

پیش بینی مؤلفه‌های بهزیستی روانی بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی
با واسطه‌گری تاب‌آوری در دانش‌آموزان

**The prediction of the Dimensions Psychological Well-Being
Based on Emotional Intelligence Dimensions with
Mediating of Resilience.**

Dr Habibollah Naderi

Assistant Professor of
Educational Psychology,
Mazandaran University
h.naderi@umz.ac.ir

Dr Abbas Akbari

Ph.D in Educational Psychology,
Mazandaran University
Abbas.akbari47@yahoo.com

دکتر حبیب‌اله نادری

استادیار بخش روانشناسی تربیتی دانشگاه مازندران

دکتر عباس اکبری (نویسنده مسئول)

دکترای روانشناسی تربیتی دانشگاه مازندران

چکیده

Abstract

The present study investigated the mediating role of resilience in relationship between emotional intelligence dimension,s and psychological well being. Participants included 405 high school students (212 females and 193 males) from shiraz city selected by multi-stage cluster sampling method. Participants completed emotional intelligence scale (Petrides & Furnham, 2001), resilience scale (Conner & Davidson, 2003), and psychological well being scale (Ryff, 1995). To examine reliability of measures, cronbach coefficient, and to determine validity, internal consistency and factor analysis were used. The results showed an acceptable reliability and validity of the

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش واسطه-
گری تاب‌آوری در رابطه بین مؤلفه‌های هوش
هیجانی و بهزیستی روانی در دانش‌آموزان
صورت گرفت. شرکت‌کنندگان این پژوهش
شامل ۴۰۵ نفر (۲۱۲ دختر و ۱۹۳ پسر) از
دانش‌آموزان دبیرستان‌های شهر شیراز بودند که
بر اساس روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند
مرحله‌ای انتخاب شدند. به منظور اندازه‌گیری
متغیرهای پژوهش، پرسشنامه‌های هوش
هیجانی (پترایدز و فارنهام، ۲۰۰۱)، تاب‌آوری
(کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳) و بهزیستی روانی
(ریف و کیز، ۱۹۹۵) مورد استفاده قرار گرفتند.
برای ارزیابی مدل پیشنهادی، از نرم‌افزار آموس
و از روش تحلیل مسیر استفاده گردید که با

پیش‌بینی مؤلفه‌های بهزیستی روانی بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی با واسطه‌گری تاب‌آوری در ...

instruments. In order to evaluate the proposed model of this study, path analyze method was used. Regarding the values obtained for the indexes, data were fitted with the proposed model of the research. Calculation of the affectivity degree of independent variables on dependent ones indicates that 57 percent of the changes in resilience variable, 12 percent of changes in autonomy, 22 percent of changes in self-acceptance, 20 percent of changes in positive relation with other, 60 percent of changes in personal growth, and 19 percent of changes in purpose in life variable are explained by the proposed model.

Key words: psychological well being, resilience, emotional intelligence

توجه به مقادیر شاخص‌های به دست آمده، داده‌ها با مدل تحقیق برازش داشت. برای تعیین معنی‌داری اثرات غیر مستقیم نیز از روش نمونه‌گیری‌های مکرر "خودراه انداز" استفاده شد. محاسبه میزان تأثیر متغیرهای مستقل بر وابسته، حاکی از آن بود که ۵۷ درصد از تغییرات متغیر تاب‌آوری، ۱۲ درصد تغییرات مؤلفه خودمختاری، ۲۲ درصد تغییرات مؤلفه پذیرش خود، ۲۰ درصد تغییرات مؤلفه رابطه مطلوب با دیگران، ۶۰ درصد تغییرات مؤلفه رشد شخصی و ۱۹ درصد تغییرات مؤلفه هدفمندی در زندگی توسط مدل تبیین می‌شود.

کلید واژه‌ها: بهزیستی روانی، تاب‌آوری، هوش هیجانی

مقدمه

رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گرا^۱ که جنبشی نو در سلامت عمومی محسوب می‌شود (وینفیلد، گیل، تایلور و پیلکینگتون، ۲۰۱۲) با تمرکز بر ظرفیت‌ها و داشته‌های انسان، هدف خود را ظهور و بروز استعدادهای آدمی می‌داند. بر این اساس پژوهش‌گران برجسته‌ای چون ریف و سینگر^۲ (۱۹۹۸) بر لزوم در نظر گرفتن جنبه‌های مثبت بشر و مفهوم سلامتی و بهزیستی تأکید کرده‌اند. گرچه بهزیستی به عنوان یک سازه پیچیده و چند وجهی (کامتون و هافمن، ۲۰۱۲) فاقد تعریف واحدی است (آندرسون، لوپز و کوپر، ۲۰۱۱) اما می‌توان به منظور تعریف این مفهوم به دو رویکرد اصلی اشاره نمود. رویکرد مبتنی بر لذت‌گرایی که بهزیستی را با خوشی لذت‌گرایانه برابر می‌داند و معتقد

^۱-positive psychology

^۲-Ryff & Singer

است بهزیستی به معنای به حداکثر رساندن لذت و به حداقل رساندن درد است و رویکرد مبتنی بر فضیلت‌گرایی^۱ که معتقد است ارضای امیال، همیشه منتهی به بهزیستی نمی‌شود (کیز،^۲ ۲۰۰۲).

ریف^۳ (۱۹۸۹) با اعتقاد به اینکه که نباید بهزیستی را معادل با تجربه بیشتر لذت در مقابل درد دانست، این مفهوم را در برگیرنده تلاش برای کمال و تحقق نیروهای بالقوه واقعی فرد می‌داند. بر اساس این تعریف، فقدان بیماری‌ها و اختلال‌هایی نظیر افسردگی، اضطراب و فشارهای روانی، ملاک سلامتی نیست بلکه ویژگی‌هایی مانند داشتن نگرش مثبت در مورد خود، احساس تسلط بر محیط، هدفمند بودن در زندگی، آگاهی از نقاط قوت و ضعف خویش، داشتن استقلال و خودمختاری، توانایی شکوفا ساختن نیروها و استعدادها و توانایی برقراری روابط نزدیک و صمیمی با دیگران ملاک سلامت است. بر این اساس، بهزیستی روانی^۴ مورد نظر ریف (۱۹۸۹) دارای شش مؤلفه به شرح زیر است.

۱- پذیرش خود^۵: بیانگر نگرش مثبت به خود و زندگی گذشته خویش است به این معنی که اگر فرد از ظرفیت‌ها، توانایی‌ها و فعالیت‌های خود احساس رضایت کند، کارکرد روانی قابل قبول و مطلوبی خواهد داشت (هوسر، اسپرینگر و پودروسکا،^۶ ۲۰۰۵).

۲- خودمختاری (استقلال)^۷: به احساس استقلال، خودکفایی و آزادی از قید و بندهای اجتماعی گفته می‌شود. بر این اساس فردی که بتواند بر مبنای افکار، احساسات و باورهای شخصی خود تصمیم بگیرد و عمل کند، فردی خودمختار محسوب می‌شود (ریف و سینگر، ۱۹۹۸).

