

## رابطه منبع کنترل درونی و تاب آوری با خودتنظیمی در صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی

محمدجواد عزتی نیا، سونا اسمعیلی<sup>۲</sup>

### چکیده

هدف: پژوهش حاضر با هدف رابطه منبع کنترل درونی و تاب آوری با خودتنظیمی در صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی شهر تهران در سال ۱۳۹۷ صورت گرفت.

روش: روش پژوهش بر حسب هدف کاربردی و از نظر گردآوری داده ها توصیفی-همبستگی بود. جامعه آماری شامل کلیه صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی در شهر تهران بودند که از این میان با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس ۲۵۷ نفر به عنوان حجم نمونه در نظر گرفته شد. روش جمع آوری داده ها بر اساس سه پرسشنامه استاندارد منبع کنترل درونی نوویکی و استریکلند (۱۹۷۳)، تاب آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) و خودتنظیمی میلر و براون (۱۹۹۹) انجام گرفت. پایایی پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ محاسبه شد که مقدار آن برای هر سه پرسشنامه بالای ۰,۷ به دست آمد. همین طور از روایی محتوا به منظور آزمون روایی پرسشنامه استفاده شد، که برای این منظور پرسشنامه ها به تأیید متخصصین مربوطه رسید. تجزیه و تحلیل اطلاعات به دست آمده از اجرای پرسشنامه ها از طریق نرم افزار SPSS در دو بخش توصیفی و استنباطی (آزمون همبستگی پیرسون، و رگرسیون چندگانه) انجام پذیرفت.

یافته ها: نتایج پژوهش نشان داد که بین منبع کنترل درونی با خودتنظیمی صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. همچنین بین تاب آوری با خودتنظیمی صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی رابطه مثبت معنادار وجود داشت.

نتیجه گیری: منبع کنترل درونی و تاب آوری پیش بینی کننده معنی دار خودتنظیمی صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی هستند.

واژگان کلیدی: منبع کنترل درونی، تاب آوری، خودتنظیمی، صاحبان حیوانات خانگی

<sup>۱</sup> دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، رشته روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

(m.ezatinia@gmail.com)

<sup>۲</sup> دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روانشناسی، رشته روانشناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن، تهران، ایران

حیوانات خانگی، حمایت اجتماعی غیر نقادانه ای را برای شخص فراهم می‌آورند، این حمایت اجتماعی می‌تواند جلوی واکنش شدید شخص در موقعیت های استرس زا را بگیرد (تورسان<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۲). پیش بینی می‌شود که این حیوانات باعث ترغیب احساسات مثبت در شخص شده که این موضوع خود منجر به بالا رفتن قابلیت شخص در پذیرش استرس گردد (هوپت<sup>۲</sup>، ۲۰۱۸). نتایج نشان داده است وجود حیوانات خانگی در زندگی افراد باعث شکل‌گیری چندین مزیت اجتماعی در آنها خواهد شد از قبیل؛ پیشنهاد مصاحبت با افراد، کاهش تنهایی، فراهم آوردن احساس امنیت، خودمانی بودن، اطمینان خاطر و گرایش به سوی واقعیت، ایجاد این احساس در شخص که به او نیاز دارند و بهبود روابط متقابل و نیز مکالمات شخص با دیگران (اوکسلی، استوود و کوگان<sup>۳</sup>، ۲۰۱۷).

در بسیاری از کشورها وجود حیوان خانگی در محیط خانه امری کاملاً عادی است. در کشور ما نیز افراد یا خانواده هایی هستند که از حیوانات خانگی نگهداری می‌کنند. پژوهش‌ها و مطالعات بسیاری در زمینه آثار و پیامدهای نگهداری حیوان خانگی بر وضعیت فیزیکی افراد و همچنین انتقال بیماری‌ها از حیوان به انسان صورت گرفته است (صلح جو و همکاران، ۲۰۱۷)، اما در زمینه پیامدهای روانی نگهداری از حیوانات و کار با آنها یا فعالیت در واحدهای پرورش دامی و همچنین بررسی وضعیت روانشناختی این افراد مطالعات زیادی انجام نشده است. نتایج تحقیقات گذشته نشان داده است افرادی که از حیوانات خانگی مراقبت می‌کنند راحت تر می‌توانند با مشکلات عاطفی شدید مثل داغدیدگی کنار آیند (مک کانل و براون<sup>۴</sup>، ۲۰۱۱) و از منبع کنترل درونی، تاب آوری و خودتنظیمی بالاتری برخوردارند (گریتی<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۴).

