

تبیین تاب‌آوری روان‌شناختی بر پایه تیپ‌های نه‌گانه شخصیت (اینیگرام) و مهارت‌های ارتباطی

سیما مولائی^۱

کارشناس ارشد روان‌شناسی از دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان

آناهیتا تاشک

عضو مدعو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان

چکیده

در قالب یک طرح همبستگی علی-مقایسه‌ای با هدف بررسی و تبیین پیشایندهای تاب‌آوری، تیپ‌های شخصیتی نه‌گانه و مهارت‌های ارتباطی مورد بررسی قرار گرفته‌اند. شرکت‌کنندگان در این پژوهش ۳۲۰ نفر از دانشجویان کارشناسی ارشد دو دانشگاه شهید باهنر کرمان (۱۳۰ نفر) و دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان (۱۹۰ نفر) بودند که به شیوه‌ی نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند. از مقیاس تاب‌آوری بزرگسالان (جوکار، فرایبورگ و همجدال، ۲۰۱۰)، پرسشنامه تیپ‌های شخصیتی نه‌گانه ریسو و هودسون (۱۳۹۲) و پرسشنامه تجدیدنظر شده مهارت‌های ارتباطی جرابک (۲۰۰۴) برای اندازه‌گیری متغیرها استفاده شد. روایی ابزارها با روش تحلیل عامل و پایایی آن‌ها به کمک ضریب آلفای کرونباخ بررسی و محاسبه شد. برای تحلیل داده‌ها از روش رگرسیون خطی ساده استفاده شد. نتایج نشان داد که از بین تیپ‌های نه‌گانه شخصیتی؛ تیپ‌های اصلاح‌طلب، امدادگر، موفق، وفادار و مشتاق پیش‌بینی کننده مثبت تاب‌آوری و تیپ‌های شخصیتی فردگرا و صلح‌طلب پیش‌بینی کننده منفی تاب‌آوری هستند؛ اما بر اساس تیپ‌های شخصیتی پژوهش‌گر و چالشگر نمی‌توان تاب‌آوری را پیش‌بینی کرد. علاوه بر این‌ها،

^۱ نویسنده مسئول

آدرس پست الکترونیک: zendegi.molaie@gmail.com

آدرس پستی: شیراز، بلوار پاسداران، پاسداران ۵۷/۱، ساختمان ماهان.

وصول: ۱۳۹۵/۰۳/۱۳ - پذیرش: ۱۳۹۵/۱۰/۲۵

از بین مهارت‌های ارتباطی، تنها قاطعیت پیش‌بینی‌کننده مثبت تاب‌آوری است و دیگر مهارت‌های ارتباطی تاب‌آوری را به صورت منفی پیش‌بینی می‌کنند. به‌طور کلی، می‌توان نتیجه گرفت که برخی ویژگی‌های شخصیتی مانند بردباری، بخشندگی، سازگاری، سخت‌کوشی، کنجکاوی و قاطع بودن در رابطه می‌تواند به افراد کمک کند تا سطوح تاب‌آوری بالاتری را تجربه کنند. در پایان، یافته‌های این پژوهش از لحاظ نظری و عملی در پرتو روند پژوهشی موجود مورد بحث قرار گرفته‌اند و پیشنهادهایی در هر دو حوزه نظری و کاربردی ارائه شده است

واژه‌های کلیدی: تاب‌آوری، تیپ‌های شخصیتی، نه‌گانه، مهارت‌های ارتباطی، دانشجویان

Explaining Psychological Resilience Based on Enneagram and Communication Skills

Sima molaie, Anahita tashk

(Received: 23 May, 2016-Accepted: 14 Jan, 2017)

Abstract

Using a correlational and causal-comparative design, this study aimed to assess and investigate Enneagram (nine personality types) and communication skills as the antecedents of resiliency. Participants were 320 university students from Shahid Bahonar University of Kerman (130 persons) and Islamic Azad University of Kerman (190 persons) who were selected via random cluster sampling procedure. Three instruments including the Resilience Scale for Adults (Jowkar, Friberg, & Hjemdal, 2010), Riso-Hudson Enneagram Type Indicator (Riso-Hudson, 2013), and Communication Skills Scale (Jerabek, 2004) were used to measure the variables. The validity and reliability for scales were assessed and calculated using factor analysis and Cronbach's alpha coefficient. The data were analyzed using simple linear regression. The results showed that among nine personality types, reformer, helper, achiever, loyalist and enthusiast types are positive predictors for resilience while individualistic and peacemaker personality types predict resilience negatively. But, investigator and challenger types cannot predict resilience. Furthermore, among the communication skills, only assertiveness was a positive predictor and other communication skills were negative predictors for resilience. In general, it can be concluded that certain personality traits like passion, forgiveness, adaptability, hard working, curiosity and assertiveness in communication can help people to experience higher levels of resiliency.

Keywords: Resilience, Enneagram, Communication skills, University students.

مقدمه

تمرکز صرف بر آسیب‌شناسی که بسیاری از نتایج علمی رشته‌های روان‌شناسی به آن وابسته است ما را به یک مدل از انسان می‌رساند که وی را فاقد ویژگی‌های مثبت نشان می‌دهد در صورتی که انسان با استفاده از تجارب مثبت، صفات مثبت و استعداد‌های خود قادر است به بهبود کیفیت زندگی بپردازد و از آسیب‌های که در پی بی‌معنایی و بی‌ثمری زندگی به وجود می‌آید جلوگیری کند (سلیگمن و چیکستمیهای^۱، ۲۰۱۴)؛ اما در سال‌های اخیر با مطرح‌شدن دیدگاه روان‌شناسی مثبت‌گرا^۲، توجه به استعدادها و توانایی‌های انسانی، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار شده است. روان‌شناسی مثبت‌گرا بازگشت به ریشه‌های روان‌شناسی است که تنها بر درمان بیماری روانی تمرکز ندارد، بلکه ایجاد زندگی پربار، کامل و شناسایی و پرورش استعدادها از اهداف اصلی آن است (مگیار مونه، ۱۳۹۳). این رویکرد، هدف نهایی خود را شناسایی سازه و شیوه‌هایی می‌داند که بهزیستی انسان را فراهم می‌کنند.

روان‌شناسی مثبت‌گرا رویکردی در حال شکوفایی و رو به رشد در همه عرصه‌های روان‌شناسی است که شامل مطالعه صفات مثبت انسانی است. در این رویکرد، به‌جای پرداختن به نشانگان مرضی و علائم ناهنجاری در رفتارهای انسانی به ویژگی‌هایی همچون شکوفایی، امید، ایمان، کمال، شادکامی و نظایر آن پرداخته می‌شود. یکی از این صفات مثبت که در روان‌شناسی مثبت‌گرا مورد توجه جدی پژوهشگران قرار گرفته، تاب‌آوری^۳ است که به‌عنوان مقاومت در برابر تغییرات جدی زندگی و توان برگشتن مجدد به‌جای اول و حفظ شکل اولیه خود، در زمان تهدید از جانب ضربه‌های آسیب‌زا است (والش^۴، ۲۰۱۵).