¹ -virtue-oriented

² - keyes

³ - Ryff

⁴ -psychological well being

⁵ - self-acceptance

⁶ -Huser, Springer & Pudrovska

⁷ - autonomy

پیش‌بینی مؤلفه‌های بهزیستی روانی بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی با واسطه‌گری تاب‌آوری در ...

۳- روابط مثبت با دیگران^۱: عبارت است از توانایی برقراری روابط نزدیک و صمیمی با دیگران و اشتیاق برای برقراری چنین رابطه‌ای و نیز عشق ورزیدن به دیگران (کیز، ۱۹۹۵، به نقل از نادری ۱۳۸۹).

۴- زندگی هدفمند^۲: به مفهوم دارا بودن اهداف درازمدت و کوتاه‌مدت در زندگی است. فرد هدف‌مند نسبت به فعالیت‌ها و رویدادهای زندگی، علاقه نشان می‌دهد و به شکل مؤثر با آن‌ها، درگیر می‌شود (ریف و سینگر، ۱۹۹۸).

۵- تسلط بر محیط^۳: فرد دارای این ویژگی قادر به مدیریت زندگی خود بر اساس واقعیت‌های موجود است. و از این احساس برخوردار خواهد بود که می‌تواند بر محیط پیرامون خود احاطه و تسلط داشته باشد و با اثرگذاری بر محیط زندگی خود قادر است آن را تغییر دهد (کیز، ۲۰۰۲).

۶- رشد شخصی^۴: استقبال از تجربه‌های جدید از جمله ویژگی‌هایی است که معیار بهزیستی محسوب می‌شود. افراد دارای این ویژگی همواره در پی آن هستند که از طریق یادگیری و تجربه، زندگی خود را بهبود بخشند (لیندفورس، برتسون ولاندربرگ، ۲۰۰۶).

در راستای این تعریف، به نظر می‌رسد که هوش هیجانی با ویژگی‌هایی چون خوشبینی، درک عواطف و کنترل عواطف از جمله سازه‌هایی است که می‌تواند بهزیستی روانی را تحت تاثیر قرار دهد. هوش هیجانی که ریشه در مفاهیم هوش چندگانه گاردنر و هوش اجتماعی ثورندایک دارد (پترایدز، ۲۰۱۲) بیانگر تفاوت افراد در شناخت احساسات، انگیزش و کنترل هیجانات خود می‌باشد (پترایدز و فارنهام، ۲۰۰۱). در رابطه با این سازه دو رویکرد کلی وجود دارد که گرچه متضاد با یکدیگر نیستند (جوکار، ۱۳۸۶) اما از هم متمایز بوده (فرگوسن و آستین، ۲۰۱۰) و این تمایز

¹ - positive relation with other

^۱ - purpose in life

² - environmental mastery

³ - personal growth

علاوه بر جنبه تیوریک از اهمیت کاربردی نیز برخوردار است (فردریکسون، پترایدز و سیماندرس، ۲۰۱۲) به گونه‌ای که انتخاب هر یک از آن‌ها، شیوه اندازه‌گیری و تفسیر اطلاعات به دست آمده را تحت تأثیر قرار می‌دهد (یوسفی و صفری، ۱۳۸۸) این دو رویکرد عبارتند از رویکرد توانایی و رویکرد ترکیبی.

رویکرد ترکیبی که توسط نظریه‌پردازانی مانند بار-آن^۱ (۱۹۹۷) مطرح شده است، تلاش می‌کند تا دیدگاه‌های توانایی و شخصیت را ترکیب کرده و یک مفهوم پویا بسازد و بر ایجاد انگیزه در خود، مهار خود و مدیریت روابط اجتماعی تأکید دارد (کشاورزی، ۱۳۹۰). بر این اساس، بار-آن (۱۹۹۷)، مدلی از توانش‌های هیجانی ارائه می‌دهد که این مدل دارای پنج مؤلفه‌ی درون‌فردی^۲ (شامل: درک دقیق و پذیرش خود، خودآگاهی عاطفی، قاطعیت، استقلال و خودشکوفایی)، میان‌فردی^۳ (شامل: همدلی، مسئولیت اجتماعی و روابط میان‌فردی)، مدیریت و تنظیم فشار روانی^۴ (شامل: تحمل فشار روانی و کنترل تکانه)، سازگاری^۵ (شامل: آزمون واقعیت، انعطاف‌پذیری و حل مسئله)، و خلق و خوی عمومی^۶ (شامل: خوش‌بینی و شادی)، است.

در این پژوهش که مبنای آن رویکرد ترکیبی است از پرسشنامه پترایدز و فارنهام^۷ (۲۰۰۱) که چهار مؤلفه خوش‌بینی، کنترل عواطف، درک عواطف، و مهارت‌های اجتماعی را اندازه‌گیری می‌کند (یارمحمدیان و کمالی، ۱۳۸۶) استفاده شده است.

نتایج پژوهش‌ها حاکی از آن است که هوش هیجانی بر بهزیستی روانی تأثیر مثبتی دارد (بار-آن، ۲۰۱۰؛ ریف، ۲۰۱۴؛ آگوانی و آکوزو، ۲۰۱۳؛ راین^۸، ۲۰۱۳؛ عنایتی، امیدیان و عابدی، ۱۳۹۲). علاوه بر این، پژوهش‌ها حاکی از تأثیر مثبت مؤلفه‌های هوش هیجانی شامل درک عواطف (سیاروچی، دین و آندرسون^۹، ۲۰۰۲)، کنترل

¹ Bar-on

² Self-awareness

³ Self-regulation

⁴ Self-motivation

⁷ -petrides & furnham

⁸ -Reina

⁹ -Ciarrochi, Deane & Anderson

پیش‌بینی مؤلفه‌های بهزیستی روانی بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی با واسطه‌گری تاب‌آوری در ...

عواطف (بار- آن، ۲۰۱۰؛ گروس^۱، ۱۹۹۸)، خوش‌بینی (ریف، ۲۰۱۴؛ کانورسانو، راتوندو، لنسی، ویستا، آریون، و ردا^۲، ۲۰۱۰؛ کارور و شی یر، ۱۹۹۸؛ شرمن و کاتر^۳، ۲۰۱۳) و مهارت‌های اجتماعی (شهنی ییلاق، شجاعی، بهروزی و مکتبی، ۱۳۹۰) بر بهزیستی روانی هستند.

