

عوامل پیش بین بهزیستی روان شناختی در دانشجویان

محمد شاکرمی^۱، رضا داورنیا^۲، کیانوش زهراکار^۳

^۱ دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

^۲ کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

^۳ استادیار، دکترای تخصصی مشاوره، گروه مشاوره، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه خوارزمی، تهران، ایران

نشانی نویسنده مسئول: ایران، البرز، کرج، دانشگاه خوارزمی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، رضا داورنیا

E-mail: rezadavarniya@yahoo.com

وصول: ۹۳/۲/۱۳، اصلاح: ۹۳/۲/۲۷، پذیرش: ۹۳/۳/۲۰

چکیده

زمینه و هدف: مفهوم بهزیستی روان شناختی حاکی از یک ساختار چندبعدی شامل نگرش‌های زندگی است و برای بررسی این که آیا شخص از پتانسیل، اهداف، کیفیت روابط با دیگران و آن چه درباره زندگی احساس می‌کند، آگاه است یا خیر، طراحی شده است. هدف از پژوهش حاضر بررسی متغیرهای سرمایه‌روان شناختی، سرمایه اجتماعی، سخت رویی روان شناختی و هوش معنوی به عنوان عوامل پیش بین بهزیستی روان شناختی می‌باشد.

مواد و روش‌ها: پژوهش از نوع توصیفی-همبستگی است. جامعه پژوهش شامل تمامی دانشجویان دانشگاه های خوارزمی، آزاد و پیام نور کرج در سال تحصیلی ۹۲-۱۳۹۱ و نمونه ۳۷۷ نفر از دانشجویان می‌باشند که به روش خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب گردیدند. بدین صورت که ابتدا از هر دانشگاه سه دانشکده به عنوان خوشه انتخاب و سپس به ۵۰ نفر از هر دانشکده پرسشنامه تحویل داده شد. برای گردآوری داده‌ها از پرسشنامه بهزیستی روان شناختی ریف (PWBS)، پرسشنامه سرمایه روان شناختی لوتانز (PCQ)، مقیاس سرمایه اجتماعی دلاویز (DSCS)، پرسشنامه زمینه‌یابی دیدگاه‌های شخصی کوباسا (PVSQ) و مقیاس خودارزیابی هوش معنوی کینگ (SISRI-24) استفاده گردید. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS18 و به روش های همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیره، در سطح معناداری $P < 0.05$ انجام شد.

یافته‌ها: نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که متغیرهای سرمایه‌روان شناختی، سرمایه اجتماعی، سخت‌رویی روان شناختی و هوش معنوی ۵۹/۱٪، تغییرات بهزیستی روان شناختی را پیش‌بینی می‌کنند و همبستگی مثبت و معناداری ($r = 0.76$ و $P < 0.05$) با بهزیستی روان شناختی دارند.

نتیجه‌گیری: عوامل سرمایه روان شناختی، سرمایه اجتماعی، سخت‌رویی روان شناختی و هوش معنوی، تغییرات بهزیستی روان شناختی دانشجویان را پیش‌بینی می‌کنند و روان درمان‌گران می‌توانند با دستکاری این عوامل باعث افزایش بهزیستی روان شناختی دانشجویان گردند.

کلیدواژه‌ها: بهزیستی روان شناختی، سرمایه روان شناختی، سرمایه اجتماعی، سخت رویی روان شناختی، هوش معنوی

مقدمه

بهزیستی روان‌شناختی به کیفیت تجربه شده‌ی زندگی اشاره می‌کند و منعکس‌کننده عملکرد و تجربه روان‌شناختی مطلوب است. در ابتدا این مفهوم بر حسب فقدان آسیب‌شناسی روانی و حالات هیجانی منفی مانند افسردگی و اضطراب مطالعه شده است. با این حال، از آغاز دهه ۱۹۶۰ گرایش مطالعات به تدریج به طرف رشد و سلامت روان‌شناختی تغییر کرده است. معنی لغوی بهزیستی یک حالت رضایت از شاد بودن، سلامتی و موفقیت است که به تجربه و عملکرد روان‌شناختی مطلوب اشاره می‌کند (۱).

کیس و واترمن (۲۰۰۳) بهزیستی روان‌شناختی را چگونگی تعهد به چالش‌های وجودی که دریافت می‌شود، تعریف می‌کنند (۲). گورل (۲۰۰۹) بهزیستی را توانایی شرکت فعالانه در کار و تفریح، خلق روابط معنی‌دار با دیگران، گسترش حس خودمختاری و هدف زندگی و تجربه کردن هیجانات مثبت می‌داند (۳). از طرفی ریف (۱۹۹۷) اشاره می‌کند که هیچ نظریه مبتنی بر تئوری برای توضیح بهزیستی روان‌شناختی وجود ندارد، او تحقیقاتش را بر توضیحات تئوری روان‌شناسان رشد و شخصیت از سلامت روان مثبت بنا کرد و مدل «وجوه چند بعدی بهزیستی روان‌شناختی» را ایجاد کرد. در این مدل، بهزیستی روان‌شناختی به روشی گسترده طراحی شده است، برای بررسی این که آیا شخص از پتانسیل، اهداف زندگی، کیفیت روابطش با دیگران و آنچه درباره‌ی زندگی‌اش احساس می‌کند، آگاه است یا خیر (۴). طبق گفته ریف (۱۹۹۷)، بهزیستی شامل ابعادی مانند خویش‌نپذیری، رشد فردی، هدف زندگی، روابط مثبت با دیگران، تسلط محیطی (توانایی مدیریت مؤثر زندگی شخصی و جهان پیرامون) و حس خودمختاری می‌شود (۱).

در راستای تعریف ریف، کلینجر (۲۰۰۸) معتقد است که بهزیستی صحیح شامل هیجانات مثبت، ویژگی-

های شخصیتی بالغ مانند خودرهبری، مشارکت کردن، خودشکوفایی، رضایت از زندگی و نیروهای شخصیتی مانند امید، دلسوزی و شجاعت می‌شود. هم چنین به خودآگاهی به عنوان کلید بهزیستی صحیح اشاره شده است، مبتنی بر این حقیقت که ویژگی‌های بهزیستی اگر درونی نشوند، خود به خود تجربه نشوند و افراد از خود و اعمال شان آگاه نباشند، تقلیل می‌یابند (۵). در کنار خودآگاهی، خودپذیری نیز به عنوان روشی برای گسترش بهزیستی نشان داده شده است (۶).

یکی از همبسته‌های بهزیستی روان‌شناختی، سرمایه اجتماعی است. سرمایه اجتماعی به منابع و ارزش‌های مشتق شده از روابط اعضای یک گروه اجتماعی اطلاق می‌گردد (۷). مفهوم سرمایه اجتماعی به طور متنوعی تعریف شده که شامل مفاهیمی مانند: اعتماد، روابط، شبکه‌ها و منابع مختلف دیگر است که در گروه تعبیه شده است. به طور کلی محققان سرمایه اجتماعی را به عنوان منبع رضایت مندی توصیف می‌کنند که از روابط بین افراد ناشی می‌شود و می‌تواند عملکرد جمعی را تسهیل کند (۸).