از جمله طرز تفکرات و نگرش هایی که به عنوان عامل موثر بر نحوه رضایت افراد و رضایت از زندگی به آن توجه شده است، سازه منبع کنترل است که آیا پیامدهای عمل یا رفتار شخص تحت کنترل خودش (درونی) بوده یا تحت کنترل نیروهایی مثل شانس، سرنوشت و اشخاص قدرتمند است؟ منبع کنترل به تفاوت باورهایی اشاره دارد که افراد با آنها رویدادهای زندگی‌شان را در زندگی روزمره کنترل می‌کنند. بنابراین، منبع کنترل به دو دسته بیرونی و درونی طبقه‌بندی می‌شود. افراد با منبع کنترل بیرونی بر این باورند که رفتارهایشان با سرنوشت و شانس و دیگر شرایط بیرونی هدایت می‌شود؛ درحالی‌که افراد دارای منبع کنترل درونی معتقدند رفتارشان از طریق تلاش و تصمیمات شخصی خودشان کنترل می‌شود (جولیوس آگونلی<sup>۶</sup>، ۲۰۱۵). شواهد تجربی نشان می‌دهد منبع کنترل درونی با سطوح پایین رضایت از زندگی مرتبط است. به

<sup>1</sup> -Turcsán

<sup>2</sup> - Houpt

<sup>3</sup> - Oxley, Eastwood & Kogan

<sup>۴</sup> - McConnell & Brown

<sup>5</sup> - Garrity

<sup>6</sup> - Julius Ogunleye

عبارت دیگر، سطوح پایین منبع کنترل درونی پیش‌بینی‌کننده افزایش افسردگی است (براون<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۵). مطالعات نشان می‌دهد درونی‌سازی بیشتر از بیرونی‌سازی با نتایج مثبت همراه است. برای مثال، احساس کنترل شخص به صورت منفی با استرس ادراک‌شده بالا، خُلق منفی و نارضایتی از زندگی همراه است (سامرین و زوبیر<sup>۲</sup>، ۲۰۱۳).

تاب آوری یکی از متغیرهای مورد بررسی در این پژوهش است که می‌تواند محافظی برای افراد در برابر آسیب‌های روان‌شناختی باشد. کانر<sup>۳</sup> (۲۰۰۶) تاب آوری را به عنوان روشی برای اندازه‌گیری توانایی فرد در مقابله با عوامل استرس‌زا و عواملی که سلامت روانی فرد را تهدید می‌کند، تعریف کرده است. تاب آوری در مورد کسانی به کار می‌رود که در معرض خطر قرار می‌گیرند ولی دچار اختلالات روانشناختی نمی‌شوند. تاب آوری باعث می‌شود که افراد در شرایط دشوار و با وجود عوامل خطر، از ظرفیت‌های موجود خود در دستیابی به موفقیت و رشد زندگی فردی استفاده کنند و از این چالش‌ها و آزمون‌ها به عنوان فرصتی برای توانمند کردن خود بهره‌برند. پژوهش‌های انجام‌شده حاکی از آن است که برخی افراد تاب آور، پس از رویایی با موقعیت‌های دشوار زندگی، دوباره به سطح معمولی عملکرد باز می‌گردند. حال آنکه عملکرد برخی دیگر از این افراد، پس از رویارویی با ناکامی، مصیبت‌ها و دشواری‌ها نسبت به گذشته ارتقا پیدا می‌کنند (لوتھانس، اوی، اولیو، نورمن و کومبس<sup>۴</sup>، ۲۰۰۶). یافته‌ها نشان می‌دهد که ویژگی‌های تاب آوری نقش مهمی در کاهش استرس و افزایش هیجان‌ات دارد (هابر، ناوارو، ومبل و مان<sup>۵</sup>، ۲۰۱۰؛ نف و برادی<sup>۶</sup>، ۲۰۱۱). با ارتقای تاب آوری، می‌توان در برابر عوامل استرس‌زا، اضطراب آور و همچنین عواملی که مسبب به وجود آمدن بسیاری از مشکلات روانشناختی می‌شود، از خود مقاومت نشان داده و بر آنها غلبه کرد (کانر، ۲۰۰۶). ویژگی‌های تاب آوری، پیوندهای خانوادگی و شبکه اجتماعی را تقویت کرده و باعث ارتقاء مضاعف تاب آوری می‌شود (عبادت پور، نوابی نژاد، شفیع آبادی و فلسفی نژاد، ۱۳۹۲).

خودتنظیمی یکی از عوامل مرتبط با منبع کنترل درونی و تاب آوری است. مهارت خودتنظیمی از مقوله‌هایی است که به نقش فرد در جریان یادگیری توجه دارد و شامل راهبردهایی است که افراد به کار می‌برند تا شناخت‌های خود را تنظیم کنند (آلفرد، نینز و گراموپادهی<sup>۷</sup>، ۲۰۱۹). مهارت خودتنظیمی به معنای درگیری فعال فراگیران در تلاش‌های یادگیری فردی، رفتاری، انگیزشی و شناختی خود به منظور کسب اهداف مهم و ارزشمند در زندگی است (گارسیا، فالکنر و ویویان<sup>۸</sup>، ۲۰۱۸). خودتنظیمی پیامدهای ارزشمندی در فرایند آموزش و یادگیری دارد و سازگاری و موفقیت در زندگی مستلزم آن است که افراد با توسعه خودتنظیمی یا

