

## رابطه بین خلاقیت و راهبردهای مقابله با استرس با بازیگوشی در دانشجویان

حیدر پزانیان<sup>\*</sup>، عاطفه امیرلی<sup>\*\*</sup>، ناصر حدیدی<sup>\*\*\*</sup> و نازنین آریا<sup>\*\*\*\*</sup>

### چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بین خلاقیت و راهبردهای مقابله با استرس با بازیگوشی در دانشجویان بود. جامعه آماری دانشجویان دانشگاه اصفهان بودند که به شیوه تصادفی طبقه‌ای ۳۱۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب شد. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌های راهبردهای مقابله با استرس، خلاقیت عابدی و بازیگوشی استفاده شد. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش همبستگی و رگرسیون و نرم‌افزارهای Amos و spss استفاده شد. بر طبق نتایج تحلیل، راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار و هیجان‌مدار در سطح ۰/۰۱ و راهبرد مقابله‌ای اجتنابی در سطح ۰/۰۵ به پیش‌بینی بازیگوشی قادر بوده است. در مجموع راهبردهای مقابله‌ای ۴۶٪ از واریانس بازیگوشی را تبیین می‌کنند. به علاوه بازیگوشی با خلاقیت رابطه مثبت معناداری در سطح  $P < 0/01$  دارد. همچنین بازیگوشی با ابعاد سیالی، ابتکار، انعطاف‌پذیری و بسط رابطه مثبت معنادار دارد. خلاقیت نیز با ابعاد بازیگوشی رابطه مثبت معنادار دارد. خلاقیت با بعد استقلال رابطه مثبت معناداری نشان نداد، به‌طور کلی افرادی که اهل تفریح و بازیگوشی هستند، کم‌تر احتمال دارد که استرس را تجربه کنند. همچنین افراد بازگوش به احتمال زیاد خلاق‌تر هستند.

کلیدواژه‌ها: بازیگوشی؛ خلاقیت؛ راهبردهای مقابله با استرس؛ دانشجویان

<sup>\*</sup> دانشجوی دکتری مشاوره دانشگاه محقق اردبیلی cheraghian69@gmail.com

<sup>\*\*</sup> دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی دانشگاه تبریز

<sup>\*\*\*</sup> کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه دانشگاه شهید بهشتی

<sup>\*\*\*\*</sup> کارشناسی ارشد مشاوره خانواده دانشگاه محقق اردبیلی

### مقدمه

بازی<sup>۱</sup> در توسعه انسانی<sup>۲</sup> نقش مهمی ایفا می‌کند (شفر<sup>۳</sup>، ۱۹۹۳). شواهد اخیر نشان داده‌اند که برخی از افراد استعداد بیشتری در تفریح و بازی نسبت به دیگران دارند، که ریشه در شخصیت افراد دارد (بارنت<sup>۴</sup>، ۲۰۰۷؛ بازینلس و بازینلس<sup>۵</sup>، ۱۹۹۹؛ گلین و وبستر<sup>۶</sup>، ۱۹۹۲). در حالی که بازی به جلوه‌های رفتاری<sup>۷</sup> اشاره می‌کند و ریشه در فرهنگ انسانی دارد (هویزینگا<sup>۸</sup>، ۱۹۹۵). درباره چگونگی تعریف بازیگوشی<sup>۹</sup> بزرگسالان به عنوان یک ویژگی شخصیتی، هیچ توافق کلی وجود ندارد. بارنت (۲۰۰۷)، در مطالعه‌ای که روی نوجوانان انجام داد، بازیگوشی را به عنوان «موقعیتی که فرد برای خود (و احتمالاً دیگران) مفرح، به همراه شوخ طبعی، یا سرگرم کننده» فراهم آورد (بارنت، ۲۰۰۷).

در پژوهش‌های که در زمینه شخصیت انجام شده است، بازیگوشی بزرگسالان یک زمینه نادیده گرفته شده است. تبیین و تحلیل تفریح و بازی کودکان سال‌هاست که امکان‌پذیر است، اما به اندازه‌گیری تفریح و بازی در بزرگسالان اخیراً توجه شده است (بارنت، ۱۹۹۰، لیبرمن<sup>۱۰</sup>، ۱۹۷۷) و اخیراً برای بزرگسالان نیز قابل اندازه‌گیری است.

به طور کلی کودک بازیگوش ۵ ویژگی شخصیتی دارد که عبارت هستند از خودانگیختگی<sup>۱۱</sup> جسمی، خودانگیختگی شناختی، خودانگیختگی اجتماعی، حس شوخ طبعی و شادی آشکار (لیبرمن<sup>۱۲</sup>، ۱۹۶۵). گلین و وبستر<sup>۱۳</sup> (۱۹۹۲) مطابق با این پنج ویژگی بازیگوشی

- 
1. play
  2. human development
  3. Schaefer
  4. Barnett
  5. Bozionelos & Bozionelos
  6. Glynn & Webster
  7. behavioral manifestations
  8. Huizinga
  9. playfulness
  10. Lieberman
  11. spontaneous
  12. Lieberman
  13. Glynn & Webster



بزرگسالان را شامل خودانگیختگی، بیانگری<sup>۱</sup>، سرگرم‌کننده بودن<sup>۲</sup>، خلاق بودن<sup>۳</sup> و گزافه‌گویی<sup>۴</sup> می‌دانند.

تحقیقات نشان داده‌اند که بازیگوشی یک ساختار متشکل از چند عامل است. لیبرمن (۱۹۷۷) از جمله کسانی است که سه بعد را برای بازیگوشی تعیین کرده است: ۱. شادی آشکار؛ ۲. ناگهانی‌بودن (فیزیکی، اجتماعی و شناختی) و ۳. حس شوخ طبعی. شافر و گرینبرگ<sup>۵</sup> (۱۹۹۷) با تجزیه و تحلیل عوامل بازیگوشی برای بزرگسالان پنج عامل را مشخص کرده است: ۱. سرگرم‌کننده بودن؛ ۲. شوخ طبعی؛ ۳. حماقت‌های بامزه؛ ۴. غیررسمی و ۵. عجیب و غریب.

تحقیقات تجربی همچنین نشان داده‌اند سطوح مختلف بازیگوشی به عنوان یک ویژگی شخصیتی در نظر گرفته می‌شود (بارنت، ۲۰۱۱) که در طی زمان نسبتاً پایدار است (یگار، کاپلن، مپلس، پریبوتوک<sup>۶</sup>، ۱۹۹۷). رفتار بازیگوشانه باید به صورت شوخی، اذیت کردن، لودگی، اقدام احمقانه، تکانشی و شاد نشان داده شود (بارنات، ۲۰۰۷). فردریکسون<sup>۷</sup> (۱۹۹۸) استدلال می‌کند که تسهیل تجربه شادی به عنوان یکی از اثرات بازی و اهل تفریح و بازی بودن باعث ایجاد مهارت‌های جسمی، فکری و اجتماعی افراد می‌شود.

