Journal of
Modern Psychological Researches Vol.19, Issue.76, Winter 2025

Research Paper

The Relationship between Meaning in Life and Psychological Well-Being Among University Students: Mediating Role of the Psychological Capital

Sara Kaspour[1], Mostafa Zarean[2*]

1. MA in Clinical Psychology, Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran.
2. Assistant professor, Department of Psychology, Faculty of Education and Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran.

DOI: 10.22034/jmpr.2024.63739.6447

URL: https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_18936.html

ARTICLEINFO

Keywords:
Meaning in Life, Psychological Well-Being, Psychological Capital

Received: 2024/09/28
Accepted: 2024/12/09
Available: 2025/01/01

ABSTRACT

Psychological well-being is one of the most important indicators in evaluating people's psychological health which can be influenced by different factors. The purpose of this study was to investigate the mediating role of psychological capital in the relationship between meaning in life and psychological well-being in university students. This is descriptive correlational research which was done by the method of structural equation modeling. The statistical population of this study was the students of University of Tabriz in the first three months of 1402. In this study, 240 people participated in an online survey using available sampling method. In order to collect data, Steger's Meaning of Life Questionnaire (MLQ), Riff's Psychological Well-Being Questionnaire (RSPWB) and Luthans's Psychological Capital Questionnaire (PCQ) were used. The results showed that the proposed model has a good fit. The results of the bootstrap test showed that the direct effect of meaning in life on psychological well-bei (==33364) cccclll iii aal aaii tll (==))))))) wss ii iii fiaatt t ii rcct ff fcct of psychological capital on psychological well-iii (==)))))))wss ii iii fiaatt (5555555 Also, the results showed that psychological capital had a partial mediating role between meaning in life and psychological well-iii)))))))))))))))))))) geeeeeeeeeeaaaaaaaa concluded that meaning in life has been effective in improving the psychological well-being of students both directly and through the promotion of psychological capital components.

*** Corresponding Author:** Mostafa Zarean
E-mail: zarean@tabrizu.ac.ir

مقاله پژوهشی

رابطه بین معنا در زندگی و بهزیستی روانشناختی در دانشجویان: نقش میانجی سرمایه روانشناختی

سارا کاس پور[۱]، مصطفی زارعان[۲*]

۱. کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.
۲. استادیار، روانشناسی بالینی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران.

DOI: 10.22034/jmpr.2024.63739.6447
URL: https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_18936.html

مشخصات مقاله

کلیدواژه‌ها:
معنا در زندگی، بهزیستی روانشناختی، سرمایه روانشناختی

دریافت شده: ۱۴۰۳/۰۷/۰۷
پذیرفته شده: ۱۴۰۳/۰۹/۱۹
منتشر شده: ۱۴۰۳/۱۰/۱۲

چکیده

بهزیستی روانشناختی یکی از مهم‌ترین شاخص‌ها در ارزیابی سلامت روانشناختی افراد است، که می‌تواند تحت تاثیر عوامل مختلفی باشد. هدف از مطالعه حاضر بررسی نقش میانجی سرمایه روانشناختی در رابطه بین معنا در زندگی با بهزیستی روانشناختی در دانشجویان بود. این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است که به روش مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام شد. جامعه آماری این مطالعه دانشجویان دانشگاه تبریز در سه ماه اول سال ۱۴۰۲ بودند. در این مطالعه ۲۴۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس در یک نظرسنجی آنلاین شرکت کردند. به منظور جمع آوری داده‌ها از پرسشنامه معنای زندگی استیگر و همکاران (MLQ)، پرسشنامه بهزیستی روانشناختی ریف (RSPWB) و پرسشنامه سرمایه روانشناختی لوتانز (PCQ) استفاده شد. نتایج نشان داد که مدل پیشنهادی از برازش مطلوب برخوردار است. نتایج آزمون بوت استرپ نشان داد که اثر مستقیم معنا در زندگی بر بهزیستی روانشناختی (β =۰/۳۶۴) و سرمایه روانشناختی (β =۰/۷۵۳) معنادار بود، همچنین اثر مستقیم سرمایه روانشناختی بر بهزیستی روانشناختی (β =۰/۴۹۴) معنادار بود (P<۰/۰۵). همچنین نتایج نشان داد که سرمایه روانشناختی در بین معنا در زندگی و بهزیستی روانشناختی (β=۰/۳۷۲) نقش میانجی جزئی داشت (P<۰/۰۵). در مجموع می‌توان نتیجه گرفت که معنا در زندگی هم به صورت مستقیم و هم به واسطه ارتقاء مولفه‌های سرمایه روانشناختی بر بهبود بهزیستی روانشناختی دانشجویان موثر بوده است.

* نویسنده مسئول: مصطفی زارعان
رایانامه: zarean@tabrizu.ac.ir

مقدمه

بهزیستی روانشناختی به عنوان نتیجه یک زندگی خوب تلقی می‌شود و عامل مهمی در سازگاری موفقیت آمیز دانشجویان با زندگی دانشگاهی است. مطابق با تعریفی که ریف[1] (۲۰۰۴) ارائه داده است، بهزیستی روانشناختی شامل احساس خوب درمورد خود و زندگی است. در یک مفهوم کلی، رایان و دسی[2] (۲۰۰۱) بهزیستی روانشناختی را به عنوان یک حالت "عملکرد روانشناختی بهینه" تعریف کردند که توسط افراد تجربه می‌شود و به نگرش‌ها، عواطف و پیامدهای مثبت مربوط می‌شود. بهزیستی روانشناختی به عنوان نتیجه یک زندگی خوب تلقی می‌شود و عامل مهمی در موفقیت دانشجویان در سازگاری با زندگی دانشگاهی است (مورالز رودریگز و همکاران[3]، ۲۰۲۰). این مفهوم شامل ارزیابی‌های شخصی از زندگی است و دارای جنبه‌های شناختی و هیجانی است (نیپرت و اسمیت[4]، ۲۰۰۸). افرادی که از بهزیستی بالاتری برخوردار هستند، بیشتر هیجانات خوشایند را تجربه می‌کنند و افرادی که بهزیستی آن‌ها پایین‌تر است، بیشتر وقایع را به شکل منفی ارزیابی می‌کنند (دینر و اویشی[5]، ۲۰۰۲).

چندین مطالعه از سطوح پایین بهزیستی روانشناختی در دانشجویانی که وارد دانشگاه می‌شوند خبر داده‌اند (مورالز رودریگز و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین در دهه‌های اخیر، تعداد دانشجویانی که در حال تجربه اضطراب و افسردگی هستند افزایش یافته (لاتی[6] و همکاران، ۲۰۱۹) و عواملی از این دست می‌تواند عملکرد تحصیلی و اجتماعی دانشجویان را مختل کرده و حتی بر فرصت‌های شغلی آنان در آینده تاثیر بگذارد (دیویس[7] و همکاران، ۲۰۱۴). دانشجویان در محیط دانشگاهی با چالش‌ها، مسئولیت‌ها و فشارهای زیادی رو به رو هستند. این فشارها معمولا ناشی از تغییر نقش، تکالیف مربوط به تحصیل و روابط بین فردی است. این عوامل می‌تواند باعث استرس، اضطراب و حتی افسردگی در دانشجویان شود بر سلامت روان آن‌ها تاثیر به‌سزایی بگذارد. علاوه بر آن می‌تواند پریشانی روانی، انزوای اجتماعی، بد رفتاری و در نهایت کاهش عملکرد مفید دانشجویان را به همراه داشته باشد. بنابراین، دانشجویان در جهت بالا نگه داشتن عملکرد تحصیلی خود، باید در شرایط روانشناختی سالم قرار بگیرند (لیو[8] و همکاران، ۲۰۱۹). همچنین در پژوهشی که توسط نصرتی و همکاران (۱۳۹۶) انجام شد، نشان داده شد که بین هوش معنوی که باعث می‌شود فرد در برابر حوادث و رخدادهای زندگی بینش عمیق تری پیدا کند با بهزیستی روانشناختی رابطه مثبت معنادار وجود دارد (شرکت و همکاران، ۱۳۹۹). بنابراین هر چه بهزیستی روانشناختی بالاتری باشد، باعث می‌شود فرد عکس العمل کارآمدتری نسبت به چالش‌های زندگی داشته باشد. همچنین بهزیستی روانشناختی بر عملکرد تحصیلی هم تاثیرگذار است. دانشجویانی که دارای سطح بالاتری از بهزیستی روانشناختی هستند عملکرد تحصیلی آنان از کیفیت بیشتری برخوردار است (توراشویلی و جاپاردیز[9]، ۲۰۱۲). بر این اساس شناسایی عوامل موثر بر بهزیستی روانشناختی دانشجویان از اهمیت و ضرورت بالایی برخوردار است.