1 - Brown

2 - Samreen & Zubair

3 - Connor

4 - Luthans, Avey, Avolio, Norman & Combs

5 - Huber, Navarro, Womble & Mume

6 - Neff & Bradly

7 - Alfred, Neyens & Gramopadhye

8 - Garcia, Falkner & Vivian

فرایندهای مشابه شناخت، عواطف و یا رفتارهای خود را جهت دستیابی به اهداف گسترش دهند یا تقویت کنند (برادبنت<sup>۱</sup>، ۲۰۱۷). به عقیده زیمرمن و کیتسانتاس<sup>۲</sup> (۲۰۱۴) افراد خودنظم جو، در فرایند یادگیری، مشارکتی فعال دارند تا بتوانند به اهداف یادگیری خود دست یابند. نتایج پژوهش ها حاکی از آن است که خودارزیابی و خودهدایت گری با عملکرد بهتر (دبیک<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۶)، پیشرفت بالاتر در زندگی (بلوغون<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۷) و یادگیری خودنظم دهی با خودکارآمدپنداری و عملکرد شغلی مرتبط است (بابایی امیری و عاشوری، ۱۳۹۳). برخی بیان می کنند افراد که خودتنظیمی پایینی دارند احساس خودکارآمدی پایینی کرده و این امر می تواند سبب اضطراب و احساس غیرقابل مهار بودن موقعیت شود (لی<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۴). استفاده از راهبردهای خودتنظیمی، احساس بهزیستی شناختی و تاب آوری را افزایش می دهد و تعلق ورزی و اهمالکاری در زندگی را کاهش می دهد (عباسی و همکاران، ۲۰۱۵).

نتایج حاصل از این پژوهش می تواند به عنوان نگرش علمی مورد توجه قرار گیرد و مراکز مشاوره و توانبخشی می توانند برای کاهش استرس و همکاری درمانی در بخش معلولین و افزایش کیفیت درمان از آن بهره گیرند. یافته های این پژوهش همچنین می تواند توجیهی برای برنامه ریزان، طراحان مراکز مشاوره، بخش های توانبخشی و سایر گروه های پزشکی و پیراپزشکی باشد تا نقش روش های غیردارویی را بیشتر مورد نظر قرار داده و در برنامه های درمانی و کاری متخصصان و دانشجویان قرار گیرد. همچنین نتایج بدست آمده به عنوان حرکت و پژوهشی خواهد بود که از جمله نخستین فعالیتهای علمی و تجربی در ایران محسوب می شود و می تواند به عنوان منبع مفید و مقدمه ای برای تحقیقات جامع بعدی بکار آید. با توجه به مطالعات صورت گرفته در رابطه با پژوهش، مطالعات تفاوت های گوناگونی را در منبع کنترل، تاب آوری و خودتنظیمی افراد دارای حیوان خانگی نشان داده اند و نتایج آن را نمی توان در جهت مشخصی دانست (گاسلینگ<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۱۰). از سویی دیگر تقریباً تمامی این مطالعات در کشورهای دارای فرهنگ متفاوت از ایران انجام یافته است که این خود می تواند نتایج متفاوتی از آنچه در ایران وجود دارد ایجاد کرده باشد. از این رو پرسش اصلی مطالعه حاضر این خواهد بود که، بین منبع کنترل درونی و تاب آوری با خودتنظیمی در صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی چه رابطه ای وجود دارد؟

1 - Broadbent

2 - Zimmerman & Kitsantas

3 - Debicki

4 - Bologhon

5 - Lee

6 - Gosling

## روش شناسی

این پژوهش بر مبنای هدف از نوع کاربردی و از حیث روش به دست آوردن داده‌ها از نوع توصیفی-همبستگی و بر مبنای نوع داده‌های گردآوری شده از نوع کمی است. در این راستا پرسشنامه‌هایی برای دریافت نظرات افراد جامعه آماری توزیع و نتایج درج گردیده است جامعه آماری شامل کلیه صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی در شهر تهران در سال ۱۳۹۷ که به مراکز دامپزشکی مراجعه کرده بودند. تعداد ۲۵۷ نفر به صورت نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و با استفاده از پرسشنامه های منبع کنترل درونی، تاب آوری و خودتنظیمی مورد بررسی قرار گرفتند.