از سوی دیگر، مرور پژوهش‌هایی که تاثیر هوش هیجانی و مؤلفه‌های آن بر بهزیستی روانی را نشان داده‌اند می‌تواند عاملی برای توجه به متغیرهایی باشد که قادرند در این رابطه نقش واسطه‌گری ایفا کنند. که از این میان می‌توان به تاب‌آوری اشاره نمود. بنا به تعریف، تاب‌آوری شامل ظرفیت یک سیستم پویا برای سازگاری موفقیت‌آمیز با اختلالاتی است که عملکرد، موجودیت یا فرایند رشد او را مورد تهدید قرار می‌دهد (ماستن^۴، ۲۰۱۴) و افرادی تاب‌آور محسوب می‌شوند که به رغم اینکه سازگاری آن‌ها در معرض تهدیدات شناخته شده قرار می‌گیرد، نتایج رشدی مثبتی به دست می‌آورند (سیچتی^۵، ۲۰۱۰؛ گلدستین و بروکس^۶، ۲۰۱۳) از این روی می‌توان با ارتقای تاب‌آوری، مقاومت فرد را در برابر عواملی که باعث به وجود آمدن بسیاری از مشکلات روانشناختی می‌شوند افزایش داد (کونور و زانک^۷، ۲۰۰۶، به نقل از احمدی، شیخ و سرابندی، ۱۳۹۱). در ارتباط با تاثیر تاب‌آوری بر بهزیستی روانی پژوهش‌های ساگون و کارولی^۸ (۲۰۱۴)، پیدگیون و کی^۹ (۲۰۱۴)، چارلز (۲۰۱۳)، هارتلی (۲۰۱۳)، بشارت، صالحی، شاه‌محمدی، نادعلی و زبردست (۱۳۸۷)، حاکی از آن هستند که تاب‌آوری رابطه مثبتی با بهزیستی روانی دارد. از سوی دیگر، پژوهش‌ها نشان می‌دهند که تاب‌آوری تحت تاثیر هوش هیجانی (جوکار، ۱۳۸۶) و ابعاد آن شامل درک عواطف (شیخ‌الاسلامی و احمدی، ۱۳۹۰؛ سیاروچی و همکاران، ۲۰۰۲)،

¹ -Gross

² -Conversano, Rotond, Lenzi, Vista, Arphone & Reda

³ -Sherman & Catter

⁴ -Masten

⁵ - Cicchetti

⁶ - Goldstein & Brooks

⁹ -Connor & Zhang

کنترل و تنظیم عواطف (تروی و ماس^۱، ۲۰۱۱)، خوش بینی (بالدوین، جکسون، اوکو و کانون^۲، ۲۰۱۰؛ فردریکسون و جوینر^۳، ۲۰۰۲) و مهارت های اجتماعی (مورفی، باری و واگن^۴، ۲۰۱۳) می باشد.

مرور پژوهش های انجام شده در مورد عوامل موثر بر بهزیستی روانی، حاکی از آن است که بیشتر این مطالعات به بررسی ارتباط ساده یک یا چند متغیر با بهزیستی روانی پرداخته اند، بنابراین، با توجه به عدم مشاهده پژوهشی که رابطه ابعاد هوش هیجانی با ابعاد بهزیستی روانی در دانش آموزان را مورد بررسی قرار داده و در این بین سهم متغیرهای واسطه ای را مشخص کرده باشد و نیز با عنایت به نقش مهم هیجانات و عواطف در زندگی و حفظ و ارتقای سلامت و بهزیستی و نیز نقش مهم تاب آوری در جامعه پراسترس کنونی، پژوهش حاضر به بررسی نقش واسطه گری تاب آوری در رابطه بین ابعاد هوش هیجانی و ابعاد بهزیستی روانی در دانش آموزان پرداخته است. بر این اساس مدل مفهومی پیشنهادی پژوهش حاضر که در شکل ۱ نشان داده شده، شامل ابعاد هوش هیجانی به عنوان متغیر برون زاد، تاب آوری به عنوان متغیر واسطه و ابعاد بهزیستی روانی به عنوان متغیر درون زاد در نظر گرفته شده است.



شکل ۱: مدل مفهومی پژوهش حاضر

با توجه به مدل پیشنهاد شده فرضیه های پژوهش عبارتند از:

۱- ابعاد هوش هیجانی، بطور مستقیم ابعاد بهزیستی روانی دانش آموزان را پیش-

بینی می کنند.

¹ -Troy & Mauss

² -Baldwin, Jackson, Okoh & Cannon

³³ -Fredrickson & Joiner

⁴ -Murphey, Barry & Vaughn

پیش‌بینی مؤلفه‌های بهزیستی روانی بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی با واسطه‌گری تاب‌آوری در ...

۲- ابعاد هوش هیجانی، بطور غیر مستقیم و از طریق تاب‌آوری، ابعاد بهزیستی روانی دانش‌آموزان را پیش‌بینی می‌کنند.

جامعه آماری، نمونه و روش اجرای پژوهش

پژوهش حاضر، یک مطالعه توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانش‌آموزان دختر و پسر متوسطه نواحی چهارگانه شهر شیراز در سال تحصیلی ۹۲-۹۱ تشکیل می‌دادند. برای انتخاب نمونه مورد نظر از بین نواحی شهرشیراز دو ناحیه و از هر ناحیه، دو مدرسه پسرانه و دو مدرسه دخترانه (در مجموع، ۸ مدرسه) با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند و از هر مدرسه دو کلاس، به طور تصادفی انتخاب شده و در گروه شرکت کننده قرار گرفتند. در نهایت در این پژوهش ۴۰۵ دانش‌آموز (۲۱۲ دختر و ۱۹۳ پسر)، با میانگین سنی ۱۶/۷۱ مورد ارزیابی قرار گرفتند.

ابزار سنجش

پرسشنامه فرم کوتاه شده هوش هیجانی: این پرسشنامه توسط پترایدز و فارنهام^۱ (۲۰۰۱) براساس الگوی ترکیبی هوش هیجانی ساخته شده. فرم اولیه این مقیاس دارای ۱۱۴ سوال و ۱۵ زیر مقیاس بود. این پرسشنامه یک فرم ۳۰ گویه‌ای نیز دارد (احمدی ازغندی، فراست معمار، تقوی و ابوالحسنی، ۱۳۸۵) که به صورت ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۷ (کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شود و چهار مقیاس خوش‌بینی، کنترل عواطف، درک عواطف و مهارت‌های اجتماعی را می‌سنجد (یارمحمدیان و کمالی، ۱۳۸۶). پترایدز و فارنهام (۲۰۰۱)، همسانی درونی این پرسشنامه را با استفاده از روش آلفای کرونباخ، ۰/۸۶ گزارش کرده‌اند. همچنین وجود همبستگی مثبت و معنی‌دار بین این پرسشنامه و پرسشنامه نیم‌رخ شخصیتی آیزنگ گویای روایی همزمان مطلوب این پرسشنامه است (دلاورپور، سلطانی و حسین‌چاری، ۱۳۸۷). یوسفی و صفری (۱۳۸۸)، احمدی ازغندی

و همکاران (۱۳۸۵)، پایایی این پرسشنامه را مطلوب گزارش نموده‌اند. در پژوهش حاضر، جهت تعیین پایایی مولفه‌های این پرسشنامه از روش ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد و برای مولفه‌های خوش‌بینی، درک عواطف و کنترل عواطف، به ترتیب ضرایب ۰/۸۳، ۰/۶۹ و ۰/۵۹ به دست آمد. جهت تعیین روایی نیز، از تحلیل عامل به روش مولفه‌ی اصلی و با چرخش قایم^۱ استفاده شده است. نسبت KMO برای ماتریس همبستگی برابر با ۰/۸۴۱ و ضریب بارتلت نیز برابر با ۲/۶۳ ($p < ۰/۰۰۱$) بود. بر اساس نمودار اسکری و ارزش‌های ویژه^۲ بالاتر از یک، وجود سه عامل درک عواطف، کنترل عواطف و خوش‌بینی تایید شد.