امروزه، انسان‌ها با تغییرات بسیاری در زندگی و محیط پیرامونشان مواجه هستند و این امر، موجب آن می‌گردد تا افراد در شرایط غیرقابل‌پیش‌بینی قرار گیرند. این شرایط غیرقابل‌پیش‌بینی گاه شخص را در چالش‌های بزرگ قرار می‌دهد. از این‌رو، توانمندی‌های انسان و بروز نقاط قوت او می‌تواند به سازگاری و عملکرد مطلوب وی منجر شود و بهزیستی را برای انسان به ارمغان بیاورد. از این‌رو، تاب‌آوری به دلیل آنکه به فرد کمک می‌کند تا از چالش‌های اجتماعی، مالی و یا

^۱ Seligman & Csikszentmihalyi

^۲ positive Psychology

^۳ resilience

^۴ Walsh

احساسی به تعادل مجدد بازگردد و بیانگر توانایی فرد جهت سازش‌یافتگی مجدد در برابر غم، ضربه، شرایط نامطلوب و عوامل تنیدگی‌زای زندگی است (رزینک^۱، ۲۰۱۱)، در این پژوهش مورد بررسی قرار گرفته است.

بنابراین، بررسی مؤلفه‌های تعیین‌گر تاب‌آوری و مشخص کردن پیشایندهای آن از حائز اهمیت ویژه و دغدغه‌ی بسیاری از محققان بوده است. بر همین اساس، دسته‌بندی‌هایی از علل و عوامل پیشاینده تاب‌آوری مطرح شده است. در حالت کلی، عوامل مؤثر بر تاب‌آوری شامل عوامل درونی، ویژگی‌های شخصیت، هوش، عوامل شناختی و عوامل بیرونی (خانواده، مدرسه، جامعه و ...) است (ماستن و رید^۲، ۲۰۰۲؛ والش، ۲۰۱۵). از این رو، شخصیت به‌عنوان یکی از عوامل درونی که به روند و شیوه کلی زندگی فرد اطلاق می‌شود و مهارت‌های ارتباطی به‌عنوان یکی از عوامل بیرونی که ارتباطات مؤثر و سازنده را در پی دارد، در پژوهش حاضر به‌عنوان تعیین‌کننده تاب‌آوری در نظر گرفته شدند. در ادامه، به‌صورت مختصر به هر کدام از این زمینه‌ها اشاره شده است.

رویکرد صفات^۳ خود را بیش از سایر حوزه‌های روان‌تحلیل‌گری^۴ و نظریه‌های یادگیری اجتماعی^۵ در عرصه پژوهش‌های تجربی شخصیت نشان داده است. تمایل محققانی که به این رویکرد پایبند بوده‌اند، بیشتر در جهت تیپ‌بندی مردم از نظر شخصیتی بوده است. روند تیپ‌بندی اولیه بقراط تا ریخت‌شناسی شلدون، بعد از آن در قرن نوزدهم آلپورت، کتل، یونگ و در نهایت پنج عامل بزرگ شخصیت مک‌کری و کاستا تداوم یافته است. یکی از تیپ‌بندی‌های که مطرح می‌گردد تیپ‌های نه‌گانه شخصیت (اینیاگرام^۶) که بنا به نظر ریسو و هادسون^۷ (۱۳۹۲) اینیاگرام پیش‌از این نیز مطرح و در بطن تاریخ مدفون شده است و اکنون تحت تأثیر روح زمان، دوباره به عرصه نظریه‌های علمی و تلاش‌های پژوهشی برگشته است. محور مرکزی نظریه اینیاگرام در تیپ‌های شخصیتی^۹ گانه، ماهیت آدمی است که شخصیت لایه‌روبنایی آن محسوب می‌شود. تیپ‌های نه‌گانه شخصیت (اینیاگرام) آن‌گونه که ریسو و هادسون (۱۳۹۲)

¹ Resnick

² Masten & Reed

³ trait approach

⁴ psychoanalysis approach

⁵ social learning approach

⁶ Enneagram

⁷ Riso & Hudson

معرفی کرده‌اند، عبارت‌اند از اصلاح‌طلب^۱، امدادگر^۲، موفق^۳، فردگرا^۴، پژوهش‌گر^۵، وفادار^۶، مشتاق^۷، چالشگر^۸ و صلح‌جو^۹.

اینی‌گرام به‌عنوان متغیر درونی مؤثر بر تاب‌آوری مورد‌بحث قرار گرفت؛ زیرا که اولاً در حوزه شخصیت، متغیر پژوهشی نوینی است و ثانیاً به‌صورت جامع‌تر شخصیت را مورد‌مطالعه قرار می‌دهد. بسیاری از علت‌ها یا پیشایندهای تاب‌آوری روان‌شناختی را نیز باید در حوزه زندگی جمعی، رشد اجتماعی شخص و نیز خانواده جستجو کرد؛ بنابراین تاب‌آوری از بُعد دیگری نیز قابل تأمل و بررسی است و آن بعد اجتماعی است. مهارت‌های ارتباطی می‌توانند تأثیر بسزایی در میزان تحمل یک فرد در شرایط سخت و قابلیت بازگشت وی که همان تاب‌آوری است، داشته باشد (والش، ۲۰۱۵). زمانی که فرد در بعد اجتماعی خود قادر باشد تا ارتباطات مؤثر و مطلوبی برقرار کند و روندی سازگارانه در ارتباطات خود داشته باشد، می‌تواند در جهت مرتفع کردن چالش‌های زندگی خود گام بردارد و درنهایت تاب‌آوری را تجربه کنند. بر همین اساس در پژوهش حاضر به مهارت‌های ارتباطی نیز پرداخته شده است.

در ادبیات نظری، مفهوم مهارت‌های ارتباطی خرده مهارت‌های را شامل می‌شود. این مهارت‌ها مشتمل بر پنج مقوله گوش دادن، نظم‌دهی هیجان‌ها، درک پیام‌های کلامی و غیر کلامی، بینش نسبت به فرآیند ارتباطی و قاطعیت در ارتباط است (حسین چاری و فداکار، ۱۳۸۴).