ابزار اندازه گیری شامل پرسشنامه منبع کنترل درونی نوویکی و استریکلند (۱۹۷۳)، تاب آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) و خودتنظیمی میلر و براون (۱۹۹۹) بود. پرسشنامه منبع کنترل درونی نوویکی و استریکلند (۱۹۷۳): آزمون منبع کنترل درونی-بیرونی نوویکی-استریکلند دارای ۴۰ سوال است که با «بلی» یا «خیر» پاسخ داده می شوند. این مقیاس به صورت صفر و یک نمره گذاری می شود و جهت طبقه بندی کردن نمرات سه سطح را در نظر می گیرد؛ که شامل ضعیف: این اشخاص تمایل دارند، کنترل خود را بر عهده داشته باشند، آنها خود را مسئول موفقیت ها یا شکست های خود می دانند، تقریباً افراد بین (۸-۰) نمره می آورند. متوسط: این اشخاص خود را تا اندازه ای مسئول اعمال خود می دانند و تصور می کنند که بر کار تسلط دارند، اما نه در همه موارد زندگی، اکثر افراد بین ۹ تا ۱۶ نمره می آورند. قوی: برای این افراد، زندگی بیشتر نوعی بازی شانس است، به نظر می رسد آنها موفقیت بیشتر به شانس یا لطف دیگران بستگی دارد. تقریباً ۱۵٪ اشخاص بین ۱۷ تا ۴۰ نمره می آورند. این مقیاس از لحاظ روش شناختی، نمرات قابل اعتماد و دقیقی را از منبع کنترل افراد در سنین مختلف به دست می دهد. در روایی این آزمون ضریب همبستگی بین مقیاس منبع کنترل راتر و مقیاس نوویکی استریکلند ۰/۴۷ است (ابوالقاسمی و نریمانی، ۱۳۸۴). همچنین اعتبار آزمون از طریق دو نیمه سازی، آلفای کرونباخ و بازآزمایی به ترتیب ۰/۴۷، ۰/۳۹ و ۰/۴۹ به دست آمد (برومند نسب و همکاران، ۱۳۷۳؛ به نقل از ابوالقاسمی و نریمانی، ۱۳۸۴).

پرسشنامه تاب آوری کانر و دیویدسون (۲۰۰۳): این پرسشنامه را کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) با مرور منابع پژوهشی ۱۹۷۹-۱۹۹۹ حوزه تاب آوری تهیه کردند. ویژگی‌های روان‌سنجی این مقیاس در شش گروه، جمعیت عمومی، مراجعه‌کنندگان به بخش مراقبت‌های اولیه، بیماران سرپایی روانپزشکی، بیماران مبتلا به اختلال اضطراب فراگیر و دو گروه از بیماران مبتلا به اختلال استرس پس از سانحه، بررسی گردید. تهیه‌کنندگان این مقیاس بر این عقیده‌اند که این پرسشنامه به خوبی قادر به تفکیک افراد تاب آور از افراد غیرتاب آور در گروه‌های بالینی و غیربالینی بوده است و می‌تواند در موقعیت‌های پژوهشی و بالینی مورد استفاده قرار گیرد (محمدی، ۱۳۸۴؛ به نقل از صادقی و همکاران، ۱۳۸۸). این پرسشنامه ۲۵ سوال دارد که در مقیاس لیکرت بین صفر (کاملاً نادرست) و چهار (همیشه درست)، نمره‌گذاری می‌شود. نمره میانگین این مقیاس از

۵۲ خواهد بود به طوری که هر چه نمره آزمودنی از ۵۲ بالاتر باشد، تاب‌آوری بالاتری دارد و هر چه نمره او به صفر نزدیکتر باشد، از تاب‌آوری کمتری برخوردار خواهد بود. داس با ضریب آلفای کرونباخی معادل ۸۴٪ تا ۹۲٪ ثبات درونی کافی را نشان داده است (وایزمن و بک، ۱۹۹۷؛ به نقل از لطفی کاشانی، ۱۳۸۷) و بک (۱۹۹۷) ضریب آلفای کرونباخی معادل ۸۰٪ را برای خرده مقیاس‌های داس گزارش کرده است. دو نمونه از سوالات به این شرح است: مشکل بتوان احساس خوشحالی نمود، مگر این که آدم خوش‌قیافه، باهوش، پولدار و خلاق باشد و خوشحالی بیشتر بستگی به نگرش من درباره خودم دارد تا نگرش دیگران در مورد من.

پرسشنامه خودتنظیمی براون و میلر (۱۹۹۹): مقیاس خودتنظیمی توسط میلر و براون (۱۹۹۹) برای سنجش مولفه‌های خودتنظیمی ساخته شده است و از ۶۳ گویه تشکیل شده است و دارای ۷ خرده مقیاس (پذیرش، ارزیابی، راه‌اندازی، بررسی، برنامه‌ریزی، اجرا و سنجش) است. نمره گذاری آن بصورت درجه بندی لیکرت از ۱ تا ۵ می‌باشد. در این پرسشنامه نمره بالاتر از ۲۳۹ بیانگر خودتنظیمی بالا، بین ۲۳۹ تا ۲۱۴ نشان دهنده خودتنظیمی متوسط و کمتر از ۲۱۳ نشان دهنده خودتنظیمی پایین می‌باشد. SRQ در ایران توسط دهقانی (۱۳۹۰) اعتبار یابی شده است اعتبار بازآزمایی برای SRQ کل، ۰/۹۴ و همسانی درونی آن ۰/۹۱ گزارش شده است نمره گذاری این پرسشنامه بصورت درجه بندی لیکرت از ۱ تا ۵ می‌باشد. تجزیه و تحلیل اطلاعات به‌دست آمده از اجرای پرسشنامه‌ها از طریق نرم افزار spss20 در دو بخش توصیفی و استنباطی (همبستگی پیرسون، رگرسیون چندگانه) انجام پذیرفت.