از نظر تئوری و تجربی بررسی بازیگوشی بزرگسالان مفید به نظر می‌رسد؛ زیرا مرتبط با پیامدی مثبت مانند انگیزش درونی<sup>۸</sup> (آمایلا<sup>۹</sup> و همکاران، ۱۹۹۴). صفات کلامی و بیانی<sup>۱۰</sup> (بوزینولس و بوزینولس، ۱۹۹۹)، کیفیت زندگی<sup>۱۱</sup> (پرویرو همکاران، ۲۰۱۰)، خلاقیت و

1. expressive
2. fun
3. creative
4. silly
5. Schaefer & Greenberg
6. Yager, Kappelman, Maples, & Prybutok
7. Fredrickson
8. intrinsic motivation
9. Amabile et al
10. Instrumental and expressive traits
11. quality of life

خودانگیزختگی<sup>۱</sup> (تگانو<sup>۲</sup>، ۱۹۹۰)، نگرش مثبت نسبت به محیط کار<sup>۳</sup> و رضایت شغلی<sup>۴</sup> (یو<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۰۷)، شوخ طبعی<sup>۶</sup> (بارنت، ۲۰۰۷؛ پترسون و سلینگمن<sup>۷</sup>، ۲۰۰۴ و راش و پرویر<sup>۸</sup>، ۲۰۰۹)، هوش<sup>۹</sup> (گلین و وبستر، ۱۹۹۳، پرویر، ۲۰۱۱) و بیانگر بودن<sup>۱۰</sup> (بوزینلس و بوزینلس، ۱۹۹۹) معنویت<sup>۱۱</sup> (پرویر و راش، ۲۰۱۱)، مهارت‌های مقابله با استرس<sup>۱۲</sup> (بومن<sup>۱۳</sup>، ۱۹۸۷؛ کیان و یارنال<sup>۱۴</sup>، ۲۰۱۱) و پیشرفت تحصیلی<sup>۱۵</sup> (پرویر، ۲۰۱۱ الف) است.

به علاوه بازیگوشی خواص درمانی متعددی هم برای کودکان و هم برای بزرگسالان دارد. تحقیقات نشان داده‌اند که بزرگسالان اهل تفریح و بازی، نسبت به همسالان خود که اهل تفریح و بازی نیستند، به‌طور متوسط ده سال بیشتر عمر می‌کنند. مهم‌ترین مزیت اهل تفریح و بازیگوشی بودن کاهش استرس و مهارت‌های مقابله با استرس است (دینرو چان<sup>۱۶</sup>، ۲۰۱۱). از آنجایی که تحقیقات نشان داده‌اند که سبک‌های مقابله، بازیگوشی و تمایل به احساس استرس جنبه‌هایی از شخصیت هستند (بارنت، ۲۰۱۱؛ کانر اسمیت و فاشبارت<sup>۱۷</sup>، ۲۰۰۷؛ وزینکسی، راث و سگارس<sup>۱۸</sup>، ۲۰۰۲) به نظر می‌رسد مرتبط با هم باشند.

- 
1. creativity and spontaneity
  2. Tegano
  3. positive attitudes toward the workplace
  4. job satisfaction
  5. Yu
  6. humorous
  7. Peterson & Seligman
  8. Ruch & Proyer
  9. intelligent
  10. expressive
  11. virtuousness
  12. coping with stress
  13. Bowman
  14. Qian & Yarnal
  15. academic achievement
  16. Diener & Chan
  17. Connor-Smith & Flachsbart
  18. Woszczyński, Roth & Segars

لازاروس و فولکمن<sup>۱</sup> (۱۹۸۴) استرس را این‌گونه تعریف کرده‌اند: «یک رابطه بین فرد و محیط است که فرد بیش‌تر از توانایش ارزیابی می‌شود و بهزیستی روان‌شناختی<sup>۲</sup> فرد به خطر می‌افتد». این تعریف بر یک میانجی بین فرد و محیط خود تمرکز دارد که شامل عوامل استرس‌زا (ارزیابی شناختی) و تفسیر و عکس‌العمل افراد به وقایع استرس‌زا است. مقابله با استرس فرایندی است که فرد برای مهار کردن فشارهای روانی ناشی از استرس به آن متوسل می‌شود. کارور و همکاران (کارور<sup>۳</sup>، ۱۹۹۷؛ کارور و همکاران، ۱۹۸۹) ۱۴ سبک مقابله با استرس (مقابله فعال، برنامه‌ریزی، مثبت شکل‌دادن، پذیرش، طنز، مذهب، پشتیبانی عاطفی، پشتیبانی کلامی، حواس‌پرتی خود، انکار، ضربه، مواد استفاده، عدم مشارکت رفتاری، و خود مقصردانستن) شناسایی کرده‌اند که تفاوت در شیوه‌های افراد در مقابله با استرس را نشان می‌دهد.

به طور کلی مقابله با استرس کوششی برای افزایش سازگاری فرد با محیط یا تلاش به منظور پیشگیری از بروز پیامدهای منفی شرایط فشارزا توصیف شده است (لازاروس و فولکمن، ۱۹۸۴). تعدادی از سبک‌های فردی مقابله با استرس شناخته شده‌اند. از جمله مهم‌ترین سبک‌های شناخته شده سه سبک اصلی را متمایز می‌کنند؛ راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار، هیجان‌محور و اجتنابی. راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌محور شیوه‌هایی را توصیف می‌کنند که براساس آن، فرد اعمالی را در نظر می‌گیرد که باید برای کاهش یا از بین بردن تیدگی انجام دهد. رفتارهای مسئله‌محور، جستجوی اطلاعات بیشتر درباره مسئله، تغییر ساختار مسئله از نظر شناختی و اولویت دادن به گام‌هایی برای مواجهه با مسئله را شامل می‌شود. برعکس، راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار شیوه‌هایی را توصیف می‌کنند که براساس آن فرد بر خود متمرکز می‌شود و تمام تلاش او متوجه کاهش احساس‌های ناخوشایند خویشتن است. واکنش‌های مقابله‌ای هیجان‌محور شامل گریه کردن، عصبانی و ناراحت شدن، پرداختن به رفتارهای عیب‌جویانه، اشتغال ذهنی و خیال‌پردازی است. بالاخره راهبردهای مقابله‌ای اجتنابی مستلزم فعالیت‌ها و تغییرات شناختی است که هدف آن‌ها اجتناب از موقعیت تیدگی‌زا است.