بررسی مطالعات پیشین دلالت بر این دارد که معنا در زندگی یک عامل موثر بر بهزیستی روانشناختی است. معنا در زندگی توسط فرانکل[10] (۲۰۰۴) به شکل ادراک و تجربه آزادی و تعیین سرنوشت، مسئولیت‌پذیری و دید مثبت نسبت به زندگی و آینده، تحقق اهداف وجودی، پذیرش یکپارچه ناملایمات، رضایت از زندگی و خودشکوفایی معنی شد. معنا در زندگی شامل دو مولفه وجود معنا و جستوجوی معنا است (راشید[11] و همکاران، ۲۰۲۲). وقتی این حس از معنا به دست نیاید، یک حالت شناختی-انگیزشی منفی و همچنین ناامیدی، احساس عدم کنترل بر زندگی و فقدان اهداف حیاتی ایجاد می‌شود. برعکس افرادی که احساس معنا داشتن در زندگی را تجربه می‌کنند، از احساس خودمختاری برخوردارند، خود را مسئول سرنوشت خویش می‌دانند و اهداف آن‌ها در زندگی شفاف و روشن است (الاندت[12]، ۲۰۱۵). در پژوهشی که توسط ارسلان و آلن[13] (۲۰۲۲) انجام شد، نتایج نشان داد که معنا در زندگی نقش میانجی در رابطه با استرس و بهزیستی روانشناختی دارد. در واقع می‌تواند باعث کاهش استرس شود که خود کمک کننده به بهزیستی روانشناختی است. در پژوهش دیگری که جامعه آماری آن دانشجویان بود نتایج نمایان ساخت که معنا در زندگی از بهزیستی روانشناختی حمایت می‌کند (راشید و همکاران، ۲۰۲۲). همچنین مطالعات بر روی جوامع بالینی و غیر بالینی بزرگسال نشان داده است که معنای زندگی همبستگی مثبت با کیفیت زندگی دارد و همچنین با افسردگی همبستگی منفی دارد (بروزوز[14] و همکاران، ۲۰۱۶).

علاوه بر معنا در زندگی که نقش به‌سزایی در بهزیستی روانشناختی افراد دارد، مطالعات قبلی نشان داده‌اند که مولفه‌های سرمایه روانشناختی قابلیت پیش‌بینی بهزیستی روانشناختی را دارند. سرمایه روانشناختی یک وضعیت انگیزشی مثبت است (داتو و والدز[15]، ۲۰۱۶) که شامل امید (استقامت در رسیدن به اهداف و در صورت لزوم، تغییر مسیر دادن برای رسیدن به هدف)، خوشبینی (نسبت به موفقیت در زمان حال و آینده دید مثبت داشتن)، خودکارآمدی (داشتن اعتماد به نفس برای اعمال تلاش لازم در جهت موفقیت در کارهای چالش بر انگیز) و تاب آوری (پایداری و برگشت به عقب هنگام گرفتاری در مشکلات و ناملایمات برای رسیدن به موفقیت) است (نفیس و جهان[16]، ۲۰۱۷). این سازه به افراد در برخورد موثر با زندگی روزمره کمک می‌کند تا افراد بتوانند فعالانه عمل کنند، به احتمالات اعتماد کنند و به سناریوهای آینده نگرش مثبتی داشته باشند بدون آن که در برابر مشکلات

1. Ryff
2. Ryan & Deci
3. Morales-Rodríguez
4. Nippert & Smith
5. Diener & Oishi
6. iiiii i
7. aa vsss
8. uuu
9. Tuaahlvll & aapaiidze
10. Faankl
11. Rasheed
12. aaa ndeee
13. sss nnn& nnnnn
14nooouzos
15. aa uu& Vaddez
16. aa eee&&&&ahan

و موانع دلسرد شوند (سینسیتی[1] و همکاران، ۲۰۲۰). هر چه افراد بیشتر از سرمایه روانشناختی برخوردار باشند، احتمال اینکه انگیزه، رضایت و بهزیستی بیشتری را تجربه کنند افزایش می‌یابد (کان و گادانز[2]، ۲۰۲۲). سرمایه روانشناختی مجموعه ای هماهنگ از منابع شخصی مثبت است که افراد می توانند برای مقابله با اثرات منفی استرس و ارتقای سلامت روان خود به آن تکیه کنند. به ویژه در زمان های سختی، افراد می توانند از سرمایه روانشناختی بالای خود برای مقابله با استرس و سازگاری با محیط متلاطم بهره مند شوند (هانگ و ژانگ[3]، ۲۰۲۲). همچنین مطالعات نشان داده‌اند که سرمایه روانشناختی با افکار خودکشی که از نشانه‌های ضعیف بودن بهزیستی روانشناختی فرد است، در ارتباط است و در ظهور و محدود شدن آن نقش قابل توجهی دارد (فرشی اقدم و همکاران، ۱۴۰۲). در پژوهشی که پراسات[4] و همکاران (۲۰۲۱) انجام دادند، نتایج نشان داد که خوشبینی و خودکارآمدی به شکل قابل توجه‌ای بهزیستی روانشناختی را پیش‌بینی می کنند. در مطالعه دیگری نتایج حاکی از آن بود که امیدواری نقش میانجی در رابطه معنا در زندگی و بهزیستی روانشناختی دارد (یالچین و مالکوچ[5]، ۲۰۱۵). همچنین در مطالعه‌ای که توسط محسنی و همکاران (۲۰۱۹) صورت گرفت مشخص شد که تاب‌آوری باعث بهبود بهزیستی روانشناختی می‌شود و در مطالعه دیگری نتایج نشان داد که معنا در زندگی می‌تواند باعث تقویت خوشبینی شود و خوشبینی خود باعث افزایش بهزیستی روانشناختی می‌شود (کروک و تلکا[6]، ۲۰۱۹). پژوهش دیگری نشان داد که مولفه‌های سرمایه روانشناختی می‌توانند نقش میانجی بین بهزیستی و حمایت خانواده ایفا کنند (وانگ[7] و همکاران، ۲۰۲۳).

مطالعات پیشین نشان داده‌اند که معنا در زندگی می‌تواند بر مولفه‌های سرمایه روانشناختی اثرگذار باشد. در مطالعه‌ای که یالچین و مالکوچ (۲۰۱۵) انجام دادند، نتایج نشان داد که معنا در زندگی امیدواری را پیش‌بینی می کند. در پژوهشی توسط سابایتیت و دیرزیت[8] (۲۰۱۶) بر روی جوانان بیکار و پژوهش دیگری توسط پرامانیک و بیسمال[9] (۲۰۲۰) بر روی زنان مسن، نشان داده شد که بین رضایت از زندگی که از نشانه‌های معنا داشتن در زندگی است و سرمایه روانشناختی، همبستگی مثبت برقرار است. همچنین پژوهش دیگری توسط سنتیسی و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد که سرمایه روانشناختی رضایت از زندگی پیش‌بینی می‌کند. در پژوهش دیگری (اسکندری و همکاران، ۱۳۹۸) که درمورد پیش‌بینی تاب آوری بر اساس حمایت اجتماعی و سبک دلبستگی با میانجی‌گری خودکارآمدی و معنا در زندگی انجام شد، نتایج به دست آمده نشان داد که افرادی که در زندگی خود به یک معنای شفاف دست یافته‌اند، مشکلات زندگی را در یک چهارچوب خاص در نظر می‌گیرند و اینگونه تاب آوری آن ها که یکی از مولفه‌های سرمایه روانشناختی است افزایش می‌یابد و می‌توانند در مقابل سختی‌های زندگی بهتر تاب بیاورند.

