ادامه به‌منظور تحلیل دقیق‌تر، آماره‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱. آماره‌های توصیفی متغیرهای تحقیق

متغیرها	میانگین	انحراف معیار
شخصیت منصف	۳۲/۱۲۱	۱۳/۳۰۹
شخصیت جسور یا قاطع	۱۵/۷۶۷	۵/۵۷۶
شخصیت تساوی‌گرا	۱۷/۹۰۹	۶/۱۹۵
شخصیت درون‌گرا	۱۵/۲۵۲	۵/۰۱۰
خودکارآمدی مقابله	۱۲۱/۶۶۶	۷۴/۱۵۰

در جدول ۱ میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش شامل چهار تیپ شخصیتی و خودکارآمدی مقابله آورده شده است. با توجه به اطلاعات مندرج در جدول ۱، میانگین و انحراف معیار برای متغیر شخصیت منصف برابر با $(۳۲/۱۲ \pm ۱۳/۳۰)$ ، میانگین و انحراف معیار برای متغیر شخصیت جسور برابر با $(۱۵/۷۶ \pm ۵/۵۷)$ ، میانگین و انحراف معیار برای متغیر شخصیت تساوی‌گرا برابر با $(۱۷/۹۰ \pm ۶/۱۹)$ ، میانگین و انحراف معیار برای متغیر شخصیت درون‌گرا برابر با $(۱۵/۲۵ \pm ۵/۰۱)$ ، گزارش شد. در بین ویژگی‌های شخصیتی، شخصیت منصف با میانگین و انحراف معیار برابر با $(۳۲/۱۲ \pm ۱۳/۳۰)$ دارای بیشترین میانگین و شخصیت درون‌گرا با میانگین و انحراف معیار برابر با $(۱۵/۲۵ \pm ۵/۰۱)$ دارای کمترین میانگین می‌باشد که به این معنا می‌باشد که ویژگی شخصیتی منصف به‌طور خاص

در زنان باردار این مطالعه برجسته‌تر است. به علاوه میانگین و انحراف معیار برای متغیر خودکارآمدی مقابله برابر با $(121/66 \pm 74/15)$ گزارش شد که نشان‌دهنده این است که زنان باردار در این مطالعه به‌طور کلی احساس خودکارآمدی خوبی در مواجهه با چالش‌ها دارند.

بررسی ارتباط بین ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی مقابله

بر اساس اطلاعات جدول ۲ که به نمایش آماره‌های آزمون همبستگی پیرسون بین متغیرهای مختلف و متغیر اصلی «خودکارآمدی مقابله» می‌پردازد، برای هر یک از شخصیت‌ها، ضریب همبستگی پیرسون و نوع رابطه بین آن شخصیت و خودکارآمدی مقابله ذکر شده است. به‌طوری‌که شخصیت منصف با ضریب همبستگی $0/486$ نشان از یک رابطه مستقیم و معنادار دارد. این بدان معناست که با افزایش نمره در متغیر شخصیت منصف، نمره خودکارآمدی مقابله نیز افزایش می‌یابد. در ادامه شخصیت جسور یا قاطع با ضریب همبستگی $0/575$ نیز یک رابطه مستقیم و معنادار را نشان می‌دهد که نشان‌دهنده این است که افراد با شخصیت قاطع، معمولاً دارای خودکارآمدی بالاتری در مقابله با چالش‌ها هستند. همچنین شخصیت تساوی‌گرا با ضریب همبستگی $0/445$ به همین ترتیب نشان می‌دهد که بین این شخصیت و خودکارآمدی مقابله نیز یک رابطه مستقیم وجود دارد. درحالی‌که شخصیت درون‌گرا با ضریب همبستگی $0/112$ به نظر می‌رسد که رابطه معناداری با خودکارآمدی مقابله ندارد. همچنین، در جدول ذکرشده که سطح معناداری (P-value) برای همه روابط به‌جز شخصیت درون‌گرا کمتر از $0/01$ است که نشان‌دهنده معنادار بودن این روابط می‌باشد. به‌طورکلی، می‌توان نتیجه گرفت که شخصیت‌های منصف، قاطع و تساوی‌گرا با خودکارآمدی مقابله رابطه مثبت و معنادار دارند، درحالی‌که شخصیت درون‌گرا رابطه معناداری با خودکارآمدی مقابله ندارد.