---

1. Lazarus & Folkman  
2. well-being  
3. Carver

رفتارهای مقابله‌ای اجتنابی ممکن است به شکل درگیر شدن در یک فعالیت تازه یا روی آوردن به اجتماع و افراد دیگر ظاهر شوند (هولهان، موس، هولهان و برباب<sup>۱</sup>، ۱۹۹۵).

نتایج مطالعاتی که در رابطه با ارتباط بازیگوشی با راهبردهای مقابله با استرس اجرا شده تناقض دارند. در یک مطالعه به طور مستقیم بررسی بازیگوشی به عنوان یک مکانیسم مقابله در نوجوانان (استیمپفلی<sup>۲</sup>، ۲۰۰۷) نشان داد که نوجوانان اهل تفریح و بازی احتمالاً کم‌تر استرس را تجربه کنند، اما سطح بازیگوشی مکانیسم‌های کنار آمدن را پیش‌بینی نکرد مکانیسم‌هایی که شرکت‌کنندگان استفاده می‌کردند.

کیان و یارنال (۲۰۱۱) در یک مطالعه رابطه بین بازیگوشی و استفاده از اوقات فراغت را به عنوان یک استراتژی برای کنار آمدن با استرس بررسی کردند. نتایج این مطالعه نشان داد استرس ارتباط معکوسی با سطوح بازیگوشی دارد، و اینکه یک دانشجو بسیار اهل تفریح و بازی، به منظور مقابله با فشار روانی، به احتمال زیاد دوستانی را از طریق اوقات فراغت پیدا می‌کند و روحیه‌اش از طریق اوقات فراغت بهبود می‌یابد.

نتایج تحقیقات نشان داده است که برون‌گرا بودن به احتمال زیاد پیش‌بینی کننده بازیگوشی در بزرگسالان است و افراد برون‌گرا سطوح پایین‌تری از استرس را درک می‌کنند (بارنت، ۲۰۰۷، بارگس، فوینا و والماهد<sup>۳</sup>، ۲۰۱۱؛ ابستراپ، لن، چارلوتا و توربن<sup>۴</sup>، ۲۰۰۱). تحقیقات اخیر همچنین نشان داده‌اند ارتباط مستقیمی بین بازیگوشی و کاهش استرس در افراد اهل تفریح و بازی وجود دارد که افراد بازیگوش موقعیت‌های کم‌تر استرس‌زا را پیدا می‌کنند و به‌طور واقع‌بینانه از راهبردهای مقابله با استرس استفاده می‌کنند (مگنسون<sup>۵</sup>، ۲۰۱۱).

سیک‌های مقابله‌ای فردی تابعی از شخصیت هستند که با توجه به شرایط و گروه‌های سنی متفاوت است (بولگر<sup>۶</sup>، ۱۹۹۰؛ کارور و همکاران، ۱۹۸۹؛ کانر-اسمیت و فلچسبارت<sup>۷</sup>، ۲۰۰۷). به صورتی که مطالعات نشان داده‌اند در اوقات فراغت افراد ویژگی‌های شخصیتی خود را

1. Holohan, Moos, Holohan & Brebbab
2. Staempfli
3. Burgess, Irvine & Wallmahmed
4. Ebstrup, Lene, Charlotta & Torben
5. Magnuson
6. Bolger
7. Connor-Smith, & Flachsbar



نشان می‌دهند که ممکن است در راهبرد مسئله‌مدار نقش مهمی داشته باشد که شامل باورهای و استراتژی‌های مقابله با استرس است (ایواسکی و منل<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰؛ کلمن، ایزو-آهولا<sup>۲</sup>، ۱۹۹۳؛ کیلبر، هاتچینسون و ویلیامز<sup>۳</sup>، ۲۰۰۲).

بازیگوشی علاوه بر اینکه با راهبردهای مقابله با استرس ارتباط دارد با خلاقیت نیز رابطه دارد. نگرش بازیگوشانه و کسب مهارت در بازی کردن نیاز به این باور دارد که بازی کردن فقط سرگرمی نیست (پرویسر<sup>۴</sup>، ۱۹۷۹). بازی می‌تواند باعث راهی برای به‌دست آوردن چیزهای جدید شود. زیرا در بازی افراد چیزهای متفاوتی را جستجو می‌کنند. بازیگوشی می‌تواند با فعالیت‌های عادی یا موضوعات مهم به‌کار گرفته شود (فولرتون، سوین، هافمن<sup>۵</sup>، ۲۰۰۴). بنابراین، منطقی به نظر می‌رسد خلاقیت و بازیگوشی نیز رابطه داشته باشند.

خلاقیت به بازی کردن با افکار و مفاهیم و نیز خارج بودن از فشارهای گروه نیاز دارد تا رفتار آفریننده بروز یابد. خلاقیت فرآیندی هدفدار، یا برای نفع شخصی یا برای نفع گروه اجتماعی است. خلاقیت یکی از راه‌های تفکر است و ناشی از تفکر واگرا است و مترادف با هوش نیست که توانایی‌های ذهنی را در برمی‌گیرد (شعاری نژاد، ۱۳۷۴). خلاقیت به صورت «توانایی اندیشیدن دربارهٔ امور با روش‌های تازه و غیرمعمول و رسیدن به راه‌حل‌های منحصر به فرد برای مسائل» تعریف شده است (سیف، ۱۳۸۶). افراد خلاق دارای ویژگی‌هایی نظیر انگیزه، پیشرفت سطح بالا، کنجکاوی فراوان، علاقه زیاد به نظم و ترتیب، قدرت ابراز وجود و خودکفایی، شخصیت غیرمعارف و کامروا، پشتکار و انضباط در کارها، استقلال و دارای طرز فکر انتقادی و تفکر شهودی هستند (سیف، ۱۳۸۸).

پژوهش‌های مختلف ارتباط بین خلاقیت و بازیگوشی را نشان داده‌اند. از جمله کانگاس<sup>۶</sup> (۲۰۰۹) نیز در پژوهش خود نشان داد یکی از راه‌هایی که باعث تقویت خلاقیت، ابتکار و پیشرفت تحصیلی می‌شود، محیط‌های یادگیری بازیگوشانه است. دیوراه<sup>۷</sup> (۱۹۹۰) نیز در

- 
1. Iwasaki & Mannell
  2. Coleman & Iso-Ahola
  3. Kleiber, Hutchinson & Williams
  4. Pruyser
  5. Fullerton, Swain & Hoffman
  6. fiction
  7. Deborah

پژوهش خود نشان داد خلاقیت و بازیگوشی با هم ارتباط دارند.