از آنجایی که دانشجویان قشر قابل توجه‌ای از جامعه را تشکیل دادند و تعداد آن‌ها رو به افزایش است و همچنین دانشگاه دوره‌ای حساس در زندگی دانشجویان محسوب می‌شود، پی بردن به عوامل تاثیرگذار بر بهزیستی روانشناختی و تلاش برای تقویت آن، منجر به عملکرد تحصیلی بهتری در این دوره می‌شود. با توجه به اینکه عملکرد تحصیلی مستقیما با آینده شغلی و اجتماعی فرد و همچنین آینده فرزندان او در ارتباط است، اهمیت پژوهش‌های بیشتر در جهت ارائه راهکارهای پیشگیرانه و مداخله‌ای برای بهبود بهزیستی روانشناختی غیرقابل انکار است. در پژوهش‌های زیادی درمورد تاثیر معنا در زندگی بر بهزیستی روانشناختی و همچنین تاثیر سرمایه روانشناختی بر آن مطالعه صورت گرفته است اما در زمینه نقش میانجی سرمایه روانشناختی در رابطه بین معنا در زندگی و بهزیستی روانشناختی کار نشده است. در واقع در پژوهش‌های قبلی نقش مولفه‌های سرمایه روانشناختی به شکل تکی در نظر گرفته شده است و نقش هر چهار مولفه به صورت کلی در نظر گرفته نشده است که در این پژوهش سرمایه روانشناختی به مولفه‌های آن تقسیم نشد و به طور کلی در نظر گرفته شد. با توجه به اینکه هر دو این متغیرها (معنا در زندگی و سرمایه روانشناختی) تاثیر قابل توجه‌ای بر بهزیستی روانشناختی دارند، بررسی تاثیرگذاری آن‌ها به شکل همزمان می‌تواند ما را به بینش جدیدی برساند.

روش

این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است که به روش مدل‌یابی معادلات ساختاری انجام شد. جامعه آماری این مطالعه دانشجویان دانشگاه تبریز در سه ماه اول سال ۱۴۰۲ بودند. به‌منظور محاسبه حجم نمونه از روش هومن (۱۳۹۳) تبعیت شد؛ طبق این روش می‌بایست به ازای هر یک از متغیرهای قابل اندازه‌گیری در مدل ۵ الی ۱۵ نمونه در نظر گرفت، در این مطالعه تعداد متغیرهای قابل مشاهده ۱۲ مورد است، بنابراین حجم نمونه بین ۶۰ الی ۱۸۰ می‌باشد؛ اما پیشنهاد شده است که حداقل حجم نمونه در مطالعات مدل‌یابی کمتر از ۲۰۰ نفر نباشد، جهت افزایش اعتبار پژوهش و کاهش اثر ریزش‌های احتمالی حجم نمونه نهایی ۲۴۰ نفر در نظر گرفته شد. نمونه‌گیری به شیوه در دسترس با استفاده از فرم نظرسنجی آنلاین انجام شد. رضایت و علاقه جهت شرکت در پژوهش، دسترسی به فضای مجازی جهت تکمیل پرسشنامه‌ها و دانشجو بودن شرکت کننده‌ها به عنوان معیار ورود در نظر گرفته شد؛ همچنین عدم تکمیل پرسشنامه‌ها، عدم علاقه به شرکت در پژوهش و محصل نبودن فرد در دانشگاه به عنوان معیار خروج لحاظ شد. همه افراد در این مطالعه با رضایت آگاهانه مشارکت داشتند و شرکت در پژوهش به صورت اختیاری بود؛ همچنین افراد از اهداف پژوهش آگاه بودند. برای جمع آوری داده‌های پژوهش از ابزارهای زیر استفاده شد:

1. Santisi
2. Kun & Gadanecz
3. Huang & Zhang
4. Paaaahh
5. Yannnn& Malkoc
6. oook & Tekka
7. Wang
8. Sabatty&&&&žžyèè
9. Paamankk& aaaaa a

پرسشنامه معنای زندگی استیگر و همکاران (MLQ)[1]: این پرسشنامه توسط استیگر و همکاران (۲۰۰۶) با ۱۰ سوال طراحی شده است. این پرسشنامه در جهت ارزیابی تلاش برای یافتن معنا برای زندگی تهیه شده است. این پرسشنامه از دو زیر مقیاس وجود معنا و جستجوی معنا تشکیل شده است. روش نمره‌گذاری آن بر اساس مقیاس لیکرت ۷ درجه‌ای از کاملا نادرست (نمره ۱) تا کاملا درست (نمره ۷) تنظیم شده است. به استثنای سوال ۹ بقیه سوالات نمره‌گذاری مستقیم دارند. هر زیر مقیاس ۵ سوال دارد. سوالات ۴، ۵، ۶ و ۹ وجود معنا را می‌سنجند و سایر سوالات برای جستجوی معنا طراحی شده‌اند. حداقل نمره در این پرسشنامه ۱۰ و حداکثر ۷۰ می باشد، که نمرات بیشتر نشان دهنده معنا در زندگی است. بر اساس گزارش استیگر و همکاران (۲۰۰۶) این پرسشنامه از روایی بالایی برخوردار است و همسانی درونی خرده مقیاس وجود معنا را ۰/۸۶ و جستجوی معنا را ۰/۸۷ گزارش کرده‌اند. اعتبار این پرسشنامه ۰/۸۷ برآورد شده است. طبق پژوهش استگر و همکاران (۲۰۰۶)، پایایی آن ۰/۷۳ است. همچنین در مطالعه براتی سده (۱۳۸۸) پایایی این ابزار را به روش همسانی درونی با محاسبه ضریب آلفای کرونباخ برای وجود معنا ۰/۸۷ و برای جستجوی معنا ۰/۹۱ گزارش کرد.

پرسشنامه بهزیستی روانشناختی ریف (RSPWB) [2]: مقیاس بهزیستی روانشناختی توسط ریف (۱۹۸۹) تهیه شده است. در این پژوهش از فرم کوتاه ۱۸ سوالی استفاده شده است. این پرسشنامه داری ۶ عامل پذیرش خود، تسلط بر محیط، روابط مثبت با دیگران، هدفمندی در زندگی، رشد فردی و خودمختاری است. این زیر مقیاس ها در مقیاس لیکرت ۶ درجه ای (از کاملا مخالف=۱ تا کاملا موافق=۶) نمره‌گذاری می‌شوند. سوالات (۳، ۴، ۵، ۹، ۱۰، ۱۳، ۱۶، ۱۷) به صورت معکوس و ۱۰ سوال دیگر به شکل مستقیم نمره گذاری می‌شوند. گویه‌های ۲، ۸ و ۱۰ پذیرش خود، گویه‌های ۳، ۱۱ و ۱۳ روابط مثبت با دیگران، گویه‌های ۹، ۱۲ و ۱۸ خود مختاری، گویه‌های ۷، ۱۵ و ۱۷ رشد شخصی، گویه‌های ۵، ۱۴ و ۱۶ زندگی هدفمند و گویه‌های ۱، ۴ و ۶ تسلط بر محیط را می‌سنجند. حداقل نمره اخذ شده در این پرسشنامه ۱۸ و حداکثر آن ۱۰۸ است که هر چه نمره کسب شده بالاتر باشد نشان دهنده بهزیستی روانشناختی بیشتر است. همسانی درونی این مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ در ۶ عامل پذیرش خود، تسلط بر محیط، ارتباط مثبت با دیگران، داشتن هدف در زندگی، رشد شخصی و استقلال برابر با ۰/۵۱، ۰/۷۶، ۰/۷۵، ۰/۵۲، ۰/۷۳، ۰/۷۲ و برای کل مقیاس ۰/۷۱ به دست آمد (ریف، ۱۹۸۹). خانجانی و همکاران (۱۳۹۳) در پژوهش خود با نام ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی سیاههٔ روان‌درمانی مثبت‌نگر، میزان همسانی درونی فرم کوتاه مقیاس بهزیستی روانشناختی را با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ، ۰/۷۸ به دست آوردند. همچنین روایی این مقیاس در نمونه ایرانی به روش تحلیل عاملی تاییدی با شش عامل تایید شده است و مدل اندازه‌گیری از برازش مطلوب برخوردار بوده است.