بررسی ادبیات پژوهشی در زمینه مشخص کردن عوامل درونی تاب‌آوری نشان می‌دهد که خصایص شخصیتی مانند درون‌گرایی، سازگاری، مسئولیت‌شناسی (اقدامی، ۱۳۹۳)، باز بودن و برون‌گرایی (لیونگسون، هک، فلینتج، گلسون، اوست و کوچاران^{۱۰}، ۲۰۱۵) به‌طور مثبت و روان‌رنجوری به‌طور منفی تاب‌آوری را پیش‌بینی می‌کنند (اقدامی، ۱۳۹۳؛ لیونگستون و همکاران، ۲۰۱۵). علاوه بر این، پژوهش‌های در حوزه عوامل بیرونی مؤثر بر تاب‌آوری مشخص کرده‌اند که مهارت‌های ارتباطی در افزایش تاب‌آوری (سجادی، ۱۳۹۳؛ سانچز، کاریلو و گاربر^{۱۱}، ۲۰۱۶)،

¹ reformer

² helper

³ achiever

⁴ individualist

⁵ investigator

⁶ loyalist

⁷ enthusiast

⁸ challenger

⁹ peacemaker

¹⁰ Livingston, Heck, Flentje, Gleason, Oost, & Cochran

¹¹ Sanchez, Carrillo, & J Garber

کاهش دل‌زدگی زناشویی، بهبود نگرش مربوط به عشق دانشجویان زن متأهل (سجادی، ۱۳۹۳)، رضایت از زندگی (هاکس هولد، میچز و ساچز^۱، ۲۰۱۴)، سازگاری و پیشرفت تحصیلی (اشدان و برنارد^۲، ۲۰۱۲؛ اردلان و حسین چاری، ۱۳۸۹)، سازگاری زناشویی (شامحمدی قهساره، درويزه و شهرياری، ۱۳۹۳) و سلامت روان (مصطفی نژاد و درتاج، ۱۳۹۰) نقش دارند.

در حوزه پژوهش‌های مربوط به تاب‌آوری این پرسش قابل طرح است که افراد با تیپ‌های شخصیتی متفاوت چگونه در برابر سختی‌ها مقاومت کرده و می‌توانند از این مرحله عبور کنند؟ از سوی دیگر، با توجه به اینکه اینیگرام به تازگی وارد ادبیات روان‌شناسی شخصیت شده است؛ پاسخ به سؤال پیشین با نظر داشتن به اینیگرام جذابیت پژوهشی بیشتری پیدا می‌کند. در همین رابطه پرسش دیگری قابل طرح است که کدامیک از مهارت‌های ارتباطی یا تیپ‌های شخصیتی را می‌توان به‌عنوان تعیین‌کننده قوی‌تر تاب‌آوری در نظر گرفت؟

روش

شرکت‌کنندگان و طرح پژوهش

در این پژوهش جامعه آماری شامل دانشجویان کارشناسی ارشد رشته‌های مختلف دانشگاه شهید باهنر و دانشگاه آزاد اسلامی واحد کرمان بودند. بر اساس جدول کرجسی و مورگان^۳ (۱۹۷۰) ۳۲۰ نفر مشارکت‌کننده در دانشگاه باهنر (۱۳۰) که شامل ۶۰ نفر پسر و ۷۰ نفر دختر و در دانشگاه آزاد (۱۹۰) که شامل ۷۵ نفر پسر و ۱۱۵ نفر دختر می‌شدند. برای انتخاب این تعداد از دانشجویان از شیوه خوشه‌ای تصادفی استفاده شد. روش پژوهش حاضر، همبستگی از نوع رگرسیون بود که دو متغیر مهارت‌های ارتباطی و تیپ‌های شخصیتی به‌عنوان متغیر پیش‌بین و متغیر تاب‌آوری به‌عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شده است.

ابزار

به‌منظور جمع‌آوری اطلاعات مربوط به متغیرهای مختلف پژوهش حاضر از سه مقیاس تاب‌آوری بزرگسالان، مقیاس تجدیدنظر شده مهارت‌های ارتباطی و شاخص تیپ‌های شخصیتی ۹ گانه ریسو و هودسون استفاده شد که در ادامه به معرفی هر کدام پرداخته شده است.

^۱ Huxhold, Miche, & Schüz

^۲ Ashdown & Bernard

^۳ Krejci & Morgan

مقیاس تاب‌آوری بزرگسالان: مقیاس تاب‌آوری بزرگسالان یک ابزار ۳۳ گویه‌ای است که ابتدا توسط فرایبورگ، مارتین اوس، رزینیک و هجمدال^۱ (۲۰۰۵) به کار برده شد و مشتمل بر ۵ زیر مقیاس شامل شایستگی فردی، شایستگی اجتماعی، انسجام خانوادگی، حمایت‌های اجتماعی و ساختار فردی می‌باشد که به ترتیب ۴، ۶، ۷، ۶ و ۱۰ گویه را به خود اختصاص می‌دهند. جوکار، فرایبورگ و هجمدال (۲۰۱۰) این مقیاس را به فارسی ترجمه کرده و روایی و پایایی در جامعه ایرانی بررسی کرده‌اند. این پژوهشگران با استفاده از تحلیل عاملی تأییدی و نیز تحلیل عامل مرتبه دوم روایی آن احراز کرده‌اند. در مورد پایایی نیز با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ پایایی آن را برابر با ۰/۹۰ و پایایی مقیاس‌های فرعی را بین ۰/۷۶ تا ۰/۸۳ به دست آورده‌اند. در پژوهش حاضر از نسخه ۳۳ گویه‌ای مقیاس تاب‌آوری بزرگسالان (جوکار و همکاران، ۲۰۱۰) استفاده شد. با توجه به کاربرد وسیع این مقیاس در پژوهش‌های فرهنگ ایرانی، روایی آن محرز دانسته شد. به‌منظور سنجش پایایی، از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که میزان این ضریب ۰/۹۵ به دست آمد.

مقیاس تجدیدنظر شده مهارت‌های ارتباطی: این آزمون توسط جرابک^۲ (۲۰۰۴) برای سنجش مهارت‌های ارتباطی ابداع شده است و مشتمل بر ۳۴ سؤال است. پاسخگویان به این ابزار، نظر خود را درباره هر کدام از گویه‌ها بر روی یک طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از ۱ (هرگز) تا ۵ (همیشه) مشخص می‌کند. مهارت‌های فرعی ارتباطی که در این آزمون مورد سنجش قرار می‌گیرند عبارت‌اند از: مهارت گوش‌دادن، توانایی دریافت و ارسال پیام، بینش نسبت به فرآیند ارتباط، کنترل عاطفی و ارتباط توأم با قاطعیت. برخی از عبارات به دلیل ماهیت و محتوای آن‌ها، در محاسبه نمره به‌صورت وارونه نمره‌گذاری می‌شوند. در تحقیق حسین‌چاری و فداکار (۱۳۸۴) شواهدی دال بر روایی مقیاس مذکور از طریق تحلیل عاملی ارائه شده است. همچنین ضریب پایایی این مقیاس از روش آلفای کرونباخ و دو نیمه کردن در پژوهش مذکور به ترتیب برابر با ۰/۷۱ و ۰/۶۹ بوده است. در پژوهش اردلان و حسین‌چاری (۱۳۸۹) این ضرایب به ترتیب ۰/۷۱ و ۰/۷۴ به دست آمده است. در تحقیق حاضر پایایی آزمون با ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۱ به دست آمد. علاوه بر این، در این پژوهش برای احراز روایی این مقیاس از تحلیل عوامل به روش مؤلفه‌های اصلی با چرخش واریماکس استفاده شد. ملاک استخراج عوامل، شیب منحنی اسکری