## یافته‌ها

در این بخش نرمال بودن داده‌های مربوط به متغیرهای پژوهش با استفاده از آزمون شاپیرو ویلک مورد بررسی قرار گرفت که نتایج آن در جدول ۱ منعکس شده است.

جدول ۱. خلاصه آزمون شاپیرو ویلک و کولمگروف اسمیرنف

کولمگروف اسمیرنف		شاپیرو ویلک		متغیرها
Sig	آماره ی آزمون	Sig.	آماره ی آزمون	
۰,۲۰	۰,۱۲	۰,۱۵	۰,۹۵	منبع کنترل درونی
۰,۲۲	۰,۱۱	۰,۶۸	۰,۹۶	تاب‌آوری
۰,۳۹	۰,۰۷	۰,۲۵	۰,۹۰	خودتنظیمی

چنانکه در اطلاعات جدول (۱) مشاهده ملاحظه می‌شود، سطح معنی‌داری در متغیرهای پژوهش در آزمون‌های مرتبط با بررسی توزیع نرمال بزرگتر از ۰,۰۵ می‌باشد، به عبارت دیگر شکل توزیع مربوط به متغیرهای

پژوهش نرمال می‌باشد، در این بخش فرضیه‌های پژوهش با استفاده از رگرسیون چندگانه مورد آزمون قرار می‌گیرد.

در جدول (۲) مقادیر همبستگی بین متغیرهای پیش‌بین «منبع کنترل درونی» با متغیر ملاک «خودتنظیمی» مورد محاسبه قرار گرفته شده است.

جدول ۲. ماتریس همبستگی بین مقیاس منبع کنترل درونی با خودتنظیمی

متغیرها	تعداد	ضریب همبستگی	سطح معناداری
منبع کنترل درونی / خودتنظیمی	۳۵۷	۴۵.۰	۰/۰۰۱

بر اساس اطلاعات جدول (۲)، بین «منبع کنترل درونی» با «خودتنظیمی» در سطح ۰,۰۵ رابطه مثبت و معنی‌داری وجود داشت، به عبارت دیگر با افزایش «منبع کنترل درونی» صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی به میزان «خودتنظیمی» آنها افزوده شد که شدت این رابطه چنانچه در جدول ۲ قابل مشاهده بود که برابر ۰/۴۵ بود.

در جدول (۳) مقادیر همبستگی بین متغیرهای پیش‌بین «تاب آوری» با متغیر ملاک «خودتنظیمی» مورد محاسبه قرار گرفته شده است.

جدول ۳. ماتریس همبستگی بین مقیاس تاب آوری با خودتنظیمی

متغیرها	تعداد	ضریب همبستگی	سطح معناداری
تاب آوری / خودتنظیمی	۳۵۷	۴۸.۰	۰/۰۰۱

بر اساس اطلاعات جدول (۳)، بین «تاب آوری» با «خودتنظیمی» در سطح ۰,۰۵ رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد، به عبارت دیگر با افزایش «تاب آوری» صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی به میزان «خودتنظیمی» آنها افزوده می‌شود که شدت این رابطه چنانچه در جدول فوق قابل مشاهده است برابر ۰/۴۸ می‌باشد. به منظور بررسی رابطه بین منبع کنترل درونی و تاب آوری با خودتنظیمی صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی در یک مدل، از آزمون رگرسیون چندگانه استفاده شد.

جدول ۴. خلاصه آزمون رگرسیون جهت بررسی رابطه بین مقیاس منبع کنترل و تاب آوری با خودتنظیمی

مدل	متغیرهای پیش‌بین وارد شده در مدل	ضریب همبستگی	مجدور ضریب همبستگی	همبستگی تعدیل شده	سطح معنی‌داری
۳	منبع کنترل درونی تاب آوری	۰,۵۴	۰,۲۹	۰,۲۹	۰,۰۰۱

متغیر ملاک: خودتنظیمی

بر اساس اطلاعات جدول (۴)، رابطه بین «منبع کنترل» و «تاب آوری» با «خودتنظیمی» برابر با ۰,۵۴ است؛ به عبارت دیگر «مقیاس منبع کنترل» و «تاب آوری» تقریباً ۲۹ درصد از تغییرات مربوط به «خودتنظیمی» صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی را تبیین می کنند ( $R^2=0,29$ ).