با توجه به اینکه تحقیق و پژوهش در زمینه بازیگوشی جدید است و همچنین تأثیراتی که به نظر می‌رسد بازیگوشی بر خلاقیت، حل مسئله، تنظیم هیجان و مقابله با استرس و متغیرهای شناخته شده و ناشناخته دیگر داشته باشد، ضرورت این پژوهش احساس می‌شود. در حالی که شواهد مربوط به ارتباط بین بازیگوشی و راهبرهای مقابله با استرس متناقض است. این فرض که درجات مختلف بازیگوشی باعث تفاوت در سبک‌های مقابله افراد با استرس شود، معقول و منطقی به نظر می‌رسد. در این پژوهش از دانشجویان به عنوان نمونه استفاده شد، زیرا به نظر می‌رسد دانشجویان سبک زندگی استرس‌آمیزی دارند و مهارت‌های کنارآمدن با استرس در دانشجویان نیازمند توجه است. به علاوه با موقعیت‌های مواجه می‌شوند که خود باید مسئله را طراحی و سپس راه حل مناسب آن را بیابند، که در این تحقیق فرض می‌شود، بازیگوشی احتمالاً تأثیراتی بر خلاقیت دانشجویان داشته باشد. در این پژوهش فرضیات زیر بررسی شد:

بین سبک‌های مقابله با استرس با بازیگوشی رابطه وجود دارد و آن را پیش‌بینی می‌کند.

بین خلاقیت و بازیگوشی رابطه وجود دارد و آن را پیش‌بینی می‌کند.

## روش

این تحقیق توصیفی از نوع پیمایشی است. جامعه آماری مورد پژوهش دانشجویان دانشگاه اصفهان است. ابتدا با استفاده از جدول مورگان تعداد ۳۱۰ نفر به عنوان تعداد نمونه محاسبه شد. روش نمونه‌گیری طبقه‌ای و تصادفی ساده بود. بدین صورت که ابتدا آمار دانشجویان هر دانشکده محاسبه شد. سپس با توجه به نسبت دانشجویان هر دانشکده به تعداد کل دانشجویان، تعداد نمونه منتخب برای هر دانشکده مشخص شد. سپس با استفاده از نمونه‌گیری تصادفی ساده از بین لیست اسامی دانشجویان هر دانشکده نمونه انتخاب شد. به این ترتیب که از دانشکده ادبیات و علوم انسانی تعداد ۴۰ نفر، دانشکده علوم اداری و اقتصاد ۲۵ نفر، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی ۳۰ نفر، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی ۳۵ نفر، دانشکده علوم ۴۰ نفر، دانشکده زبان‌های خارجه ۲۵ نفر، دانشکده فنی و مهندسی ۳۵ نفر، دانشکده شیمی ۲۵ نفر، دانشکده علوم جغرافیایی و برنامه‌ریزی ۳۵ نفر و دانشکده حمل و نقل ۲۰ نفر انتخاب شد که جمعاً تعداد ۳۱۰ نفر به عنوان گروه نمونه انتخاب شد. به‌منظور تجزیه و تحلیل



داده‌ها از روش همبستگی و رگرسیون و نرم افزار spss استفاده شد. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه‌هایی به شرح زیر استفاده شد:

**پرسشنامه راهبردهای مقابله با استرس (CISS):** این پرسشنامه را اندلر و پارکر (۱۹۹۰) تهیه کرده‌اند و به وسیله اکبرزاده (۱۳۷۶) ترجمه شده است. این تست شامل ۴۸ ماده است که پاسخ‌ها به روش لیکرت نمره‌گذاری می‌شود. دامنه تغییرات رفتارهای رویارویی سه گانه یعنی مسئله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی از ۱۶-۸۰ است. نتایج یافته‌های اندلر و پارکر (۱۹۹۰) نشان داد این پرسشنامه از توان بالایی بهره‌مند است (اندلر و پارکر ۱۹۹۰، به نقل از شکری و همکاران، ۱۳۸۷). شکری و همکاران (۱۳۸۷)، در پژوهش خود نشان دادند این پرسشنامه از اعتبار بالایی بهره‌مند است و ضرایب حاصل از بازآزمایی با فاصله زمانی ۱۲ هفته برای ابعاد مسئله‌مدار، هیجان‌مدار و اجتنابی ۰/۶۴، ۰/۶۰ و ۰/۶۱ به دست آمد. به علاوه تحلیل عاملی تأییدی نشان داد الگوی سه عاملی این پرسشنامه برازندگی مقبولی با داده‌ها دارد. در این پژوهش پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۶۸ به دست آمد.

**پرسشنامه خلاقیت (عابدی، ۱۳۷۲):** این پرسشنامه بر اساس نظریه تورنس برای سنجش خلاقیت ساخته شده، از ۵۶ سؤال و چهار زیر مقیاس سیالی، ابتکار، انعطاف‌پذیری و بسط تشکیل شده است. این آزمون در یک مقیاس ۳ گزینه‌ای لیکرت بین ۳ تا ۳۱ نمره‌گذاری می‌شود. اعتبار چهار زیر مقیاس از طریق بازآزمایی در دانش‌آموزان مدارس راهنمایی شهر تهران به ترتیب برابر ۰/۸۵، ۰/۸۲، ۰/۸۴ و ۰/۸۰ به دست آمد. ضریب روایی آزمون از طریق همبستگی با آزمون خلاقیت تورنس محاسبه و برابر با  $r = 0/46$  به دست آمد (عابدی، ۱۳۷۲). در این پژوهش پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۱ به دست آمد.