^۱ Friborg, Barlaug, Martinussen, Rosenvinge, & Hjemdal

^۲ Jerabek

و ارزش ویژه بالاتر از یک بود؛ که بر این اساس، سه عامل استخراج شد. مقدار ضریب KMO برابر ۰/۹۳ و ضریب کرویت بارتلت برابر ۵۵۶۹ ($p < ۰/۰۰۰۱$) حاکی از کفایت نمونه‌گیری سؤال‌ها و کفایت ماتریس همبستگی مقیاس بود. نتایج تحلیل عامل، وجود ۳ عامل با ارزش ویژه بالاتر از ۱ را در این مقیاس نشان داد. چنانکه، عامل اول با ارزش ویژه ۰/۱۰۶، ۲۹/۵۸ درصد کل واریانس؛ عامل دوم با ارزش ویژه ۰/۲۳۱، ۶/۷۹ درصد کل واریانس و عامل سوم با ارزش ویژه ۰/۲۰۴، ۵/۹۹ درصد کل واریانس مقیاس را تبیین کردند. در مجموع درصد کل واریانس تبیین شده برای این مقیاس مقدار ۴۲/۳۶ است. با توجه به این یافته‌ها، عامل بینش حذف شد و دو عامل گوش دادن و تنظیم عواطف تلفیق شدند و دو عامل درک پیام و قاطعیت نیز باقی ماندند. همچنین، پنج گویه به دلیل تداخل و چهار گویه به دلیل نداشتن بار عاملی مطلوب حذف شدند.

شاخص تیپ‌های شخصیتی ۹ گانه ریسو و هودسون^۱: این ابزار برای این منظور تهیه شده که تیپ غالب پاسخگو تعیین شود. ریسو و هودسون (۱۳۹۲) برآنند که از طریق مطالعات روان‌سنجی معتبر پایایی ابزار یادشده در حد مطلوب حاصل شده است. نتایج یک مطالعه علمی، از اجرای مستقل ابزار یادشده توسط نیوجنت^۲ (۲۰۰۱) شاخص تیپ‌های شخصیتی ۹ گانه ریسو و هودسون را در محدوده آزمون‌های روان‌شناختی موفق و ماندگار قرار داده است. نیوجنت، پار، نیومن و هیگینز^۳ (۲۰۰۴) شواهدی درباره ویژگی‌های روان‌سنجی این ابزار ارائه کرده‌اند. نسخه اصلی شامل ۱۴۴ عبارت دو گزینه‌ای است. فرم کوتاه شاخص تیپ‌های شخصیتی ۹ گانه ریسو و هودسون شامل ۳۶ عبارت دو گزینه‌ای است. این ابزار، یک آزمون با انتخاب اجباری است؛ یعنی لازم است در هر مورد از دو عبارت، تنها یک عبارت که پاسخگو را به‌خوبی توصیف می‌کند، انتخاب شود. آزمون می‌تواند به چند روش مختلف اجرا شود. در هر مورد شخص باید فکر کند که اگر مجبور باشد از بین دو گزینه دست به انتخاب بزند، کدام را انتخاب می‌کند؟ ویژگی‌های روان‌سنجی آزمون اینیاگرام توسط حسینیان، عظیمی‌پور، کرمی، یزدی و کشاورز گرامی (۱۳۹۱) در زبان فارسی مورد بررسی قرار گرفته است. آنان برای بررسی روایی سازه این آزمون همبستگی بین تیپ‌های مایرز-بریگز با اینیاگرام مورد تحلیل قرار دادند که نتایج آن نشان داد که بیشتر ضرایب همبستگی در سطح ۰/۰۱ معنادار بودند.

^۱ Riso-Hudson Enneagram Type Indicators (RHETI)

^۲ Newgent

^۳ Parr, Newman, & Higgins

در پژوهش حاضر، برای بررسی روایی این آزمون از روایی محتوایی صوری و روایی همسانی درونی استفاده شد. بدین منظور ۱۰ نفر از اساتید روان‌شناسی عمومی و تربیتی به بررسی این آزمون پرداختند. همچنین، محاسبه همبستگی نمره هر عبارت با نمره زیرمقیاس هر تیپ، توانست شواهد بیشتری برای روایی ابزار یاد شده به دست دهد. برای محاسبه پایایی نیز از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که میزان ضریب برابر با ۰/۹۰ بود.

یافته‌ها

به‌منظور بررسی اطلاعات توصیفی شرکت‌کنندگان از شاخص‌های آمار توصیفی برای تجزیه و تحلیل مقدماتی داده‌ها استفاده شد. در جدول ۱ یافته‌های میانگین، انحراف استاندارد ترسیم شده است.

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد متغیرها

متغیرها	مؤلفه‌ها	میانگین	انحراف معیار
تاب‌آوری	نمره کل تاب‌آوری	۳۴/۱۲۵	۵۴/۲۲
	شایستگی فردی	۳۳/۳۷	۷۴/۷
	شایستگی اجتماعی	۹۱/۲۱	۰۶/۵
	انسجام خانواده	۸۲/۲۷	۲۵/۶
	حمایت اجتماعی	۳۹/۲۳	۹۰/۴
	ساختار فردی	۸۸/۱۴	۴۰/۳
مهارت‌های ارتباطی	گوش دادن و تنظیم عواطف	۳۰/۴۹	۷۷/۸
	درک پیام	۸۸/۱۳	۰۸/۳
	قاطعیت	۴۲/۲۵	۵۸/۴
	نمره کل مهارت‌های ارتباطی	۵۹/۸۸	۴۸/۸
تیپ‌های نُه‌گانه شخصیت	تیپ ۱ اصلاح‌طلب	۷۴/۳	۷۰/۱
	تیپ ۲ امدادگر	۸۱/۴	۸۰/۱
	تیپ ۳ موفق	۳۵/۴	۴۷/۱
	تیپ ۴ فردگرا	۳۵/۳	۶۰/۱
	تیپ ۵ پژوهش‌گر	۴۲/۳	۵۰/۱
	تیپ ۶ وفادار	۸۸/۴	۵۳/۱
	تیپ ۷ مشتاق	۳۹/۳	۵۵/۱
	تیپ ۸ چالشگر	۱۴/۳	۳۲/۱
	تیپ ۹ صلح‌طلب	۱۵/۳	۵۷/۱

ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

به منظور بررسی چگونگی ارتباط متغیرهای پژوهش و ایجاد زمینه برای تحلیل‌های بعدی، همبستگی آن‌ها محاسبه شد. نتایج ماتریس همبستگی در جدول ۲ آورده شده است.