جدول ۵. ضرایب مقیاس منبع کنترل درونی و تاب آوری در پیش بینی خودتنظیمی

متغیر وارد شده در مدل	مدل	B	SE	(Beta)	t	سطح معناداری
(عرض از مبدا)		۴,۵۴	۱,۱۶		۳,۳۳	۰,۰۰۱
منبع کنترل درونی	ضریب متغیر	۰,۳۲	۰,۰۵	۰,۲۸	۵,۵۹	۰,۰۰۱
تاب آوری	ضریب متغیر	۰,۳۶	۰,۰۵	۰,۳۴	۶,۷۶	۰,۰۰۱

متغیر ملاک: خودتنظیمی

نتایج جدول (۵) حاکی از آن است که «مقیاس منبع کنترل درونی» و «تاب آوری» پیش بینی کننده معنی دار «خودتنظیمی» صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی هستند.

### بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف رابطه منبع کنترل درونی و تاب آوری با خودتنظیمی صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی انجام شد. نتایج پژوهش نشان داد که بین منبع کنترل درونی با خودتنظیمی صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. در تبیین این یافته باید گفت بر اساس نظریه راتر افراد با منبع کنترل درونی معتقدند که تقویت کننده ها تحت کنترل آنان است و در نتیجه مهارت ها و توانایی های آنان تعیین کننده رفتارشان است. در مقابل افراد با منبع کنترل بیرونی تقویت کننده را ناشی از شانس و بخت و اقبال می دانند. به همین دلیل افراد دارای منبع کنترل درونی برخلاف افراد دارای منبع کنترل بیرونی از روابط خود با دیگران به ویژه زندگی احساس رضایت می کنند. همچنین پیامدهای اسنادی به منبع کنترل درونی و بیرونی تعیین کننده سازگاری اجتماعی، تعاملات میان فردی، رفتار سازگارانه و حل مسائل فردی و اجتماعی است. علاوه بر آن در تبیین ارتباط سبک های اسنادی (منبع کنترل درونی) با خودتنظیمی در صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی می توان عنوان کرد، افراد دارای حیوانات خانگی که در آزمون کنترل درونی امتیاز بالایی می گیرند، کمتر از کسانی که به نقش شانس معتقدند دچار مشکلات روانی می شوند و تحت شرایط فشارآور زندگی کمتر فرسوده می شوند. آنان برخلاف افرادی که منبع کنترل بیرونی دارند در برابر شکست های مکرر احساس درماندگی نمی کنند و در نهایت این امور باعث می شود که آنان احساس رضایت بیشتری از زندگی خود داشته باشند و تعارضات کمتری داشته باشند. تبیین دیگر این که افراد دارای منبع کنترل درونی از اعتماد به نفس، خودتنظیمی و توان حل مساله بالاتری برخوردارند و این امر باعث می شود آنان از خود تصور مثبت تری داشته باشند و به احتمال بیشتری از سوی دوستان و اطرافیان و خانواده هایشان تشویق



شوند که این امور در نهایت باعث می شود آنان از خود احساس رضایت بیشتر کنند و خودتنظیمی بالاتری را تجربه می کنند (رسولی و فرح بخش، ۱۳۸۸). یافته های پژوهش می تواند موید این مطلب باشد که افراد می توانند رویدادهای زندگی خود را کنترل کنند و مسئولیت بیشتری در قبال زندگی خود داشته باشند؛ همچنین برای کنترل زندگی شان به توانایی های خود اطمینان بیشتری کنند؛ این امر می تواند ناشی از آن باشد که افراد به خودباوری و خودتنظیمی دست یافته اند و در نتیجه قادر به کنترل حوادث و رویدادهای مهم زندگی خود هستند.