جدول ۲. آماره‌های آزمون همبستگی پیرسون مربوط بین متغیرهای پژوهش

خودکارآمدی مقابله		متغیر
نوع رابطه	پیرسون	
مستقیم	$0/486^{**}$	شخصیت منصف
مستقیم	$0/575^{**}$	شخصیت جسور یا قاطع
مستقیم	$0/445^{**}$	شخصیت تساوی‌گرا
	$0/112$	شخصیت درون‌گرا

 $P < 0/01^*$

تعیین تأثیر مجموع ویژگی‌های شخصیتی بر خودکارآمدی مقابله

جدول ۳، نتایج تحلیل رگرسیون را نشان می‌دهد که ضرایب همبستگی و رگرسیون ویژگی‌های شخصیتی بر خودکارآمدی مقابله‌ای را نشان می‌دهد. با توجه به اطلاعات جدول ۳، به ترتیب شخصیت جسور یا قاطع با سطح معناداری $0/01$ و ضریب رگرسیونی $0/407$ و شخصیت منصف با سطح معناداری $0/01$ و ضریب رگرسیونی $0/246$ را نشان می‌دهند، به این معنا که ضرایب‌های مثبت برای شخصیت جسور یا قاطع و منصف نشان‌دهنده این است که با افزایش این ویژگی‌ها، توانایی افراد در مقابله با چالش‌ها نیز افزایش می‌یابد. در مقابل، شخصیت تساوی‌گرا به نظر می‌رسد تأثیر کمی بر خودکارآمدی مقابله‌ای داشته باشد. مقدار R برابر با $0/613$ و R^2 برابر با $0/356$ نشان‌دهنده این است که حدود 35.6 درصد از تغییرات خودکارآمدی مقابله‌ای توسط ویژگی‌های شخصیتی پیش‌بینی می‌شود. به این معنا که این دو ویژگی شخصیتی در مجموع می‌توانند حدود 35 درصد از تغییرات و تفاوت‌های موجود در میزان خودکارآمدی افراد در مقابله با چالش‌ها را توضیح دهند؛ به عبارت دیگر، این دو بعد بخش قابل‌توجهی از عواملی را که بر خودکارآمدی تأثیر می‌گذارند، در بر می‌گیرند.

همچنین، مقدار F به $19/043$ می‌رسد که نشان‌دهنده معنی‌داری کلی مدل است. این نتایج نشان می‌دهد که ویژگی‌های شخصیتی منصف و جسور یا قاطع تأثیر مثبت و معناداری بر خودکارآمدی مقابله‌ای دارند، درحالی‌که شخصیت تساوی‌گرا تأثیر کمتری دارد.

جدول ۳. ضرایب رگرسیون ویژگی‌های شخصیتی بر خودکارآمدی مقابله‌ای

مدل	B	SEB	بتا	T
مقدار ثابت	-۱۸/۲۱۸	۲۰/۳۸۰		-۸/۸۹۴
شخصیت منصف	۱/۳۷۰	۰/۵۳۷	۰/۲۴۶	۲/۵۵۱**
شخصیت جسور یا قاطع	۵/۴۰۶	۱/۶۸۷	۰/۴۰۷	۳/۲۰۵**
شخصیت تساوی‌گرا	۰/۵۹۳	۱/۴۰۴	۰/۰۵۰	۰/۴۲۲
Durbin-Watson=۲/۳۲۹	F=۱۹/۰۴۳**	R ² =۰/۳۵۶	R=۰/۶۱۳	

*P<۰/۰۵ **P<۰/۰۱

بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر به بررسی نقش ویژگی‌های شخصیتی بر خودکارآمدی مقابله در میان زنان باردار پرداخته است که به‌وضوح اهمیت این موضوع را در درک چگونگی سازگاری این زنان با چالش‌های دوران بارداری نشان می‌دهد. بارداری، به‌عنوان یک مرحله حساس و پرچالش در زندگی زنان، نیازمند توجه ویژه به عوامل روان‌شناختی و اجتماعی است که می‌تواند بر تجربه این دوران تأثیر بگذارد. نتایج این مطالعه بر اهمیت ویژگی‌های شخصیتی در تقویت احساس خودکارآمدی زنان باردار تأکید دارد و نشان می‌دهد که افراد با ویژگی‌های شخصیتی خاص، معمولاً توانایی بیشتری در مقابله با استرس‌ها و چالش‌های ناشی از بارداری دارند.

نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که ویژگی‌های شخصیتی منصف، جسور یا قاطع و تساوی‌گرا با خودکارآمدی مقابله رابطه مثبت و معناداری دارند. به‌ویژه، شخصیت‌های منصف و جسور یا قاطع با ضریب همبستگی بالاتر، نشان‌دهنده این هستند که زنان باردار با این ویژگی‌ها، احساس توانمندی بیشتری در مواجهه با چالش‌های بارداری دارند. این یافته‌ها به‌خوبی با نظریه‌های موجود در زمینه خودکارآمدی تطابق دارد که بیان می‌کند باور به توانایی‌های فردی می‌تواند بر رفتارها و انتخاب‌های فرد تأثیر بگذارد. به‌عنوان مثال، افرادی که خود را قوی و مؤثر می‌دانند، تمایل بیشتری به‌مواجهه با چالش‌ها و مدیریت استرس دارند. در مقابل، شخصیت درون‌گرا به نظر می‌رسد که تأثیر معناداری بر

خودکارآمدی مقابله‌ای نداشته باشد. این ممکن است به این دلیل باشد که درون‌گراها احتمالاً به دلیل تمایل به تحلیل دقیق موقعیت‌ها، در شرایط اضطراب‌آور احساس عدم اعتمادبه‌نفس بیشتری داشته باشند. این نکته می‌تواند به ما کمک کند تا درک بهتری از چگونگی مواجهه این ویژگی‌های شخصیتی با استرس و چالش‌های بارداری پیدا کنیم. همسو با نتایج این یافته پژوهش‌های (براکزوک، ۲۰۲۱؛ زاکی و همکاران، ۲۰۲۰؛ فاماواتی، ۲۰۲۳؛ دوگانولکو و همکاران، ۲۰۲۳؛ جایسوال و همکاران، ۲۰۲۳) بر نقش ویژگی‌های شخصیتی بر خودکارآمدی در افراد اشاره کردند. از این رو، با در نظر گرفتن اینکه شخصیت خاص هر فرد می‌تواند بر شیوه‌ی برخورد با تنش‌ها تأثیرگذار باشد، این موضوع می‌تواند به بروز مقابله متفاوت در افراد منجر شود (لثو، ژو، ژانگ^۱، ۲۰۲۲). درواقع، به نظر می‌رسد صفات شخصیتی می‌توانند نقش مهمی در شکل‌گیری یک انگاره مثبت و احساس خودکارآمدی ایفا کنند. افرادی که دارای ویژگی‌های شخصیتی مثبت، مانند جسارت و اعتمادبه‌نفس هستند، معمولاً باور بیشتری به توانایی‌های خود دارند. این افراد به دلیل ویژگی‌های شخصیتی‌شان، نه تنها در مواجهه با چالش‌ها مقاوم‌ترند، بلکه توانایی بیشتری در کنترل نتایج و دستیابی به اهداف خود نشان می‌دهند (آتوم و المومنی^۲، ۲۰۱۸). افراد منصف معمولاً احساس شایستگی و خودکارآمدی بالایی دارند. این افراد به خاطر ویژگی‌های شخصیتی خود، در انجام وظایف و مسئولیت‌ها قابل اعتماد هستند و سعی می‌کنند در امور و حرفه خود به بهترین نحو عمل کنند (حاجی‌زاده و همکاران، ۱۳۹۸).

نتایج این پژوهش می‌تواند به توسعه برنامه‌های آموزشی و حمایتی برای زنان باردار کمک کند. با توجه به اینکه خودکارآمدی می‌تواند به بهبود کیفیت زندگی زنان باردار و کاهش استرس‌های ناشی از بارداری منجر شود، می‌توان برنامه‌هایی برای تقویت ویژگی‌های شخصیتی خاص در این زنان طراحی کرد. به عنوان مثال، کارگاه‌های آموزشی برای تقویت مهارت‌های مقابله‌ای و افزایش اعتمادبه‌نفس می‌تواند مؤثر باشد. علاوه بر این، نتایج این تحقیق می‌تواند به مشاوران و متخصصان بهداشت روانی کمک کند تا با توجه به ویژگی‌های شخصیتی افراد، استراتژی‌های مؤثری برای مدیریت استرس ارائه

1 Liu, Q., Zhu, J., & Zhang, W.

2 Atoum, A. Y., Al-Momani, A.

دهند. این امر به‌ویژه در دوران بارداری که زنان با تغییرات جسمی و عاطفی زیادی مواجه هستند، از اهمیت بالایی برخوردار است. درنهایت، این مطالعه به‌وضوح نشان می‌دهد که ویژگی‌های شخصیتی تأثیر زیادی بر خودکارآمدی مقابله‌ای در زنان باردار دارند. درک این ارتباط می‌تواند به طراحی مداخلات روان‌شناختی مؤثرتر و بهبود کیفیت زندگی زنان باردار کمک کند. همچنین، این پژوهش می‌تواند به‌عنوان یک نقطه شروع برای تحقیقات آینده در زمینه بررسی روابط پیچیده بین شخصیت و خودکارآمدی در مراحل مختلف زندگی، به‌ویژه در دوران بارداری، به شمار آید. از آنجایی که دوران بارداری می‌تواند تأثیرات عمیق و طولانی‌مدتی بر زندگی زنان داشته باشد، توجه به این جنبه‌های روان‌شناختی می‌تواند نتایج مثبتی را در زمینه سلامت روان و کیفیت زندگی آنان به ارمغان آورد.