پرسشنامه سرمای روانشناختی لوتانز (PCQ)[3] : این پرسشنامه را لوتانز و همکاران (۲۰۰۷) طراحی کرده‌اند که از ۲۴ سوال و ۴ خرده مقیاس امیدواری، تاب‌آوری، خوشبینی و خودکار آمدی تشکیل شده است. هر مقیاس شامل شش گویه است که آزمودنی‌ها به هر گویه در مقیاس شش درجه ای لیکرت (کاملا مخالفم تا کاملا موافقم) پاسخ می‌دهند. سوالات ۱ تا ۶ مربوط به خرده مقیاس خودکارآمدی، سوالات ۷ تا ۱۲ مربوط به خرده مقیاس امیدواری، سوالات ۱۳ تا ۱۸ مربوط به خرده مقیاس تاب‌آوری و سوالا ۱۹ تا ۲۴ مربوط به خرده مقیاس خوشبینی است. سوالات ۱۳،۲۰ و ۲۳ به شکل معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. ۶ سوال اول پرسشنامه مربوط به خود کار آمدی، ۶ سوال دوم مربوط به امیدواری، ۶ سوال سوم مربوط به تاب آوری و ۶ سوال چهارم مربوط به خوش بینی است. برای به دست آوردن نمره سرمایه روانشناختی، ابتدا نمره هر خرده مقیاس به شکل جداگانه محاسبه می‌شود و سپس مجموع آن‌ها به عنوان نمره کل در نظر گرفته می‌شود. این پرسشنامه توسط لوتانز و همکاران (۲۰۰۷) اعتباریابی شده است. لوتانز (۲۰۰۷) با استفاده از تحلیل عاملی و معادلات ساختاری نسبت خی دو این آزمون را ۶/۲۴ و آماره‌های CFI و RMSEA این مدل را ۰/۹۷ و ۰/۸۰ گزارش کرده است که روایی عاملی آزمون مورد تأیید قرار گرفته است. در پژوهش هاشمی نصرت آباد و همکاران (۱۳۹۱) میزان پایایی این پرسشنامه با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ بدست آمده است.

روش اجرا

از آنجایی که اجرای پژوهش به روش آنلاین بود، پرسشنامه‌ها به صورت یک نظرسنجی آنلاین با بهره‌گیری از سامانه پرس‌لاین طراحی و از طریق شبکه‌های اجتماعی مجازی در اختیار دانشجویان قرار داده شد. بعد از تکمیل این مرحله داده‌های خام استخراج شد و مورد بررسی اولیه قرار گرفت. به منظور تحلیل داده‌ها، از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری و آزمون بوت استرپ در نرم‌افزارهای آماری SPSS و Amos نسخه‌های ۲۴ انجام شد.

یافته‌ها

در این قسمت به یافته‌های توصیفی و استنباطی پرداخته شده است. در این مطالعه ۲۴۰ نفر مشارکت داشتند، اما در نهایت ۲۱۹ داده مورد تحلیل قرار گرفت، سایر داده‌ها به دلیل ناقص بودن یا پرت بودن (با محاسبه فاصله ماهالانوبیس) از تحلیل خارج شدند. شرکت‌کنندگان در میانگین سنی ۴/۵۸±۲۴/۴۰ سال قرار داشتند. ۱۷۸ نفر (۸۱/۳ درصد) زن بودند. ۱۵۶ نفر (۷۵/۳ درصد) در مقاطع تحصیلی کاردانی و کارشناسی بودند و بقیه افراد در مقطع کارشناسی ارشد یا دکتری بودند. ۱۷۴ نفر (۷۹/۵ درصد) مجرد و سایر افراد متاهل بودند. ۱۲۹ نفر (۵۸/۹ درصد) بیکار و بقیه افراد شاغل بودند. در ادامه اطلاعات توصیفی و ضرایب همبستگی پیرسون در جدول ۱ ارائه شده است.

1 Meannng in ii ee Queoooonna((((( )))
2. Ryff Scasss o Psychologaaa Well-benng SSSP)))
3. Pyychooogaaa .. ptta. uu eoooonnaPPPPPPP

جدول۱: یافته‌های توصیفی و ضرایب همبستگی بین متغیرها (۲۱۹ نفر)

متغیر	بهزیستی روانشناختی	معنا در زندگی	سرمایه روانشناختی
بهزیستی روانشناختی	۱		
معنا در زندگی	۰/۴۲۸ **	۱	
سرمایه روانشناختی	۰/۶۰۷ **	۰/۵۴۳ **	۱
میانگین	۷۸/۷۰	۵۱/۰۴	۱۰۰/۶۸
انحراف معیار	۱۱/۶۳	۸/۰۷	۱۸/۴۰
کجی	-۰/۲۳۵	-۰/۲۲۶	-۰/۲۸۰
کشیدگی	-۰/۱۴۴	-۰/۱۴۳	-۰/۲۳۴

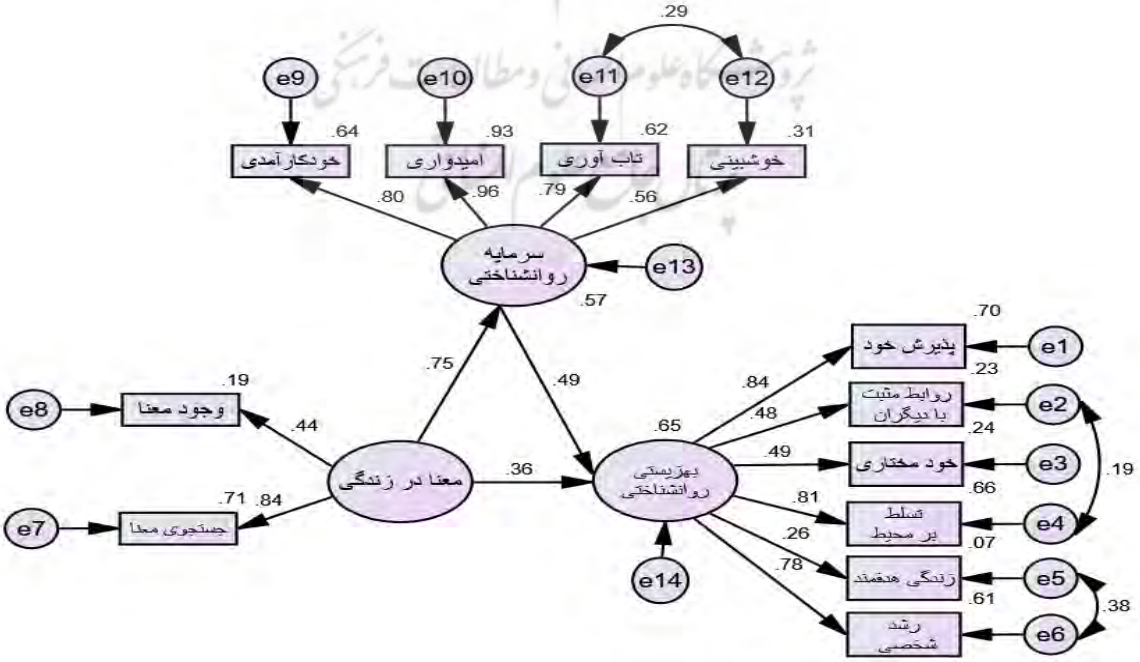
میانگین و انحراف معیار متغیرهای بهزیستی روانشناختی (۱۱/۶۳±۷۸/۷۰)، معنا در زندگی (۸/۰۷±۵۱/۰۴) و سرمایه روانشناختی (۱۸/۴۰±۱۰۰/۶۸) در جدول ۱ ارائه شده است. همچنین شاخص‌های چولگی و کشیدگی در دامنه ۲ و ۲- قرار دارد که نشان دهنده این است که متغیرها دارای توزیع نرمال است.