پرسش‌نامه سنجش تاب‌آوری کانر و دیویدسون: این پرسش‌نامه شامل ۲۵ گویه می‌باشد که توسط کانر و دیویدسون (۲۰۰۳)، تهیه شده و برای هرگویه، طیف درجه‌بندی ۵ گزینه‌ای (کاملاً نادرست تا همیشه درست) در نظر گرفته شده که از یک (کاملاً نادرست) تا پنج (همیشه درست) نمره‌گذاری می‌شود. روایی و پایایی این مقیاس توسط سازندگان آزمون در گروه‌های مختلف (عادی و درخطر) احراز گردیده است (کانر و دیویدسون، ۲۰۰۳). سامانی، جوکار و صحراگرد (۱۳۸۶) ضریب آلفای کرونباخ این مقیاس را در دانشجویان ۰/۸۷ به دست آوردند. در پژوهش حاضر، جهت تعیین پایایی، از روش ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد و ضریب ۰/۸۶ به دست آمد. جهت بررسی روایی نیز، همبستگی هر سوال با نمره کل پرسشنامه محاسبه گردید. نتایج حاکی از آن هستند که تمامی سوالات دارای همبستگی معناداری با نمره کل پرسشنامه هستند ($p < ۰/۰۰۱$). ضرایب همبستگی بین ۰/۳۱ تا ۰/۶۷ متغیر بودند.

پرسشنامه بهزیستی روانی ریف: پرسشنامه بهزیستی روانی ریف: این مقیاس که توسط ریف و کیز (۱۹۹۵) ساخته شده با استفاده از ۱۸ گویه، شش بعد بهزیستی روان‌شناختی با عناوین پذیرش خود، خود پیروی، سلطه بر محیط، رشد شخصی،

1-Varimax

2 - Eigen Value

پیش‌بینی مؤلفه‌های بهزیستی روانی بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی با واسطه‌گری تاب‌آوری در ...

روابط مثبت با دیگران و هدفمندی زندگی را می‌سنجد. به این مقیاس بر اساس یک درجه‌بندی ۷ نمره‌ای از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق پاسخ داده می‌شود. ریف و کیز (۱۹۹۵) آلفای کرونباخ برای هر یک از زیر مقیاس‌های آن را بین ۰/۴۰ تا ۰/۵۲ گزارش کردند. در پژوهش حاضر، جهت تعیین پایایی از روش ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد و برای ابعاد هدفمندی، پذیرش خود، خودمختاری، رابطه با دیگران و رشد شخصی به ترتیب ضرایب ۰/۵۳، ۰/۴۹، ۰/۵۹، ۰/۵۸ و ۰/۵۲ بدست آمد. جهت بررسی روایی نیز، از روش تحلیل عاملی استفاده شد و پنج عامل هدفمندی، پذیرش خود، خودمختاری، رابطه با دیگران و رشد شخصی استخراج گردید.

یافته‌ها

یافته‌های پژوهش حاضر در دو بخش یافته‌های توصیفی و یافته‌های حاصل از تحلیل مسیر گزارش شده است.

جدول ۱: ماتریس همبستگی ابعاد هوش عاطفی، تاب‌آوری و ابعاد بهزیستی روانی

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹
۱- خوش بینی	۱								
۲- درک عواطف	۰/۴۴**	۱							
۳- کنترل عواطف	۰/۳۷**	۰/۲۲**	۱						
۴- تاب‌آوری	۰/۶۳**	۰/۶۷**	۰/۷۲**	۱					
۵- هدف	۰/۳۴**	۰/۲۰**	۰/۳۶**	۰/۲۸**	۱				

				۰/۳۳**	۰/۴۴**	۰/۳۶**	۰/۲۶**	۰/۵۱**	۶- پذیرش خود
			۰/۱۹**	۰/۰۹	۰/۳۳**	۰/۱۸**	۰/۳۰**	۰/۱۹**	۷- خودمختاری
		۰/۲۰**	۰/۳۰**	۰/۳۶**	۰/۳۵**	۰/۳۶**	۰/۳۶**	۰/۳۴**	۸- رابطه با دیگران
۱	۰/۲۹**	۰/۳۳**	۰/۴۰**	۰/۳۸**	۰/۶۷**	۰/۲۹**	۰/۳۶**	۰/۵۲**	۹- رشد شخصی

$P < 0/01$ **

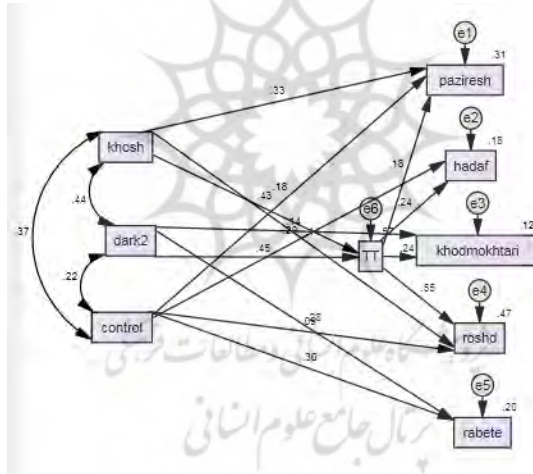
جدول ۱ نشان می‌دهد که بین متغیرهای مدل، همبستگی معناداری وجود دارد. بعد خوش‌بینی دارای رابطه مثبتی با تاب‌آوری ($r=0/63$) و ابعاد بهزیستی روانی شامل هدفمندی ($r=0/34$)، پذیرش خود ($r=0/51$)، خودمختاری ($r=0/19$)، رابطه با دیگران ($r=0/34$) و رشد شخصی ($r=0/52$) است. علاوه بر این، بعد درک عواطف نیز دارای رابطه مثبتی با تاب‌آوری ($r=0/67$) و ابعاد بهزیستی روانی شامل هدفمندی ($r=0/20$)، پذیرش خود ($r=0/26$)، خودمختاری ($r=0/30$)، رابطه با دیگران ($r=0/36$) و رشد شخصی ($r=0/39$) می‌باشد. همچنین، بعد کنترل عواطف نیز دارای رابطه مثبتی با تاب‌آوری ($r=0/27$) و ابعاد بهزیستی روانی شامل هدفمندی ($r=0/36$)، پذیرش خود ($r=0/36$)، خودمختاری ($r=0/14$)، رابطه با دیگران ($r=0/36$) و رشد شخصی ($r=0/29$) می‌باشد. سرانجام، تاب‌آوری هم دارای رابطه مثبتی با ابعاد بهزیستی روانی شامل هدفمندی ($r=0/32$)، پذیرش خود ($r=0/44$)، خودمختاری ($r=0/33$)، رابطه با دیگران ($r=0/35$) و رشد شخصی ($r=0/67$) است.

یافته‌های مربوط به مدل پیشنهادی

برای ارزیابی مدل پیشنهادی این پژوهش، از روش تحلیل مسیر، در محیط نرم-افزار AMOS-22 استفاده شد و به منظور افزایش برازش مدل، سه مورد از خطاها به

پیش‌بینی مؤلفه‌های بهزیستی روانی بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی با واسطه‌گری تاب‌آوری در ...