جدول ۲: ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	مؤلفه‌ها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸		
تاب‌آوری	۱- تاب‌آوری																				
	۲- شایستگی فردی	۰/۸۷ ^{***}																			
	۳- شایستگی اجتماعی	۰/۸۰ ^{***}	۰/۶۶ ^{***}																		
	۴- انسجام خانواده	۰/۸۳ ^{***}	۰/۵۷ ^{***}	۰/۵۶ ^{***}																	
	۵- حمایت اجتماعی	۰/۸۰ ^{***}	۰/۵۶ ^{***}	۰/۵۵ ^{***}	۰/۶۹ ^{***}																
	۶- ساختار فردی	۰/۷۳ ^{***}	۰/۶۰ ^{***}	۰/۴۸ ^{***}	۰/۵۳ ^{***}	۰/۵۳ ^{***}															
	۷- گوش دادن و تنظیم عواطف	۰/۴۳ ^{***}	۰/۳۷ ^{***}	۰/۲۵ ^{***}	۰/۲۳ ^{***}	۰/۲۳ ^{***}	۰/۲۳ ^{***}	۰/۲۳ ^{***}													
ارتباط	۸- درک پیام	۰/۳۳ ^{***}	۰/۲۸ ^{***}	۰/۲۱ ^{***}	۰/۱۸ ^{***}	۰/۱۷ ^{***}	۰/۱۷ ^{***}	۰/۲۸ ^{***}	۰/۰۸	۰/۰۵	۰/۰۵										
	۹- قاطعیت	۰/۳۳ ^{***}	۰/۲۸ ^{***}	۰/۲۸ ^{***}	۰/۲۸ ^{***}	۰/۲۷ ^{***}	۰/۱۷ ^{***}	۰/۲۸ ^{***}	۰/۰۸	۰/۰۵	۰/۰۵										
	۱۰- مهارت ارتباطی	۰/۴۳ ^{***}	۰/۳۵ ^{***}	۰/۲۵ ^{***}	۰/۳۳ ^{***}	۰/۳۳ ^{***}	۰/۳۳ ^{***}	۰/۲۸ ^{***}	۰/۰۷	۰/۱۳ ^{***}	۰/۱۳ ^{***}	۰/۱۳ ^{***}									
شخصیت	۱۱- تیپ ۱ اصلاح طلب	۰/۲۶ ^{***}	۰/۲۰ ^{***}	۰/۱۶ ^{***}	۰/۱۷ ^{***}	۰/۱۴ ^{***}	۰/۱۷ ^{***}	۰/۲۳ ^{***}	۰/۰۳	۰/۰۳	۰/۰۳	۰/۱۷ ^{***}									
	۱۲- تیپ ۲ امدادگر	۰/۲۸ ^{***}	۰/۲۰ ^{***}	۰/۳۱ ^{***}	۰/۳۰ ^{***}	۰/۲۱ ^{***}	۰/۲۸ ^{***}	۰/۲۳ ^{***}	۰/۰۸	۰/۰۵	۰/۰۵	۰/۰۸	۰/۰۸								
	۱۳- تیپ ۳ موفق	۰/۲۶ ^{***}	۰/۲۷ ^{***}	۰/۲۱ ^{***}	۰/۲۳ ^{***}	۰/۱۲ ^{***}	۰/۲۱ ^{***}	۰/۲۳ ^{***}	۰/۰۳	۰/۰۳	۰/۰۳	۰/۰۳	۰/۱۱ ^{***}	۰/۱۱ ^{***}							
	۱۴- تیپ ۴ فردگرا	۰/۰۹ ^{***}	۰/۱۴ ^{***}	۰/۲۲ ^{***}	۰/۱۴ ^{***}	۰/۱۳ ^{***}	۰/۱۷ ^{***}	۰/۱۷ ^{***}	۰/۰۷	۰/۰۹	۰/۰۹	۰/۰۸	۰/۰۸	۰/۰۸	۰/۰۸						
	۱۵- تیپ ۵ پژوهش‌گر	۰/۰۵	۰/۰۹	۰/۰۵	۰/۰۴	۰/۰۳	۰/۰۳	۰/۰۳	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۷					
	۱۶- تیپ ۶ وفادار	۰/۱۹ ^{***}	۰/۱۶ ^{***}	۰/۱۴ ^{***}	۰/۱۴ ^{***}	۰/۱۸ ^{***}	۰/۲۳ ^{***}	۰/۲۳ ^{***}	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۷				
	۱۷- تیپ ۷ مشتاق	۰/۲۰ ^{***}	۰/۱۷ ^{***}	۰/۲۸ ^{***}	۰/۱۱	۰/۱۷ ^{***}	۰/۰۶	۰/۰۶	۰/۰۶	۰/۰۶	۰/۰۶	۰/۰۶	۰/۰۶	۰/۰۶	۰/۰۶	۰/۰۶	۰/۰۶	۰/۰۶			
	۱۸- تیپ ۸ چالشگر	۰/۱۵ ^{***}	۰/۱۷ ^{***}	۰/۲۰ ^{***}	۰/۰۴	۰/۰۷	۰/۱۰	۰/۱۰	۰/۰۹	۰/۰۹	۰/۰۹	۰/۰۹	۰/۰۹	۰/۰۹	۰/۰۹	۰/۰۹	۰/۰۹	۰/۰۹	۰/۰۹		
	۱۹- تیپ ۹ صلح طلب	۰/۱۶ ^{***}	۰/۱۳ ^{***}	۰/۱۳ ^{***}	۰/۱۳ ^{***}	۰/۱۱ ^{***}	۰/۱۴ ^{***}	۰/۱۴ ^{***}	۰/۰۱	۰/۰۱	۰/۰۱	۰/۰۱	۰/۰۱	۰/۰۱	۰/۰۱	۰/۰۱	۰/۰۱	۰/۰۱	۰/۰۱	۰/۰۱	۰/۰۱

*p<۰/۰۵ **p<۰/۰۱ ***p<۰/۰۰۱

همان گونه که اطلاعات مدرج در جدول ۲ نشان می‌دهد گوش دادن و تنظیم عواطف و درک پیام، رابطه منفی و معناداری با تاب‌آوری دارند. علاوه بر این، قاطعیت، رابطه مثبت و معناداری با تاب‌آوری دارد. ماتریس همبستگی حاکی از آن است که مهارت‌های ارتباطی، رابطه منفی و معناداری با تاب‌آوری دارند. همچنین، تیپ شخصیت اصلاح طلب، تیپ شخصیت امدادگر، تیپ شخصیت وفادار، تیپ شخصیت مشتاق، تیپ شخصیت چالشگر، رابطه مثبت و معناداری با تاب‌آوری دارند. علاوه بر این، تیپ شخصیت صلح طلب رابطه منفی با تاب‌آوری دارد. با وجود این، بین تیپ شخصیت پژوهش‌گر با تاب‌آوری رابطه‌ی معناداری وجود نداشت.

برای پیش‌بینی تاب‌آوری بر اساس مؤلفه‌های مهارت‌های ارتباطی از تحلیل رگرسیون هم‌زمان استفاده شد. خلاصه نتایج این تحلیل در جدول ۳ گزارش شده است.

جدول ۳: پیش‌بینی تاب‌آوری بر اساس مهارت‌های ارتباطی

P	T	β	R^2	R	P	F	متغیرهای پیش‌بین
۰/۰۰۰۱	۱۰/۰۲	-۰/۴۵	۰/۳۷	۰/۶۰	۰/۰۰۰۱	۶۰/۸۵	گوش دادن و تنظیم عواطف
۰/۰۰۰۱	۵/۰۳	-۰/۲۲					درک پیام
۰/۰۰۰۱	۸/۴۰	۰/۳۷					قاطعیت

نتایج جدول ۳ حاکی از آن است که برای تاب‌آوری از میان مهارت‌های ارتباطی، قاطعیت، پیش‌بینی‌کننده مثبت و معنادار است؛ ولی گوش دادن و تنظیم عواطف و درک پیام، به صورت منفی تاب‌آوری را پیش‌بینی می‌کنند.