لین (۲۰۰۸) شبکه‌های اجتماعی را به عنوان میانجی‌هایی برای دستیابی و تحرک در فهمیدن فرایند خود ادراکی، بهزیستی روان‌شناختی و موفقیت تحصیلی می‌داند (۹). در بررسی تعامل اجتماعی در بافت‌های محیطی، اثرات منفی سرمایه اجتماعی پایین در ادراک بهزیستی روان‌شناختی کم، توسط محققان یافت شده است (۷). سرمایه اجتماعی، شبکه‌های حمایت روان‌شناختی ارائه می‌کند که ممکن است استرس را کاهش و سلامتی را افزایش دهد. این امر مخصوصاً در محیط‌های سلامت روان مهم است. (۱۰). تحقیقات تجربی نشان داده‌اند که جنبه‌های سرمایه اجتماعی فردی و اشتراکی با نتایج سلامتی مانند: سلامت نسبت به خود، سلامت روانی، بیماری‌های مزمن، اختلال عروق کرونر قلبی و اشکال مختلف مرگ و میر همراه می‌شود (۱۱).

موفقیت در وظایف چالش انگیز (۲) اسناد دهی مثبت (خوش بینی) درباره موفقیت کنونی و آینده (۳) باقی ماندن در جهت اهداف و در صورت لزوم تغییر مسیرها به سمت اهداف (امید) به منظور موفقیت (۴) تحمل و بهبود یافتن هنگام به ستوه آمدن از مشکلات و سختی‌ها و حتی فراتر رفتن (تاب آوری) و کسب موفقیت (۱۹).

پیش‌بینی می‌شود دانشجویان با حفظ سرمایه روان شناختی بالا، محیط تحصیلی‌شان را کم تر استرس‌زا بدانند و احتمال دارد فاکتورهای مثبتی را ببینند که در بهزیستی کلی آن‌ها مشارکت می‌کند. برای مثال علی‌رغم وجود یک محیط استرس‌زا، یک شخص خوش بین، امیدوار، کارآمد و مطمئن به خود، بیشتر احتمال دارد باور کند که منابع کافی را برای ممانعت از شکست دارد و استرس را به میزان کم تر و ضعیف‌تری تجربه می‌کند. به طور کلی این عوامل نشان می‌دهند که اشخاص با سرمایه روان شناختی بالا در برابر استرس بیش تر مقاومت خواهند کرد و در مواجهه با استرس تحصیلی، بهزیستی جسمانی و روانی و شادی را حفظ می‌کنند. سرمایه روان شناختی به چندین نتیجه شامل عملکرد و رضایت، رضایت شغلی و تعهد سازمانی، کاهش استرس، کاهش غیبت و عملکرد و رفتارهای تابع سازمان مرتبط شده است (۱۲).

علاوه بر سرمایه اجتماعی و سرمایه روان شناختی، نتایج تحقیقات حاکی از وجود رابطه بین معنویت و هوش معنوی با بهزیستی روان شناختی است. در سال‌های اخیر پژوهش‌های تجربی بسیاری از این نظریه حمایت کرده‌اند که عقاید و تمرینات مذهبی خاص به طور مثبتی با سلامت جسمانی و روانی همراه می‌شود (۲۰). المر و همکاران (۲۰۰۳) (۲۱) با مرور تحقیقات در مورد اثر معنویت بر سلامت دریافتند که معنویت در نرخ کم تر بیماری و زندگی طولانی‌تر مؤثر است. هنگام مواجهه با آسیب، به نظر می‌رسد افراد با گرایش مذهبی به مداخله بهتر پاسخ می‌دهند و عکس‌العمل مناسبتری دارند (۲۲) و میزان افسردگی کمتری دارند (۲۳).

نشان داده شده است که افزایش سرمایه اجتماعی در خانواده‌هایی با درآمد اقتصادی پایین با کاهش استرس روان شناختی همراه می‌شود. این مطلب نشان می‌دهد که سرمایه اجتماعی در بهبود سلامت روان شناختی مؤثر است (۱۲). در پژوهشی هاربرت و همکارانش (۲۰۰۵) گزارش کردند که سرمایه اجتماعی به طور مثبتی با رضایت از زندگی و بهزیستی و به طور منفی با ناهنجاری همراه شده است (۱۳). یک پژوهش در بریتانیا نشان داد که سرمایه اجتماعی دست‌یابی به منابع خانگی، مشورت متخصص، مهارت‌های فردی و منابع حل مشکل از اعضای شبکه، به طور منفی با شیوع اختلالات روانی رایج همراه است (۱۴). هاوس و همکاران (۱۹۹۸) نیز مدل‌های اثر مستقیم و تقلیل‌دهنده استرس را معرفی کردند که پیشنهاد می‌کند مسیرهای بسیار متفاوتی وجود دارد که از طریق آن جنبه‌های روابط اجتماعی فرد بر سلامت جسمانی و روان شناختی اثر می‌گذارد (۱۵).

هم چنین پژوهش‌های اولیه در روانشناسی سازمانی، رابطه‌ی مثبتی بین سرمایه روان شناختی و بهزیستی روان شناختی نشان می‌دهند (۱۶). برای اولین بار لوتانز و یوسف (۲۰۰۷) به طور واضح سرمایه روان شناختی را به عنوان فاکتورهای روان شناختی مرکزی از طبیعت مثبت کلی فرد تعریف کردند که به طور خاصی به عنوان حالتی از ذهن در تطابق با استانداردهای عملکرد مثبت سازمانی نشان داده می‌شود و فراتر از بشر و سرمایه اجتماعی است و می‌تواند افراد را توانمند کند (۱۷). لوتانز و همکارانش (۲۰۰۷) بیان می‌کنند که سرمایه روان شناختی به وضعیت ذهنی مثبت فرد اشاره می‌کند، می‌تواند اندازه‌گیری شود، بی‌نهایت گسترش یابد و مدیریت شود (۱۸).

برای ارائه تعریف جامعی از سرمایه روان شناختی می‌توان گفت که آن یک حالت روان شناختی مثبت فردی از رشد است که با این موارد مشخص می‌شود: (۱) اعتماد داشتن (خودکارآمدی) برای تعهد و ارائه تلاش لازم برای

به طور کلی هوش معنوی می‌تواند با بهزیستی روان‌شناختی همراه شود (۲۴). بیکینگ (۲۰۰۷) هوش معنوی را به عنوان مجموعه‌ای از توانایی‌های ذهنی که در هشیاری، یکپارچگی و کاربرد سازگارانه‌ی جنبه‌های غیرمادی و متعالی وجودی شخص مشارکت می‌کند و به نتایجی مانند تفکر وجودی عمیق، افزایش معنا، بازشناسی خود متعالی و سلطه‌حالات معنوی منجر می‌شود تعریف می‌کند (۲۵). زوهر و مارشال (۲۰۰۱) هوش معنوی را به عنوان هوش غایی مورد بحث قرار می‌دهند که ما با آن مشکلات مربوط به مفهوم و ارزش زندگی را بررسی و حل می‌کنیم، هوشی که با آن می‌توانیم فعالیت‌ها و زندگی مان را در یک بافت گسترده‌تر، غنی‌تر و پر معنی‌تر قرار دهیم، و می‌توانیم یک دوره از عمل یا یک مرحله از زندگی را با معنی‌تر از دیگری بدانیم (۲۵). ایمانز (۲۰۰۰) پنج مؤلفه از هوش معنوی را پیشنهاد کرد: ۱- توانایی برتری یافتن جسمانی و مادی ۲- توانایی تجربه کردن حالات برتر هشیاری ۳- توانایی تقدیس و تخصیص تجارب روزمره ۴- توانایی استفاده از منابع مذهبی و معنوی برای حل مشکلات ۵- توانایی پرهیزکاری و عقیف بودن. (۲۶).