فهرست منابع

- حاجی‌زاده، محمد؛ نوری، نجیب‌الله؛ عباسی، مهدی (۱۳۹۸). مفهوم شناسی مسئولیت‌پذیری و مؤلفه‌های آن بر اساس منابع اسلامی. *فصلنامه اسلام و پژوهش‌های روان‌شناختی*، ۵ (۱۲)، ۸۳-۱۱۰.
- کربلایی سلیمانپور ممقانی، لیدا؛ شهام، گلسا؛ درگاهی، حسین (۱۳۹۴). بررسی سازگاری ویژگی‌های شخصیتی مدیران ارشد با شغل مدیریت در دانشکده‌های دانشگاه علوم پزشکی تهران، *مجله پی‌اورد سلامت*، ۹ (۱)، ۸۱-۹۶.
- افشار، محبوبه؛ اکبرزاده، مهدی (۱۴۰۳). اثربخشی درمان تلفیقی یوگا و تمرینات ذهن‌آگاهی بر کاهش افسردگی در طول بارداری تا پس از زایمان. *فصلنامه پژوهش‌های کاربردی در مشاوره*.
- هدایی نجمه سادات؛ احدی، بتول؛ فرح بیجاری، اعظم (۱۳۹۱). رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و سبک‌های مقابله با تحمل پریشانی در طی شیوع ویروس کرونا. *مجله روانشناسی و روان‌پزشکی شناخت*، ۸، ۳۷-۴۹.
- Atoum, A. Y., Al-Momani, A. (2018). "Perceived Self-efficacy and Academic Achievement among Jordanian Students". *Trends in Technical & Scientific Research*. 3 (1), 1–6.
- Barańczuk, U. (2021). "The five-factor model of personality and generalized self efficacy". *Journal of Individual Differences*. 42, (4)1614-0001.
- Doğanülkü, H.A., Korkmaz, O. (2023). "The role of proactive personality and general self-efficacy in proactive career behavior: a mediation model". *Int J Educ Vocat Guidance*.
- Fatmawati, E. (2023). "Employee Performance Improvement Based on the Big Five Personality with Self-Efficacy as a Mediation Aspect". *Journal of Management Research and Studies*. 1(1), 1-9.
- Jaiswal, A., Pandey, N., & Sarraf, S. R. (2023). "Correlation between personality traits and coping strategies of young adults in India". *The Scientific Temper*. 14(04), 1506-1510.

- Liu, Q., Zhu, J., & Zhang, W. (2022). "The efficacy of mindfulness-based stress reduction intervention 3 for post-traumatic stress disorder (PTSD) symptoms in patients with PTSD: A meta-analysis of four randomized controlled trials". *Stress and Health*.
- Ma, R., Yang, F., Zhang, L., Sznajder, K. K., Zou, C., Jia, Y., ... & Yang, X. (2021). "Resilience mediates the effect of self-efficacy on symptoms of prenatal anxiety among pregnant women: a nationwide smartphone cross-sectional study in China". *BMC Pregnancy and Childbirth*. 21(1), 430.
- Nikbakht Moghadam F, Sadeghi Avalshahr H, Amini L, Haghani S. (2020). "The Study Of Relationship Between Childbirth Self-Efficacy And Attitude Toward Normal Delivery With Pregnancy Anxiety In Primigravida Women Referred To Selected Health Care Centers Of Shahriar City In 2018". *Nursing And Midwifery Journal*. 18 (3):210-222.
- Seto A, Han X, Price LL, Harvey WF, Bannuru RR, Wang C. (2019). "The role of personality in patients with fibromyalgia". *Clin Rheumatol*. 38(1):149-57.
- Tsai, C. F., Chang, C. P., Chen, T. L., & Hsu, M. L. (2024). "Exploring the Influence of Personality Traits, Self-Efficacy, and Creativity on Employability for Hospitality and Tourism College Students". *Sustainability*. 16(4), 1490.
- Zakiei, A., Vafapoor, H., Alikhani, M., Farnia, V., & Radmehr, F. (2020). "The relationship between family function and personality traits with general self-efficacy (parallel samples studies)". *BMC psychology*. 8. 1-11.