در ادامه، جهت بررسی امکان پیش‌بینی تاب‌آوری بر اساس تیپ‌های شخصیت نه‌گانه نیز از تحلیل رگرسیون هم‌زمان استفاده شد که خلاصه نتایج در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴: پیش‌بینی تاب‌آوری بر اساس تیپ‌های شخصیت نه‌گانه

P	T	β	R^2	R	P	F	متغیرهای پیش‌بین
۰/۰۰۰۱	۳/۷۰	۰/۱۹	۰/۲۸	۰/۵۳	۰/۰۰۰۱	۱۳/۴۵	تیپ ۱ اصلاح طلب
۰/۰۰۰۱	۵	۰/۲۵					تیپ ۲ امدادگر
۰/۰۰۳	۳/۰۴	۰/۱۵					تیپ ۳ موفق
۰/۰۰۲	۳/۰۸	-۰/۱۶					تیپ ۴ فردگرا
N.S.	۱/۴۱	۰/۰۷					تیپ ۵ پژوهشگر
۰/۰۰۳	۲/۹۵	۰/۱۵					تیپ ۶ وفادار
۰/۰۰۵	۲/۹۰	۰/۱۴					تیپ ۷ مشتاق
N.S.	۱/۴۲	۰/۰۷					تیپ ۸ چالشگر
۰/۰۰۴	۲/۰۴	-۰/۱۱					تیپ ۹ صلح طلب

همان‌طور در جدول ۴ مشخص می‌شود از میان تیپ‌های نه‌گانه شخصیت؛ تیپ اصلاح طلب، تیپ امدادگر، تیپ موفق، تیپ وفادار و تیپ مشتاق، پیش‌بینی‌کننده مثبت تاب‌آوری هستند؛ اما تیپ شخصیت پژوهشگر و نیز تیپ شخصیت چالشگر، قدرت پیش‌بینی‌کنندگی تاب‌آوری را ندارند. همچنین، دو تیپ شخصیت فردگرا و تیپ شخصیت صلح طلب، پیش‌بین منفی تاب‌آوری هستند.

در تحلیل دیگری برای پیش‌بینی تاب‌آوری بر اساس مؤلفه‌های مهارت‌های ارتباطی و تیپ‌های شخصیت نه‌گانه؛ این متغیرها به صورت گام به گام در معادله رگرسیون وارد شدند. در جدول ۵ خلاصه نتایج ارائه شده است.

جدول ۵: پیش‌بینی تاب‌آوری بر اساس مهارت‌های ارتباطی و تیپ‌های شخصیت نه‌گانه

متغیرهای پیش‌بین	F	P	R	R ²	β	T	P
گوش دادن و تنظیم عواطف	۴۲/۴۱	./۰۰۰۱	۰/۷۰	۰/۴۸	-۰/۴۷	-۱۰/۸۱	./۰۰۰۱
درک پیام					-۰/۱۷	۷/۰۸	./۰۰۰۱
تیپ ۱ اصلاح طلب					۰/۱۶	۳/۹۳	./۰۰۰۱
تیپ ۲ امدادگر					۰/۱۶	۳/۷۷	./۰۰۰۱
تیپ ۴ فردگرا					-۰/۱۶	-۳/۶۳	./۰۰۰۱
تیپ ۹ صلح طلب					-۰/۱۶	-۳/۸۶	./۰۰۰۱

تحلیل رگرسیون گام به گام، در هفت مرحله انجام گرفت که نتایج مرحله هفتم در جدول ۵ گزارش شد. بر طبق این نتایج، از بین مهارت‌های ارتباطی، دو مهارت ارتباطی و از بین تیپ‌های نه‌گانه شخصیت ۵ تیپ شخصیتی باقی ماندند. برای تاب‌آوری از میان مهارت‌های ارتباطی؛ گوش دادن و تنظیم عواطف و درک پیام، به‌طور کلی، پیش‌بینی‌کننده منفی و معنادار تاب‌آوری هستند. علاوه بر این، مشخص شد که برای تاب‌آوری در بین تیپ‌های نه‌گانه شخصیت؛ تیپ اصلاح طلب و تیپ امدادگر، پیش‌بینی‌کننده مثبت و معنادار تاب‌آوری هستند. همچنین، تیپ شخصیت فردگرا و تیپ شخصیت صلح طلب، قدرت پیش‌بینی‌کنندگی منفی و معنادار تاب‌آوری را هستند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر، پیش‌بینی تاب‌آوری روان‌شناختی بر اساس مهارت‌های ارتباطی و تیپ‌های نه‌گانه شخصیت (اینباگرام) بود. نتایج نشان داد که از بین مهارت‌های ارتباطی، گوش دادن و تنظیم عواطف، درک پیام و به‌طور کلی، مهارت‌های ارتباطی به صورت منفی و معنادار تاب‌آوری را پیش‌بینی می‌کنند و قاطعیت پیش‌بینی‌کننده مثبت و معنادار تاب‌آوری بود. همچنین، طبق نتایج به دست آمده مشخص شد که تیپ اصلاح طلب، تیپ امدادگر، تیپ موفق،

تیپ وفادار و تیپ مشتاق پیش‌بینی‌کننده مثبت و معنادار تاب‌آوری هستند؛ همچنین، مشخص شد که تیپ شخصیت فردگرا و تیپ شخصیت صلح‌طلب پیش‌بین منفی و معنادار تاب‌آوری بودند. با وجود این، تیپ شخصیت پژوهش‌گر و تیپ شخصیت چالشگر قدرت پیش‌بینی‌کنندگی معنادار تاب‌آوری را ندارد.

نتایج رگرسیون گام‌به‌گام تاب‌آوری بر اساس متغیرهای تیپ شخصیت و مهارت‌های ارتباطی نشان داد که گوش دادن و تنظیم عواطف و درک پیام به‌صورت منفی و معنادار تاب‌آوری را پیش‌بینی کردند. علاوه بر این، در بین تیپ‌های نه‌گانه شخصیت؛ تیپ اصلاح‌طلب و تیپ امدادگر پیش‌بینی‌کننده مثبت و معنادار تاب‌آوری هستند. همچنین، تیپ شخصیت فردگرا و تیپ شخصیت صلح‌طلب قدرت پیش‌بینی‌کنندگی منفی و معنادار تاب‌آوری را هستند؛ اما تیپ موفق، تیپ وفادار، تیپ مشتاق، تیپ چالشگر، قدرت پیش‌بینی‌کننده معنادار تاب‌آوری ندارند؛ که این یافته‌ها متفاوت با زمانی هستند که تیپ‌های نه‌گانه شخصیت به‌تنهایی تاب‌آوری را پیش‌بینی می‌کنند. در ادامه به تبیین این یافته‌ها پرداخته می‌شود.