علاوه بر عوامل ذکر شده می‌توان سخت‌رویی را نیز با بهزیستی روان‌شناختی مرتبط دانست. مفهوم سخت‌رویی توسط کوباسا پیشنهاد شد و به عنوان منظومه‌ای از ویژگی‌های شخصیت در نظر گرفته می‌شود که به عنوان یک منبع تاب‌آوری در مواجهه با وقایع استرس‌زای زندگی عمل می‌کند (۲۷). حالت شخصیتی که به عنوان سخت‌رویی شناخته شده، یک سبک کلی از عملکرد را توصیف می‌کند که با حس قوی از تعهد (توانایی دیدن جهان به صورت جالب و پر معنی)، کنترل (این عقیده که توانایی خود شخص وقایع را متأثر می‌کند) و چالش (دیدن تجارب جدید به عنوان فرصت‌های جدید برای رشد شخصی) مشخص شده است (۲۸).

شواهد بسیاری وجود دارد که نشان می‌دهد

سخت‌رویی به طور مثبتی به سلامت جسمانی و روانی مرتبط می‌شود و نتایج منفی سلامتی ناشی از استرس را تعدیل می‌کند. افراد سخت‌رو گرایش به تجربه استرس کمتری دارند و نسبت به افراد غیر سخت‌رو، بهزیستی روان‌شناختی بهتری دارند (۲۹). کمیا (۲۰۰۰) در پژوهش خود نشان داد که سخت‌رویی پیش‌بینی‌کننده بهزیستی روان‌شناختی و اعتماد به نفس در کار اجتماعی دانشجویان بود (۳۰). فلورین، میکالیکر و تابمن (۱۹۹۵) در پژوهش خود نتیجه گرفتند که شواهد موجود سخت‌رویی را به سلامت جسمانی و روانی فراوان مرتبط می‌کند (۳۱). نریا و همکارانش (۲۰۰۱) نشان داده‌اند که نمره کل سخت‌رویی، متغیرهای تعهد و کنترل همبستگی قابل توجهی با نمرات بهزیستی روان‌شناختی، اضطراب و نشانه‌شناسی روان‌پزشکی دارد (۳۲). اسکوموروسکی و سادوم (۲۰۱۱) نیز نشان دادند که سخت‌رویی نقش مهمی در بهزیستی روان‌شناختی پرسنل ارتش و نقش تقلیل‌دهنده‌ای در برابر توسعه اضطراب و افسردگی داشته است (۲۹).

با توجه به این که بهزیستی روان‌شناختی قشر جوان و دانشجویان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و ارتقای سطح بهزیستی روان‌شناختی افراد به ارتقای سطح سلامت عمومی جامعه کمک می‌نماید و از طرفی شناسایی عوامل مهم و اثرگذار در افزایش بهزیستی روان‌شناختی امری مهم و ضروری است و از آن جا که با توجه به جستجوهای انجام شده در پژوهش‌های رگرسیونی، پژوهشی که به صورت هم‌زمان به بررسی تاثیر این چهار متغیر در پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی پرداخته باشد، یافت نشد لذا پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش پیش‌بین عوامل سرمایه روان‌شناختی، سرمایه اجتماعی، سخت‌رویی روان‌شناختی و هوش معنوی در بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان انجام شد.

مواد و روش‌ها

این پژوهش از نوع توصیفی-تحلیلی و در حیطه

پژوهش های هم بستگی است. جامعه این پژوهش تمامی دانشجویان دانشگاه های خوارزمی، آزاد و پیام نور کرج در سال تحصیلی ۹۲-۱۳۹۱ بوده اند که بالغ بر ۵۰۰۰۰ نفر می باشند. بر اساس جدول کرسچی و مورگان تعداد نمونه باید ۳۸۱ انتخاب می گردید. نمونه گیری بر اساس روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای انجام گرفته است، بدین صورت که از هر دانشگاه سه دانشکده بصورت نمونه گیری تصادفی انتخاب و سپس از بین دانشجویان این دانشکده ها به ۵۰ نفر از دانشجویان پرسشنامه برای پاسخ دادن تحویل داده شد. لازم بذکر است که جهت انجام پژوهش و توزیع پرسشنامه ها، محققین پس از هماهنگی های لازم با مسوولین و ارایه معرفی نامه و مجوز، موافقت لازم جهت اجرای پژوهش را کسب نمودند و در مرحله بعد با حضور در میان دانشجویان و معرفی خود و با ارائه توضیحات در زمینه ماهیت و اهداف پژوهش و چگونگی انجام آن و نقشی که هر کدام از دانشجویان در پژوهش خواهند داشت، رضایت کامل آنها در زمینه همکاری شرکت در پژوهش جلب کردند. هم چنین به تمامی شرکت کنندگان در پژوهش اطمینان لازم داده شد که با توجه به بی نام بودن پرسشنامه ها اطلاعات آنها و پاسخ هایشان، کاملاً محرمانه خواهد ماند و بدین ترتیب تمامی افراد با رضایت آگاهانه وارد فرایند پژوهش شدند. مجموعاً تعداد ۴۵۰ پرسشنامه اجرا شد که بعضی از پرسشنامه ها به دلیل نیمه پرشدن و مخدوش بودن پاسخ ها، کنار گذاشته شد و نهایتاً تعداد نمونه ۳۷۷ نفر باقی ماند و تجزیه و تحلیل بر روی آنها صورت گرفت. برای تجزیه و تحلیل داده ها در سطح آمار توصیفی از میانگین، انحراف معیار و آزمون همبستگی پیرسون و در سطح آمار استنباطی از تحلیل رگرسیون چند متغیره، در سطح معناداری $P < 0/05$ استفاده گردید. آنالیز داده ها نیز با استفاده از نرم افزار آماری SPSS نسخه ۱۸ انجام گرفت.

برای جمع آوری داده ها از ابزارهای زیر استفاده

گردید:

مقیاس بهزیستی روان شناختی ریف (PWBS):

کارول ریف (۱۹۸۹) این پرسشنامه ۸۴ سؤالی را ساخته است و ۶ عامل را در بر می گیرد. گویه های پرسشنامه از نوع لیکرت ۶ درجه ای (کاملاً مخالف تا کاملاً موافق) می باشند. روایی ابزار با همبستگی بین این آزمون با مقیاس تعادل عاطفی برادبورن، رضایت زندگی نیوگارتن و حرمت خود روزنبرگ بررسی گردید که نتایج همبستگی آزمون ریف با هر یک از مقیاس های فوق قابل قبول بود. آلفای کرونباخ به دست آمده در مطالعه ی ریف برای خرده مقیاس های پذیرش خود (۰/۹۳)، ارتباط مثبت با دیگران (۰/۹۱)، خودمختاری (۰/۸۶)، تسلط بر محیط (۰/۹۰)، هدفمندی در زندگی (۰/۹۰) و رشد شخصی (۰/۸۷) گزارش شده است (۳۳). در ایران طی پژوهشی که با نمونه ای دانشجویی انجام شده است، همسانی درونی با بهره گیری از آلفای کرونباخ سنجیده شد که نتایج حاصل برای خرده مقیاس های تسلط بر محیط ۰/۶۹، رشد شخصی ۰/۷۴، ارتباط مثبت با دیگران ۰/۶۵، هدفمندی در زندگی ۰/۷۳، پذیرش خود ۰/۶۵، خودمختاری ۰/۶ و نمره ی کلی ۰/۹۴ بود (۳۳). در پژوهش حاضر همسانی درونی با استفاده از آلفای کرونباخ سنجیده شد که این ضریب برای کل آزمون ۰/۹۲ به دست آمد.

مقیاس سرمایه روان شناختی لوتانز (PCQ): این

پرسشنامه شامل ۲۴ گویه است که هر خرده مقیاس شامل ۶ گویه است و آزمودنی به هر گویه در مقیاس ۶ درجه ای لیکرت (کاملاً مخالفم = ۱، مخالفم = ۲، تاحدودی مخالفم = ۳، تاحدودی موافقم = ۴، موافقم = ۵، کاملاً موافقم = ۶) پاسخ می دهد. نتایج تحلیل عاملی تاییدی حاکی از این است که این آزمون دارای عوامل و سازه های مورد نظر سازندگان آزمون است. در حقیقت نتایج تحلیل عاملی روایی سازه آزمون را تایید کردند (۳۴). مدل شش عاملی، برازش بهتری با داده ها داشته و با مدل نظری هم هماهنگی بیش تری دارد. نسبت خی دو این آزمون برابر

مبادرت ورزیدند. ناخدا برای کل مقیاس سخت‌رویی و خرده مقیاس‌های تعهد، کنترل، مبارزه جویی به ترتیب ضرایب اعتبار ۰/۵۳، ۰/۴۸، ۰/۳۵ و ۰/۳۸ را گزارش کرده است. در پژوهش یارعلی نیز برای همان متغیرها به ترتیب ضرایب اعتبار ۰/۶۰، ۰/۷۳، ۰/۵۱ و ۰/۲۷ گزارش شده است (۳۵). در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۷ برآورد گردید.

مقیاس خودارزیابی هوش معنوی کینگ

(SISRI-24): این مقیاس شامل چهار خرده مقیاس تفکر وجودی انتقادی، ایجاد معناداری شخصی، هشیاری متعالی و گسترش حالت هشیاری است. این مقیاس دارای ۲۴ گویه است. آزمودنی‌ها پاسخ خود را به هر گویه بر روی یک پیوستار (۰ = نظری ندارم، ۱ = درست نیست، ۲ = تا حدی درست، ۳ = خیلی درست، ۴ = کاملاً درست) رتبه‌بندی می‌کنند. پایایی این مقیاس در مطالعات کینگ بر روی ۶۱۹ دانشجو در سال ۲۰۰۷ بر اساس ضریب آلفا ۰/۹۵ گزارش شده است و آلفای زیر مقیاس‌های آن از جمله تفکر وجودی انتقادی ۰/۸۸، ایجاد معناداری شخصی ۰/۸۷، هشیاری متعالی ۰/۸۹ و گسترش هشیاری متعالی ۰/۹۴ بیان شده است (۳۶). کینگ برای بررسی روایی این مقیاس با چندین پرسشنامه معتبر از جمله مقیاس خود تفسیری فرا شخصی، مقیاس عرفان و مقیاس دین داری درونی و بیرونی مورد مقایسه قرار گرفته است و ضریب همبستگی قابل قبولی را با آنها به دست آورده است. در پژوهش رقیب و همکاران میزان آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۸۸ (۳۶) و در پژوهش حاضر برای کل مقیاس ها ۰/۹۱ به دست آمده است.

یافته‌ها

جدول شماره ۱ نشان دهنده اطلاعات توصیفی در مورد آزمودنی‌ها و نمرات آنها در متغیرهای مورد تحقیق می‌باشد که با توجه به اطلاعات این جدول؛ میانگین نمره بهزیستی روان‌شناختی آزمودنی‌ها 40.46 ± 339.78 به

با ۲۴/۶ است و آماره‌های CFI و RMSEA در این مدل به ترتیب ۰/۹۷ و ۰/۸۶ هستند. در پژوهش بهادری خسروشاهی و همکاران (۳۴) میزان پایایی این پرسشنامه بر اساس آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آمد. در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۷۹ به دست آمد.

مقیاس سرمایه اجتماعی دلاویز (DSCS): این

پرسشنامه به منظور سنجش سرمایه‌ی اجتماعی در دانشجویان دانشگاه‌های سراسری، علوم پزشکی، آزاد و پیام نور تبریز هنجاریابی شده است. این پرسشنامه حاوی ۲۷ سوال و ۴ خرده مقیاس می‌باشد.

روش نمره گذاری این پرسشنامه بر اساس طیف پنج درجه‌ای لیکرت است که نمره سوالات ۱۸، ۱۹ و ۲۰ به صورت معکوس و بقیه سوالات به ترتیب از کاملاً موافقم (۴) تا کاملاً مخالفم (۰) نمره‌گذاری می‌شود و نمره کل این آزمون ۱۰۸ می‌باشد. در تحقیقی دلاویز میزان پایایی این پرسشنامه را بر اساس آلفای کرونباخ ۰/۸۵ گزارش کرده است (۳۴) و در پژوهشی بهادری خسروشاهی و همکاران (۳۴) میزان پایایی آن بر اساس آلفای کرونباخ ۰/۸۷ گزارش نمودند. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ حاصله برای پرسشنامه ۰/۸۴ می‌باشد.

پرسشنامه زمینه‌یابی دیدگاه‌های شخصی

کوباسا (PVSQ): آزمون زمینه‌یابی دیدگاه‌های شخصی به وسیله‌ی کوباسا، مدی و بارتون (۱۹۸۲) تهیه شده است که در سنجش سخت‌رویی روان‌شناختی بکار می‌رود. این آزمون از ۵۰ ماده تشکیل شده است و گویه‌های آن از نوع لیکرت ۴ درجه‌ای است. آزمون از سه مقیاس فرعی مبارزه جویی، تعهد و کنترل تشکیل شده است. سه مؤلفه‌ی این آزمون از پایایی و همسانی درونی مطلوبی برخوردارند و تحلیل عوامل نشان داده است که این سه عامل به یکدیگر مرتبط هستند (۳۵). در مورد روایی پرسشنامه‌ی سخت‌رویی، ناخدا و یارعلی با استفاده از مقیاس‌های متفاوتی به اعتباریابی مقیاس سخت‌رویی

دست آمده است و نمره آزمودنی‌ها در این متغیر، که به عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شده است بین ۲۳۸ تا ۴۳۶ پراکنده شده است. در سایر متغیرها میانگین نمره سرمایه روان شناختی با $96/54 \pm 12/50$ و هوش معنوی با $56/27 \pm 15/45$ به ترتیب بیش‌ترین و کم‌ترین میانگین‌ها می‌باشد. همانطور که مشخص گردیده است میانگین سن آزمودنی‌ها در این پژوهش $21/94 \pm 2/75$ سال بوده است و کم‌ترین سن ۱۸ سال و بیشترین سن آزمودنی‌ها ۳۹

جدول ۱: اطلاعات توصیفی داده‌ها (n = ۳۷۷)

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	کمینه	بیشینه
بهبودی روان شناختی	۳۳۹/۷۸	۴۰/۴۶	۲۳۸	۴۳۶
سرمایه روان شناختی	۹۶/۵۴	۱۲/۵۰	۶۰	۱۲۸
سرمایه اجتماعی	۹۱/۶۰	۱۱/۰۸	۵۳	۱۲۰
سخت رویی	۹۱/۶۷	۱۷/۶۶	۵۲	۱۳۴
هوش معنوی	۵۶/۲۷	۱۵/۴۵	۰	۹۶

جدول ۲: نتایج مربوط به همبستگی میان متغیرهای پیش‌بین با متغیر ملاک

متغیرها	بهبودی روان شناختی	پذیرش خود	ارتباط مثبت با دیگران	خود مختاری	تسلط بر محیط	هدفمندی در زندگی	رشد شخصی
سرمایه روان شناختی	**۰/۶۳	**۰/۴۷	**۰/۳۴	**۰/۳۹	**۰/۵۶	**۰/۶۴	**۰/۵۵
امید	**۰/۵۴	**۰/۴۱	**۰/۲۴	**۰/۳۶	**۰/۵۳	**۰/۵۵	**۰/۴۶
تاب آوری	**۰/۳۵	**۰/۱۹	**۰/۲۵	**۰/۲۵	**۰/۳۲	**۰/۳۳	**۰/۳۱
خوش بینی	**۰/۴۳	**۰/۴۰	**۰/۲۱	**۰/۱۸	**۰/۳۷	**۰/۴۹	**۰/۳۶
خود کارآمدی	**۰/۵۰	**۰/۳۸	**۰/۲۸	**۰/۳۱	**۰/۴۶	**۰/۴۸	**۰/۴۶
سخت رویی	**۰/۵۹۸	**۰/۴۲	**۰/۴۴	**۰/۲۹	**۰/۵۱	**۰/۵۸	**۰/۵۶
روان شناختی	**۰/۲۷	**۰/۲۳	**۰/۱۹	**۰/۱۹	**۰/۲۴	**۰/۲۲	**۰/۲۱
مبارزه جویی	**۰/۶۰	**۰/۴۲	**۰/۴۷	**۰/۲۵	**۰/۵۱	**۰/۶۲	**۰/۵۸
تعهد	**۰/۵۸	**۰/۴۰	**۰/۴۲	**۰/۲۹	**۰/۵۰	**۰/۵۸	**۰/۵۷
هوش معنوی	**۰/۵۳	**۰/۴۰	**۰/۴۱	**۰/۳۵	**۰/۴۸	**۰/۴۴	**۰/۴۵
تفکر وجودی انتقادی	**۰/۳۸	**۰/۲۴	**۰/۳۱	**۰/۲۵	**۰/۳۵	**۰/۳۲	**۰/۳۵
ایجاد معنا داری	**۰/۵۸	**۰/۴۶	**۰/۴۳	**۰/۳۵	**۰/۵۱	**۰/۵۱	**۰/۴۹
شخصی	**۰/۳۷	**۰/۲۸	**۰/۳۰	**۰/۲۴	**۰/۳۶	**۰/۲۸	**۰/۳۱
هشیاری متعالی	**۰/۵۵	**۰/۴۳	**۰/۴۱	**۰/۳۹	**۰/۴۹	**۰/۴۶	**۰/۴۴
سرمایه اجتماعی	**۰/۳۷	**۰/۱۸	**۰/۳۲	**۰/۱۸	**۰/۳۶	**۰/۳۳	**۰/۳۸
اعتماد	**۰/۳۳	**۰/۱۴	**۰/۲۸	**۰/۱۵	**۰/۳۰	**۰/۳۲	**۰/۳۶
مشارکت گروهی	**۰/۱۸	*۰/۱۱	**۰/۱۶	-/۰۷	**۰/۲۰	**۰/۱۴	**۰/۱۹
مشارکت محلی	**۰/۳۸	**۰/۲۱	**۰/۳۲	**۰/۲۱	**۰/۳۶	**۰/۳۳	**۰/۳۷
شبکه اجتماعی	**۰/۳۳	**۰/۱۴	**۰/۲۸	**۰/۱۷	**۰/۳۴	**۰/۲۸	**۰/۳۴

** نشان دهنده معناداری در سطح ۰/۰۱ * نشان دهنده معناداری در سطح ۰/۰۵

جدول ۳: نتایج آزمون تحلیل رگرسیون چند متغیره درباره هر یک از عوامل موثر بر بهزیستی روان‌شناختی

متغیرها	آماره	B	خطای استاندارد	β	T	احتمال معناداری	Tolerance
سرمایه روان‌شناختی	۱/۲	۰/۱۲	۰/۳۷	۹/۴۵	۰/۰۰۱	۰/۷۱	
سرمایه اجتماعی	۰/۱۹	۰/۱۳	۰/۰۵	۴/۴۶	۰/۰۰۱	۰/۸۱	
سخت‌رویی	۰/۷۷	۰/۰۸	۰/۳۴	۸/۹۴	۰/۰۰۱	۰/۷۶	
هوش معنوی	۰/۶۵	۰/۰۹	۰/۲۴	۶/۶۵	۰/۰۰۱	۰/۷۸	

استاندارد شده رگرسیون می‌باشند که نشان از میزان تأثیر هر یک از متغیرها در معادله رگرسیونی است و با توجه به مقادیر آزمون t نیز مشاهده می‌شود که تأثیر تمامی متغیرها در معادله رگرسیونی معنادار است ($P < ۰/۰۰۱$). عامل Tolerance نیز که میزان هم‌خطی بین متغیرهای مستقل را نشان می‌دهد حاکی از آن است که میزان هم‌خطی در بین متغیرهای مستقل پایین‌تر از آن است که نتیجه تحلیل رگرسیون را تحت تأثیر قرار دهد.

اگر سرمایه روان‌شناختی را a، سرمایه اجتماعی را b، سخت‌رویی را c و هوش معنوی را با d نشان دهیم آنگاه معادله استاندارد رگرسیونی بهزیستی روان‌شناختی به صورت زیر نوشته می‌شود:

$$Y' = ۰/۳۷a + ۰/۰۵b + ۰/۳۴c + ۰/۲۴d$$

در معادله فوق Y' مقدار برآورد شده بهزیستی روان‌شناختی توسط متغیرهای سرمایه روان‌شناختی، سرمایه اجتماعی، سخت‌رویی روان‌شناختی و هوش معنوی است. این معادله نشان می‌دهد که با شرط ثابت بودن سایر متغیرها با هر واحد تغییر در سرمایه روان‌شناختی، سرمایه اجتماعی، سخت‌رویی روان‌شناختی و هوش معنوی میزان بهزیستی روان‌شناختی به ترتیب ۰/۳۷، ۰/۰۵، ۰/۳۴ و ۰/۲۴ افزایش می‌یابد.

بحث

پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی بر اساس متغیرهای سرمایه روان‌شناختی، سرمایه اجتماعی، سخت‌رویی روان‌شناختی و هوش معنوی صورت گرفت. یافته‌های پژوهش نشان داد که متغیرهای سرمایه روان‌شناختی، سرمایه اجتماعی، سخت‌

باشد بدین معنا که با توجه به جهت این همبستگی‌ها که همگی مثبت و مستقیم می‌باشد با افزایش هر یک از این متغیرها میزان بهزیستی روان‌شناختی فرد افزایش یافته و با کاهش هر یک از این متغیرها میزان بهزیستی روان‌شناختی فرد نیز کاهش می‌یابد. هم‌چنین سایر خرده‌مقیاس‌های متغیرهای پیش‌بین نیز با بهزیستی روان‌شناختی و مؤلفه‌هایش، همبستگی مثبت و معنادار دارند ($P < ۰/۰۵$) و تنها خرده‌مقیاس مشارکت اجتماعی که از مؤلفه‌های سرمایه اجتماعی است با مؤلفه‌ی خودمختاری همبستگی ندارد ($P > ۰/۰۵$).

به منظور بررسی این که چه مقدار از پراکندگی بهزیستی روان‌شناختی توسط متغیرهای سرمایه روان‌شناختی، سرمایه اجتماعی، سخت‌رویی روان‌شناختی و هوش معنوی تبیین می‌گردد از روش رگرسیون چندمتغیره استفاده گردید. بدین منظور متغیرهای سرمایه روان‌شناختی، سرمایه اجتماعی، سخت‌رویی روان‌شناختی و هوش معنوی به عنوان متغیرهای مستقل (پیش‌بین) و متغیر بهزیستی روان‌شناختی به عنوان متغیر ملاک (وابسته) وارد مدل رگرسیونی شدند. مقدار ضریب تعیین تعدیل شده (۰/۵۹۱) حاکی از آن بود که متغیرهای پیش‌بین ۵۹/۱٪ از واریانس بهزیستی روان‌شناختی را تبیین می‌کنند که این مقدار بر اساس نتایج جدول تحلیل واریانس رگرسیونی معنی‌دار می‌باشد ($F = ۱۳۴/۱۸$) و $P < ۰/۰۰۱$. در واقع حدود ۶۰ درصد از تغییرات بهزیستی حاصل این عوامل است و تأثیر به‌سزایی در پیش‌بینی وجود یا عدم وجود بهزیستی روان‌شناختی دارند و بدین ترتیب فرضیه تحقیق تأیید می‌گردد. هم‌چنین مقادیر B و β به ترتیب نشان‌دهنده ضریب استاندارد نشده و ضریب

رویی و هوش معنوی به عنوان عوامل پیش‌بین بهزیستی روان‌شناختی، ۱/۵۹٪ از تغییرات بهزیستی را تبیین می‌کنند و هم‌ه‌ی این متغیرها همبستگی مثبت و معناداری با بهزیستی روان‌شناختی دارند. یافته‌های پژوهش با نتایج تحقیقات استادینگر، دورنر و میکلر (۲۰۰۵) که نتیجه گرفتند خودکارآمدی و کنترل بالاتر (که از مولفه‌های سرمایه روان‌شناختی هستند) باعث افزایش بهزیستی روان‌شناختی می‌شوند (۳۷)؛ ریولی و همکاران (۲۰۱۲) که بیان می‌کنند دانشجویان با سرمایه روان‌شناختی بالاتر از بهزیستی روان‌شناختی و جسمانی بیش‌تری برخوردارند (۳۸)؛ عباس و همکاران (۲۰۱۲) که نتیجه می‌گیرند افراد با سرمایه روان‌شناختی بالاتر به خاطر سطح اطمینان در مقابل وظایف چالش‌برانگیز و مشتق شدن ظرفیت‌شان، مسیرهای چندگانه بهزیستی را تجربه می‌کنند (۳۹)؛ هاربرت و همکاران (۲۰۰۵) که گزارش کردند سرمایه اجتماعی به‌طور مثبتی با رضایت از زندگی و بهزیستی روان‌شناختی همراه است (۱۳)؛ کمیا (۲۰۰۰) که نشان می‌دهد بهزیستی معنوی و سخت‌رویی پیش‌بین‌های بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان هستند (۳۰)؛ ریچاردز (۱۹۹۹) که نشان می‌دهد عقاید مذهبی به‌طور مثبتی با سلامت روانی و جسمانی ارتباط دارد (۲۰) و فلورین، میکالیکر و تابمن (۱۹۹۵) و نریا و همکاران (۲۰۰۱) که به این نتیجه دست یافتند که سخت‌رویی روان‌شناختی با سلامت روان رابطه دارد (۳۱، ۳۲). همخوان می‌باشد. هم‌چنین نتایج پژوهش با یافته‌های تحقیقات لین (۲۰۰۸)، شفلر و براون (۲۰۰۷)، روستیلا (۲۰۱۱) و هاوس و همکاران (۱۹۹۸) مبنی بر رابطه سرمایه اجتماعی و بهزیستی روان‌شناختی (۹، ۱۰، ۱۱، ۱۵) و اسکومورووسکی و سادوم (۲۰۱۱)؛ و رین هوت (۲۰۰۴) مبنی بر ارتباط سخت‌رویی روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی و یافته‌های امرم (۲۰۰۹) مبنی بر ارتباط بین هوش معنوی و بهزیستی روان‌شناختی هم‌سو است (۱۱، ۴۰، ۴۱).

در تبیین رابطه سرمایه روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی می‌توان گفت که افراد دارای سرمایه روان‌شناختی بالا، به خاطر سطح اطمینان در مقابل وظایف چالش‌برانگیز و مشتق شدن ظرفیت‌شان از مسیرهای چندگانه در کنترل محیط و موقعیت چالش‌برانگیز موفق‌ترند (۲). سرمایه‌روان‌شناختی نسبت به حرکات ماریپیچ منفی و رو به پایین همراه با رکود و ضرر بیش‌تر با واکنش‌های مثبت و بهزیستی هم‌رديف می‌شود (۱۷). سرمایه روان‌شناختی همانند بهزیستی روان‌شناختی به جای تمرکز بر کاهش یا حذف ضعف‌های فردی بر رشد و ساختن توانایی‌های فردی تمرکز می‌کند (۱۸). افراد با سرمایه روان‌شناختی بالاتر شبکه‌های اجتماعی بهتر و گسترده‌تری دارند که در موقعیت‌های نیاز به مقابله با استرس، شرایط حمایت از آنان را فراهم می‌کند (۴۲). این‌که چگونه عوامل سرمایه روان‌شناختی و بهزیستی اثر متقابل دارند می‌تواند این باشد که اشخاص امیدوار که عوامل و گذرگاه‌های کسب اهداف‌شان را دارند، با انگیزه‌تر بوده و قادرند بر بدبختی‌هایشان غلبه کنند و بنابراین تاب‌آوری بیش‌تری دارند. اشخاص مطمئن قادرند امید، خوش‌بینی و تاب‌آوری‌شان را برای وظایف خاص در حیطه‌های خاص به کار برند. شخص تاب‌آور در استفاده از مکانیسم‌های سازگاری لازم برای تاب‌آوری و خوش‌بینی منعطف مهارت دارد. خودکارآمدی، امید و تاب‌آوری سرمایه روان‌شناختی می‌تواند در راستای مشارکت با سبک توصیفی خوش‌بینانه - که یکی از عوامل مرتبط با بهزیستی روان‌شناختی است - از طریق ادراکات درونی شده از بودن و کنترل باشد. این‌ها نمونه‌ای از نتایج مثبت فراوانی هستند که از تعامل بین عوامل سرمایه روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی منتج می‌شوند (۱۷).

در تبیین رابطه سرمایه اجتماعی و بهزیستی روان‌شناختی پاتنم استدلال می‌کند که انجمن‌های اجتماعی و میزان مشارکت، میزان سرمایه اجتماعی را در جامعه نشان می‌دهد. این انجمن‌ها و مشارکت‌ها، نرم‌ها و اعتمادها را

ترویج و افزایش می‌دهد که در ایجاد و حفظ بهزیستی مرکزیت دارند (۱۱). هم‌چنین بین بعد ارتباط مثبت داشتن با دیگران بهزیستی روان‌شناختی و سرمایه اجتماعی رابطه وجود دارد، بدین معنا که افراد با سرمایه اجتماعی بالا کنترل بیش‌تری بر محیط و شرایط محیطی دارند و در نتیجه آن از بهزیستی بالاتری نیز برخوردار می‌باشند (۱۰،۸).

در تبیین رابطه هوش معنوی و بهزیستی روان‌شناختی با توجه به این که یکی از ابعاد بهزیستی روان‌شناختی که توسط ریف تعریف گردیده، هدفمندی در زندگی است و از آن جایی که هوش معنوی به عنوان توانایی بشر برای پرسیدن سؤالات غایی درباره مفهوم زندگی و به طور هم‌زمان تجربه ارتباط یکپارچه بین هر یک از ما و جهانی است که در آن زندگی می‌کنیم و نیز توانایی به کار بردن، آشکار ساختن و دربر داشتن منابع معنوی، ارزش‌ها و کیفیت‌ها برای افزایش عملکرد روزانه و بهزیستی روان‌شناختی تعریف می‌شود، می‌توان گفت که بین این دو متغیر رابطه و اشتراک وجود دارد (۴۱). ایمانز (۲۰۰۰) استدلال می‌کند که معنویت می‌تواند به عنوان شکلی از هوش دیده شود، زیرا عملکرد و سازگاری را پیش‌بینی می‌کند و توانایی‌هایی را ارائه می‌دهد که افراد را در حل کردن مشکلات و رسیدن به اهداف توانمند می‌سازد. هوش معنوی ما را قادر می‌سازد تا تصویر بزرگ‌تری ببینیم و اقدامات مان را در رابطه با یک بافت بزرگ‌تر ترکیب کنیم که سپس مفهوم زندگی می‌شود. با هوش معنوی ما می‌توانیم مشکلات مفهومی و ارزشی را شناسایی و با ارائه کردن راه‌حلی در راستای سودمندی همه، آنها را حل کنیم. ما به عنوان موجوداتی هشیار از تصورات فکری و احساسات مان همان‌طور که در خودآگاه مان بالا می‌آیند آگاه هستیم. هوش معنوی ما را قادر می‌سازد با طبیعت خود یکی شویم و با فرایندهای زندگی هماهنگ باشیم و نیز ما را بر می‌انگیزد تا تمامیت، حس اجتماع، حس ارتباط و

جستجوی معنا برای خلق یک هویت را جستجو کنیم و به واسطه این جستجوی معنا احساس اختیار خواهیم داشت. از این منظر هوش معنوی ارتباطی اساسی با بعد خودمختاری در بهزیستی روان‌شناختی دارد (۲۲).

در تبیین رابطه سخت‌رویی و بهزیستی باید گفت چندین مکانیسم پیشنهاد شده است که به واسطه آنها سخت‌رویی در سلامت روان مشارکت می‌کند (۲۷). فلورین و همکارانش (۱۹۹۵) نیز به این باور عقیده داشتند که سخت‌رویی به دو روش ارزیابی را تغییر می‌دهد؛ (۱) ارزیابی تهدید آمیز ناشی از وقایع استرس‌زا را به طور بالقوه کاهش و (۲) انتظارات مقابله‌ای موفقیت‌آمیز را افزایش می‌دهد. علاوه بر این استدلال شده که اشخاص سخت‌رو ترجیح می‌دهند زمانی که با یک استرسور مواجه می‌شوند با تمرکز بر راهبردها با مشکل سازگار شوند. افراد فاقد این ویژگی‌های پرخاش‌گرانه مانند انکار، اتخاذ می‌کنند که می‌تواند با استرس ترکیب و درازمدت به ناسازگاری‌های هیجانی بیش‌تری منجر شود (۳۱). سخت‌رویی به شخص کمک می‌کند تا مسیرها و فرایندهای استرس‌زا را از مصیبت‌های بالقوه به فرصت‌های رشدی ذاتاً سودمند تبدیل کند. مدی (۱۹۹۹) پیشنهاد کرده است سخت‌رویی نوعی فرایند مقابله‌ای را تشویق می‌کند که وقایع استرس‌زا را کم‌تر آسیب‌زا می‌کند، این مقابله کردن تبدیل و تغییر شکل نامیده می‌شود به عبارت دیگر، بیش‌تر احتمال دارد افراد سخت‌رو و پرتاقت به وقایع استرس‌زا با تعامل افزایش یافته، تلاش و کوشش‌های فعال برای یافتن راه‌حل‌ها واکنش نشان دهند. افراد با سطوح بالایی از سخت‌رویی معتقدند که می‌توانند وقایع را کنترل کنند یا بر آن‌ها تأثیر بگذارند، و نیز گرایش دارند وقایع استرس‌زا را به روشی مثبت و ساختاری تفسیر کنند و این وقایع را به عنوان چالش و فرصت‌هایی ارزشمند برای یادگیری تعبیر کنند (۴۳). یافته‌های مدی نشان می‌دهد که سخت‌رویی به طور مثبتی با راهبرد مشکل‌مدار، تعاملات اجتماعی حمایت‌کننده و تلاش‌های خودپایی

به این عوامل به ارتقای بهزیستی روان شناختی و سلامت روان افراد کمک نمایند. هر پژوهش با محدودیت هایی مواجه است. از جمله محدودیت های این پژوهش عدم همکاری دانشجویان در تکمیل پرسشنامه ها و ناقص ماندن تعدادی از آنها بود و هم چنین با توجه به این که پژوهش حاضر در میان دانشجویان سه دانشگاه کشور صورت گرفته است، باید در تعمیم یافته های پژوهش حاضر به سایر افراد و دانشجویان دیگر احتیاط نمود. با توجه به نتایج این پژوهش پیشنهاد می گردد که مراکز مشاوره دانشجویی در دانشگاه ها با برگزاری کارگاه های آموزشی به ارتقای بهزیستی روان شناختی و سلامت روان دانشجویان کمک نمایند.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران بر خود لازم می دانند تا از تمامی دانشجویان شرکت کننده در این پژوهش تشکر و قدردانی نمایند.

سودمند مرتبط می شود. سازگار با این یافته ها، یافته هایی وجود دارد که نشان می دهد سخت رویی به شخص کمک می کند وقایع استرس زا را قابل تحمل بداند و برانگیختگی روان شناختی اش را تعدیل کند. در رابطه با عوامل و نتایج سلامتی، این اعتقاد وجود دارد که افراد با سخت رویی افزایش یافته در مواجهه با استرس بهتر می توانند از راهبردهای مقابله ای استفاده کنند و استرس یا مشکلات سلامتی را به عنوان چالشی می دانند که یک تلاش با ارزش است (۴۴).

نتیجه گیری

این پژوهش با هدف بررسی عوامل پیش بین بهزیستی روان شناختی در دانشجویان انجام شد. نتایج پژوهش نشان داد که عوامل سرمایه روان شناختی، سرمایه اجتماعی، سخت رویی روان شناختی و هوش معنوی پیش بین های مناسبی برای بهزیستی روان شناختی می باشند و متخصصین روان درمانی می توانند با توجه کافی

References

1. Deci EL, Ryan RM. Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *J Happiness Stud.* 2008; 9(1): 1-11.
2. Keyes CLM, Waterman MB. Dimensions of well-being and mental health in adulthood. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates; 2003:77.
3. Gurel NA. Effects of thinking styles and gender on psychological well-being. [dissertation]. The graduate school of social sciences of Middle East Technical University; 2009:1-70.
4. Keyes CLM, Shmotkin D, Ryff CD. Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *J Pers Soc Psychol.* 2002; 82 (6): 1007-22.
5. Cloninger CR. On well-being: Current research trends and future directions. *Mens Sana Monogr.* 2008; 6(1):3-9.
6. Henry J. Positive psychology and the development of well-being. *Well-being: Individual, community and social perspectives.* New York: Palgrave Macmillan; 2007. 25-40.
7. Korte R, Lin S. Getting on board: Organizational socialization and the contribution of social capital. *Journal of Human Relations* 2012;26: 407-28.
8. Bandiera O, Barankay I, Rasul I. Social capital in the workplace: Evidence on its formation and consequence. *Labour Economics.* 2008; 15(4): 725-9.
9. Lin CH. The relationship of racial identity, psychological adjustment, and social capital and their effects on academic outcomes of Taiwanese aboriginal five-year junior college students. [dissertation]. North Texas University; 2008. 142.
10. Scheffler RM, Brown TT, Rice JK. The role of social capital in reducing nonspecific psychological distress: the importance of controlling for omitted variable bias. *Soc Sci Med.* 2007; 65(4):842-54.
11. Rostila M. A resource-based theory of social capital for health research: Can it help us bridge the individual and collective facets of the concept? *Social Theory and Health.* 2011; 9: 109-29.
12. Scheffler RM, Brown TT. Social capital, economics, and health: New evidence. *Health Econ Policy Law.* 2008; 3:321-31.