**پرسشنامه بازیگوشی:** این پرسشنامه بر اساس لیست صفات تهیه شده توسط بارنت (۲۰۰۷) تهیه شده است. این لیست مجموعه‌ای از صفات است که بر اساس تحقیقات ایشان در بازیگوشی و سرزندگی تأثیرگذار هستند. این صفات در قالب جملات گذاشته شده است. این پرسشنامه را در ایران خورشیدی و کلانتر کوشه (در دست انتشار) هنجاریابی کرده‌اند. در پژوهش بارنت (۲۰۰۷) روایی و پایایی آن تأیید شد. با استفاده از تحلیل عاملی تأسیسی از بین ۴۲ صفت معرفی شده توسط بارنت (۲۰۰۷)، ۳۸ صفت در فرهنگ ایرانی معنادار شناخته شده

است. این ۳۸ صفت در ۵ خرده مقیاس بی‌پروایی و صراحت<sup>۱</sup>، اجتماعی بودن<sup>۲</sup>، مفرح و خنده‌دار<sup>۳</sup>، فعال و پرانرژی<sup>۴</sup>، استقلال<sup>۵</sup>، دسته‌بندی شده‌اند. پایایی مقیاس بازیگوشی و سرزندگی با توجه به آماره آلفای کرونباخ بر روی ۲۵۸ آزمودنی قبل از حذف سؤالات ضعیف ۰/۷۸ و بعد از حذف سؤالاتی که دارای ضریب همبستگی ضعیفی با کل آزمون بوده‌اند، ۰/۸۱ به دست آمده است و روایی آن را چند تن از اساتید دانشگاه علامه طباطبایی تأیید کرده‌اند (خورشیدی و کلانترکوشه، در دست انتشار). در این پژوهش پایایی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۳ به دست آمد. روایی سازه پرسشنامه نیز با استفاده از روش تحلیل عاملی تأییدی با شاخص‌های برازندگی  $GFI^6=0/94$ ،  $AGFI^7=0/95$ ،  $TLI^8=0/93$ ،  $IFI^9=0/92$ ،  $CFI^{10}=0/93$  و  $RMSEA^{11}=0/04$  تأیید شد که مقدار مطلوبی است.

#### یافته‌ها

از بین ۳۱۰ نفر از دانشجویان، ۱۹۰ دانشجو دختر و ۱۲۰ نفر دیگر پسر بودند. میانگین سنی نمونه مورد مطالعه برابر با ۲۲/۴۵ با انحراف استاندارد ۲/۷۸ است. کم‌ترین سن برابر با ۱۸ و بیشترین سن برابر با ۲۹ است. میانگین و انحراف استاندارد متغیرها به تفکیک جنسیت در جدول ۱ نشان داده شده است.

1. Recklessness and Frankness
2. Sociability
3. Cheerful and Funny
4. Active and Energetic
5. Independence
6. Goodness of Fit Index
7. Adjusted Goodness of Fit Index
8. Tucker-Lewis index
9. Incremental fit index
10. comparative Fit Index
11. Root Mean Squared Error of Approximation



جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد متغیرها به تفکیک جنسیت و آزمون تفاوت میانگین‌ها

مقیاس و زیر مقیاس‌ها		پسر		دختر	
		انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین
راهبردهای مقابله با استرس	مسئله‌مدار	۵۶/۳۶	۹/۲۵	۵۴/۱۲	۱۰/۰۲
	هیجان‌مدار	۴۹/۳۸	۱۰/۱۲	۴۸/۹۸	۱۰/۶۱
	اجتنابی	۴۷/۹۴	۱۰/۲۹	۴۸/۵۷	۱۰/۱۷
	سیالی	۴۶/۸۶	۱۳/۴	۵۴/۱۸	۲۸/۳
	ابتکار	۴۲/۳	۱۲/۱	۴۵/۱	۱۹/۸
	انعطاف‌پذیری	۲۳/۱۹	۷/۷	۲۶/۱۴	۱۱/۲
	بسط	۲۳/۸	۶/۸	۲۳/۹	۹/۵
	بی‌پروایی صراحت	۴۹/۳۵	۱۳/۵۶	۴۶/۲۱	۱۱/۴۷
	اجتماعی بودن	۳۰/۱۲	۱۱/۶۹	۲۹/۳۹	۱۱/۱۲
	مفرح و خنده‌دار	۲۶/۷۸	۸/۳۲	۲۶/۰۸	۸/۲۱
بازنگری	فعال و پرانرژی	۲۷/۶۹	۷/۷۸	۲۵/۵۴	۷/۰۵
	استقلال	۲۲/۴۸	۶/۵۶	۱۹/۷۸	۶/۱۸

در جدول ۲ همبستگی راهبردهای مقابله‌ای با بازیگوشی آمده است.

جدول ۲: ضرایب همبستگی بازیگوشی و ابعاد آن با راهبردهای مقابله‌ای

بازیگوشی	مسئله‌مدار	هیجان‌مدار	اجتنابی
بازیگوشی	۰/۴۳**	۰/۴۸**	-۰/۲۸*
بی‌پروایی و صراحت	۰/۲۴*	۰/۳۴**	-۰/۱۸
اجتماعی بودن	۰/۳۷**	۰/۴۱**	-۰/۲۴*
مفرح و خنده‌دار	۰/۱۹	۰/۴۳**	-۰/۱۳
فعال و پرانرژی	۰/۲۴*	۰/۳۴**	-۰/۱۹
استقلال	۰/۳۸**	۰/۲۸*	۰/۰۸

\*\* $P < 0.01$  \* $P < 0.05$

بازیگوشی با راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار و هیجان‌مدار رابطه مثبت معنادار ( $P < 0/01$ ) و با راهبرد مقابله‌ای اجتنابی رابطه منفی معنادار ( $P < 0/05$ ) دارد. برای بررسی فرضیه پیش‌بینی و تبیین بازیگوشی بر اساس راهبردهای مقابله‌ای از روش رگرسیون همزمان استفاده شد. در این تحلیل، راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار، هیجان‌مدار، اجتنابی به عنوان متغیرهای پیش‌بین و بازیگوشی به عنوان متغیر ملاک وارد معادله رگرسیون شد. در جدول ۳، مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و شاخص‌های آماری آورده شده است.

جدول ۳: مدل رگرسیون، تحلیل واریانس، شاخص‌های آماری راهبردهای مقابله‌ای بر بازیگوشی

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	R	ضریب تعیین خطای
	مجذورات						برآورد
راهبرد مقابله‌ای	۱۸۴۱۸۷	۳	۶۱۳۹۵	۱۱۰/۱۱	۰/۰۱	۰/۶۸	۰/۴۶
							۲۳/۶۱

در جدول ۴ ضرایب رگرسیون برای پیش‌بینی بازیگوشی توسط راهبردهای مقابله‌ای نشان داده شده است.

جدول ۴: ضرایب رگرسیون مؤلفه‌های راهبردهای مقابله‌ای بر بازیگوشی

متغیر	ضریب بتا	T	سطح معناداری	R	R <sup>2</sup>
ثابت	--	۲۳/۳۰	۰/۰۱		
مسئله‌مدار	۰/۳۵	۳/۳۴	۰/۰۱	۰/۶۸	۰/۴۶
هیجان‌مدار	۰/۴۵	۵/۵۰	۰/۰۱		
اجتنابی	-۰/۱۴	-۲/۰۸	۰/۰۵		

راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار و هیجان‌مدار به پیش‌بینی بازیگوشی قادر هستند ( $P < 0/01$ )، همچنین راهبرد مقابله‌ای اجتنابی نیز به پیش‌بینی بازیگوشی قادر است ( $P < 0/05$ ). در مجموع راهبردهای مقابله‌ای در حدود ۴۶٪ از واریانس بازیگوشی را تبیین می‌کنند. ضرایب همبستگی بازیگوشی و ابعاد بازیگوشی با خلاقیت و ابعاد آن در جدول ۵ آورده شده است.