همچنین نتایج پژوهش نشان داد بین تاب آوری با خودتنظیمی صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی رابطه مثبت معنادار وجود دارد. در تبیین نتایج بدست آمده می توان چنین بیان کرد؛ تاب آوری صرف مقاومت منفعل در برابر آسیب ها یا شرایط تهدید کننده نیست، بلکه فرد تاب آور، مشارکت کننده ی فعال و سازنده ی محیط پیرامونی خود است. نوعی ترمیم خود، که با پیامدهای مثبت هیجانی، عاطفی و شناختی همراه است (هاپر و همکاران، ۲۰۱۰). شخص تاب آور منابع محافظتی در اختیار دارد که مقاومت او را در برابر تهدیدات، و به تبع آن بهداشت روانی بلند مدت او را بالا می برد. تیوگید و فردریکسون (۲۰۰۴)، در جمع بندی نظری خودشان، طبقه بندی سه گانه ای را در زمینه تاب آوری مطرح نموده اند: ۱- ویژگی های خلقی شامل: شایستگی فردی، شایستگی اجتماعی و ساختار شخصی است. ۲- انسجام یا صمیمیت خانوادگی شامل: همبستگی خانوادگی یا میزان تعارضات، همکاری ها، حمایت ها، ثبات و وفاداری در خانواده می باشد. ۳- نظام حمایت بیرونی. منظور از آن میزان دسترسی به شبکه های حمایتی دوستان و وابستگان و حمایتگر بودن فرد است. تحقیقات انجام شده در خصوص پیش آیندهای تاب آوری، نقش عوامل محافظتی و خطر ساز در زندگی افراد را در سه حوزه ؛ درون فردی، خانوادگی و محیط بیرونی مورد بررسی قرار داده اند (برادبنت، ۲۰۱۷). در این میان با توجه به پژوهش های خارجی به نظر می رسد که خودتنظیمی صاحبان نگهدارنده حیوانات خانگی به عنوان یکی از عوامل حفاظتی که موجبات سازگاری بیشتر را فراهم می سازد در میزان تاب آوری آنان موثر باشد. خودتنظیمی فرایندی است که افراد را در مدیریت افکار، رفتار و احساساتشان در جهت هدایت موفقیت آمیز تجارب یادگیریشان ارزیابی می کند و باعث می شود فعالیت ها و فرایندهای هدفمند فراگیران به سمت کسب اطلاعات و مهارت سوق داده شود. به طور کلی، خودتنظیمی بر سه مبحث متکی است: دورانداشی و برنامه ریزی، نظارت بر عملکرد و بازتاب عملکرد (دبیک و همکاران، ۲۰۱۶). خودتنظیمی پدیده ای پیچیده و در عین حال چندوجهی است که توسط روانشناسان مورد بحث قرار گرفته است (لی و همکاران، ۲۰۱۴). زیمرمان و مارتینز، خودتنظیمی را فرایندی می دانند که یادگیرنده، یادگیری را فرایندی منظم می شناسد و خود را در برابر پیامدهای تحصیلی و کاری خود مسئول می داند. پینتریچ مهمترین راهبردهای یادگیری خودتنظیمی را راهبردهای شناختی، فراشناختی و مدیریت منابع می داند. برخی از عوامل موثر بر خودتنظیمی عبارتند از: باورهای خودکارآمدی، باورهای ارزش تکلیف، فرایندهای اجتماعی، اراده، اهداف پیشرفت یا جهت گیری های هدفی

و نقش ادراکات محیطی (گارسیا و همکاران، ۲۰۱۸). قره داشی (۱۳۸۸) در پژوهشی نشان داد که دانشجویانی که از خودتنظیمی بالایی برخوردار بودند رضایتمندی روانی آنان نیز به طور معناداری بالا بود. پیشنهاد می گردد که در پژوهش های آتی به بررسی سایر عوامل روان شناختی و تأثیری که این حیوانات بر روی زندگی صاحبان آنها می گذارند پرداخته شود.

## منابع

ابوالقاسمی، عباس و نریمانی، محمد. (۱۳۸۴). *آزمون های روان شناختی*. تهران: باغ رضوان.  
بابایی امیری، ن و عاشوری، ج. (۱۳۹۳). ارتباط راهبردهای یادگیری شناختی و فراشناختی، خودکارآمدی، خلاقیت و هوش هیجانی با پیشرفت تحصیلی. *راهبردهای شناختی در یادگیری*، ۳ (۱)، ۱۱۱-۱۲۷.  
رسولی، زینب و فرح بخش، کیومرث. (۱۳۸۸). رابطه سبک های دلبستگی و منبع کنترل با سازگاری زناشویی. *اندیشه و رفتار در روانشناسی بالینی*، ۴ (۱۳)، ۱۷-۲۴.  
عبادت پور، بهناز؛ نوایی نژاد، شکوه؛ شفیع آبادی، عبدالله و فلسفی نژاد، محمدرضا. (۱۳۹۲). نقش واسطه ای کارکردهای خانواده برای تاب آوری فردی و باورهای معنوی و دلدردگی زناشویی. *روش ها و مدل های روان شناختی*، سال سوم، شماره سیزدهم، صص: ۲۹-۴۵.