جهت بررسی روابط خطی بین متغیرها از آزمون ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد، نتایج نشان داد که معنا در زندگی (r=۰/۴۲۸) و سرمایه روانشناختی (r=۰/۶۰۷) به طور مثبت و معنادار با بهزیستی روانشناختی رابطه دارند؛ همچنین بین معنا در زندگی و سرمایه روانشناختی (r=۰/۵۴۳) همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد (P<۰/۰۵). برای بررسی سوال پژوهشی مبنی بر این که سرمایه روانشناختی می‌تواند بین معنا در زندگی و بهزیستی روانشناختی نقش میانجی را ایفا کند از مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده شد که مدل پژوهش در شکل ۱ و جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲: شاخص‌های برازندگی مدل‌یابی معادلات ساختاری

شاخص‌های برازش	CMIN/DF	GFI	AGFI	CFI	NFI	RMSEA
مدل پژوهش اولیه	۳/۵۰۷	۰/۹۱۳	۰/۸۸۶	۰/۹۰۶	۰/۸۷۴	۰/۱۰۴
مدل پس از اصلاح	۲/۴۱۱	۰/۹۵۱	۰/۹۱۶	۰/۹۴۷	۰/۹۱۴	۰/۰۷۹
معیار تصمیم	CMIN/DF<۳	GFI >۰/۹	AGFI >۰/۹	CFI >۰/۹	NFI >۰/۹	RMSEA<۰/۰۸

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد، شاخص‌های برازندگی حاصل از مدل‌یابی معادلات ساختاری پس از حذف داده‌های پرت و اصلاح (سه اصلاح کوواریت) از برازش قابل قبول مدل اندازه‌گیری با داده‌های گردآوری شده حمایت می‌کنند (χ^2/df=۲/۴۱۱، GFI =۰/۹۵۱، AGFI =۰/۹۱۶، CFI =۰/۹۴۷، NFI =۰/۹۱۴ و RMSEA =۰/۰۷۹)، بر این اساس می‌توان گفت که مدل پیشنهادی از برازش مطلوب برخوردار است.



شکل ۱: مدل آزمون شده پژوهش

نتایج ضرایب مسیر در شکل ۱ بیانگر این است که مدل پیشنهادی در مجموع ٪۶۵ از واریانس بهزیستی روانشناختی را در شرکت‌کنندگان پیش‌بینی می‌کند. در ادامه در جدول ۳ نتایج اثرات مستقیم در مدل ارائه شده است.

جدول ۳: ضرایب مسیر مستقیم و معناداری سازه‌های مدل ساختاری

مسیر	ضریب استاندارد	ضریب غیر استاندارد	CR	سطح معناداری
معنا در زندگی بر بهزیستی روانشناختی	۰/۳۶۴	۱/۵۱۶	۲/۴۳۲	۰/۰۰۳
معنا در زندگی بر سرمایه روانشناختی	۰/۷۵۳	۳/۴۲۷	۵/۶۴۵	۰/۰۰۱
سرمایه روانشناختی بر بهزیستی روانشناختی	۰/۴۹۴	۳/۳۴۴	۳/۷۸۹	۰/۰۱۹

مندرجات جدول ۳ نشان داد که اثر مستقیم معنا در زندگی بر بهزیستی روانشناختی (β =۰/۳۶۴) و سرمایه روانشناختی (β =۰/۷۵۳) معنادار بود، همچنین اثرمستقیم سرمایه روانشناختی بر بهزیستی روانشناختی (β =۰/۴۹۴) معنادار بود (P<۰/۰۵). در ادامه، نتایج تحلیل میانجی با استفاده از آزمون بوت استراپ در جدول ۴ ارائه شده است.

جدول ۴: اثر میانجی مدل فرضی

مسیر	ضریب استاندارد	خطای استاندارد	دامنه پایین ٪۹۵	دامنه بالا ٪۹۵	سطح معناداری
معنا در زندگی-سرمایه روانشناختی - بهزیستی روانشناختی	۰/۳۷۲	۰/۱۵۰	۰/۱۹۲	۰/۵۷۳	۰/۰۰۸

نتایج آزمون بوت استراپ نشان داد که نقش میانجی سرمایه روانشناختی در بین معنا در زندگی و بهزیستی روانشناختی (β=۰/۳۷۲) معنادار بود (P<۰/۰۵)؛ در واقع متغیر سرمایه روانشناختی بین معنا در زندگی و بهزیستی روانشناختی نقش میانجی جزئی دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

مطالعه حاضر با هدف بررسی نقش میانجی سرمایه روانشناختی در رابطه بین معنا در زندگی با بهزیستی روانشناختی در دانشجویان انجام شد. نتایج نشان داد که معنا در زندگی بر بهزیستی روانشناختی اثر مثبت دارد؛ در واقع افزایش معنا در زندگی با افزایش بهزیستی روانشناختی همراه است. نتیجه حاضر با مطالعات ارسلان و آلن (۲۰۲۲)، راشید و همکاران (۲۰۲۲) و بروزوز و همکاران (۲۰۱۶) همسو است. در تبیین می‌توان گفت نگرش معنادار به زندگی مهارت‌های لازم برای زندگی را برای افراد فراهم می‌کند که باعث بهبود توانایی آن‌ها برای غلبه بر ناملایمات و دستیابی به زندگی شاد می‌شود. (کروک و تلکا، ۲۰۱۹). معنا در زندگی و احساس هدفمند بودن باعث ارتباطات اجتماعی بهتر می‌شود، فرد از حمایت اجتماعی بیشتری بهره‌مند می‌شود و احساس تعلق به جامعه پیدا می‌کند که خود باعث افزایش بهزیستی روانشناختی می‌شود. همچنین داشتن معنا در زندگی باعث ارزیابی مثبت فرد از زندگی خود و در نتیجه عزت نفس بیشتر می‌شود. مطالعات پیشین نشان داده است که عزت نفس بالاتر با بهزیستی روانشناختی در ارتباط است (اورت و رابینز[1]، ۲۰۲۲). افرادی که از معنا در زندگی بیشتری برخوردار هستند رضایت از زندگی بیشتری را تجربه می‌کنند چرا که مجموعه‌ای از باورها را پرورش می‌دهند که که سخت‌کوشی و هدفمند بودن را افزایش می‌دهند و به این ترتیب رضایت زندگی بیشتری را احساس می‌کنند (صدوقی و حسام‌پور، ۱۳۹۶). همچنین معنا در زندگی با استرس همبستگی منفی دارد (بانو[2]، ۲۰۱۴) و ادراک فرد از جایگاهی که در زندگی دارد و تلاش او برای یافتن معنا از راه‌های مقابله با استرس است (محسنی و همکاران، ۲۰۱۹) و تجربه کمتر استرس باعث افزایش سلامت روان فرد می‌شود. همچنین فرانکل (۲۰۰۵) که از برجسته‌ترین تئوری پردازان در زمینه معنا در زندگی است بیان می‌کند که افرادی که از معنا در زندگی برخوردار نیستند بیشتر از دیگران از افسردگی و نارضایتی از زندگی رنج می‌برند. همچنین با توجه به مدل خود هم سازگاری[3] دستیابی به معنا و داشتن اهداف معنادار که با علایق و ارزش‌های فردی هماهنگ هستند باعث می‌شود فرد عواطف مثبت بیشتری را تجربه کند که باعث افزایش بهزیستی روانشناختی می‌شود.