جدول ۵: ضرایب همبستگی بازیگوشی و ابعاد آن با خلاقیت

بازیگوشی	خلاقیت	سیالی	ابتکار	انعطاف پذیری	بسط
۰/۵۴**	۰/۴۸**	۰/۴۳**	۰/۴۷**	۰/۳۱**	بازیگوشی
۰/۳۴**	۰/۲۳*	۰/۴۱**	۰/۱۹	۰/۱۸	بی‌پروایی صراحت
۰/۲۴*	۰/۱۲	۰/۱۳	۰/۲۷*	۰/۱۹*	اجتماعی بودن
۰/۳۱**	۰/۲۸*	۰/۲۴*	۰/۱۸	۰/۱۴	مفرح و خنده دار
۰/۳۷**	۰/۳۴**	۰/۱۷	۰/۱۱	۰/۰۸	فعال و پرنرژی
۰/۱۲	۰/۱۴	۰/۱۳	۰/۰۷	۰/۱۴	استقلال

\*\* $P < 0.01$  \* $P < 0.05$

بازیگوشی با خلاقیت رابطه مثبت معناداری در سطح  $P < 0.01$  دارد. همچنین بازیگوشی با ابعاد سیالی، ابتکار، انعطاف پذیری و بسط رابطه مثبت معنادار دارد. خلاقیت نیز با ابعاد بازیگوشی بی‌پروایی صراحت، اجتماعی بودن، مفرح و خنده دار و فعال و پرنرژی رابطه مثبت معنادار دارد ( $P < 0.01$ ). خلاقیت با بعد استقلال رابطه مثبت معناداری نشان نداده است.

### بحث و نتیجه گیری

همان‌طور که قبلاً بیان شد هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بازیگوشی، خلاقیت و راهبردهای مقابله با استرس در دانشجویان است. نتایج تحلیل نشان داد راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار و هیجان‌مدار، پیش‌بینی بازیگوشی در سطح  $0.01$  هستند و راهبرد مقابله‌ای اجتنابی در سطح  $0.05$  قادر به پیش‌بینی بازیگوشی است. در مجموع راهبردهای مقابله‌ای  $46\%$  از واریانس بازیگوشی را تبیین می‌کنند. همچنین بازیگوشی با راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار و هیجان‌مدار رابطه مثبت و با راهبرد مقابله‌ای اجتنابی رابطه منفی معناداری دارد. نتایج این پژوهش با پژوهش‌های بومن (۱۹۸۷)، کیان و یارنال (۲۰۱۱)، دینرو چان (۲۰۱۱)، مگنوسون (۲۰۱۱) و بریان (۱۹۸۰) همسو است. نتایج این پژوهش‌ها نشان دادند افرادی که اهل تفریح و بازیگوشی هستند، کمتر احتمال دارد استرس را تجربه کنند و متناسب با بازیگوشی افراد مکانیسم‌های کنار آمدن متفاوتی دارند به طوری که افراد بازیگوش از راهبردهای مقابله با استرس هیجان‌مدار و مسئله‌مدار استفاده می‌کنند و از مقابله اجتنابی کمتر استفاده می‌کنند. به

علاوه این پژوهش همسو با یافته پژوهش استیمپفلی (۲۰۰۷) نیست. استیمپفلی (۲۰۰۷) نیز نشان داد که نوجوانان بازیگوش به احتمال کم‌تر استرس را تجربه کنند، اما سطوح بازیگوشی مکانیسم‌های کنار آمدن را پیش بینی نکرد که توسط شرکت‌کنندگان استفاده می‌شد. دلایل این تفاوت احتمالاً استفاده از ابزارهای متفاوت، تفاوت آزمودنی‌ها در نوع بازیگوشی در فرهنگ‌های مختلف باشد. همچنین یافته‌های پژوهش مگنوسون (۲۰۱۱) نیز نشان داد افراد بازیگوش سطوح پایین‌تری از استرس را نشان می‌دهند و از راهبرهای سازگاری متمرکز بر حل مسئله استفاده می‌کنند و به احتمال کمتر از راهبرهای منفی مانند اجتنابی و گریز استفاده می‌کنند.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت افرادی که اهل تفریح و بازیگوشی هستند، محیط اجتماعی قوی دارند و با جستجوی گروه‌های اجتماعی و عضویت در آن‌ها از حمایت عاطفی آن‌ها بهره‌مند می‌شوند. کسانی که از حمایت عاطفی بهره‌مند باشند به احتمال بیشتری از راهبردهای مقابله‌ای هیجان‌مدار استفاده می‌کنند. به علاوه افراد بازیگوش به احتمال کم‌تری از مکانیسم انکار به عنوان راهبرد مقابله با مسئله استفاده می‌کنند. بنابراین، از راهبردهای مقابله‌ای مسئله‌مدار استفاده می‌کنند و با مسائل خود مواجه می‌شوند. کونور- اسمیت (۲۰۰۷) نیز بیان می‌کند شوخ‌طبع بودن به عنوان جنبه‌ای از شناخت، یکی از راه‌های مقابله با استرس است. به عبارتی بازیگوشی یک منبع شناختی است که از افراد در برابر استرس محافظت می‌کند و از تأثیر استرس بر جنبه‌های مختلف زندگی جلوگیری می‌کند. همچنین افراد بازیگوش استرس کم‌تری را ادراک می‌کنند، به طوری که گلین و وبستر (۱۹۹۲) در پژوهش خود نشان دادند افراد فعال و پرانرژی سطوح کم‌تری از استرس را ادراک می‌کنند. بارت (۲۰۰۷) نیز نشان داد افراد بازیگوش به احتمال زیاد استرس کم‌تری دارند.