- Abbasi M, Dargahi Sh, Pirani Z. (2015). Role of procrastination and motivational self-regulation in predicting students' academic engagement. *Iranian Journal of Medical Education*, 15: 160-169.
- Alfred M, Neyens D M, Gramopadhye A K. (2019). Learning in simulated environments: An assessment of 4-week retention outcomes. *Applied Ergonomics*, 74:107-117.
- Broadbent J. (2017). Comparing online and blended learner's self-regulated learning strategies and academic performance. *The Internet and Higher Education*, 33: 24-32.
- Brown A J, Sun C C, Urbauer D L, Bodurka D C, Thaker P H, Ramondetta L M. (2015). Feeling powerless: locus of control as a potential target for supportive care interventions to increase quality of life and decrease anxiety in ovarian cancer patients. *Gynecologic oncology*, 138(2):388-393.
- Debicki B, Kellermanns F, Barnett T, Pearson A, Pearson A. (2016). Beyond the Big Five: The mediating role of goal orientation in the relationship between core self-evaluations and academic performance. *The International Journal of Management Education*, 14:273-285.
- Garcia R, Falkner K, Vivian R. (2018). Systematic literature review: self-regulated learning strategies using e-learning tools for computer science. *Computers & Education*, 123:150-163.
- Garrity T F, Stallones L F, Marx M B, Johnson T P. (2014). Pet ownership and attachment as supportive factors in the health of the elderly. *Anthropos*, 3(1):35-44.
- Gosling S D, Sandy C J, Potter J. (2010). Personalities of self-identified "dog people" and "cat people". *Anthropos*, 23:213-222.
- Haupt K A. (2018). *Domestic animal behavior for veterinarians and animal scientists*. John Wiley & Sons.
- Huber C H, Navarro R L, Womble M W, Mume F L. (2010). Family resilience and midlife marital satisfaction. *The family journal*. 18 (2): 136-145.
- Julius Ogunleye A. (2015). Health locus of control, death anxiety and risky sexual behavior among undergraduate students in Nigeria. *Psychology and Behavioral Sciences*, 4(2):51-7.

- Lee W, Lee M, Bong M. (2014). Testing interest and self-efficacy as predictors of academic self-regulation and achievement. *Contemporary Educational Psychology*, 39:86-99.
- Luthans F, Avey J B, Avolio B J, Norman S, Combs G. (2006). Psychological capital development: toward a micro-intervention. *Journal of organizational behavior*, 27:387-393.
- McConnell A R, Brown C M, Shoda T M, Stayton L E, Martin C E. (2011). Friends with benefits: on the positive consequences of pet ownership. *Journal of personality and social psychology*, 101(6):12-39.
- Neff L A, Bradly E F. (2011). Stress resilience in early marriage: can practice make perfect? *Journal of personality & social psychology*. 98: 1-18.
- Oxley J A, Eastwood B, Kogan L R. (2017). Pet owners and the internet. *Companion Animal*, 22(6): 358-358.
- Samreen H, Zubair A. (2013). Locus of control and death anxiety among police personnel. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 28(2):261-280.
- Solhjoo N, Naghshineh N, Fahimnia F. (2017). Animal health information and their owner's information behavior: a systematic literature review. *Ertebateh Elmi*. 43(2): 1-16. (Persian)
- Turcsán B, Range F, Virányi Z, Miklósi A, Kubinyi E. (2012). Birds of a feather flock together? Perceived personality matching in owner-dog dyads. *Applied Animal Behavior Science*, 140:154-160.
- Zimmerman B J, Kitsantas A. (2014). Comparing students' self-discipline and self-regulation measures and their prediction of academic achievement. *Contemporary Educational Psychology*, 39(2):145-155.

## The relationship between the Internal Locus of Control and resilience with self-regulation in Domestic Animal Owners

Mohammad Javad Ezzatinia<sup>۱</sup>, Sona Esmaeili<sup>۲</sup>

### Abstract

**Purpose:** The present study was conducted with the aim of the relationship between internal Locus of Control and resilience with self-regulation in Domestic Animal Owners in Tehran during 1397.

**Methodology:** The research method was descriptive-correlational according to the purpose of the research. The statistical population consisted of all owners of pets holding in Tehran, using 257 sample sampling method as sample size. The data collection method was based on three standard questionnaires of the internal Locus of Control of Novicki and Strickland (1973), resilience Conner and Davidson (2003) and self-regulation of Miller and Brown (1999). The reliability of the questionnaire was calculated using Cronbach's alpha method and its value for all three questionnaires was higher than 0.7. Also, content validity was used to test the validity of the questionnaire, which for this purpose, the questionnaires were approved by the relevant experts. Data analysis was carried out through SPSS software using descriptive and inferential statistics (Pearson correlation test, multiple regression).

**Findings:** The results of this study showed that there is a significant positive correlation between internal Locus of Control with self-regulating in Domestic Animal Owners. Also, there is a meaningful positive correlation between resilience with self-regulated in Domestic Animal Owners.

**Conclusion:** The between internal Locus of Control and resilience is a meaningful self-regulating predictor of Domestic Animal Owners.

**Key words:** Internal Locus of Control, Resilience, Self-regulation, Domestic Animal Owners.

---

<sup>1</sup> Graduate Student, Department of Psychology, Clinical Psychology, Islamic Azad University, Research Branch, Tehran, Iran (Corresponding Author) (m.ezzatinia@gmail.com)

<sup>2</sup> Graduate Student, Department of Psychology, Clinical Psychology, Islamic Azad University, Roudehen Branch, Tehran, Iran