نتیجه دیگر نشان داد که معنا در زندگی بر سرمایه روانشناختی اثر مثبت دارد؛ در واقع افزایش معنا در زندگی با افزایش سرمایه روانشناختی همراه است. نتیجه حاضر با مطالعات پرامانیک و بیسمال (۲۰۲۰)، سنتیسی و همکاران (۲۰۲۰)، سابایتیت و دیرزیت (۲۰۱۶)، یالچین و مالکوچ (۲۰۱۵) و اسکندری و همکاران (۱۳۹۸) همسو است. در تبیین می‌توان گفت افرادی که از معنا در زندگی برخوردار هستند به واسطه آن معنا توانایی پایداری در برابر مشکلات و چالش‌های زندگی را به‌دست می‌آورند که خود به معنای تاب‌آوری است. همچنین استگر[4] (۲۰۱۲) پیشنهاد می‌کند که درک معنای زندگی ارزش انگیزشی ذاتی دارد که باعث می‌شود افراد وظایف دشوار خود را حل و فصل کنند، در برابر استرس و فشار مقاومت نشان دهند و دید وسیع‌تری نسبت به آینده گسترش دهند. که این به نوبه خود پیگیری اهداف شخصی را تسهیل می‌کند و پیشرفت بیشتر در جهت اهداف را تحریک

1. Orth & Robins
2. aa no
3. eeff-concordance
4. Sgggr

می‌کند که باعث انتظارات مثبت نسبت به آینده می‌شود که خود خوشبینی را تقویت می‌کند (کروک و تلکا، ۲۰۱۹). داشتن زندگی معنادار با هدفمند بودن در ارتباط است. وجود اهداف در زندگی باعث می‌شود مسیر مشخص‌تر باشد و بنابراین فرد بتواند بهتر تمرکز کند. همچنین دنبال کردن اهداف معنادار باعث انگیزه که عنصر اصلی امیدواری است می‌شود و در نتیجه باعث تقویت امید و نگرش مثبت فرد به آینده می‌شود.

نتایج نشان داد که سرمایه روانشناختی بر بهزیستی روانشناختی اثر مثبت دارد؛ در واقع افزایش سرمایه روانشناختی با افزایش بهزیستی روانشناختی همراه است. نتیجه حاضر با مطالعات پراسات و همکاران (۲۰۲۱)، کروک و تلکا (۲۰۱۹)، محسنی و همکاران (۲۰۱۹) و یالچین و مالکوچ (۲۰۱۵) همسو است. در تبیین می‌توان گفت با توجه به عقیده لوتانز[1] (۲۰۰۷) منابع سرمایه روانشناختی (امیدواری، تاب‌آوری، خودکارآمدی و خوشبینی) با فراهم آوردن مکانیسم‌هایی برای قالب بندی مجدد برای موقعیت‌های بالقوه منفی یا خنثی باعث توانایی افراد در ارزیابی مثبت شرایط مختلف می‌شود (پراسات و همکاران، ۲۰۲۱). برای مثال افرادی که خوشبین هستند در هنگام مواجهه با مشکلات کمتر از مکانیسم انکار استفاده می‌کنند و سعی می‌کنند برخورد منطقی داشته باشند و همچنین خاستگاه اتفاقات منفی را عوامل بیرونی گذرا می‌دانند نه عوامل درونی ماندگار (بالدوین و همکاران، ۲۰۱۰؛ به نقل از ولی بیگی و همکاران ۱۴۰۰). همچنین افرادی که دارای صفت تاب‌آوری هستند در برابر استرس مقاومت بیشتری از خود نشان می‌دهند در نتیجه قادر هستند راهبردهای بهتری را برای مقابله با مشکلات زندگی انتخاب کنند . این افراد در کنترل هیجانات خود موفق‌تر هستند و با تجربه شکست به راحتی دلسرد نمی‌شوند. با توجه به این ویژگی‌ها می‌توان نتیجه گرفت تحمل این افراد در برابر آشفتگی بیشتر است و در نتیجه بهزیستی روانشناختی آن‌ها بالاتر است. همچنین افرادی که خوشبین‌تر هستند از راهبردهای مقابله‌ای سازنده استفاده می‌کنند که آن‌ها را قادر می‌سازد موثرتر با منابع استرس مقابله کنند. به نظر می‌آید دلیل این موضوع دید مثبتی است که به آینده دارند. آن‌ها نسبت به اینکه در آینده اتفاقات خوبی می‌افتد مطمئن هستند و همین باعث می‌شود استرس و نگرانی کم‌تری را تجربه کنند (کروک و تلکا، ۲۰۱۹).

نتایج نشان داد که نقش میانجی سرمایه روانشناختی در بین معنا در زندگی و بهزیستی روانشناختی معنادار بود؛ در واقع متغیر سرمایه روانشناختی بین معنا در زندگی و بهزیستی روانشناختی نقش میانجی جزئی داشت. در این راستا راشید و همکاران (۲۰۲۲) نشان دادند که معنا در زندگی به واسطه تاب آوری بر بهزیستی موثر بوده است؛ همچنین کروک و تلکا (۲۰۱۹) نشان دادند که خوشبینی در رابطه بین معنا در زندگی و بهزیستی روانشناختی نقش میانجی دارد. در مطالعه دیگری یالچین و مالکوچ (۲۰۱۵) نشان دادند امیدواری دارای نقش میانجی بین معنا در زندگی و بهزیستی روانشناختی است. در تبیین می‌توان گفت با توجه به اینکه داشتن معنا در زندگی باعث می‌شود فرد در مسیر رسیدن به آن معنا و اهداف هم‌سو با آن حرکت کند و همچنین دنبال کردن این اهداف نیازمند مولفه‌هایی است که در سرمایه روانشناختی وجود دارد تا شرایط لازم برای فرد در جهت پایداری در برابر چالش‌ها و دلسرد نشدن محیا شود و از آنجایی که دنبال کردن این اهداف باعث تجربه عواطف مثبت و رضایت از زندگی می‌شود که خود باعث بهبود بهزیستی روانشناختی می‌شود، می‌توان گفت سرمایه روانشناختی نقشی غیر قابل انکار در رابطه بین معنا در زندگی و بهزیستی روانشناختی دارد.

همچنین، افرادی که نگاه معناداری به زندگی دارند، به واسطه آن معنا انگیزه بیشتری دارند که این انگیزه می‌تواند باعث تقویت مولفه‌های سرمایه روانشناختی در فرد شود. بهبود مولفه‌های سرمایه روانشناختی می‌تواند باعث انتخاب فعالیت‌ها و اهداف سخت‌تر در حوزه‌های مختلف زندگی شود و فرد تمام تلاش خود را بکند تا آن فعالیت را به درستی انجام دهد و بعد از رسیدن به هدف، احساس شادی و رضایت زیادی تجربه کند (چرا که فعالیت سختی را با موفقیت به پایان رسانده است) و این شعف خود باعث افزایش بهزیستی روانشناختی می‌شود (کریمی و همکاران، ۲۰۲۳). از طرفی، حتی اگر فرد در فعالیت‌های خود شکست را تجربه کند، با کمک منابع سرمایه روانشناختی مانند امیدواری و خوش‌بینی می‌تواند تعبیر مثبتی از شکست داشته باشد و آن را برای مثال، مرحله‌ای در مسیر پیشرفت معنا کند. در نتیجه از ادامه مسیر ناامید نمی‌شود و از تجربه عواطف و افکار منفی جلوگیری می‌شود که خود باعث می‌شود بهزیستی روانشناختی در سطح قابل قبولی حفظ شود.

علاوه بر این، دانشجویانی که زندگی معناداری دارند احساس می کنند که وجودشان مهم است. آن‌ها همچنین احساس می‌کنند توسط اهداف ارزشمند برانگیخته می‌شوند و چون این اهداف را ارزشمند و معنادار می‌دانند، امیدواری و تاب‌آوری را در خود تقویت می‌کنند. مطالعات نشان داده‌اند که مولفه‌های سرمایه روانشناختی می‌توانند نیات و رفتارهای اجتماعی را پیش‌بینی کنند. هر چه افراد از لحاظ سرمایه روانشناختی غنی‌تر باشند، بیشتر در روابط اجتماعی خود خیرخواهانه و مثبت رفتار می‌کنند (ژانگ[2] و همکاران، ۲۰۲۲) که این خود باعث بهبود روابط اجتماعی و بازخورد مثبت گرفتن و تشویق شدن از طرف دیگران می‌شود و این امری است که باعث افزایش بهزیستی روانشناختی می‌شود.