صورت همبستگی به یکدیگر وصل شدند (خطای پذیرش خود و خطای هدفمندی در زندگی، خطای هدفمندی در زندگی و خطای رشد شخصی، خطای هدفمندی زندگی با خطای رابطه مثبت با دیگران). در شکل ۱ نمودار مسیر و ضرایب حاصل از مدل اصلاح شده آمده است. در این شکل، **paziresh** به عنوان مؤلفه پذیرش خود و دیگران، **hadaf** به عنوان مؤلفه هدفمندی در زندگی، **khodmokhtari** به عنوان مؤلفه خودمختاری و استقلال، **roshd** به عنوان مؤلفه رشد شخصی، **rabete** به عنوان مؤلفه رابطه مثبت با دیگران، **TT** به عنوان متغیر تاب‌آوری، **khosh** به عنوان مؤلفه خوشبینی، **dark2** به عنوان مؤلفه درک عواطف خود و دیگران و **control** به عنوان مؤلفه کنترل عواطف خود و دیگران در نظر گرفته شده‌اند.



شکل ۲: ضریب استاندارد مدل روابط مؤلفه‌های هوش هیجانی با مؤلفه‌های بهزیستی روانی با واسطه‌گری تاب‌آوری

شاخص‌های برازندگی مدل تحقیق

با ورود داده‌ها به برنامه AMOS-22، برازندگی مدل اولیه و مدل اصلاح شده با استفاده از شاخص‌های برازندگی در مدل پیشنهادی مورد بررسی قرار گرفت که نتایج در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲: شاخص های نیکویی برازش مدل پیشنهادی

شاخص	برازندگی مدل اولیه	برازندگی مدل اصلاح شده
مجذور خی	۵۵/۲۲	۱۲/۲۰
درجه آزادی	۱۰	۷
GFI	۰/۹۷	۰/۹۹
AGFI	۰/۸۶	۰/۹۷
RMSEA	۰/۱۰	۰/۰۴
IFI	۰/۹۶	۰/۹۹
CFI	۰/۹۶	۰/۹۹

بررسی فرضیه های پژوهش

در ادامه با در نظر گرفتن ضرایب مسیرهای به دست آمده در مدل که در جدول ۳ قابل مشاهده است، به بررسی فرضیه های مستقیم و غیر مستقیم پرداخته می شود.

جدول شماره ۳: ضرایب استاندارد اثرات مستقیم، غیر مستقیم و کل مدل

متغیر وابسته						متغیر مستقل	اثر
هدفمندی	رشد شخصی	رابطه	پذیرش	تجربه مخازی	تاب آوری		
۰/۱۵**	۰/۱۴**	۰/۱۰	۰/۳۳**	-۰/۰۶	۰/۴۳**	خوشبینی	

پیش‌بینی مؤلفه‌های بهزیستی روانی بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی با واسطه‌گری تاب‌آوری در ...

مستقیم	درک عواطف	۰/۴۵**	۰/۱۴*	-۰/۷	۰/۱۸**	-۰/۰۸	-۰/۰۴
	کنترل عواطف	۰/۰۱	۰/۰۶	۰/۱۹**	۰/۲۵**	۰/۱۰*	۰/۲۶**
	تاب- آوری	۰/۰	۰/۲۶**	۰/۲۲**	۰/۱۰	۰/۶۰*	۰/۱۸**
	خوشبینی	۰/۰	۰/۱۱**	۰/۱۰**	۰/۰۴	۰/۲۶**	۰/۰۷
ظ غیر مستقیم	درک عواطف	۰/۰	۰/۱۲**	۰/۱۰**	۰/۰۵	۰/۲۷**	۰/۰۸
	کنترل عواطف	۰/۰	۰/۰	۰/۰	۰/۰	۰/۰	۰/۰
	خوشبینی	۰/۴۳**	۰/۰۵	۰/۴۲**	۰/۱۵*	۰/۴۰**	۰/۲۲**
کل	درک عواطف	۰/۴۵**	۰/۲۶**	۰/۰۳	۰/۲۲**	۰/۱۹**	۰/۰۴
	کنترل عواطف	۰/۰۱	۰/۰۷	۰/۱۹**	۰/۲۵**	۰/۱۰	۰/۲۷**
	تاب آوری	۰/۰	۰/۲۶**	۰/۲۲**	۰/۱۰	۰/۶۰**	۰/۱۸*
	ضریب تعیین	۰/۵۶	۰/۱۲	۰/۲۲	۰/۲۰	۰/۴۵	۰/۱۹

فرضیه‌های مربوط به روابط مستقیم بین متغیرهای تحقیق نتایج مندرج در جدول ۳ حاکی از این است که ۱) ضریب مسیر استاندارد بین مؤلفه خوشبینی با تاب-آوری، پذیرش خود، رشد شخصی و هدفمندی در زندگی مثبت و معنادار می‌باشد ۲) ضریب مسیر استاندارد بین مؤلفه درک عواطف خود و دیگران با تاب‌آوری، خودمختاری و رابطه مطلوب با دیگران مثبت و معنادار است ۳) ضریب مسیر استاندارد بین مؤلفه کنترل عواطف با پذیرش خود، رابطه مطلوب با دیگران، رشد شخصی و هدفمندی در زندگی مثبت و معنادار است ۴) ضریب مسیر استاندارد بین متغیر تاب‌آوری با خودمختاری، پذیرش خود، رشد شخصی و هدفمندی در زندگی مثبت و معنادار است.

فرضیه‌های مربوط به روابط غیر مستقیم بین متغیرهای پژوهش

برای تعیین معنی‌داری اثرات غیر مستقیم از روش نمونه‌گیری‌های مکرر " خود راه انداز" (شراوت و بولگر، ۲۰۰۲، به نقل از سلیمی و جوکار، ۱۳۸۸) با فاصله اطمینان ۹۵ درصدی توزیع نمونه‌گیری اثرات، استفاده شد. همانطور که در جدول ۳ قابل مشاهده است، نتایج آزمون معنی‌داری اثرات غیر مستقیم نشان داد که ۱) سهم واسطه-گری متغیر تاب‌آوری در رابطه بین مؤلفه خوشبینی با مؤلفه‌های خودمختاری، پذیرش خود و رشد شخصی ($P < 0/01$) معنی‌دار است ۲) سهم واسطه‌گری متغیر تاب‌آوری در رابطه بین مؤلفه درک عواطف با مؤلفه‌های خودمختاری، پذیرش خود و رشد شخصی ($P < 0/01$) معنی‌دار است ۳) متغیر تاب‌آوری در رابطه بین مؤلفه کنترل عواطف با مؤلفه‌های بهزیستی روانی نقش واسطه‌ای ایفا نمی‌کند.

بررسی اثرات کل نیز حاکی از این است که ۱) ضریب مسیر استاندارد بین مؤلفه خوشبینی با تاب‌آوری، پذیرش خود، رابطه مطلوب با دیگران، رشد شخصی و هدفمندی در زندگی مثبت و معنادار می‌باشد ۲) ضریب مسیر استاندارد بین مؤلفه درک عواطف با تاب‌آوری، خودمختاری، رابطه مطلوب با دیگران و رشد شخصی مثبت و معنادار می‌باشد ۳) ضریب مسیر استاندارد

پیش‌بینی مؤلفه‌های بهزیستی روانی بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی با واسطه‌گری تاب‌آوری در ...