در ابتدا در تبیین این یافته‌ها می‌توان به مسائل روش‌شناختی اشاره کرد. در تحلیل عامل سازه‌ی مهارت‌های ارتباطی تعداد عوامل کاهش پیدا کرد که این مورد ممکن است به دلیل عدم شناخت دقیق و عدم آشنایی با سازه‌ی مهارت‌های ارتباطی از سوی مشارکت‌کنندگان باشد.

یکی دیگر از مشکلات و محدودیت‌ها مربوط به دقت آزمودنی‌ها در به پاسخ‌گویی به ابزارهای پژوهش است. اگرچه کوشش شده بود که پاسخ‌گویان در کمال صداقت و با رعایت اصل گمنامی پاسخ‌های دقیقی به سؤالات مطرح شده در پرسشنامه ارائه کنند، ولی احتمال دارد که تحت تأثیر پاسخ‌دهی غیردقیق پاسخگویان، نتایج حاصل شده باشند.

با وجود این، در تبیین اینکه گوش دادن و تنظیم عواطف، درک پیام به‌صورت منفی تاب‌آوری را پیش‌بینی می‌کنند؛ می‌توان به تبیینی فرهنگی اشاره کرد. گاه در جامعه با افرادی سرد، انسان‌گریز، عمل‌گرا، غیراخلاقی، دورو، دروغ‌گو، فریب‌کار، غیرهمدل و بی‌احساس مواجه می‌شویم که در برنامه‌ریزی اهداف بلندمدت و در ایجاد انگیزه برای رسیدن به اهداف خود می‌توانند مفید عمل کنند و در نهایت، به دست کاری، استثمار و رفتارهای ضداجتماعی می‌پردازند.

کریستی و گیز^۱ (۱۹۷۰) معتقدند که این خصوصیات تحت عنوان شخصیت ماکیاوولی مطرح می‌شوند. گاه این رفتارها و عملکردها در اجتماع به صورت یک شیوه و سبک زندگی در کل فرهنگ خود را نمایان می‌کند. از این رو، زمانی که افراد با مهارت‌های ارتباطی قوی که از گوش دادن فعال، تنظیم عواطف و درک پیام تشکیل می‌شوند، استفاده می‌کنند؛ نمی‌توانند نیازها و احساسات خود را به راحتی بروز دهند و دیگران نیز در این چنین اجتماعی آنان را نادیده می‌گیرند. این امر، منجر به آن می‌شود که افراد قادر نیستند با مهارت‌های بالای ارتباطی سازگاری مطلوبی را تجربه کنند و در نهایت کاهش تاب‌آوری را تجربه خواهند کرد؛ زیرا از جانب دیگران نه تنها حمایت بلکه رفتارهای غیراخلاقی و غیرهمدلانه مانند سردی، سودجویی، دروغ‌گویی و دورویی را مشاهده می‌کنند.

بنابراین، یکی از دلایل ناهمخوانی این پژوهش با پژوهش‌های سانچز و همکاران (۲۰۱۶)؛ سجادی (۱۳۹۳)؛ هاکس هولد و همکاران (۲۰۱۴)؛ اشدان و برنارد (۲۰۱۲)؛ ممکن است وضعیت اجتماعی و فرهنگی باشد که نیازمند توجه محققان و مسئولین آموزشی و فرهنگی است.

برای تبیین اینکه چرا قاطعیت، تاب‌آوری را به صورت مثبت و معنادار پیش‌بینی می‌کند می‌توان گفت که هر میزان که فرد از جسارت لازم برخوردار باشد، بدون توجه به واکنش عاطفی دیگران سؤالات و ابهامات خود را بیان کند (حسین‌چاری و فداکار، ۱۳۸۴)، می‌تواند حمایت اجتماعی به دست آورد و ساختار فردی و شایستگی فردی خود را حفظ نماید و در نهایت تاب‌آوری را تجربه کند.

با توجه به یافته‌های مربوط به پیش‌بینی تاب‌آوری از طریق تیپ‌های ۹ گانه شخصیت، تیپ اصلاح‌طلب به دلیل آنکه بردبار، پذیرا، مسئولیت‌پذیر، وظیفه‌شناس و متعهد هستند (ریسو و هادسون، ۱۳۹۲) و قصد تغییر در دنیای اطراف خود را دارد؛ می‌تواند در مقابل چالش‌های محیط اطراف خود تاب‌آوری بالاتری را تجربه کنند. در تعریف تیپ شخصیت امدادگر از نظر ریسو و هادسون (۱۳۹۲)، ویژگی‌هایی چون بخشندگی، مهربانی، مراقب، گرمی و سپاس‌گزاری است که شایستگی اجتماعی و حمایت اجتماعی را افزایش می‌دهد و در نهایت منجر افزایش تاب‌آوری

¹ Christie & Geis

می‌گردد؛ که این هم‌راستا با نظریه لازاروس و فولکمن^۱ (۱۹۸۴) است.

افراد با تیپ شخصیت موفق، سازگار، خودآگاه، عمل‌گرا و جذاب هستند (سپهریان آذر و فتاحی، ۱۳۹۳) که این امر افزایش تاب‌آوری به دنبال دارد. تیپ شخصیت وفادار به دلیل آنکه سخت‌کوش، استوار، سازمان‌دهنده، محافظه‌کار و آزادی‌خواه هستند (ریسو و هادسون، ۱۳۹۲)؛ تاب‌آوری را تجربه می‌کنند. افرادی که دارای تیپ شخصیت مشتاق هستند، ویژگی‌های چون خودانگیزگی، کنجکاو، خوش‌بین، معاشرتی، تنوع‌طلب و ماجراجو دارند به همین خاطر تاب‌آوری مطلوبی را تجربه می‌کنند، این نتایج همسو با نظریات دناتر-دیکارد، آیوی و اسمیت^۲ (۲۰۰۵) می‌باشد.

در جهت تبیین اینکه چرا تیپ شخصیت فردگرا به صورت منفی تاب‌آوری را پیش‌بینی می‌کند؛ می‌توان ذکر کرد که این افراد دمدمی‌مزاج، نمایشی، خود آسان‌گیر، در خود فرورفته و پرمدها هستند (ریسو و هادسون، ۱۳۹۲) که این امر باعث شده این افراد تاب‌آور نباشند و تیپ شخصیت صلح‌طلب به دلیل یکدندگی، لجاجت، عدم آگاهی از خشم خود، سر به هوایی و پرخاشگری منفعلانه، تاب‌آوری را تجربه نمی‌کند.

تیپ شخصیت پژوهش‌گر ویژگی‌های چون تمرکزگرا، اهل مطالعه، پیچیده، کنجکاو، خردمند و ژرف‌اندیش است و در مقابل تعارضاتی مانند حواس‌پرتی و پریشانی، تندمزاجی، افراط و تفریط، انزوا و بی‌عرضگی دارند (ریسو و هادسون، ۱۳۹۲) که تغییرات این ویژگی‌ها با تغییرات در تاب‌آوری رابطه‌ی ندارد. تیپ شخصیت چالشگر، قدرتمند، قوی، قاطع، کاردان، مستقل، استوار، اهل عمل و واقع‌بین اما در مقابل افرادی خودسر، مبارزه‌طلب، بدخلق و عیب‌جو هستند که این امر تغییراتی را موجب می‌گردد که نمی‌توانند تغییرات در تاب‌آوری را مورد پیش‌بینی قرار دهند.