این پژوهش همانند هر پژوهش دیگری از محدودیت برخوردار است. در وهله اول باید اشاره کرد که این مطالعه در مورد جامعه دانشجویان صورت گرفته است که جمعیت نسبتا همگنی به حساب می‌آید و پیشنهاد می‌شود این مطالعه در مورد جوامع دیگر نیز انجام شود. از طرفی نمونه‌گیری مورد استفاده در این پژوهش از نوع در دسترس بوده و خود تعمیم‌پذیری نتایج را کاهش می‌دهد. در همین راستا پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده یا تصادفی خوشه‌ای استفاده شود. در این پژوهش از ابزارهایی استفاده شد که دارای مقیاس‌های خود سنجی بودند و با اینکه از روایی و پایایی قابل قبول برخوردار بودند، همواره امکان رخ دادن سو گیری به علت تلاش بعضی شرکت‌کنندگان به بهتر نشان دادن خود، وجود دارد. برای به حداقل رساندن خطا در این موضوع، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی از روش‌هایی مانند مصاحبه حضوری استفاده شود.

1. uu thans

2. Zhang

منابع

اسکندری، الهام؛ جلالی، ایوب؛ موسوی، مرضیه؛ اکرمی، ناهید (۱۳۹۸). پیش بینی تاب آوری روانشناختی براساس حمایت اجتماعی و سبک دلبستگی با میانجی گری خودکارآمدی و معنا در زندگی. *پژوهشنامه روانشناسی مثبت*، ۵(۲ (پیاپی ۱۸))، ۳۰-۱۷.
https://doi.org/10.22108/ppls.2019.116694.1721

اصغری ابراهیم آباد، محمدجواد؛ ممی‌زاده اوجور، محمد (۱۳۹۷). نقش انعطاف پذیری روانشناختی و سرسختی روانشناختی در تبیین بهزیستی روانشناختی سربازان. *پژوهش‌های روان شناسی بالینی و مشاوره (مطالعات تربیتی و روان شناسی)*، ۸(۱)، ۳۷-۵۱ .
https://doi.org/10.22067/ijap.v8i1.67658

امینی، مرضیه؛ شهنی ییلاق، منیجه؛ حاجی یخچالی، علیرضا (۱۳۹۹). رابطه علی سرمایه روانشناختی با بهزیستی روانشناختی و عملکرد تحصیلی با میانجیگری سرمایه اجتماعی. *پژوهشنامه روانشناسی مثبت*، ۶(۲)، ۱-۱۶.
https://www.doi.org/10.22108/ppls.2020.116114.1688

بهادری خسروشاهی، جعفر؛ هاشمی نصرت آباد، تورج؛ باباپورخیرالدین، جلیل (۱۳۹۱). رابطه سرمایه روانشناختی با سرمایه اجتماعی دانشجویان دانشگاه تبریز. *پژوهش و سلامت*، ۲(۱)، ۶۳-۷۱.
https://dorl.net/dor/20.1001.1.23223782.1393.3.2.3.1

سلطانی، زیبا؛ صادق محبوب، سمانه؛ قاسمی جوبنه، رضا؛ و یوسفی، نجف (۱۳۹۵). نقش سرمایه روانشناختی در فرسودگی تحصیلی دانشجویان. *راهبردهای آموزش (راهبردهای آموزش در علوم پزشکی)*، ۹(۲)، ۱۵۶-۱۶۲.
http://edcbmj.ir/article-1-989-fa.html

شرکت، مرضیه؛ کلانتری، مهرداد؛ آذربایجانی، مسعود؛ عابدی، محمدرضا (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش هوش معنوی بر میزان هوش معنوی، بهزیستی روانشناختی، اضطراب و افسردگی دانشجویان. مجله علوم روانشناختی، ۱۹(۸۸)، ۴۸۳-۴۹۳.
http://psychologicalscience.ir/article-1-682-fa.html

صدوقی و حسام پور (۱۳۹۶). پیش‌بینی بهزیستی روانشناختی دانشجویان بر اساس بخشودگی و معنا در زندگی با توجه به نقش واسطه‌ای عواطف مثبت و منفی . *فصلنامه پژوهش های نوین روانشناختی*، ۱۲(۴۸)، ۱۹۶-۱۶۷.
https://dorl.net/dor/20.1001.1.27173852.1396.12.48.10.9

عسکری زاده، قاسم؛ پولادی، فرزانه (۱۳۹۵). پیش بینی گرایش به موسیقی بر اساس مولفه های معنا در زندگی و هیجان خواهی. *پژوهشنامه روانشناسی مثبت*، ۲(۴ (پیاپی ۸)، ۵۱-۶۳.
https://doi.org/10.22108/ppls.2017.21731

کاظمیان مقدم، کبری؛ مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ کیامنش، علیرضا؛ حسینیان، سیمین (۱۳۹۵). نقش تمایزیافتگی، معناداری زندگی و بخشودگی در پیش بینی رضایت زناشویی. *روانشناسی خانواده*، ۳(۲)، ۷۱-۸۲.
https://civilica.com/doc/1023580/

موحد، احمد؛ عباسی، زهره (۱۳۹۸). نقش ابعاد توانمندسازی روانشناختی در پیش بینی بهزیستی روانشناختی کارکنان شبکه بهداشت و درمان. *مدیریت بهداشت و درمان (نظام سلامت)*، ۱۰(۱)، ۵۳-۶.
https://civilica.com/doc/1295584

موسوی مقدم، سیدرحمت اله؛ کوچکی، زهرا؛ فرضی، مهناز (۱۴۰۰). بررسی الگوی رابطه ای سرمایه ی روانشناختی، معنویت و بهزیستی روانشناختی در دانشجویان. *مطالعات اسلامی در حوزه سلامت*، ۵(۴)، ۴۹-۵۸.
https://www.sid.ir/paper/1028630/fa

نصیری، محمد؛ کارسازی، حسین؛ اسماعیل پور، فاروق؛ بیرامی، منصور (۱۳۹۴). تاثیر معنی در زندگی، ذهن آگاهی و تاب آوری در شکوفایی دانشجویان. *پژوهشنامه روانشناسی مثبت*، ۱(۳)، ۲۱-۳۲.
https://dorl.net/dor/20.1001.1.24764248.1394.1.3.3.1

ولی بیگی، میترا، محب، نعیمه؛ عبدی، رضا. (۱۴۰۰). تبیین مدل ساختاری روابط بین خوشبینی و تاب آوری با بهزیستی روانشناختی بر اساس رضایت از زندگی در دانشجویان دارای نشانه های اختلال شخصیت مرزی. فصلنامه پژوهش های نوین روانشناختی، ۱۶(۶۴)، ۲۳۶-۲۵۳.
https://dorl.net/dor/20.1001.1.27173852.1400.16.64.9.8

هاشمیان، مائده؛ نامداری، کوروش؛ عابدی، احمد (۱۳۹۹). تاثیر درمان مبتنی بر امید بر سلامت روان و معناداری زندگی دانش آموزان دختر افسرده. *پژوهش های مشاوره (تازه ها و پژوهش های مشاوره)*، ۱۹(۷۳)، ۱۲۳-۱۴۵.
http://irancounseling.ir/journal/article-1-589-fa.html

هومن، حیدرعلی (۱۳۹۳). *مدل‌یابی معادلات ساختاری با کاربرد نرم‌افزار لیزرل*. تهران: انتشارت سمت.