13. Song L. Social capital and psychological distress. *J Health Soc Behav.* 2011; 52(4): 478-92.
14. Webber MP, Huxley PJ. Measuring access to social capital: The validity and reliability of the resource generator-UK and its association with common mental disorder. *Soc Sci Med.* 2007; 65(3):481-92.
15. House JS, Landis KR, Umberson D. Social relationships and health. *Science.* 1998; 241(4865): 540-5.
16. Culbertson SS, Fullagar CJ, Mills MJ. Feeling good and doing great: The relationship between psychological capital and well-being. *J Occup Health Psychol.* 2010; 15(4):421-33.
17. Luthans F, Youssef CM. Emerging positive organizational behavior. *Journal of Management.* 2007; 33(3): 321-49.
18. Zhao Zh, Hou J. The study on psychological capital development of interpreneurial team. *International Journal of Psychological Studies.* 2009; 1(2): 35-40.
19. Luthans F, Avolio BJ, Avey JB, Norman SM. Positive psychological capital: measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel Psychology.* 2007; 60(3): 541-72.
20. Richards PS. Spiritual influences in healing and psychotherapy. *Psychology of Religion.* 1999; 25(1): 1-6.
21. Elmer LD, MacDonald DA, Friedman HL. Transpersonal psychology, physical health, and mental health: Theory, research and practice. *The Humanistic Psychologist.* 2003; 31(2-3): 159-81.
22. Emmons RA. Is spirituality an intelligence? Motivation, cognition and the psychology of the ultimate concern. *Int J Psychol Relig.* 2000 ;10(1): 3-26.
23. MacDonald DA, Friedman HL. Assessment of humanistic, transpersonal and spiritual constructs: State of the science. *Journal of Humanistic Psychology* 2002;42(4):102-25.
24. Vaughan F. What is spiritual intelligence? *Journal of Humanistic Psychology.* 2002; 42(2):16-33.
25. Nira M. Spiritual quotient (S.Q.): An Assessment tool. *J Psycho Soc.* 2011; 6:41-51.
26. Emmons, AR. Spirituality and intelligence: Problems and prospects. *Int J Psychol Relig* 2000; 10 (1):57-64.
27. Hystad SW. Exploring gender equivalence and bias in a measure of psychological hardiness. *International Journal of Psychological Studies.* 2012; 4(4): 69-79.
28. Bartone PT, Roland RR, Picano JJ, Williams TJ. Psychological hardiness predicts success in US army special forces candidates. *INT J Select Assess.* 2008; 16(1):78-81.
29. Skomorovsky A, Sudom KA. Psychological well-being of Canadian forces officer candidates: The unique roles of hardiness and personality. *Mil Med.* 2011; 176(4): 389-96.
30. Kanya HA. Hardiness and spiritual well-being among social work students: Implications for social work education. *Journal of Social Work Education.* 2000; 36 (2): 20-9.
31. Florian V , Mikulincer M, Taubman O. Does hardiness contribute to mental health during a stressful real-life situation? The roles of appraisal and coping. *J Pers Soc Psychol.* 1995;68(4): 687-95.
32. Neria Y, Guttmann-Steinmetz S, Koenen K, Levinovsky L, Zakin G, Dekel R. Do attachment and hardiness relate to each other and to mental health in real-life stress? *Journal of Social and Personal Relationships.* 2001; 18(6): 844-58.
33. Michaeli Manee F. The Study of Undergraduate Students' Psychological Well-being Status in Urmia University . *Horizon Med Sci .* 2011; 16 (4) : 65-73. [Persian]
34. Bahadori Khosroshah J, Hashemi Nosratabad T, Babapour Kheirodin J. The relationship of psychological capital with social capital among students . *J Research Health.* 2012; 2 (1) 2 (1) :63-71.[Persian]
35. Moien L ,Ghiyasi P, Masmooie R. Relationship between marital satisfaction and psychological hardiness. *Journal of sociology of women.* 2011;2(4): 163-90. [Persian]
36. Raghieb M, Siadat A, Hakiminiya B, Ahmadi J. The validation of Kings' spiritual intelligence scale (SISRI-24) among students at university of Isfahan. *Journal of Achievements of Psychology of Shahid Chamran University of Ahvaz.* 2010; 4: 3-17. [Persian]
37. Staudinger UM, Rner J, Mickler C. Wisdom and personality. In: Sternberg RJ, Jordan J, Editors. *Handbook of wisdom. Psychological perspectives .*New York: Cambridge University press. 2005. 191-219.
38. Riolli L, Savicki V, Richards J. Psychological capital as a buffer to student stress. *Scientific Research.* 2012; 3(12): 1202-7.
39. Abbas M, Raja U, Darr W, Bouckennooghe D. Combined Effects of Perceived Politics and Psychological Capital on Job Satisfaction, Turnover Intentions, and Performance. *Journal of Management.* 2012; 2(1): 1-18.
40. Reinhoudt CJ. Factors related to aging well: The in fluency of optimism, hardiness and spiritual wellbeing on the physical health functioning of older adults. [dissertation]. School of the Ohio State University. 2004. 143.
41. Amram JY. The contribution of emotional and spiritual intelligences to effective business leadership. [dissertation]. Palo Alto California. 2009:168.
42. Kardum I, Hudek-Knezevic J, Krapic N. The structure of hardiness, its measurement invariance across gender and relationships with personality traits and mental health outcomes. *Psychological Topics.* 2012;

- 21(3): 487-507.
43. Maddi SR., Hightower M. Hardiness and optimism as expressed in coping patterns. Consulting Psychology Journal: Practice and Research. 1999 ; 51(2): 95-105.
44. Maddi SR. Hardiness: The courage to grow from stresses. J Posit Psychol. 2006;1(3):160-8.

Predictor Factors of Psychological Well-being in Students

Mohammad Shakarami

MA Student of Family Counseling, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Kharazmi University, Tehran ,Iran

Reza Davarniya

MA of Family Counseling, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Kharazmi University, Tehran ,Iran

Kianoush Zaharakar

Assistant Professor, Ph.D of Counseling, Counseling Department, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Tehran, Iran

Received:03/05/2014, Revised:17/05/2014, Accepted:10/06/2014

Corresponding author:

Iran, Alborz, Karaj, Kharazmi University, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Reza Davarniya
E-mail:
rezadavarniya@yahoo.com

Abstract

Background & objective: The concept of Psychological Well-Being symbolizes a multi-dimensional structure consisting of life attitudes and was designed to review whether a person is aware from his potential, his goals, the quality of his relationships with others, and what he feels about his life or not. The aim of this study was to investigate the some variables such as psychological capital, social capital, psychological hardiness and spiritual intelligence as predictor factors for psychological well-being.

Materials and methods: This descriptive–correlation study carried on all students of Kharazmi, Islamic-Azad and Payam_e_Noor universities of Karaj in the 2012-13 school-year and the sample consisted of 377 persons that were selected by multi stage cluster sampling. For data gathering, questionnaires such as Ryff's Psychological Well-being(PWBS), Lutanz's Psychological Capital Questionnaire(PCQ) ,Delaviz Social Capital Scale, Kobassa Personal Views Survey Questionnaire(PVSQ) and King's Spiritual Intelligence Self-Report Inventory(SISRI-24) were used. Data analysis were performed via Pearson correlation and enter multiple regression methods with SPSS18 software in 0/05 P-Value.

Results: Results of regression showed that variables of psychological capital, social capital, psychological hardiness and spiritual intelligence predict 59.1% of variance of the psychological well-being and positively and significantly ($r=0/76$, $P<0/05$) correlated with psychological well-being.

Conclusion: The variables of psychological capital ,social capital, psychological hardiness and spiritual intelligence can predict students' psychological well-being and psycho therapists can manipulate these factors to enhance the students' psychological well-being.

Keyword: *Psychological Well-being, Psychological Capital, Social Capital, Psychological Hardiness, Spiritual Intelligence*