همان‌طور که مشخص شد زمانی که مهارت‌های ارتباطی و تیپ‌های شخصیت به صورت هم‌زمان وارد رگرسیون تاب‌آوری شدند، تیپ‌های شخصیت موفق، وفادار و مشتاق قدرت پیش‌بینی‌کنندگی خود را از دست دادند که این امر نشان‌دهنده اشتراک تغییرات و هم‌پوشانی این دو متغیر است. به عبارت دیگر، زمانی برخی از تیپ‌های شخصیتی در کنار مهارت‌های ارتباطی قرار

^۱ Lazarus & Folkman

^۲ Deater-Deckard, Ivy, & Smith

می‌گیرند قدرت پیش‌بینی تاب‌آوری را به دلیل ارتباطشان با مهارت‌های ارتباطی از دست می‌دهند. از این رو، امکان آن وجود دارد که مهارت‌های ارتباطی نقش واسطه‌ای را در این رابطه بازی می‌کنند که پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی به این امر پرداخته شود.

منابع

اردلان، الهام و حسین چاری، مسعود. (۱۳۸۹). پیش‌بینی سازگاری تحصیلی بر اساس مهارت‌های ارتباطی با واسطه باورهای خودکارآمدی. مجله روان‌شناسی تربیتی (روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبایی)، ۶ (۱۷)، صص ۲۸-۱.

اقدامی، زهرا. (۱۳۹۳). پیش‌بینی تاب‌آوری روان‌شناختی بر پایه پنج عامل بزرگ شخصیت. مقاله منتشر نشده. شیراز: دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شیراز.

حسینیان، سیمین؛ عظیمی‌پور، پریسا؛ کرمی، ابوالفضل؛ منور یزدی، سیده و کشاورز گرامی، قاسم. (۱۳۹۱). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی آزمون تیپ‌های شخصیتی نه‌گانه (انیکرام). فصلنامه مشاوره شغلی و سازمانی، ۴ (۱۲): ۱۴۴-۱۲۵.

حسین چاری، مسعود و فداکار داورانی، محمدمهدی. (۱۳۸۴). بررسی تأثیر دانشگاه بر مهارت‌های ارتباطی بر اساس مقایسه دانش‌آموزان و دانشجویان. دانشور رفتار، ۱۵، صص ۳۲-۲۱.

ریسو، دان ریچارد و هادسون، راس. (۱۳۹۲). اینیاگرام دریاچه‌ای به فراسوی شخصیت. ترجمه و جیه‌اله گلنواز و مسعود حسین چاری. تهران: انتشارات ارجمند.

سپهریان آذر، فیروزه و فتاحی، امید. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزشی تیپ‌های شخصیت‌انگیز بر سازگاری تحصیلی دانشجویان. روانشناسی بالینی و شخصیت (دانشور رفتار)، دوره ۲۱، شماره ۱۰، صص ۴۰-۲۹.

سجادی، فائزه. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر افزایش تاب‌آوری و کاهش دلزدگی زناشویی و بهبود نگرش به عشق. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه علم و فرهنگ، دانشکده علوم انسانی.

شامحمدی قهسازه، اعظم؛ درویزه، زهرا و پورشهریاری، مه‌سیما. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر افزایش سازگاری زناشویی همسران معتادان و پیشگیری از بازگشت معتادان مرد در شهر اصفهان. فصلنامه اعتیاد پژوهی، ۲ (۷): ۲۸-۳.

مصطفی‌نژاد، پرستو و درتاج، فریبرز. (۱۳۹۰). اثربخشی آموزش مهارت‌های ارتباطی بر سلامت روان دانشجویان سال اول علوم بهزیستی دانشگاه کرمان. مجله مطالعات روان‌شناسی بالینی، ۱ (۴): ۸۹-۷۱.

مگیار موئه، چینا ان. (۱۳۹۳). مداخلات روان‌شناسی مثبت‌نگر: راهنمای درمان‌گر، ترجمه علی اکبر فروغی دکتر جلیل اصلاتی، سحر رفیعی. تهران: انتشارات ارجمند.

Ashdown, D. M., & Bernard, M. E. (2012). Can explicit instruction in social and emotional learning skills benefit the social-emotional development, well-being, and academic achievement of young children?. *Early Childhood Education Journal*, 39(6), 397-405.

Christie, R., & Geis, F. (1970). Scale construction. *Studies in machiavellianism*, 10-34.

Deater-Deckard, K., Ivy, L., Smith, J. (2005). Resilience in Gene-Environment transactions. In Goldstein, S., & Brooks. R. B, *Handbook of Resilience in Children*, pp. 49-641, New York:

Contemporary books.

- Friborg, O., Barlug, D., Martinussen, M., Rosenvinge, J., & R., Hjemdal, O. (2005). Resilience In Relation To Personality and Intelligence. *International Journal of Methods in Psychiatric Research*, 14(1), 29-42.
- Huxhold, O., Miche, M., & Schüz, B. (2014). Benefits of having friends in older ages: Differential effects of informal social activities on well-being in middle-aged and older adults. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 69(3), 366-375.
- Jerabek, I. (2004). Communication Skills Inventory revised. <http://www.queendom.com/tests>.
- Jowkar, B., Friborg O., Hjemdal, O. (2010). Cross-cultural validation of the Resilience Scale for Adults (RSA) in Iran. *Scandinavian Journal of Psychology*, 51, 418-425.
- Krejcie, R. V. & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational & Psychological Measurement*, 30, 607-610.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Livingston, N. A., Heck, N. C., Flentje, A., Gleason, H., Oost, K. M., & Cochran, B. N. (2015). Sexual minority stress and suicide risk: Identifying resilience through personality profile analysis. *Psychology of sexual orientation and gender diversity*, 2(3), 321.
- Masten, A. S., & Reed, M.-G. (2002). Resilience in development. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *The handbook of positive psychology* (pp. 74-88). New York: Oxford University Press.
- Newgent, R. (2001). An investigation of reliability and validity of the Riso-Hudson Enneagram Type Indicator. (UMI No. 3005901).
- Newgent, R., Parr, P., Newman, I., & Higgins, K. (2004). The Riso-Hudson Enneagram Type Indicator: Estimates of reliability and validity. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 36(4), 226-237.
- Resnick, B. (2011). The relationship between resilience and Motivation. In B. Rensick, L. Gwyther, and K. Roberto (Eds.) *Resilience in aging: concepts research and outcomes*, (pp. 199-215). New York: Springer.
- Sanchez, Ó., Carrillo, F. X. M., & Garber, J. (2016). Promoting resilience in children with depressive symptoms. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 32(3), 741-748.
- Seligman, M. E., & Csikszentmihalyi, M. (2014). *Positive psychology: An introduction* (pp. 279-298). Springer Netherlands.
- Walsh, F. (2015). *Strengthening family resilience*. Guilford Publications.