بین مؤلفه کنترل عواطف با پذیرش خود، رابطه مطلوب با دیگران و هدفمندی در زندگی مثبت و معنادار می‌باشد (۴) ضریب مسیر استاندارد بین متغیر تاب‌آوری با خودمختاری، پذیرش خود، رشد شخصی و هدفمندی در زندگی مثبت و معنادار است (۵) محاسبه میزان تأثیر متغیرهای مستقل بر وابسته، حاکی از آن بود که ۵۷ درصد از تغییرات متغیر تاب‌آوری، ۱۲ درصد تغییرات مؤلفه خودمختاری، ۲۲ درصد تغییرات مؤلفه پذیرش خود، ۲۰ درصد تغییرات مؤلفه رابطه مطلوب با دیگران، ۶۰ درصد تغییرات مؤلفه رشد شخصی و ۱۹ درصد تغییرات مؤلفه هدفمندی در زندگی توسط مدل تبیین می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج روابط مستقیم حاکی از آن بودند که الف) دو مؤلفه‌ی خوش‌بینی و درک عواطف پیشین مثبت و معنادار تاب‌آوری هستند ب) تاب‌آوری پیشین مثبت و معنادار مؤلفه‌های خودمختاری، پذیرش خود، رشد شخصی و هدفمندی در زندگی است ج) خوشبینی پیشین مثبت و معنادار پذیرش خود، رشد شخصی و هدفمندی در زندگی است د) درک عواطف خود و دیگران پیشین مثبت و معنادار خودمختاری و رابطه مطلوب با دیگران است ح) مؤلفه کنترل عواطف پیشین مثبت و معنادار پذیرش خود، رابطه مطلوب با دیگران، رشد شخصی و هدفمندی در زندگی است. در ادامه به تبیین موارد الف تا ح پرداخته می‌شود.

الف) نتیجه تأثیر مؤلفه خوش‌بینی بر تاب‌آوری با یافته‌های حاصل از پژوهش‌های بالدوین و همکاران (۲۰۱۰) در یک راستا می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که فرد دارای جهت‌گیری خوش‌بینانه نسبت به روند امور و اتفاقات آینده خوش‌بین است، شرایط پر تنش و موقعیت‌های آمیخته با استرس را با دید مثبت ارزیابی می‌کند و چشم‌انداز روشنی نسبت به آینده دارد. بر این اساس خود را برای عبور از موانع و گذر از مشکلات فردی با کفایت ارزیابی می‌کند و به توانایی‌های خود ایمان دارد.

بنابراین به نظر می‌رسد خوش‌بینی می‌تواند نقشی مهم در سازگاری افراد با موقعیت-های آمیخته با خطر، تهدید و تنش ایفا کند. یکی دیگر از تبیین‌های احتمالی این است که افراد خوش‌بین دارای طرح‌واره‌های ذهنی انعطاف‌پذیری هستند و می‌توانند هنگام مواجهه با ضربه‌های روانی به طور انطباقی موقعیت را پردازش کنند و با آن کنار بیایند (فردریکسون و جویئر، ۲۰۰۲).

نقش معنادار مؤلفه درک عواطف در پیش‌بینی مثبت تاب‌آوری با یافته‌های حاصل از پژوهش‌های شیخ‌الاسلامی و احمدی (۱۳۹۰) و سیاروچی و همکاران (۲۰۰۲) در یک راستا می‌باشد. شیخ‌الاسلامی و احمدی (۱۳۹۰) بر این باورند دانش‌آموزانی که درک عواطف بالایی دارند، سعی در بالا بردن توان سازشی خود با محیط خواهند داشت بنابراین به نظر می‌رسد که با تقویت توان سازشی، سطح تاب‌آوری افراد افزایش یابد. از طرف دیگر، زمانی که فرد عواطف و احساسات خود و دیگران را به خوبی درک می‌کند می‌تواند روابط مطلوبی با اطرافیان داشته باشد و از این طریق شبکه حمایتی قابل اعتمادی برای خود تدارک بیند به گونه‌ای که بتواند در مواقع ضروری از آنها کمک بخواهد.

ب) کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) بر این باورند که تاب‌آوری از طریق تقویت شایستگی و استحکام شخصی با شاخص‌های بهزیستی روانی پیوند برقرار می‌کند. بر اساس مدل تاب‌آوری فلاچ وقتی که فرد تاب‌آور در مواجهه با شرایط سخت دچار عدم تعادل می‌شود می‌تواند با سازماندهی مجدد به سطح بالاتری از رشد و تعادل دست یابد (فلاچ، ۱۹۹۷، به نقل از کردمیرزا نیکوزاده، ۱۳۸۸) و بنابراین سطح بالاتری از رشد فردی را تجربه کند. همچنین افراد تاب‌آور به رغم اینکه سازگاری آنها در معرض تهدیدات شناخته شده قرار می‌گیرد، نتایج رشدی مثبتی به دست می‌آورند (سیجتی^۱، ۲۰۱۰؛ گلدستین و بروکس^۲، ۲۰۱۳) همراه با این رشد مثبت می‌توان

¹ - Cicchetti

² - Goldstein & Brooks

پیش‌بینی مؤلفه‌های بهزیستی روانی بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی با واسطه‌گری تاب‌آوری در ...

انتظار داشت که افراد رشد یافته، دارای اهداف روشن و خودمختاری بالا بوده و خود را آنگونه که هستند قبول داشته باشند.

ج) برای تبیین رابطه بین خوش‌بینی و مؤلفه‌های پذیرش خود، رشد شخصی و هدفمندی در زندگی می‌توان گفت که افراد خوش‌بین منتظر اتفاقات خوشایند در زندگی هستند و بطور قابل ملاحظه‌ای نسبت به افراد بدبین در موقعیت‌هایی که اهداف مهم زندگی دچار اختلال می‌شود موفق‌ترند (کانورسانو و همکاران، ۲۰۱۰) و به همین دلیل می‌توان انتظار داشت که همواره اهداف روشنی در زندگی خود دنبال نمایند. از طرفی افراد خوش‌بین، با داشتن نگرش مثبت و خوش‌بینانه در مورد وقایع زندگی، می‌توانند نسبت به توانایی خود نیز خوش‌بین باشند. بنابراین در آوردگاه زندگی ضمن پذیرش ویژگی‌های خود، با اتخاذ موضعی فعال و پویا رشد شخصی مطلوبی را تجربه کنند.

د) افرادی که قادر به درک بهتر عواطف و هیجانات خود و دیگران هستند همدلی بیشتری با سایر افراد دارند (دنهام و همکاران، ۲۰۰۳، به نقل از یوسفی و صفری، ۱۳۸۸) و از این روی احتمالاً روابط مطلوبی با دیگران خواهند داشت. از طرفی درک عاطفی بالا این امکان برای فرد فراهم می‌کند که شناخت کامل‌تری از خود و دیگران داشته باشد و با تعدیل انتظارات خود از دیگران از سطح بالاتری از استقلال و خودمختاری برخوردار باشند.

ح) در تبیین رابطه بین کنترل عواطف با رشد فردی، هدفمندی در زندگی، پذیرش خود و رابطه مطلوب با دیگران می‌توان گفت افرادی که در کنترل عواطف خود توانمند-مند هستند، می‌توانند از بروز هیجانات منفی شدید جلوگیری نموده و آثار ویران‌گر آن‌ها را به نحوی کاهش دهند و با کاربست راهبردهایی از تخریب قوای ذهنی و ساختار روانی خود جلوگیری نمایند و بدین طریق به رشد شخصی خود کمک کنند. علاوه بر این گروس (۱۹۹۸) بر این باور است که مهارت کنترل عواطف بر جنبه‌های

مختلف زندگی فرد از جمله تعاملات بین فردی، تاثیر می گذارد بنابراین میتوان انتظار داشت کنترل عواطف موجب بهبود روابط فرد با سایرین شود.

تبیین یافته‌های مربوط به فرضیه‌های غیر مستقیم پژوهش

با توجه به جدول ۳ مشخص می‌شود که الف) تاب‌آوری در رابطه بین مؤلفه خوشبینی از هوش هیجانی با مؤلفه‌های پذیرش خود و رشد شخصی از بهزیستی روانی نقش واسطه‌ای سهمی ایفا می‌کند بنابراین مؤلفه خوشبینی هم بطور مستقیم و هم به واسطه افزایش تاب‌آوری بر مؤلفه‌های پذیرش خود و رشد شخصی اثر می‌گذارد ب) تاب‌آوری در رابطه بین مؤلفه خوشبینی با مؤلفه خودمختاری نقش واسطه‌ای کامل ایفا می‌کند. بنابراین خوشبینی فقط به طور غیر مستقیم و از طریق تاب‌آوری، خودمختاری دانش‌آموزان را تحت تأثیر قرار می‌دهد ج) تاب‌آوری در رابطه بین مؤلفه درک عواطف خود و دیگران از هوش هیجانی با مؤلفه‌های پذیرش خود و رشد شخصی از بهزیستی روانی نقش واسطه‌ای کامل ایفا می‌کند اما در رابطه بین مؤلفه درک عواطف و خودمختاری نقش واسطه‌ای سهمی دارد بنابراین مؤلفه درک عواطف فقط بطور غیر مستقیم و با افزایش تاب‌آوری می‌تواند موجب افزایش پذیرش خود و رشد شخصی شود اما این مؤلفه از هوش هیجانی می‌تواند هم به صورت مستقیم و هم با واسطه تاب‌آوری، خودمختاری را تحت تأثیر قرار دهد.

به رغم محدودیت‌هایی که این پژوهش با آن مواجه بود، نظیر عدم لحاظ نمودن ویژگی‌های شناختی افراد در تعامل با ویژگی‌های هیجانی در پیش‌بینی تاب‌آوری و ابعاد بهزیستی روانی، اما نتیجه این یافته‌ها به لحاظ نظری می‌تواند دانش ما را در مورد متغیرهای مورد مطالعه و نیز روابط بین آن‌ها گسترش دهد و همچنین می‌تواند زمینه‌های بسط و توسعه مدل‌هایی فراهم کند که سازوکار تأثیر ویژگی‌های هیجانی بر بهزیستی روانی افراد را مورد بررسی قرار دهند و از جهت کاربردی نیز، این یافته‌ها می‌تواند مورد استفاده خانواده‌ها، افراد، مراکز مشاوره و نهادهایی مثل آموزش و پرورش قرار گیرد و

پیش‌بینی مؤلفه‌های بهزیستی روانی بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی با واسطه‌گری تاب‌آوری در ...

خصوصاً از نتایج آن در برنامه‌های آموزش خانواده استفاده شود. پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی، متغیرهای شناختی در تعامل با هوش هیجانی وارد مدل گردد و از سازه‌های دیگری مانند سازگاری به عنوان متغیر واسطه‌های استفاده شود.

منابع

- احمدی، خدابخش؛ شیخ، مهدی؛ سرابندی، حسن (۱۳۹۱). نقش دلبستگی به خدا در تاب‌آوری و سلامت روان والدین کودکان عقب‌مانده ذهنی آموزش‌پذیر. *پژوهش در سلامت روانشناختی*، ۶(۱)، ۹-۱۰.
- احمدی ازغندی، علی؛ فراست معمار، فرزام؛ تقوی، سید حسن و ابوالحسنی، آزاده (۱۳۸۵). روایی و اعتبار پرسشنامه رگه هوشی پترایدز و فارنهام. *روانشناسی تحولی*، ۱۰، ۱۶۸-۱۵۷.
- بشارت، محمدعلی؛ صالحی، مریم؛ شاه‌محمدی، خدیجه؛ نادعلی، حسین و زبردست، عذرا (۱۳۸۷). رابطه تاب‌آوری و سخت‌کوشی با موفقیت ورزشی و سلامت روانی در ورزشکاران. *روانشناسی معاصر*، ۳(۲)، ۴۹-۳۸.
- جوکار، بهرام (۱۳۸۶). نقش واسطه‌ای تاب‌آوری در رابطه بین هوش هیجانی و هوش عمومی با رضایت از زندگی. *روانشناسی معاصر*، ۲(۲)، ۱۲-۳.
- دلاورپور، محمدآقا؛ سلطانی، مرضیه و حسین‌چاری، مسعود (۱۳۸۷). پیش‌بینی سوء مصرف مواد مخدر بر پایه هوش هیجانی و رویارویی مذهبی. *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، ۱۴(۳)، ۳۱۵-۳۰۷.
- سامانی، سیامک؛ جوکار، بهرام و صحراگراد، نرگس (۱۳۸۶). تاب‌آوری، سلامت روانی و رضایتمندی از زندگی. *مجله روان‌پزشکی و روانشناسی بالینی ایران*، ۱۳(۳)، ۲۹۵-۲۹۰.
- شهنی‌بیلاق، منیجه؛ شجاعی، آمنه؛ بهروزی، ناصر و مکتبی، غلامحسینی (۱۳۹۰). رابطه هوش هیجانی و مهارت‌های اجتماعی با بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان دختر دانشگاه شهید چمران. *مجله دست‌آورد‌های روان‌شناختی*، ۴(۱)، ۹۲-۷۳.
- شیخ‌الاسلامی، راضیه و احمدی، ساره (۱۳۹۰). رابطه هوش هیجانی و رضایت از تحصیل در دانش‌آموزان. *مجله علوم رفتاری*، ۵(۲)، ۱۴۲-۱۳۵.
- عنایتی، الهه؛ امیدیان، مرتضی؛ عابدی، احمد (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش گروهی هوش هیجانی بر بهزیستی روانشناختی دانش‌آموزان تیزهوش، پژوهش در سلامت روانشناختی، ۷(۳)، ۴۳-۳۲.

کردمیرزا نیکوزاده، عزت اله (۱۳۸۸). *الگویابی زیستی- روانی- معنوی در افراد وابسته به مواد و تدوین برنامه مداخله برای ارتقاء تاب آوری مبتنی بر روایت‌شناسی شناختی و روان‌شناسی مثبت‌نگر*. پایان‌نامه دکترای تخصصی، دانشگاه علامه طباطبایی تهران.

کشاورزی، سمیه (۱۳۹۰). *بررسی رابطه بین هوش عاطفی، هوش معنوی و تاب آوری در دانشجویان تحصیلات تکمیلی*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، رشته روان‌شناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شیراز.

نادری، سمیرا (۱۳۸۹). *بررسی رابطه خودکارآمدی، اهمالکاری و بهزیستی روانی در بین دانشجویان دانشگاه شیراز*. پایان‌نامه کارشناسی ارشد در رشته روان‌شناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه شیراز.

یارمحمدیان، احمد و کمالی، فاطمه (۱۳۸۶). *بررسی رابطه هوش هیجانی با خودشکوفایی دانش‌آموزان پایه اول دبیرستان*. *مجله علوم اجتماعی و انسانی دانشگاه شیراز*، ۵۲، ۲۲۶-۲۱۱.
یوسفی، فریده و صفری، هاجر (۱۳۸۸). *بررسی رابطه هوش عاطفی با کیفیت زندگی و ابعاد آن*. *مطالعات روان‌شناختی*، ۵(۴)، ۲۲-۱.

Anderson, P., Jane-Lopis, E., & Cooper, C. (2011). The imperative of well-being. *Stress and Health*, 27, 353-355.

Baldwin, D. R., Jackson, D., Okoh, I., Cannon, R.L. (2011). Resiliency and optimism: An Africa American senior Citizen, S perspective. *The Journal of Black Psychology*, 37(1), 24-41.

Bar-on, R. (2010). Emotional intelligence: an integral part of Positive psychology. *South African Journal of Psychology*, 40 (1), 54-62.

Bar-on, R. (1997). *The emotional quotient inventory (EQI), a measure of emotional intelligence*. (2ed) Toronto, Canada: multihealth systems.

Ciarrochi, J. V., Deane, F. P., & Anderson, F. (2002). Emotional intelligence moderates the relationship Between stress and Mental health. *Personality and Individual Differences*, 32, 197-217.

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (1998). *On the self-regulation of behavior*. New York: Cambridge University Press.

Charles, V. (2013). *Positive psychological factors in late adolescence: The role of resilience and hope in the Well-Being of 16-18 years olds*. Doctoral Thesis, University of Liverpool.

Cicchetti, D. (2010). Resilience under conditions of extreme stress: a multilevel perspective. *World Psychiatry*, 9(3), 145-154.

Compton, W. C., & Hoffman, E. (2012). *Positive Psychology: The Science of happiness and*

flourishing. International Edition. United Kingdom: Cengage Learning.

Conner, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale. The conner-davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82.

پیش‌بینی مؤلفه‌های بهزیستی روانی بر اساس مؤلفه‌های هوش هیجانی با واسطه‌گری تاب‌آوری در ...

- Conversano, C., Rotond, A., Lensi, E., Vista, O. D., Arpone, F., & Reda, M., A. (2010). optimism and its impact on mental and physical well- being. *Clin pract Epidemiol ment Health*, 6, 25-29.
- Ferguson, F., & Austin, E. J. (2010). Associations of trait and ability emotional intelligence with performance on Theory of Mind tasks in an adult sample. *Personality and Individual Differences*, 49, 414-418.
- Fredrickson, B. L & Joiner, T. (2002). Positive emotions Trigger upward spirals Toward emotional well- being. *Psychological science*, 13, 172-175.
- Frederickson, N., Petrides, K. V., & Simmonds, E. (2012). Trait emotional intelligence as a predictor of socioemotional outcomes in early adolescence. *Personality and Individual Differences*, 52, 323-328.
- Goldstein, S., & Brooks, R. B. (Eds.). (2013). *Handbook of resilience in children* (2nd ed.). New York: Springer.
- Gross, J. J. (1998). The Emerging field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299.
- Hartley, M. T. (2013). Investigating the relationship of Resilience to Academic Persistence in college students with Mental health issues. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 56, 251-252.
- Hauser, R. M., Springer, K. W., Pudrovska, T. (2005). Temporal structures of psychological well-being: Continuity change. Presented at the 2005 Meeting of the Gerontological society of America, Orlando, Florida.
- Keyes, C. L. (2002). The mental health continuum: from languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43, 207-222.
- Lindfors, P., Berntsson, B., & Lundberg, U. (2006). Factor structure of Ryff's Psychological well being scales in Swedish female and male with collar workers. *Personality and Individual Differences*, 40, 1213-1222.
- Murphey, D., Barry, M., & Vaughn, B. (2013). Positive Mental Health: Resilience. *Child Trends*, 3, 11, from [http:// childtrends. Org/ wp_ content/ upload/ 2013/03/ child- Trends- 2013- 11- 01- AHH- Resilience. Pdf](http://childtrends.org/wp_content/upload/2013/03/child-Trends-2013-11-01-AHH-Resilience.Pdf).
- Masten, A.S. (2014). Global perspectives On resilience in children and youth. *Child Development*, 85, 6-20.
- Petrides, K.V (2012). Ability and trait emotional intelligence . the wiley-blackwell *Handbook of Individual Differences* , first Edition.pp.656-678.
- Petrides, K. V. & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15, 425-448.
- Pidgeon, A. M., & Keye, M. (2014). Relationship between resilience, mindfulness, and psychological Well-Being in university students. *International Journal of liberal arts and social science*, 2(5), 26-32.
- Raina, M., & Bakhshi, A., (2013). Emotional intelligence Predicts Eudaimonic well-being. *IOSR Journal of Humanities and Social Science (IOSR- jHss)*. 11(3), 42-47.
- Ryff, C. D. (2014). Psychological Well-Being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and psychosomatics*, 83, 10-28.
- Ryff, D. C. (1989). Hppiness is Everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(6), 1069-1081.

- Ryff, C. D., & Keyes, M. (1995). The structure of Psychological well- being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 719-727.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9(1), 1-22.
- Sagone, E., & Caroli, M. E. (2014). A correlational study on dispositional resilience, psychological Well-Being and coping strategies in university students. *American Journal Of Educational Research*, 2(7), 463-471.
- Sherman, A. M., & Cotter, K. A. (2013). Well- being among older adults with oA: direct and Mediated Patterns of Control beliefs, optimism and pessimism. *Aging & Mental Health*, 17(5), 595-608.
- Troy, A. S., & Mauss, I. B. (2011). *Pathways to resilience*. New York : Cambridge University Press.
- Ugoani, J. N. N., & Akuzue, E. M. (2013). Imperatives of emotional intelligence on psychological wellbeing among adolescents. *American journal of applied psychology*, 1(3), 44-48.
- Winefield, H. R., Gill, T. K., Taylor, A. W., & Pilkington, R.M. (2012). Psychological Well-Being and psychological distress: Is it necessary to measure both? *Psychology of Well-Being a Springer Open Journal*, 2(3), 1-14.



