

## ارائه مدلی برای تاب‌آوری شغلی معلمان بر اساس سبک مقابله‌ای و نقش واسطه‌ای

### باورهای مذهبی

## A Model of Resiliency Coping Style and the Mediating Role of Teachers Based on Religious Beliefs

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۴/۴/۲۲، تاریخ دریافت نسخه نهایی: ۱۳۹۴/۱۰/۱، تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۵/۱/۲۷

S. Sadati firoozabadi., (Ph.D) & Zh. Norani kotenaeci., (MA)

**Abstract:** The present study aimed to provide a model for teachers' resiliency based on the coping style with mediating role of religious beliefs. The population consisted of all teachers of Mazandaran province who were working in normal (regular) schools in the academic year of 1393-1394. Using cluster sampling 200 teachers were selected among the normal school teachers. In this study, the special education teachers' resilience scale questionnaire (Sotomayor, 2012), the dealing with stressful situations questionnaire (Endler and Parker, 1990) and religiosity questionnaire version 15 (Huber and Huber, 2012) were used. The findings revealed that the problem oriented coping style positively and emotional coping style negatively affected teachers' career resiliency. There was significant and positive correlation between religious belief (cognitive, ideological and public acts) and resiliency and all aspects of religious belief had a significant positive correlation. Furthermore, it is interesting to say that the religious beliefs could play a mediating role between coping style and resilience. Based on the findings received from the present study, it can be possible to teach coping style and create a stronger religious belief in teachers in order for affecting their resiliency and life; as a result, effectively affecting their students.

**Key words:** religious, career resiliency, coping styles

سمیه ساداتی فیروزآبادی<sup>۱</sup> و ژیلانورانی کوتناعی<sup>۲</sup>

چکیده: هدف از انجام پژوهش حاضر ارائه مدلی برای تاب‌آوری شغلی معلمان بر اساس سبک مقابله‌ای با نقش واسطه‌ای باورهای مذهبی بوده است. جامعه آماری شامل کلیه معلمان مدارس عادی استان مازندران که در سال تحصیلی ۱۳۹۳-۱۳۹۴ در مدارس اشتغال داشتند را شامل شد که از بین آنان ۲۰۰ معلم مدارس عادی با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شدند. در این پژوهش از پرسشنامه تاب‌آوری شغلی معلمان آموزش ویژه (سوتومايور، ۲۰۱۲)، پرسشنامه مقابله با موقعیت استرس‌زا (اندلر و پارکر، ۱۹۹۰) و پرسشنامه دینداری نسخه ۱۵ (هوبر و هوبر، ۲۰۱۲) به کارگرفته شد. یافته‌های پژوهش نشان داد سبک مقابله مسأله‌مدار به صورت مثبت و سبک مقابله‌ای هیجانی به صورت منفی بر تاب‌آوری شغلی معلمان مؤثر بوده است و بین باور مذهبی (ابعاد شناختی، عقیدتی و اعمال عمومی) و تاب‌آوری ارتباط مثبت و معنادار بوده، همچنین تمام ابعاد باور مذهبی با سبک مقابله‌ای (مسأله‌مدار) رابطه مثبت و معنادار داشته است: همچنین یافته نشان می‌دهد که باورهای مذهبی توانسته است نقش واسطه‌ای بین سبک مقابله‌ای و تاب‌آوری ایفا کند. در نتیجه براساس یافته‌های پژوهش حاضر می‌توان با آموزش سبک مناسب مقابله با استرس و ایجاد باور مذهبی قوی‌تر، آگاهی بیشتری به معلمان داده تا این روند بر تاب‌آوری آن‌ها و نهایتاً بر بهزیستی آنان و بالطبع دانش‌آموزان آن‌ها اثر مطلوبی بجا بگذارد.

**کلید واژه‌ها:** باورهای مذهبی، تاب‌آوری شغلی، سبک‌های مقابله‌ای

۱. نویسنده مسئول: استادیار دانشگاه شیراز، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، بخش آموزش کودکان استثنایی

Somayehsadati@shirazu.ac.ir

۲. دانشجویی کارشناسی ارشد تحقیقات آموزشی دانشگاه یاسوج، دانشکده علوم انسانی، گروه روان‌شناسی

## مقدمه

در زندگی روزمره، شرایط و موقعیت‌ها به گونه‌ای است که افراد خواه‌ناخواه دچار مشکل می‌شوند. از این میان معلمان به‌خاطر داشتن موقعیت اجتماعی خاص و برجسته بودن شخصیت‌شان در میان افراد جامعه، شغل‌شان از حساسیت خاصی برخوردار بوده و ممکن است بین انتظارات نقش معلمی و نیازها و خواسته‌هایشان تضادهای وجود داشته باشد. لذا معلمان با چالش متعددی مواجه هستند، از جمله حقوق و دستمزد کم، حجم کار سنگین، ساعات کار طولانی، سوء رفتار دانش‌آموزان، افت دانش‌آموزان و عدم پشتیبانی مدیر که همه این عوامل استرس‌زا منجر به احساس بی‌کفایتی، کاهش عزت نفس، نارضایتی شغلی، فرسودگی شغلی می‌شود (کفای و کاویونی، ۲۰۱۴). علاوه بر اهمیت نقش معلمی زمان‌های دیده می‌شود که حتی معلمان با تجربه هنگام مواجه با مشکلات، تصمیم به ترک شغل خود می‌کنند. در صورتی که آموزش و پرورش برای جایگزینی آن‌ها با افراد واجد شرایط با مشکل روبرو می‌شوند این امر به نوبه خود در آموزش دانش‌آموزان نیز تأثیر منفی به‌جای می‌گذارد، با توجه به این چالش‌ها معلمان باید توانایی آن را داشته باشند که در برابر ناملایمات و سختی‌ها تصمیم درست بگیرند. در نتیجه لازم است بدانیم، چه عواملی باعث می‌شود یک معلم چالش‌های موجود در مسیر شغلی خود را به شیوه مناسب حل و فصل کند؟ یکی از مهم‌ترین ویژگی‌هایی که یک معلم می‌بایست داشته باشد، تاب‌آوری در فرآیند آموزش است (منسفیلد، بلتمان، پرایس و مک‌کونی، ۲۰۱۱).

کولارد<sup>۱</sup> و همکارانش (۱۹۹۶) تاب‌آوری شغلی را توانایی انطباق و تغییر شرایط و پیشامدها، حتی زمانی که شرایط دلسردکننده و مخرب‌اند، تعریف کرده و ویژگی‌های افراد دارای تاب‌آوری شغلی را داشتن مهارت همکاری، سازگاری شغلی، یادگیری مستمر و انجام کار با شایستگی فردی، برشمردند (بتینالینکار، ۱۹۹۶). بر این اساس معلم تاب‌آور کسی است که در مدیریت کردن زمان و مهارت‌های سازمانی و برقراری تعادل مناسب بین کار و فراغت و تفریح توانا است؛ و حتی در زمان سختی نگرش مثبت، انتظارات واقع‌بینانه از خود و دیگران را دارا است، بر یادگیری و بهبود خود توجه می‌کند، به دانش‌آموزان تعهد داشته و دارای اعتماد به نفس و خودباوری است و در فنون تدریس کارآمد و روابط حمایتی ایجاد می‌کند، از حس شوخ‌طبعی که اصل اساسی است برخوردار بوده، اهداف واقع‌بینانه تنظیم می‌کند، از آموزش لذت می‌برد، مراقب سلامتی خود بوده و انعطاف‌پذیر، مثبت و خوش‌بین است (منسفیلد، ۲۰۱۲).

پژوهشگران عوامل متعددی در محیط شغلی شناسایی کردند که برخی از این عوامل به صورت منفی و برخی به صورت مثبت بر تاب‌آوری اثر دارند. عوامل خطرزا عبارتند از: (۱) عوامل خطرزای فردی همچون خودباوری و اعتماد به نفس منفی (دی، ۲۰۰۸)، عدم تمایل به درخواست کمک (فانتیلی و مک دوگال<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹ به نقل از منسفیلد، ۲۰۱۲) و تضاد بین باورها و اعمال فردی (فلورس، ۲۰۰۶)، (۲) عوامل خطرزای زمینه‌ای مانند، مدیریت رفتار (هوارد و جانسون، ۲۰۰۴)، عدم حمایت سرپرست و کارمندان (دی، ۲۰۰۸) و حجم سنگین کار و زمان موردنیاز برای انجام وظایف غیر آموزشی (کاسترو، کلی و شن، ۲۰۱۰) برشمردند. همچنین عواملی که اثر مثبت بر تاب‌آوری فرد می‌گذارند به‌عنوان عوامل محافظتی تاب‌آوری شناسایی شده‌اند که عبارت‌اند از (۱) عوامل محافظتی فردی همچون، احساس بشردوستانه (سینکلر<sup>۲</sup>، ۲۰۰۸ به نقل از بلتمان، منسفیلد و پرایس، ۲۰۱۱) سبک‌های مقابله‌ای (مظلوم بفرولی، افخمی اردکانی، شمس اسفندآبادی و جلالی، ۱۳۹۱ و کمپل-سلس، کوهن و استین<sup>۳</sup>، ۲۰۰۶)، باور و نگرش مذهبی (حسین چاری و محمدی، ۱۳۹۰؛ جوکار و هاشمی، ۱۳۹۰؛ استنفورد<sup>۴</sup>، ۲۰۰۱؛ مکزی<sup>۵</sup>، ۲۰۱۲؛ مور<sup>۶</sup>، ۲۰۱۳) انگیزه قوی درونی (چونگ و لاو<sup>۷</sup>، ۲۰۰۴ به نقل از منسفیلد، ۲۰۱۲) و خودکارآمدی بالا (دی، ۲۰۰۸)، (۲) عوامل محافظتی زمینه‌ای مانند، حمایت همکاران و مراقبت قوی مدیر (هوارد و جانسون، ۲۰۰۴) و الگوهای ارتباطی معلم (اولسن و اندرسون، ۲۰۰۷). با توجه به عوامل بیان‌کننده اثرگذار بر تاب‌آوری، پژوهش حاضر در راستای بررسی تأثیر سبک مقابله بر تاب‌آوری است.

اندلر و پارکر (۱۹۹۰) مقابله را به عنوان تلاش آگاهانه برای مشکل شخصی و فردی برای به حداقل رساندن یا تحمل استرس و تعارض بیان کرده و سه نوع سبک مقابله مسأله‌مدار، هیجان‌مدار و سبک اجتنابی را مطرح کردند. در سبک مقابله مسأله‌مدار فرد متمرکز بر مسأله است. در این سبک فرد به جمع‌آوری اطلاعات مربوط به حادثه فشارزا می‌پردازد و با ارزیابی منابع در دسترس خود، طرح و برنامه‌ای آماده می‌کند. مقابله هیجان‌مدار بر کنترل هیجانات و واکنش‌های عاطفی تأکید می‌کند، افراد در این سبک، با برخورد هیجانی و با گریه کردن، عصبانی شدن و فریاد زدن با فشار روانی مقابله می‌کند. در سبک مقابله اجتنابی، فرد سعی در

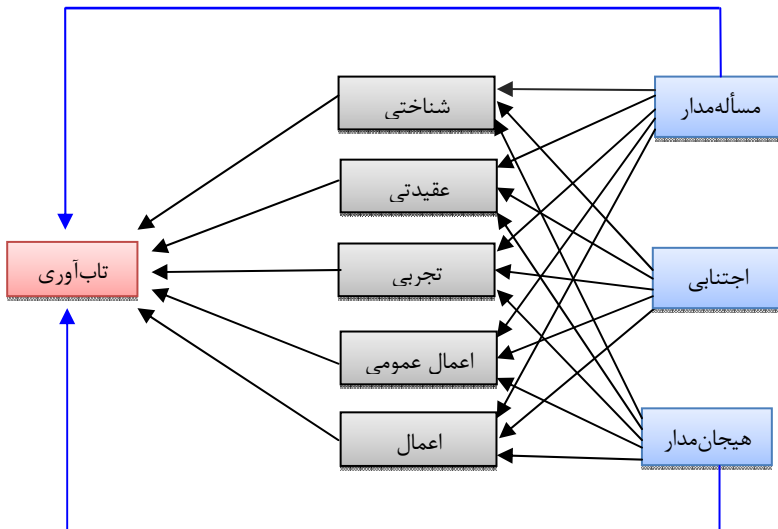
- 
1. Fantilli & Mcdougal
  2. Sinclair
  3. Campbell- Sill, Cohan & Stein
  4. Stanford
  5. Mackenzie
  6. Moore
  7. Chong & Low

دور شدن از موقعیت فشارآور دارد و با فاصله گرفتن از مشکل، اقدام به فرار و اجتناب کرده و برای دریافت حمایت عاطفی تلاش می‌کنند. در نتایج پژوهش‌ها نشان داده شده، زمانی که افراد در مقابل تنش و مشکلات از سبک مقابله‌ای مسأله‌مدار استفاده می‌کنند نسبت به کسانی که هیجان‌مدارانه با مشکل روبرو می‌شوند آسیب‌پذیری کمتری در برابر فشارهای روانی دارند و از این سبک به عنوان عامل افزایش در تاب‌آور برشمردند (مظلوم بفروئی و همکاران، ۱۳۹۱؛ شاره؛ صدیق معروفی، هوشمندی و حقی، ۱۳۹۰؛ بهجتی، خباز، ناصری، ۱۳۹۱؛ کمپل-سلس و همکاران، ۲۰۰۶؛ فرانسيس لس<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹؛ پولی و کوهن<sup>۲</sup>، ۲۰۱۰؛ هانگ<sup>۳</sup>، ۲۰۱۱). در این میان آستین<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۰۵ (به نقل از وسلی، سالکفوسکه و نوردوسکه<sup>۵</sup>، ۲۰۱۵) معتقدند، معلمان معلمان که سطح بالایی از استرس را تجربه می‌کنند بیشتر احتمال دارد از استراتژی‌های مقابله منفی مانند فرار و اجتناب استفاده کنند، بکار بردن استراتژی اجتناب و فرار از منابع استرس، خستگی عاطفی، مسخ شخصیت و عدم موفقیت همراه است.

بر اساس پژوهش‌های انجام شده یکی دیگر از عوامل اثرگذار بر تاب‌آوری، باور و نگرش مذهبی افراد است. باورهای دینی مجموعه اقدامات، رفتارها، باورها و نگرش‌هایی است که در ارتباط با اصول دین، فروع دین دیگر حیطه‌های مرتبط با مذهب عنوان می‌شود (ابوالحسن تنهایی و خرمی، ۱۳۸۸). استارک و گلاک<sup>۶</sup> (۱۹۶۸) ابعادی برای دین برشمردند از جمله بعد شناختی که با این انتظار که فرد مذهبی در مورد اصول اساسی ایمان‌اش و کتاب مقدس مطلع و آگاه خواهد شد. بعد عقیدتی به انتظار اجتماعی اشاره دارد که باورهای افراد مذهبی نسبت به وجود و ماهیت یک واقعیت متعالی و رابطه بین تعالی و انسان است. بعد اعمال عمومی اشاره به انتظار اجتماعی است که مشارکت عمومی افراد مذهبی متعلق به جوامع مذهبی در آیین‌های مذهبی و در فعالیت‌های اجتماعی آشکار می‌شود. بعد اعمال خصوصی اشاره به انتظار اجتماعی است که افراد مذهبی فعالیت‌های فردی و آداب و رسوم در فضای خصوصی انجام می‌دهند. بعد تجربه دینی اشاره به انتظار اجتماعی است که افراد مذهبی نوعی ارتباط مستقیم با حقیقت غایی دارد که فرد را از لحاظ عاطفی تحت تأثیر قرار می‌دهد (هویر و هویر، ۲۰۱۲). مذهب و باورهای دینی برای افراد نقش سپر دفاعی را بازی کرده و مجموعه وسیعی از آثار مثبت روان‌شناختی را در افراد ایجاد می‌کند و آثار بالقوه باورهای دینی و مذهبی به کنار آمدن و مقابله با حوادث

- 
1. Frances Lees
  2. Pooley & Cohen
  3. Hung
  4. Austin
  5. Vesely, Saklofske & Nordstokke
  6. Stark & Glock

آسیب‌زا منجر می‌شود (حسینی قمی، سلیمی بجزستانی، ۱۳۹۰). نتایج پژوهش محققان نشان داد باورهای مذهبی و جهت‌گیری مذهبی درونی به عنوان عامل مؤثر در تاب‌آوری شناخته شده (زاهد بابلان، رضایی جمالویی و حرفتی سبحانی، ۱۳۹۰؛ حسین چاری و محمدی، ۱۳۹۰؛ جوکار و هاشمی، ۱۳۹۰؛ حسینی قمی و سلیمی بجزستانی، ۱۳۹۰؛ حمید، بابامیری و دهقانی، ۱۳۹۱؛ گرائیلی و راستی، ۱۳۹۲؛ سلیمانی خشاب، لطیفیان، مرادی و دهقانی‌زاده، ۱۳۹۲؛ عسکریان، اصغری و حسن‌زاده، ۱۳۹۲؛ کاویانی، حمید و عنایتی، ۱۳۹۳؛ جمشیدی سولکو، عرب مقدم و درخواه، ۱۳۹۳؛ ملتفت و ساداتی، ۱۳۹۳؛ استنفورد، ۲۰۰۱؛ بال<sup>۱</sup>، ۲۰۰۳؛ یانس، پلفری و اسمیت<sup>۲</sup>، ۲۰۰۸؛ مکنزی، ۲۰۱۲؛ مور، ۲۰۱۳). با این حال عوامل متعددی وجود دارد تا معلمان انگیزه‌ای برای ترک کردن حرفه خود و تحمل سختی‌ها داشته باشند از بین عوامل تأثیرگذار بر تاب‌آوری شغلی، پژوهش حاضر در راستای بررسی رابطه سبک‌های مقابله‌ای و باورهای مذهبی بر تاب‌آوری شغلی معلمان انجام گرفته است. لذا طبق اهداف پژوهش و فرضیات، مدلی مطابق شکل ۱- ارائه شده است.



شکل ۱. مدل پژوهشی برای تاب‌آوری شغلی بر اساس سبک مقابله‌ای با نقش واسطه‌ای باورهای مذهبی

1. Ball
2. Yates, Pelphrey & Smith

## روش پژوهش

روش پژوهش حاضر از نوع توصیفی - همبستگی است.

### جامعه، نمونه و روش اجرای پژوهش

جامعه آماری این پژوهش را کلیه معلمان مدارس استان مازندران که در سال ۹۳-۹۴ در مدارس اشتغال دارند، شامل می‌شوند و نمونه‌های پژوهش به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای در چند شهرستان (از جمله؛ قائمشهر، ناحیه ۱ ساری، ناحیه ۲ ساری، جویبار و بابل) از تمام مقاطع (دوره ابتدایی، متوسطه اول و متوسطه دوم) برحسب مناطق روستایی و شهری و حومه شهری انتخاب شدند که در نتیجه ۲۰۰ نمونه از معلمان به پرسشنامه پاسخ داده‌اند.

### ابزارهای پژوهش

در این پژوهش از سه پرسشنامه برای گردآوری اطلاعات استفاده شده است.

الف- پرسشنامه تاب‌آوری شغلی معلمان آموزش ویژه<sup>۱</sup>: این مقیاس توسط سوتوماپور (۲۰۱۲) با هدف سنجش تاب‌آوری شغلی معلمان آموزش ویژه ساخته شده است که دارای ۶۶ گویه با ۴ بعد است که شامل بعد پذیرش با ۷ گویه، بعد حمایت خودآگاهی با ۲۶ گویه، بعد تغییر با ۲۵ گویه و بعد ارتباط با ۸ گویه است. این پرسشنامه در اصل خود ۷ لیکرتی است ولی در این پژوهش با توجه به فرهنگ جامعه ما به صورت ۵ لیکرتی از دامنه (۱) کاملاً مخالف تا دامنه (۵) کاملاً موافقم، استفاده شده است. لازم به ذکر است برای استفاده از این پرسشنامه برای معلمان مدارس عادی چندین گویه آن‌ها حذف شد. برای استفاده از این پرسشنامه ابتدا ابزار توسط متخصصان زبان انگلیسی به فارسی ترجمه شد و مجدداً برای بررسی ترجمه دقیق آن متن ترجمه شده به زبان انگلیسی برگردانده شد. نتیجه حاصل از تجزیه و تحلیل پژوهش سوتوماپور پایایی کلی این مقیاس با ضریب آلفا ۰/۹۰٪ گزارش شده و پایایی هر یک از خرده مقیاس برای بعد پذیرش، ۰/۷۱٪ و بعد حمایت از خودآگاهی، ۰/۸۳٪ و بعد تغییر، ۰/۹۱٪ و بعد ارتباط، ۰/۴۱٪ به دست آمده است. همچنین در این تحقیق پایایی کلی این مقیاس با ضریب آلفا ۰/۹۵۴ به دست آمده و پایایی هر یک از خرده مقیاس برای بعد پذیرش، ۰/۸۳۶؛ بعد حمایت از خودآگاهی، ۰/۹۰۴؛ بعد تغییر، ۰/۸۸۶ و بعد ارتباط، ۰/۷۵۵ به دست آمده است. این پرسشنامه در تحقیق سوتوماپور از سطح روایی بالایی گزارش شده و در این پژوهش نیز از روایی مناسبی برخوردار بوده است.

---

1. Special Education Career Resilience scale (SECRS)

ب- پرسشنامه مقابله با موقعیت استرس‌زا: اندلر و پارکر (۱۹۹۰) این پرسشنامه را با هدف ارزیابی انواع سبک‌های مقابله‌ای افراد در موقعیت‌های استرس‌زا به سه صورت سبک‌های مقابله‌ای مسئله مدار، هیجان مدار و اجتنابی طراحی کردند. این آزمون شامل ۴۸ سؤال است که هر کدام ۱۶ سؤال به یکی از ابعاد مقابله مربوط است و پاسخ به هر سؤال بر اساس یک مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از دامنه هرگز (۱) تا خیلی زیاد (۵) مشخص می‌شود. اندلر و پارکر ضرایب اعتبار این آزمون را به وسیله آلفای کرونباخ برای سبک‌های مقابله مسئله مدار (دختر ۰/۹۰، پسر ۰/۹۲) هیجان مدار (پسر ۰/۸۲، دختر ۰/۸۵) و اجتنابی (پسر ۰/۸۵، دختر ۰/۸۵) محاسبه کردند. در پژوهش حسینی طباطبایی (۱۳۷۷) پایایی کل پرسشنامه از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۴ بیان شده است. در پژوهش حاضر نیز پایایی کلی این پرسشنامه ۰/۹۰ به دست آمده و برای بعد مسأله‌مدار، ۰/۹۱؛ بعد هیجان‌مدار، ۰/۸۷۷ و برای بعد اجتنابی، ۰/۸۶ به دست آمده است. اندلر و پارکر (۱۹۹۰) از لحاظ روایی این پرسشنامه را مناسب دانستند. در این پژوهش نیز این پرسشنامه از روایی مناسبی برخوردار بوده است.

ج- پرسشنامه سنجش باور مذهبی (محوریت دینداری)<sup>۱</sup> نسخه ۱۵: این مقیاس توسط هوبر و هوبر (۲۰۱۲) با هدف سنجش میزان باور دینی و مذهبی ساخته شده است این مقیاس پنج بعدی است که شامل (۱) اعمال عمومی (۲) اعمال خصوصی (۳) تجربه‌های دینی (۴) بعد عقیدتی (۵) بعد شناختی است، نمره کلی آن در مجموع به عنوان باور مذهبی افراد در نظر گرفته می‌شود. این مقیاس از مطالعات ادیان مختلف مشتق شده و در ۲۵ کشور که در مجموع بیش از ۱۰۰۰۰۰ شرکت‌کننده داشته استفاده شده و در تهیه آن دیگر ادیان (بودا، هندو و اسلام) نیز در نظر گرفته شده است. این مقیاس از نوع لیکرت پنج درجه‌ای دارای ۱۵ سؤال است آیتم‌های که کمتر اتفاق می‌افتد با واژه‌های (۱= هرگز، ۳= گاهی اوقات تا ۵= همیشه) درجه‌بندی شده است و آیتم‌های که فراوانی آن کم است با واژه‌های (۱= اصلاً، ۲= متوسط، ۵= خیلی زیاد) درجه‌بندی و نمره‌گذاری می‌شود و پایین‌ترین نمره ممکن است ۱۵ و بالاترین ۷۵ به دست آید، برای استفاده از این پرسشنامه نیز ابتدا ابزار توسط متخصصان زبان انگلیسی به فارسی ترجمه شد و مجدداً برای بررسی ترجمه دقیق آن متن ترجمه شده به زبان انگلیسی برگردانده شد در سه تحقیق هوبر و هوبر پایایی این مقیاس را برای بعدهای فردی (خرده مقیاس) ۰/۸۰ تا ۰/۹۳ و برای کل مقیاس ۰/۹۲ تا ۰/۹۶ عنوان کرده است. پانديا (۲۰۱۴) در تحقیق خود این مقیاس را استفاده کرده و ضریب آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۲ برای کل مقیاس گزارش داده است؛ که این حاکی از پایایی بالای آزمون است. در پژوهش حاضر نیز پایایی کلی این مقیاس ۰/۹۲۸ و برای بعد

## 1. The Centrality of Religiosity Scal (CRS)

شناختی، ۰/۸۰۴؛ بعد عقیدتی، ۰/۸۷۳؛ بعد اعمال عمومی، ۰/۷۸۹؛ بعد اعمال خصوصی ۰/۸۳۳ و بعد تجربه‌های دینی ۰/۷۸۶ بوده است. و از لحاظ روایی این پرسشنامه هم در تحقیق هوپر و هوپر (۲۰۱۲) و پانديا (۲۰۱۴) از روایی بالایی برخوردار بوده و در این تحقیق نیز سطح روایی این مقیاس مناسب بوده است.

شیوه اجرای پرسشنامه‌ها: در این تحقیق پرسشنامه بین معلمان توزیع و بعد از تکمیل، پرسشنامه‌ها جمع‌آوری شد و برای تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار اسپس اس<sup>۱</sup> برای آمار توصیفی (میانگین و انحراف معیار) و برای آمار استنباطی (تحلیل مسیر) استفاده شده است.

### یافته‌های پژوهش

جدول ۱. آماره‌های توصیفی (میانگین، انحراف معیار، دامنه تغییرات، حداکثر، حداقل) مربوط به متغیرهای تاب‌آوری، سبک مقابله‌ای و باورهای مذهبی را نشان می‌دهد.

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی مربوط به متغیرهای مستقل و وابسته

سبک مقابله			باور مذهبی				تاب	آوری	
اج	هیجان	مسأله	تجر	خصوصی	عمومی	عقیدتی	شناختی		
تنابی	مدار	مدار	بی						
۴۴/۶۵	۴۰/۷۵	۵۶/۷۴	۱۳/۳۸	۱۳/۸۹	۱۲/۷۹	۱۴/۲۷	۱۲/۸۷	۲۴۵/۵۷	میانگین
۸/۳۶	۸/۹۶	۱۰/۰۲	۱/۹۳	۱/۸۹	۲/۲۴	۱/۸۸	۲/۲۹	۳۲/۲۱	انحراف معیار

ماتریس همبستگی متغیرها: ماتریس همبستگی صفر مرتبه بین متغیرهای پژوهش همراه با ضرایب همبستگی و سطح معناداری آن‌ها در جدول ۲ آورده شده است.



جدول ۲ ماتریس همبستگی صفر مرتبه بین متغیرهای پژوهش

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹
تاب آوری	۱								
شناختی	۰/۶۵**	۱							
عقیدتی	۰/۶۵**	۰/۷۰**	۱						
عمومی	۰/۶۲**	۰/۸۱**	۰/۶۸**	۱					
خصوصی	۰/۵۲**	۰/۷۳*	۰/۶۹**	۰/۶۱**	۱				
تجربی	۰/۴۴*	۰/۵۵**	۰/۵۶**	۰/۴۶**	۰/۶۷**	۱			
مساله مدار	۰/۶۱**	۰/۴۷**	۰/۴۸**	۰/۴۰**	۰/۴۵**	۰/۴۵**	۱		
هیجان مدار	-۰/۱۷**	۰/۰۴	-۰/۱۸**	-۰/۰۴	-۰/۰۸	۰/۰۲	۰/۰۶	۱	
اجتنابی	۰/۰۴	۰/۰۶	۰/۰۴	۰/۰۳	۰/۰۷	۰/۱۶**	۰/۲۶	۰/۵۰	۱

$P < ۰/۰۱^*$

همان طور که در جدول ۲ مشاهده می شود ابعاد شناختی، عقیدتی، اعمال عمومی و خصوصی، بعد تجربی و سبک مقابله ای مساله مدار به صورت مثبت و سبک مقابله ای اجتنابی به صورت منفی با تاب آوری شغلی رابطه دارد. همچنین دامنه ماتریس همبستگی تاب آوری با متغیرهای پژوهش از ۰/۱۸ - تا ۰/۸۱ است. با توجه به هدف پژوهش حاضر مبنی ارائه مدلی برای تاب آوری شغلی معلمان براساس سبک مقابله ای با نقش واسطه ای باور مذهبی از روش تحلیل مسیر با استفاده از نرم افزار لیزرل<sup>۱</sup> استفاده شد که در ادامه به بیان آن پرداخته شده است.

جدول ۳. اثرات مستقیم، غیرمستقیم و کل متغیرهای پژوهش بر یکدیگر

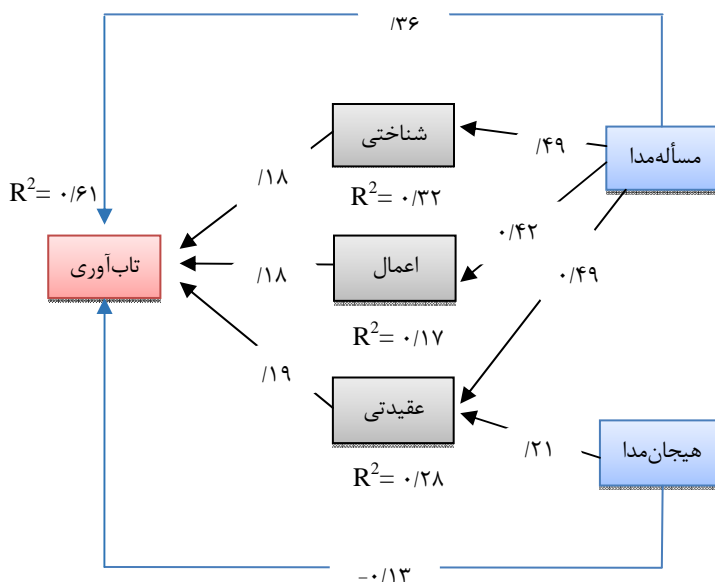
مسیرهای به روی تاب آوری	اثرات مستقیم	اثرات غیرمستقیم	اثرات کل
مساله مدار	۰/۳۶	۰/۲۶	۰/۶۱
هیجان مدار	-۰/۱۳	۰/۰۴	-
اجتنابی	-	-	-
شناختی	۰/۱۸	-	-
عقیدتی	۰/۱۹	-	-
اعمال عمومی	۰/۱۸	-	-
اعمال خصوصی	-	-	-
تجربی	-	-	-

$P < ۰/۰۱^*$

همان طور که نتایج جدول ۳ نشان می دهد بعد مساله مدار با اثر مستقیم ۰/۳۶ و اثر غیرمستقیم ۰/۲۶ و اثر کل ۰/۶۲ به صورت مثبت و بعد هیجان مدار با بتای -۰/۱۳ - به صورت

## 1. linear structural relations (LISREL)

منفی تاب‌آوری را پیش‌بینی کرده و بعد شناختی با بتای ۰/۱۸، بعد عمومی ۰/۱۸ و عقیدتی با ۰/۱۹ تاب‌آوری را پیش‌بینی می‌کند. بر اساس یافته‌ها پژوهش حاضر مدل نهایی پیش‌بینی تاب‌آوری بر اساس سبک مقابله‌ای با نقش واسطه‌ای باور مذهبی مطابق شکل شماره (۲) به دست آمده است.



شکل ۲. مدل نهایی تاب‌آوری شغلی معلمان بر اساس سبک مقابله‌ای با نقش واسطه‌ای باور مذهبی

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به منظور ارائه مدلی برای تاب‌آوری شغلی معلمان بر اساس سبک مقابله‌ای با نقش واسطه‌ای باور مذهبی در معلمان انجام گرفته است. با توجه به نتایج، سبک مسأله‌مدار به صورت مثبت و سبک هیجان‌مدار به صورت منفی سهم معناداری هم به صورت مستقیم و غیرمستقیم در پیش‌بینی تاب‌آوری شغلی معلمان داشتند؛ که این اثر غیرمستقیم نشان‌دهنده تأثیر باورهای مذهبی به عنوان نقش واسطه‌ای است. نتایج این پژوهش با پژوهش‌های زاهد بابلان و همکاران، ۱۳۹۰؛ حسین چاری و محمدی، ۱۳۹۰؛ جوکار و هاشمی، ۱۳۹۰؛ حسینی قمی و سلیمی بجزستانی، ۱۳۹۰؛ حمید، بابامیری و دهقانی، ۱۳۹۱؛ گرائیلی و راستی، ۱۳۹۲؛ سلیمانی خشاب، لطیفیان، مرادی و دهقانی‌زاده، ۱۳۹۲؛ عسکریان، اصغری و حسن‌زاده، ۱۳۹۲؛ کاویانی، حمید و عنایتی، ۱۳۹۳؛ جمشیدی سولکو، عرب مقدم و درخواه، ۱۳۹۳؛ ملتفت و ساداتی، ۱۳۹۳؛

استنفورد، ۲۰۰۱؛ بال، ۲۰۰۳؛ یاتس، پلفری و اسمیت، ۲۰۰۸؛ مکنزی، ۲۰۱۲؛ مور، ۲۰۱۳ همسو می‌باشد.

نتایج این پژوهش نیز با پژوهش‌های مظلوم بفرولی و همکاران، ۱۳۹۱؛ شاره؛ صدیق معروفی، هوشمندی و حقی، ۱۳۹۰؛ بهجتی، خباز، ناصری، ۱۳۹۱؛ کمپل-سلس و همکاران، ۲۰۰۶؛ فرانسیس لس، ۲۰۰۹؛ پولی و کوهن، ۲۰۱۰؛ هانگ، ۲۰۱۱ مبنی بر وجود رابطه مثبت و معنادار بین سبک مقابله‌ای مسأله‌مدار و تاب‌آوری، همسو می‌باشد. همچنین نتایج این پژوهش با پژوهش‌های ابوالقاسمی و حجاران، ۱۳۷۷؛ یزدانی، ۱۳۸۳؛ نصیرزاده و رسول‌زاده طباطبایی، ۱۳۸۸؛ خباز، ۱۳۹۰؛ رضایی، ۲۰۱۴ و پارک کوهن، ۱۹۹۰ مبنی بر رابطه مثبت و معنادار سبک مقابله‌ای مسأله‌مدار و رابطه منفی سبک مقابله‌ای هیجان‌مدار با باور مذهبی همسو بوده است. در تبیین رابطه بین سبک مقابله‌ای با تاب‌آوری می‌توان بیان کرد که پاسخ‌های مقابله‌ای مورد استفاده متأثر از نحوه ارزیابی موقعیت‌ها از سوی افراد است. زمانی که افراد استرس‌ها را قابل کنترل و تغییرپذیر بدانند غالباً از سبک مقابله‌ای مسأله‌مدار استفاده می‌کند. در مقابل زمانی که استرس‌ها غیرقابل کنترل ارزیابی شوند، راهبردهای هیجان‌محور به کار گرفته می‌شود (دبی، ۲۰۱۰). افرادی که دارای تاب‌آوری هستند، اغلب با ایجاد هیجانات مثبت پس رویدادهای فشارزا به حالت طبیعی باز می‌گردند. افراد تاب‌آور بدون اینکه سلامت روانشان کاهش یابد و دچار بیماری روانی شوند، رویدادهای فشارزا را پشت سر می‌گذارد، افراد با سطح بالایی از تاب‌آوری بیشتر ممکنه از تجارب مثبت تأثیر بگیرند و دارای سطوح بالاتری از اعتماد به نفس و تنظیم روانی بهتری از افراد با سطح پایین تاب‌آوری باشند (بلوک و کرم، ۱۹۹۶؛ عزیزی؛ احمدی پور و کریمی، ۱۳۹۴). این فرض است که زمانی که افراد با سطح پایین تاب‌آوری شرایط استرس‌زا مواجه شوند ممکن است به شیوه‌ای نادرست یا آشفته عمل کنند، در نتیجه به احتمال زیاد نتواند به سازگاری دست یابند. همچنین در تبیین رابطه بین باور مذهبی و تاب‌آوری می‌توان بیان کرد، ایدئولوژی مذهبی یک چارچوب تفسیری برای پیدا کردن معنا در حوادث تنش‌زا و یا پس از سانحه را فراهم می‌کند. در این میان افرادی که یک دین و مذهبی را باور دارند طبق دیدگاه دینی و مذهبی رفتار می‌کنند، در دیدگاه دین و مذهب هماهنگی تفسیرها با واقعیت را مهم می‌داند و تفسیر خیالی و غیرواقعی را نمی‌پسندد و واقعیت‌گرایی در افراد مذهبی مشاهده می‌شود و آنچه در این‌جا مهم است نقش تعیین‌کننده ارزیابی حقیقت در کاهش فشار روانی و افزایش توان بردباری است. یکی از عوامل تنیدگی و فشار روانی، احساس بی‌معنا بودن حوادث است که در این صورت حادثه ناخوشایند زندگی قابل تحمل نخواهد بود. اساسی‌ترین و

---

## 1. Block & Kremen

بنیادی‌ترین اعتقادات مذهبی و دینی این است که جهان بر اساس حکمت الهی می‌چرخد و هیچ حادثه‌ای بدون دلیل و مصلحت نیست. اعتقاد به این‌که فرد حامی و پشتیبانی دارد موجب می‌شود با سعه‌صدر بیشتر ناملازمات زندگی را تحمل کند چرا که می‌داند خدایی هست که بتواند به آن تکیه کند که مایه آرامش روح و روان افراد در مقابل چالش‌ها و گرفتاری‌هاست. نهایتاً در تبیین رابطه بین سبک مقابله‌ای و باور مذهبی می‌توان بیان نمود تفاوت واکنش افراد مختلف به یک رویداد به برداشت و نگرش آن رویداد بستگی دارد و نوع برداشت فرد در کاربرد سبک مقابله‌ای کارآمد یا ناکارآمد مؤثر است و نیز در او اعتقادی به وجود می‌آورد. به گفته سیگل<sup>۱</sup> و همکاران (به نقل؛ هورینگ، داویس، استیررات و کورنول<sup>۲</sup>، ۲۰۱۱). در نتیجه کسانی که از دانش صحیح منطبق بر واقعیت هستی برخوردارند ثواب الهی را بهتر از هر چیز دیگری ارزیابی می‌کنند. در جمع‌بندی یافته‌ها نقش واسطه‌ای باورهای مذهبی در رابطه با سبک‌های مقابله‌ای و تاب‌آوری تأیید می‌شود. معلمانی که به این باور دست یافتند که معلمی شغلی انبیاست، برای حل مشکل خود به آموزه‌های دینی مراجعه می‌کنند که به فرموده استاد مطهری، با توجه به آموزه‌هایی که از قرآن و روایات به دست آمده تأثیر دین در زندگی فردی و اجتماعی نمود پیدا می‌کند بدین صورت که فرد دیندار نسبت به انسان و جهان هستی خوشبین می‌شود و مسیر زندگی را با سلامت و سعادت طی می‌کند، به دنیای مادی دل نمی‌بندد، در زندگی هدفمند بوده و با دیگران روابط اجتماعی برقرار می‌کند؛ که در نتیجه افراد دارای باور مذهبی قوی "مشکلات خود را بیش از حد بزرگ نمی‌بینند، سعی می‌کند موقعیت را درک کنند و خواسته‌هایشان را با شرایط موجود هماهنگ کنند" (به کار بردن سبک مقابله‌ای مسأله‌مدار) و ایمان دارند که زندگی پرمعنا است و روابطی متقابل همراه با همدلی با مدیران، همکاران، معلمان، والدین و دانش‌آموزان که به اعتقاد جردن<sup>۳</sup> (به نقل از کورنو<sup>۴</sup>، ۲۰۰۹) هسته اصلی تاب‌آوری است، برقرار می‌کنند.

در ارتباط با پیشنهادها و محدودیت می‌توان اشاره کرد محدودیت این پژوهش، مشکل در توزیع و جمع‌آوری پرسشنامه بوده چون نمونه‌ها باید در سطح چند شهرستان انتخاب می‌شد، نیاز به صرف زمان، هزینه، صبر و حوصله بیشتری بود و به علت حجم زیاد سؤالات پرسشنامه، نیاز به زمان و حوصله بیشتری از سوی شرکت‌کنندگان داشت در نتیجه زمان لازم برای پاسخگویی به پرسشنامه (حداقل یک هفته) برای هر مدرسه که پرسشنامه توسط مدیران توزیع گردید، داده شد با این وجود عوامل خستگی معلم و تغییرات زمانی عاملی مخدوش‌کننده برای

- 
1. Siegel
  2. Horning, Davis, Stirrat & Cornwell
  3. Jordan
  4. Cornu

نتایج پرسشنامه محسوب گردد. همچنین به لحاظ نوع پژوهش انجام شده (کمی - همبستگی) از نتایج آن نتوان تحقیق استنباط علی به عمل آورد. در تحقیقات آینده به پژوهشگران پیشنهاد می‌شود، دیگر عوامل تأثیرگذار (فردی و محیطی محافظتی و خطرآفرین) در تاب‌آوری شغلی معلمان مورد بررسی قرار گیرد و معلمان بازنشسته و معلمان مستعد ترک شغل و معلمانی که با وجود مشکل اقتصادی، اجتماعی، خانوادگی، شغلی و دیگر مشکلات، حرفه معلمی را ادامه دادند شناسایی کرده و تحقیقی به صورت کیفی انجام داد. همچنین می‌توان معلمان را بر حسب سن، جنس، سابقه تدریس، محل تدریس، وضعیت تأهل، سن معلم و مقطع تدریس تفکیک کرده و آن‌ها را مقایسه نمود.

## منابع

- ابوالحسن تنهایی، حسین و خرمی، شمسی (۱۳۸۸). بررسی رابطه جامعه‌شناختی باورهای دینی و سبک زندگی براساس نظریه و روش گافمن، *فصلنامه پژوهش اجتماعی*، ۳(۶)، ۴۱-۱۹.
- ابوالقاسمی، عباس؛ حجاران، محمود (۱۳۷۷). نقش گرایش‌های مذهبی در اتخاذ شیوه‌های مقابله با استرس در سالمندان تهرانی، *مجموعه مقالات اولین همایش نقش دین در بهداشت روان*، قم: دفتر نشر نوید اسلام ص ۱۰-۱.
- بهجتی، زهرا؛ خباز، محمود و ناصری، محمد (۱۳۹۱). رابطه حمایت اجتماعی با سبک‌های مدارای با تاب‌آوری در نوجوانان پسر بزهکار، *فصلنامه علمی- پژوهشی رفاه اجتماعی*، ۱۴(۵۲)، ۱۸۳-۲۰۰.
- جمشیدی سولکو، بهنام؛ عرب مقدم، نرگس و درخواه، فریده (۱۳۹۲). رابطه دینداری و تاب‌آوری در دانش‌آموزان راهنمایی و دبیرستان شهر شیراز، *اندیشه نوین تربیتی*، دانشگاه علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه الزهراء، ۱۱۰(۱)، ۱۴۱-۱۶۱.
- جوکار، بهرام و هاشمی، لادن (۱۳۹۰). بررسی رابطه‌ی بین تعالی معنوی و تاب‌آوری در دانشجویان دانشگاه، *پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی پرتال جامع علوم انسانی*، ۱۲۴-۱۴۲.
- حسینی طباطبایی، فوزیه (۱۳۷۷). بررسی ارتباط بین پایگاه هویت و سبک‌های مقابله با بحران در نوجوانان شهر مشهد. *پایان نامه کارشناسی ارشد*. دانشگاه الزهراء.
- حسین چاری، مسعود و محمدی، مژگان (۱۳۹۰). پیش‌بینی تاب‌آوری روان‌شناختی بر اساس اعتقادات مذهبی در دانشجویان شهری و روستایی، *روانشناسی معاصر*، ۶(۲)، ۴۵-۵۶.
- حسینی قمی، طاهره و سلیمی بجستانی، حسین (۱۳۹۰). رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و تاب‌آوری در بین مادران دارای فرزندان مبتلا به بیماری، *روانشناسی دین*، ۴(۳)، ۸۲-۶۹.
- حمید، نجمه؛ کیخسروانی، مولود؛ بابامیری، محمد و دهقانی، مصطفی (۱۳۹۱). بررسی رابطه بین سلامت روانی و هوش معنوی با تاب‌آوری در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه، *فصلنامه علمی پژوهشی جنتاشاپیر*، ۳(۲)، ۳۳۸-۳۳۲.

- خباز، محمود؛ رضاپور میر صالح، یاسر؛ عبدی، کیانوش و صافی، محمد هادی (۱۳۹۰). بررسی مقایسه‌ای نقش ابعاد جهت‌گیری مذهبی و ابعاد شخصیت در پیش‌بینی سبک‌های مقابله مادران کودکان با و بدون ناتوانی ذهنی، *توانبخشی*، ۱۲(۲)، ۴۱-۴۷.
- زاهد بابلان، عادل؛ رضایی جمالویی، حسن و حرفتی سبحانی، رعنا (۱۳۹۱). رابطه دل‌بستگی به خدا و تاب‌آوری با معناداری در زندگی دانشجویان، *دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، ۳(۳)، ۴۹-۷۵-۸۵.
- سلیمانی خشاب، عباسعلی؛ لطیفیان، مرتضی؛ مرادی، مرتضی و دهقانی‌زاده، محمد حسین (۱۳۹۱). بررسی اثر میانجی‌گری معنویت و دینداری در رابطه با پیش‌بینی تاب‌آوری توسط پنج عامل شخصیت، *فصلنامه شخصیت و تفاوت‌های فردی*، ۱(۲)، ۹۴-۱۱۵.
- شاره، حسین؛ صدیق معروفی، شهرام؛ هوشمندی و حقی، الهام (۱۳۹۰). تأثیر تنش‌های شغلی، راهبردهای مقابله با تنش، تاب‌آوری و سلامت روانی در رضایت شغلی تکنسین‌های بی‌هوشی، *مجله اصول بهداشت روانی*، ۱۳(۱)، ۲۰-۲۹.
- عسکریان، سمیه؛ اصغری، محمدجواد و حسن‌زاده، محمدحسن (۱۳۹۲). تأثیر آموزش مهارت‌های مقابله دینی بر تاب‌آوری، انطباق‌پذیری و مدیریت فشار روانی همسران جانبازان، *مجله علمی پژوهشی طب جانباز*، ۶(۲۱)، ۶۷-۶۰.
- عزیزی، رحمان؛ احمدی پور، لقمان و کریمی، سید بها الدین (۱۳۹۴). بررسی رابطه بین حالت‌های مثبت روان‌شناختی با رضایتمندی شغلی در مدرسان. *فصلنامه علمی - پژوهشی مشاوره شغلی و سازمانی*، ۷(۲۳).
- کاوایی، زینب؛ حمید، نجمه و عنایتی، میرصلاح الدین (۱۳۹۳). تأثیر درمان‌شناختی-رفتاری مذهب‌محور بر تاب‌آوری زوجین، *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی*، ۱۵(۳)، ۲۵-۳۴.
- گرائیلی، الهه و راستی، مریم (۱۳۹۲). رابطه بین باورهای دینی با سلامت روان و تاب‌آوری دانشجویان دانشگاه آزاد واحد جویبار در سال ۱۳۹۲، *اولین کنفرانس ملی توسعه پایدار در علوم تربیتی و روانشناسی، مطالعات اجتماعی و فرهنگی*، ۱-۷.
- مظلوم بفرئی، ناهید؛ افخمی اردکانی، محمد؛ شمس اسفندآباد، حسن و جلالی، محمدرضا (۱۳۹۱). رابطه ساده و چندگانه تاب‌آوری و سرسختی با سبک‌های مقابله هیجان‌مدار و مسأله‌مدار در بیماران دیابت شهر یزد، *فصلنامه پرستاری دیابت دانشکده پرستاری و مامایی زابل*، ۱(۲)، ۳۹-۴۹.
- ملتفت، قوام و ساداتی فیروزآبادی، سمیه (۱۳۹۳). ارائه مدلی برای ایستادگی دانش‌آموزان با توجه به متغیرهای خانوادگی و واسطه‌گری جهت‌گیری مذهبی در دانش‌آموزان دبیرستانی، *نشریه علمی-پژوهشی علوم روانشناختی*، ۱۳(۴۹)، ۵۴-۷۴.
- نصیرزاده، راضیه و رسول‌زاده طباطبایی، کاظم (۱۳۸۸). بررسی رابطه باورهای مذهبی با راهبردهای مقابله با تنیدگی در دانشجویان. *فصلنامه دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گناباد*، ۱۵(۲)، ۳۶-۴۶.

یزدانی، فضل الله (۱۳۸۳). بررسی رابطه بین نگرش دینی، سبک‌های مقابله‌ای (کارآمد، ناکارآمد) و شادکامی در دختران و پسران دبیرستانی اصفهان در سال تحصیلی ۸۱-۸۲. پایان‌نامه دکتری روانشناسی، دانشگاه علامه طباطبائی.

- Ball, J., Armistead, L., Austin, B. J. (2003). The relationship between religiosity and adjustment among African-American, female, urban adolescents. *Journal of Adolescence*, 26, 431- 446.
- Bettina Lankard, B. (1996). *Career resilience*, ERIC Clearinghouse on Adult Career and Vocational Education Columbus OH.
- Block, J. & Kremen, A.M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 349-361.
- Campbell-sills, L., Cohan, S., & Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. Behavior brain volumes of healthy adults. *Cerebral Cortex*, 12, 998-1003.
- Castro, A., J., Kelly, J., & Shih, M. (2010). Resilience strategies for new teachers in high-needs areas. *Teaching and Teacher Education*, 26(3), 622 – 629.
- Cefai, C. & Cavioni, V. (2014). *Social and emotional education in primary school (Chapter 8)*. New York: Springer.
- Collard, B; Epperheimer, J. W. & Saign, D. (1996). *Career Resilience in a Changing Workplace*. Columbus: ERIC Clearinghouse on Adult, Career, and Vocational Education.
- Cornu, R. Le. (2009). Building resilience in pre-service teachers, *Teaching and Teacher Education*, 25, 717–723.
- Day, C. (2008). Committed for life? Variations in teachers' work, lives and effectiveness, *Journal of Educational Change*, 9(3), 243-260.
- Debbie, J. (2010). Association between quality of life, coping styles, optimism, and anxiety and depression in pretreatment patients with head and cancer. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 110-125.
- Endler ND, Parker JD. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(5): 844-54.
- Flores, M. A. (2006). Being a novice teacher in two different settings: Struggles, continuities, and discontinuities. *Teachers College Record*, 108(10), 2021–2052.
- Frances Lees, N. (2009). *The Ability to Bounce Back the Relationship Between Resilience, Coping, and Positive Outcomes*. A thesis presented in partial fulfilment of the requirements for the degree of Master of Arts in Psychology at Massey University, Auckland, New Zealand.
- Horning S. M., Davis H. P., Stirrat M & Cornwell, R. E. (2011). Atheistic, agnostic, and religious older adults on well-being and coping behaviors. *Journal of Aging Studies*, 25, 177–188.
- Howard, S. & Johnson, B. (2004). Resilient teachers: Resisting stress and burnout, *Social Psychology of Education*, 7(4), 399–420.
- Huber, S. & Huber, O. W. (2012). The Centrality of Religiosity Scale (CRS), *Religions*, 3 (4), 710 –724.

- Hung, C. L. (2011). Coping strategies of primary school teachers in Taiwan experiencing stress because of teacher surplus. *Social Behavior and Personality*, 39(9), 1161-1173.
- Mackenzie, S. (2012). I can't imagine doing anything else: Why do teachers of children with SEN remain in the profession? Resilience, rewards and realism over time. *Journal of Research in Special Educational Needs*, 12(3), 151-161.
- Mansfield, C. (2012). *Promoting resilience for teachers and their students: A four Dimensional view*, The Children's Hospital Education Research Institute Conference, Sydney.
- Mansfield, C., Beltman, S., Price, A. & Mc Conney, A. (2012). "Don't sweat the small stuff: Understanding teacher resilience at the chalk face, *Teaching and Teacher Education*, 28, 357-367.
- Moore, R. (2013). *Pedagogical stressors and coping strategies for bolstering teacher resilience*. (Doctor of Education), Walden University, Ann Arbor.
- Olsen, B. & Anderson, L. (2007). Courses of action: A qualitative investigation into urban teacher retention and career development. *Urban Education*, 42(1), 5-29.
- Pandya, p s. (2014). Altruism and Social Service of the Swaminarayan Sanstha (BAPS) in the United Kingdom. *International Interdisciplinary Research Journal*, 4, 649-665.
- Park, C. L. & Cohen, L.H. (1990). "Religious and nonreligious coping with the death of friend", *Journal of cognitive therapy and research*, 17, 40- 46.
- Pooley, J. A. & Cohen, L. (2010). Resilience: A Definition in Context, *the Australian Community Psychologist*, 22 (10), 30-37.
- Rezaee, M. (2014). Religiosity and coping with stress styles, *International Journal of Psychology and Behavioral Research*, 1(1), 838-841.
- Sotomayor, E. A. (2012). *Career Resilience and Continuing Special Education Teachers: The development and Evaluation of The Special Education Career Resilience Scale*, Dissertation submitted to the Faculty of the Graduate School of the University of Maryland, College Park in partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of Philosophy.
- Stark, R., & Glock, C. Y. (1968). *American piety: The nature of religious commitment*. Berkeley, Los Angeles.
- Stanford, B. H. (2001). Reflections of resilient, persevering urban teachers. *Teacher Education Quarterly*, 28(3), 75.
- Vesely, A. K, Saklofske, D. H & Nordstokke, D. W. (2014). EI training and pre-service teacher well-being. *Personality and Individual Differences*, 65, 81-85.
- Yates, L., Pelphrey, B. A. & Smith, P. A. (2008). An exploratory phenomenological study of African American male pre-service teachers at a historical black university in the mid-south. *National Forum of Applied Educational Research Journal*, 21(3), 1-16.