از دیگر نتایج این پژوهش، رابطه مثبت معنادار خلاقیت با ابعاد بازیگوشی (بی‌پروایی صراحت، اجتماعی بودن، مفرح و خنده‌دار و فعال و پرانرژی) است. نتایج این پژوهش همسو با یافته‌های دبورا (۱۹۹۰)، لیبرمن (۱۹۷۷)، بریان (۱۹۸۰)، چانگ (۲۰۱۳) و کانگاس<sup>۱</sup> (۲۰۰۹) است. نتایج تحقیق چانگ<sup>۲</sup> (۲۰۱۳) تحت عنوان رابطه بین بازیگوشی و خلاقیت در میان

1. fiction  
2. Chang



دانش‌آموزان با استعداد، نشان داد بازیگوشی باعث بهبود عملکرد خلاقانه می‌شود و بازیگوشی تأثیرات مثبتی بر خلاقیت دارد. از آنجایی که افراد بازیگوش خارج از چارچوب فکر می‌کنند و افرادی که خلاق هستند نیز چنین ویژگی دارند به احتمال زیاد همین خارج از چارچوب فکر کردن باعث می‌شود افراد بازیگوش خلاق باشند.

هوش هیجانی یکی از میانجی‌هایی که ممکن است بین خلاقیت و بازیگوشی ارتباط ایجاد کند (کورهونه، مونتولا و ارسووری<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹). هوش هیجانی ظرفیت ادراک، ابراز، شناخت، کاربرد و اداره هیجان‌ها در خود و دیگران است. افرادی که بازیگوش هستند می‌توانند هیجان‌ات خود را ابراز کنند که این ویژگی خود ابرازی در افراد خلاق نیز وجود دارد. به نظر می‌رسد افراد بازیگوش می‌توانند هیجان‌ات خود را به راحتی ابراز کنند و هنگام مواجهه با مسائل فشارزا با ابراز هیجان‌ات تنیدگی ناشی از این هیجان‌ات را از خود دور کنند. همین امر می‌تواند دلیلی باشد بر اینکه آن‌ها به هنگام مواجهه با مشکلات و استرس از راهبردهای مسأله‌مدار و هیجان‌مدار استفاده می‌کنند. همچنین به نظر می‌رسد افراد بازیگوش هیجان‌خواهی بالایی داشته باشند و به دنبال جستجوی تجارب جدید و موقعیت‌های خطرزا باشند و این می‌تواند دلیلی باشد برای پاسخ به این سؤال که چرا آن‌ها از مهارت‌های مقابله‌ای اجتنابی کم‌تر استفاده می‌کنند. بازیگوشی، هیجان‌خواهی، استفاده از مهارت‌های حل مسأله، فعال، پرانرژی و مستقل بودن و همچنین اجتماعی بودن افراد بازیگوش سبب می‌شود آن‌ها بتوانند نسبت به افراد دیگر بهتر با مشکلات و مسائل کنار بیایند و از راهبرد حل مسأله در مواجهه با مشکلات استفاده کنند. این ممکن است دلیلی برای خلاقیت بالای این افراد باشد.

به دلیل جدید بودن پژوهش در زمینه بازیگوشی، کمبود پژوهش در زمینه بازیگوشی و یافتن پژوهش‌های همسو و ناهمسو با این پژوهش یکی از محدودیت‌های این پژوهش است. بنابراین، به پژوهشگران پیشنهاد می‌شود پژوهش در این زمینه را گسترش دهند. همچنین با توجه به اینکه بازیگوشی بر کاهش استرس و راهبردهای مقابله با آن و خلاقیت تأثیر دارد و از کودکی می‌توان آن را تقویت کرد به والدین و مربیان تعلیم و تربیت توصیه می‌شود از دوران کودکی در تقویت آن تلاش کنند.

## منابع

- خورشیدی، محمدمهدی و کلاتر کوشه، سید محمد (در دست انتشار). *ساخت و هنجاریابی پرسشنامه بازیگوشی و سرزندگی در میان بزرگسالان شهر تهران*. سیف، علی اکبر (۱۳۸۶). *روانشناسی تربیتی: روانشناسی یادگیری و آموزش (ویرایش چهارم)*. تهران: آگاه.
- سیف، علی اکبر (۱۳۸۸). *روانشناسی پرورشی نوین*، تهران: لوران.
- شعاری نژاد، علی اکبر (۱۳۷۴). *روانشناسی رشد*، تهران: اطلاعات.
- عابدی، جمال (۱۳۷۲). *خلاقیت و شیوه‌های نو در اندازه‌گیری آن*، *مجله روانشناسی*، ۲(۲): ۳۰-۴۱.
- شکری، امید، تقی‌لو، صادق، گراوند، فریبرز، پاییزی، مریم، مولایی، محمد، عبدالله پور، محمدآزاد و اکبری، هادی (۱۳۸۷). *ساختار عاملی و ویژگی‌های روانسنجی نسخه فارسی پرسشنامه مقابله با استرس*. تازه‌های شناختی، ۱۰(۳): ۲۲-۳۳.
- Amabile, T. M., Hill, K. G., Hennessey, B. A., & Tighe, E. M. (1994). The work preference inventory: Assessing intrinsic and extrinsic motivational orientations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(5): 950-967.
- Barnett, L. A. (1990). Playfulness: Definition, design, and measurement. *Play & Culture*, 3(4): 319-336.
- Barnett, L. A. (2007). The nature of playfulness in young adults. *Personality and Individual Differences*, 43(4): 949-958.
- Barnett, L. A. (2011). How do playful people play? Gendered and racial leisure perspectives, motives, and preferences of college students, *Leisure Sciences*, 33(5): 382-401.
- Bolger, N. (1990). Coping as a personality process: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(3): 525-537.
- Bowman, J. R. (1987). Making work play. In G. A. Fine (Ed.), *Meaningful play, playful meanings* (pp. 61-71). Champaign: Human Kinetics
- Bozionelos, N., & Bozionelos, G. (1999). Playfulness: Its relationship with instrumental and expressive traits. *Personality and Individual Differences*, 26(4): 749-760.
- Bozionelos, N., & Bozionelos, G. (1999). Playfulness: Its relationship with instrumental and expressive traits. *Personality and Individual Differences*, 26(4), 749-760.





- Brian, V. (1980). "Play, Problem-Solving, and Creativity." *New Directions for Child Development*, 9, 49–68.
- Burgess, L., Fiona, I., & Wallymahmed, A. (2010). "Personality, Stress and Coping in Intensive-Care Nurses: A Descriptive Exploratory Study." *Nursing in Critical Care*, 15(3):129–40.
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1): 92–100.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, K. J. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2): 267–283.
- Chang, C. (2013). Relationships between Playfulness and Creativity among Students Gifted in Mathematics and Science. *Creative Education*, 4(2): 101-109.
- Coleman, D., & Iso-Ahola, S. E. (1993). Leisure and health: The role of social support and selfdetermination. *Journal of Leisure Research*, 25(2): 111-125.
- Connor-Smith, J. K., & Flachsbart, C. (2007). Relations between personality and coping: A metaanalysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93(6): 1080–1107.
- Deborah, W.T. (1990). Relationship of tolerance of ambiguity and playfulness to creativity. *Psychological Reports*, 66, 1047–56.
- Diener, E.d, & Chan, M.CH. (2011). "Happy People Live Longer: Subjective Well-Being Contributes to Health and Longevity. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 3(1):1–43.
- Ebstrup, J., Lene F. E., Charlotta P., & Torben J. (2011). "Association between the Five Factor Personality Traits and Perceived Stress: Is the Effect Mediated by General Self-Efficacy?" *Anxiety, Stress, and Coping*, 24(4):407–419.
- Fredrickson, B. L. (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, 2(3): 300–319.
- Fullerton, T., Swain, C., & Hoffman, S. (2004). Game Design Workshop – Designing, Prototyping, and Playtesting Games. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 43(8):294–353.
- Glynn, M., & Webster, J. (1992). The Adult Playfulness Scale: An initial assessment. *Psychological Reports*, 71(1): 83–103.
- Glynn, M., & Webster, J. (1993). Refining the nomological net of the Adult Playfulness Scale: Personality, motivational, and attitudinal correlates for highly intelligent adults. *Psychological Reports*, 72(3): 1023–1026.
- Huizinga, J. (1955). *Homo Ludens: A Study of the Play- Element in Culture*. Beacon Press.
- Iwasaki, Y. Y., & Mannell, R. C. (2000). Hierarchical dimensions of leisure stress coping. *Leisure Sciences*, 22(3): 163–181.

- Kangas, M. (2009). Creative and playful learning: Learning through game co-creation and games in a playful learning environment, *Thinking, skill and creativity*, 5(1): 1-15.
- Kleiber, D. A., Hutchinson, S. L. & Williams, R. R. (2002). Leisure as a resource in transcending negative life events: Self-protection, self-restoration, and personal transformation. *Leisure Sciences*, 24(2): 219-235.
- Korhonen, H., Montola, M. & Arrasvuori, J. (2009). Understanding Playful Experiences Through Digital Games. international conference on desining pleasurable products and interfaces, DPPI09, 13-16, Compiegne university of technology, Compiegne, france.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal, and coping. New York, NY: Springer. Lieberman, J. N. (1977). *Playfulness: Its relationship to imagination and creativity*. New York, NY: Academic Press.
- Lieberman, J. N. (1965). Playfulness and Divergent Thinking: An Investigation of Their Relationship at the Kindergarten Level. *Journal of Genetic Psychology*, 107(2): 219-24.
- Lieberman, J. N. (1977). *Playfulness: Its relationship to imagination and creativity*. New York, NY: Academic Press.
- Lindstrom, H. A., Thomas, F., Grace, P., Kathleen, A.S., Chien, H.Ch., Sara, M.D., Alan, J.L., & Robert, P.F. (2005). The Relationships between Television Viewing in Midlife and the Development of Alzheimer's Disease in a Case-Control Study. *Brain & Cognition*, 58(2): 157-65.
- Magnuson, C. D., & Barnett. L. A. (2013). The Playful Advantage: How Playfulness Enhances Coping with Stress. *Leisure Sciences*, 35(2): 129-144.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). Character strengths and virtues. New York, NY: Oxford University Press.
- Proyer, R. T. (2011a). Being playful and smart? The relations of adult playfulness with psychometric and self-estimated intelligence and academic performance. *Learning and Individual Differences*, 21(4): 463-467.
- Proyer, R. T., & Ruch, W. (2011). The virtuousness of adult playfulness: The relation of playfulness with strengths of character. *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*. DOI: 10.1186/2211-1522-1-4.
- Pruyser, P.W. (1979). An essay on creativity. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 43(4): 294-353.
- Qian, X. L., & Yarnal, C. (2011). The role of playfulness in the leisure stress-coping process among emerging adults: An SEM analysis. *Leisure/Loisir*, 35(2): 191-209.
- Schaefer, C., & Greenberg, R. (1997). Measurement of playfulness: A neglected therapist variable. *International Journal of Play Therapy*, 6(2): 21-31.



- Staempfli, M. B. (2007). Adolescent playfulness, stress perception, coping and well being. *Journal of Leisure Research*, 39(3): 393-412.
- Tegano, D. W. (1990). Relationship of tolerance of ambiguity and playfulness to creativity. *Psychological Reports*, 66(3):1047-1056.
- Woszczyński, A. B., Roth, P. L., & Segars, A. H. (2002). Exploring the theoretical foundations of playfulness in computer interactions. *Computers in Human Behavior*, 18(4): 369-388.
- Yager, S. E., Kappelman, L. A., Maples, G. A., & Prybutok, V. R. (1997). Microcomputer playfulness: Stable or dynamic trait? *Data Base for Advances in Information Systems*, 28(2): 43-50.
- Yu, P., Wu, J. -J., Chen, I., & Lin, Y. -T. (2007). Is playfulness a benefit to work? Empirical evidence of professionals in Taiwan. *International Journal of Technology Measurement*, 39(3): 412-429.

---

### **The Relationship of Creativity and Stress Coping Strategies with Playfulness in University Students**

---

Hadis Cheraghian<sup>1</sup>

PhD student of Counseling, the University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran

Atefe Amraie

PhD student of Educational Psychology, Tabriz University, Tabriz, Iran

Naser heidari

MA in School Counseling, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran

Nazanin Aria

MA in Family Counseling, the University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran

#### **Abstract**

The aim of this research was to study the relationship between creativity and coping strategies of stress, and playfulness in university students. The population of the study composed of all students of Isfahan University, out of which 310 students were chosen using stratified random sampling. For the purpose of data collection, three questionnaires of coping strategies of stress (CISS), creativity (Abedi, 1372) and playfulness (APS) were used. To analyze the data, correlation and regression analyses were conducted using SPSS and Amos software. The results indicated that problem-focused and emotion-focused coping strategies ( $p<0.01$ ) and avoidance coping strategies ( $p<0.05$ ) were able to predict playfulness. In general, coping strategies could explain 46% of variance in playfulness. It was notable that playfulness had a positive relationship with creativity, fluidity, innovation, flexibility and

---

1. cheraghian69@gmail.com

Received:2015/12/14 Accepted:2016/9/25

DOI: 10.22051/jontoe.2016.2545



expansion. Furthermore, creativity had a positive relationship with playfulness dimensions such as audacity, precision, sociability, fun, activeness, and energy ( $p < 0.01$ ). However, it didn't have any positive relationship with independency dimension. In conclusion, the present research indicated that people who have playfulness and fun, experience stress less than others. Also, playful people seem to be more creative than other.

*Keywords:* Playfulness; Creativity; Stress coping strategies; University students