یعقوبی، ابوالقاسم؛ نادری پور، حسین؛ یارمحمدی واصل، مسیب؛ محققی، حسین (۱۳۹۸). تبیین بهزیستی روانشناختی بر اساس ذهن آگاهی، نیاز به شناخت و سرمایه های روانشناختی در دانشجویان. *روان شناسی تربیتی (روانشناسی و علوم تربیتی)*، ۱۵(۵۲)، ۲۱۷-۲۳۷.
https://doi.org/10.22054/jep.2019.35337.2381

Arslan, G., & Allen, K. A. (2022). Exploring the association between coronavirus stress, meaning in life, psychological flexibility, and subjective well-being. *Psychology, Health & Medicine*, *27*(4), 803-814. https://doi.org/10.1080/13548506.2021.1876892

Ayoob, M., Wani, N., Ahmad, M., Jan, M., & Dar, B. (2015). Cultural intelligence as a predictor of acculturative stress and psychological well-being among college students. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, *41*(1), 86. http://www.jiaap.org.in/Listing_Detail/Logo/7a7c28ea-1620-4b7d-8c6a-9fd8b4688364.pdf

BAno, A. (2014). Impact of Meaning in Life on Psychological Wellbeing and Stress Among University Students. *Wien: Existenzanalyse, GLE-International*, 12, 21-25. https://www.existenzanalyse.org/wp-content/uploads/2014_1_Bano.pdf

Brouzos, A., Vassilopoulos, S. P., & Boumpouli, C. (2016). dd onnnnnnn subvvvvwwnnd psyhhoog -being: The role of meaning in life. *Hellenic Journal of Psychology*, *13*(3), 153-169. https://ejournals.lib.auth.gr/hjp/article/download/7864/7927

Calderon Jr, R., Pupanead, S., Prachakul, W., & Kim, G. (2021). Happiness, perceived stress, psychological well-being, and health behaviors of Thai university students: Preliminary results from a multinational study on well-being. *Journal of American College Health*, *69*(2), 176-184. https://doi.org/10.1080/07448481.2019.1657871

Davies, E. B., Morriss, R., & Glazebrook, C. (2014). Computer-delivered and web-based interventions to improve depression, anxiety, and psychological well-being of university students: a systematic review and meta-

Nippert, A. H., & Smith, A. M. (2008). Psychologic stress related to injury and impact on sport performance. *Physical medicine and rehabilitation clinics of North America*, *19*(2), 399-418. https://doi.org/10.1016/j.pmr.2007.12.003

Orth, U., & Robins, R. W. (2022). Is high self-esteem beneficial? Revisiting a classic question. *The American psychologist*, *77*(1), 5. 17. https://doi.org/10.1037/amp0000922

Pramanik, S., & Biswal, S. (2020). Ageism, psychological capital and life satisfaction: A study on elderly women. *The International Journal of Indian Psychology*, *8*(2), 1217-1225. http://dx.doi.org/10.25215/0802.139

Prasath, P. R., Mather, P. C., Bhat, C. S., & James, J. K. (2021). University Student Well-Being During COVID-19: The Role of Psychological Capital and Coping Strategies. *Professional Counselor*, *11*(1), 46-60. http://dx.doi.org/10.15241/prp.11.1.46

Rahimnia, F., Mazidi, A., & Mohammadzadeh, Z. (2013). Emotional mediators of psychological capital on well-being: The role of stress, anxiety, and depression. *Management Science Letters*, *3*(3), 913-926. http://dx.doi.org/10.5267/j.msl.2013.01.029

Rasheed, N., Fatima, I., & Tariq, O. (2022). University students' mental well-being during COVID-19 pandemic: The mediating role of resilience between meaning in life and mental well-being. *Acta psychologica*, *227*, 103618. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103618

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, *52*(1), 141-166. http://dx.doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141

bbbyyyy, E.,. & rrr yy,,, .. (2016).. ss yhholog paaa self-compassion, and life satisfaction of unemployed youth. *International journal of psychology: a biopsychosocial approach*, (19), 49-63.https://portalcris.vdu.lt/server/api/core/bitstreams/78f3e458-40f5-4f38-91a5-c4deb96b7f44/content

Santisi, G., Lodi, E., Magnano, P., Zarbo, R., & Zammitti, A. (2020). Relationship between psychological capital and quality of life: The role of courage. *Sustainability*, *12*(13), 5238. http://dx.doi.org/10.3390/su12135238

Sweetman, D., Luthans, F., Avey, J. B., & Luthans, B. C. (2011). Relationship between positive psychological capital and creative performance. *Canadian Journal of Administrative Sciences/Revue Canadienne des Sciences de l'Administration*, *28*(1), 4-13. https://doi.org/10.1002/cjas.175

Turashvili, T., & Japaridze, M. (2012). Psychological well-being and its relation to academic performance of students in Georgian context. *Problems of Education in the 21st Century*, *49*, 73. http://www.scientiasocialis.lt/pec/files/pdf/vol49/73-80.Turashvili_Vol.49.pdf

Wang, H., Ng, T. K., & Siu, O. L. (2023). How does psychological capital lead to better well-being for students? The roles of family support and problem-focused coping. *Current Psychology*, *42*(26), 22392-22403. https://doi.org/10.1007/s12144-022-03339-w

analysis. *Journal of medical Internet research*, *16*(5), e3142. https://doi.org/10.2196/jmir.3142

Diener E, Lucas R, Oishi S. (2002) Subjective wellbeing: the science of happiness and life satisfaction. New York: *Handbook of Positive Psychology* http://dx.doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195187243.013.0017

Farshiagdam, A., Bayrami, M., Zarean, M., Babapour Kheiroddin, J., & Hashemi Nosratabad, T. (2024). Structural relationships of personality factors and family functions in predicting students' suicidal thoughts with the mediation of psychological capital. *Journal of Modern Psychological Researches*, *18*(72), 227-238. https://doi.org/10.22034/jmpr.2024.17499

García-Alandete, J. (2015). Does meaning in life predict psychological well-being?. *The European Journal of Counselling Psychology*, *3*(2), 89-98. https://doi.org/10.5964/ejcop.v3i2.27

Huang, L., & Zhang, T. (2022). Perceived social support, psychological capital, and subjective well-being among college students in the context of online learning during the COVID-19 pandemic. *The Asia-Pacific Education Researcher*, *31*(5), 563-574. https://doi.org/10.1007/s40299-021-00608-3

Hedayati, M. M., & Khazaei, M. M. (2014). An investigation of the relationship between depression, meaning in life and adult hope. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, *114*, 598-601. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.753

Karimi, S., Ahmadi Malek, F., Yaghoubi Farani, A., & Lodbkknnn, .. (2023). The ro of rransformooon leadership in developing innovative work behaviors: The mddnnnnm ro of mnpooye psyhhoog p *Sustainability*, *15*(2), 1267. http://dx.doi.org/10.3390/su15021267

Krok, D., & Telka, E. (2019). Optimism mediates the relationships between meaning in life and subjective and psychological well-being among late adolescents. *Current Issues in Personality Psychology*, *7*(1), 32-42. http://dx.doi.org/10.5114/cipp.2018.79960

Kun, A., & Gadanecz, P. (2022). Workplace happiness, well-being and their relationship with psychological capital: A study of Hungarian Teachers. *Current Psychology*, *41*(1), 185-199. https://doi.org/10.1007/s12144-019-00550-0

Liu, X., Ping, S., & Gao, W. (2019). Changes in undergraduate suudnnss' psyhhoog -being as they experience university life. *International journal of environmental research and public health*, *16*(16), 2864. https://doi.org/10.3390/ijerph16162864

Mohseni, M., Iranpour, A., Naghibzadeh-Tahami, A., Kazazi, L., & Borhaninejad, V. (2019). The relationship between meaning in life and resilience in older adults: A cross-sectional study. *Health Psychology Report*, *7*(2), 133-138. http://dx.doi.org/10.5114/hpr.2019.85659

Morales-Rodríguez, F. M., Espigares-López, I., Brown, T., & Pérez-Mármol, J. M. (2020). The relationship between psychological well-being and psychosocial factors in university students. *International journal of environmental research and public health*, *17*(13), 4778. https://doi.org/10.3390/ijerph17134778

çççç nn İ., & aa kk o,, .. (2015). Th roooooo shpp beeee nn meaning in life and subjective well-being: Forgiveness and hope as mediators. *Journal of Happiness Studies*, *16*, 915-929. http://dx.doi.org/10.1007/s10902-014-9540-5

Zhang, S., Fu, Y. N., Liu, Q., Turel, O., & He, Q. (2022). Psychological capital mediates the influence of meaning in life on prosocial behavior of university students: A longitudinal study. *Children and Youth Services Review*, *140*, 106600. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2022.106600

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی