

پیش بینی بهزیستی ذهنی دانشجویان پرستاری بر اساس سرمایه روان شناختی The prediction of subjective well-being of nursing students based on psychological capital

Ghasem Abdollahi Bagrabadi
 Psychologist, Message Noor, Tehran
Psy-abdollahi@pnu.ac.ir

قاسم عبداللهی بقرآبادی
 مربی روانشناسی پیام نور، تهران

چکیده

Abstract

The aim of this study is to predict subjective well-being based on psychological capital in thenursingfemale students. The design of study was descriptive – correlation. The statistical population comprised nursing female students of Kashan University of Medical Sciences in 1395 year. The research sample consisted of 89nursing female students that were selected by the Systematic randomized sampling method. Luthans psychological capital questionnaire and Diener subjective well-being questionnaire was used to measure variables. The results showed that the hypothesis of this study is significant at the 99% level of confidence. It is concluded that the psychological capital can predict subjective well-being in thenursing female students.

Key words: psychological Capital, Subjective Well-being, Nursing Students

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش سرمایه روان شناختی در پیش بینی بهزیستی ذهنی دانشجویان دختر بود. طرح پژوهش توصیفی – همبستگی می باشد. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانشجویان دختر رشته پرستاری دانشگاه علوم پزشکی کاشان مشغول به تحصیل در سال ۹۵ می باشد که ۸۹ نفر از دانشجویان به صورت تصادفی منظم به عنوان گروه نمونه انتخاب شدند. از پرسشنامه های سرمایه روان شناختی لوتانز و بهزیستی ذهنی دینر جهت سنجش متغیرهای پژوهش استفاده گردید. نتایج تحلیل آماری داده ها نشان داد که فرضیات پژوهشی در سطح ۰/۹۹ از اطمینان معنادار می باشد. بنابراین نتیجه گرفته می شود که سرمایه روان شناختی و مولفه های آن پیش بینی کننده مناسبی برای بهزیستی ذهنی دانشجویان می باشد.

کلید واژه ها: سرمایه روان شناختی، بهزیستی ذهنی، دانشجویان پرستاری

مقدمه

بهزیستی ذهنی از زمینه روان شناسی مثبت مشتق شده است و مستلزم داشتن احساسات مثبت برای اطمینان از تجربه و عملکرد مطلوب می باشد (رایان و دی سی، ۲۰۰۱). بهزیستی دارای دو مولفه اصلی، بهزیستی با خوشی لذت طلبانه و بهزیستی با خوشی روانی می باشد (کولبسترون^۱ و همکاران، ۲۰۱۰). بهزیستی با خوشی لذت طلبانه اشاره به احساسات ذهنی مانند شادی و تجربه لذت دارد و با حضور خلق مثبت و عدم وجود حالات منفی مشخص می شود (رایان و دی سی، ۲۰۰۱). در مقابل بهزیستی با خوشی روانی مربوط به شناخت و انگیزش افراد در دست یابی به اهداف می باشد که منجر به احساسات مثبت نیز می گردد (کولبسترون و همکاران، ۲۰۱۰). همچنین اهمیت دارد تا میان بهزیستی ذهنی و شادی تمایز قائل شد، شادی اشاره به میزان بالایی از مثبت بودن نسبت به حالات منفی دارد (بوچیدا^۲ و همکاران، ۲۰۰۴)، در حالی که بهزیستی ذهنی شامل مجموعه گسترده ای از پدیده هایی است که شامل پاسخ های عاطفی افراد، دامنه رضایت و قضاوت افراد از زندگی می باشد (دینر^۳ و همکاران، ۱۹۹۹). عوامل مختلفی از جمله سبک های دلبستگی^۴، فرزند پروری^۵، هوش هیجانی^۶، معنوی^۷ و سرمایه های روان شناختی و اجتماعی^۸ می توانند بهزیستی ذهنی افراد را تحت

1. Subjective well-being

2. Ryan & Deci

3. Culbertson

4. Uchida

5. Diener

6. Attachment Styles

7. Parenting Styles

8. Emotional Intelligence

9. Spiritual Intelligence

10. Psychological & Social Capital⁰

تاثیر قرار دهند. روان شناسی مثبت گرا^۱ به عنوان رویکردی جدید در حوزه روان شناسی به تاثیر شادکامی، سازگاری، افکار مثبت در زندگی افراد جهت پیشرفت و تعالی تاکید دارد و توسط سلینگمن^۲ توسعه داده شده است (رایان و دی سی، ۲۰۰۱). سرمایه روان شناختی به عنوان یک پتانسیل پنهان در افراد می باشد که با تمرکز افراد بر روی نقاط قوت شخصی و ویژگی های روانی مثبت می تواند شکوفا شود و منجر به بهبود عملکرد فردی و اجتماعی آن ها گردد (لوتانز^۳ و همکاران، ۲۰۰۴). سرمایه روان شناختی دارای چهار مولفه خودکارآمدی^۴، خوش بینی^۵، امید^۶ و تاب آوری^۷ می باشد. سرمایه روان شناختی به عنوان وضعیت روحی و روانی مثبت در افراد توصیف شده است، بدین صورت که با داشتن اعتماد به نفس (خودکارآمدی) در تلاش برای موفقیت در کارهای چالش برانگیز می باشد، با ساخت اسناد مثبت (خوش بینی) به دنبال موفقیت در زمان حال و آینده می باشد، دارای پایداری (امید) در جهت رسیدن به اهداف و در صورت لزوم هدایت مسیر به اهداف به منظور رسیدن به موفقیت است و در هنگام مشکلات و سختی با داشتن انعطاف پذیری (تاب آوری) به دنبال کسب موفقیت می باشد (لوتانز و همکاران، ۲۰۰۷، لوتانز و یوسف^۸، ۲۰۰۴). پژوهش های گذشته نشان می دهد که بین بهزیستی و سرمایه روان شناختی رابطه معنادار وجود دارد، در پژوهشی سینگ و مانسی^۹ (۲۰۰۹) نقش سرمایه روان شناختی در پیش بینی بهزیستی روان شناختی را بر روی ۲۵۰ دانش آموز ۱۸ تا ۲۵ ساله مورد بررسی قرار دادند و این نتیجه رسیدند که سرمایه روان شناختی و مولفه های آن (خوش بینی، امید، خودکارآمدی، تاب آوری) پیش بینی کننده قوی بهزیستی روان شناختی در دانش آموزان می باشد. کیرمانی و باشد. کیرمانی^{۱۰} و همکاران (۲۰۱۵) به بررسی رابطه میان امید، تاب آوری و بهزیستی ذهنی بر روی ۹۸ دانشجو دختر پرداختند و دریافتند که میان امید و تاب آوری بالا و بهزیستی ذهنی بالا رابطه مستقیم و معنادار وجود دارد. در پژوهشی دیگر روچی^{۱۱} و همکاران (۲۰۱۴) تاثیر ذهن آگاهی و سرمایه روان شناختی را بر روی بهزیستی ۶۰۰ مدیر اجرایی سطح بالا، متوسط و کارآفرینان مورد بررسی قرار دادند و به این نتیجه رسیدند که میان سطوح پایین ذهن آگاهی و سرمایه روان شناختی با اضطراب^{۱۲}، افسردگی^{۱۳} و ناکارآمدی در مدیران و کارآفرینان رابطه معنادار وجود دارد. رابینیو^{۱۴} و همکاران (۲۰۱۶) به بررسی رابطه سرمایه روان شناختی، مقابله با استرس، بهزیستی و عملکرد با یگدیگر بر روی ۵۵۴ نفر پرداختند و دریافتند که میان سرمایه روان شناختی با مقابله با استرس، بهزیستی و عملکرد رابطه مستقیم و معنادار وجود دارد. در پژوهشی دیگر یوسف مورگان و لوتانز (۲۰۱۵) دریافتند که میان سرمایه روان شناختی و بهزیستی رابطه مثبت و معنادار است. همچنین در پژوهشی مروری سابایتی^{۱۵} (۲۰۱۴) به بررسی پژوهش های انجام شده از سال ۲۰۱۴-۲۰۰۷ در زمینه رابطه میان سرمایه روان شناختی و بهزیستی با دانش آموزان و کارمندان پرداخت و دریافت که با توجه به نتایج به دست آمده در پژوهش های پیشین میان سرمایه روان شناختی و بهزیستی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. بنابراین با توجه به افزایش مشکلات روانی در دانشجویان و اهمیت بهزیستی در بررسی وضعیت سلامت روان^{۱۶} و تاثیری که می تواند روی عملکرد تحصیلی و ارتباطی دانشجویان داشته باشد، اهمیت دارد تا پژوهش هایی در زمینه بررسی بهزیستی و سرمایه روان شناختی دانشجویان انجام پذیرد. پژوهش حاضر نیز با هدف پاسخگویی به این سوال که آیا سرمایه روان شناختی در پیش بینی بهزیستی ذهنی دانشجویان نقش مستقیم و معنادار دارد یا خیر.

روش

جامعه، نمونه و روش نمونه گیری

1. Positive Psychology

2. Seligman

3. Luthans

4. Self-efficacy

5. optimism

6. Hope

7. Resilience

8. Youssef

9. Singh & Mansi

1 . Psychological Well-being 0

1 . Kirmani 1

1 . Roche 2

1 . Anxiety 3

1 . Depression 4

1 . Rabenu 5

1 . Sabaityte 6

1 . Mental Health 7

طرح پژوهش حاضر توصیفی - همبستگی می باشد. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانشجویان دختر رشته پرستاری دانشگاه علوم پزشکی کاشان مشغول به تحصیل در سال ۹۵ می باشد که ۸۹ نفر از دانشجویان به صورت تصادفی منظم به عنوان گروه نمونه انتخاب شدند.

ابزارهای اندازه گیری

پرسشنامه سرمایه روان شناختی: این پرسشنامه توسط لوتانز و همکاران (۲۰۰۷) تدوین شده است، دارای چهار مولفه امید، تاب آوری، خوشبینی و خودکارآمدی می باشد که به وسیله ۲۴ سوال و سیستم نمره گذاری لیکرتی (کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) سنجیده می شود. پایایی پرسشنامه بر اساس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۵ گزارش شده است که نشان دهنده اعتبار بالای آن می باشد.

پرسشنامه بهزیستی ذهنی: پرسشنامه شامل پنج سوال است که قضاوت شناختی فرد از میزان رضایت وی از زندگی را می سنجد (دینر و همکاران، ۱۹۸۵). آزمودنی باید پاسخ های خود را در یک مقیاس پنج درجه ای لیکرت که به صورت کاملاً مخالف (۱ نمره) تا کاملاً موافق (۵ نمره) می باشد، علامت گذاری کند. از لحاظ روایی و پایایی، پرسشنامه دارای روایی همگرا بالا و پایایی ۰/۸۵ بر اساس ضریب آلفای کرونباخ می باشد که نشان دهنده معتبر بودن پرسشنامه می باشد.

روش جمع آوری اطلاعات

در پژوهش حاضر جهت جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه های پرسشنامه سرمایه روان شناختی و بهزیستی ذهنی استفاده گردید، بدین صورت که پس از انتخاب نمونه پرسشنامه به صورت حضوری توسط دانشجویان تکمیل شد و جهت تحلیل داده ها از روش های ضریب همبستگی و رگرسیون استفاده شد.

یافته ها

جدول ۱: میانگین و انحراف استاندارد و ضریب همبستگی پیروسون بین متغیرهای پژوهش

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد	سرمایه روان شناختی	امیدواری	خودکارآمدی	خوشبینی	تاب آوری
سرمایه روان شناختی	۵۳/۵۸	۸/۸۶					
امیدواری	۱۲/۸۱	۴/۵۲	۰/۵۹*				
خودکارآمدی	۱۳/۲۵	۴/۳۵	۰/۶۶*	۰/۲۳**			
خوشبینی	۱۳/۷۶	۳/۸۹	۰/۷۴*	۰/۳۹**	۰/۳۳**		
تاب آوری	۱۳/۲۱	۳/۴۶	۰/۴۶*	۰/۳۶**	۰/۳۶**	۰/۳۶**	
بهزیستی ذهنی	۱۶/۸۹	۴/۸۶	۰/۵۳*	۰/۳۰**	۰/۳۸**	۰/۳۱**	۰/۳۸*

**P<0/05 *P<0/01

نتایج جدول فوق نشان می دهد که میان سرمایه روان شناختی و بهزیستی ذهنی در سطح ۰/۹۵ و ۰/۹۹ درصد از اطمینان رابطه معنادار وجود دارد. همچنین میان مولفه های سرمایه روان شناختی (امیدواری، خودکارآمدی، خوشبینی، تاب آوری) با بهزیستی ذهنی در دانشجویان رابطه مثبت و معنادار مشاهده می شود.

جدول ۲: خلاصه تحلیل رگرسیون همزمان برای تبیین متغیر ملاک براساس متغیرهای پیش بین

مدل	تغییرات	مجموع مجزورات	میانگین مجزورات	F	R	R2	Sig
رگرسیون		17468/59	3469/70	30/85	0/51	0/27	0/001
همزمان	باقیمانده	43426/77	112/47	-----			
مجموع		61125/ 35	-----				

نتایج جدول فوق نشان می دهد که سرمایه روان شناختی و مولفه های آن قادر به پیش بینی بهزیستی ذهنی دانشجویان در سطح ۰/۹۹ درصد از اطمینان می باشند. بدین معنا که هر چقدر میزان سطح سرمایه روان شناختی و مولفه های آن بالا باشد، پیش بینی کننده

بهزیستی ذهنی بالا در دانشجویان است و هر چقدر میزان سطح سرمایه روان شناختی و مولفه های آن پایین باشد، پیش بینی کننده بهزیستی ذهنی پایین در دانشجویان می باشد.

بحث و نتیجه گیری

سرمایه روان شناختی سازه مثبتی است که به افراد در تحقق ادراک های مثبت از خودشان کمک می کند، که این ادراک های مثبت می تواند منجر به بهزیستی و سلامت روان در افراد گردد. پرستاران یکی از ارکان مهم در سازمان های بهداشتی و درمانی هستند و اختلال در بهزیستی و سلامت روان آن ها باعث عملکرد ضعیف آن ها در ارتباط با بیمار می گردد. پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش سرمایه روان شناختی در پیش بینی بهزیستی ذهنی دانشجویان دختر رشته پرستاری انجام گرفت. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که سرمایه روان شناختی و مولفه های آن (امیدواری، خودکارآمدی، خوشبینی، تابآوری) قادرند ۰/۲۷ درصد از تغییرات بهزیستی ذهنی را پیش بینی کنند. همچنین نتایج ضریب همبستگی نشان داد که میان سرمایه روان شناختی و مولفه های آن (امیدواری، خودکارآمدی، خوشبینی، تابآوری) با بهزیستی ذهنی در دانشجویان در سطح ۰/۹۵ و ۰/۹۹ درصد از اطمینان رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. بدین صورت که هر چقدر میزان سطح سرمایه روان شناختی و مولفه های آن بالا باشد، پیش بینی کننده بهزیستی ذهنی بالا در دانشجویان است و هر چقدر میزان سطح سرمایه روان شناختی و مولفه های آن پایین باشد، پیش بینی کننده بهزیستی ذهنی پایین در دانشجویان می باشد. نتایج پژوهش حاضر همسو با نتایج پژوهش های سینگ و مانسی (۲۰۰۹)، کیرمانی و همکاران (۲۰۱۵)، روچی و همکاران (۲۰۱۴)، رابینیو و همکاران (۲۰۱۶)، یوسف مورگان و لوتانز (۲۰۱۵) و ساباتی (۲۰۱۴) می باشد. تمامی این پژوهشگران به این نتیجه رسیدند که میان سرمایه روان شناختی بالا با بهزیستی ذهنی بالا و افسردگی و اضطراب پایین رابطه معنادار مشاهده می شود. دانشجویان قشر بزرگی از جامعه را تشکیل می دهند و سلامتی و بهزیستی آن ها ارزش بالایی دارد، به خصوص دانشجویان رشته پرستاری که جهت کارکرد مطلوب در ارتباط با بیمار نیازمند بهزیستی بالا می باشند. با توجه به نتایج پژوهش یکی از عواملی که می تواند بهزیستی ذهنی و سلامت روان را در دانشجویان پیش بینی کند، عامل سرمایه روان شناختی است. بنابراین با توجه به یافته های پژوهش حاضر، نتیجه گرفته می شود که می توان با تشخیص زودهنگام دانشجویانی که از سطح پایینی از سرمایه روان شناختی برخوردارند، با تدارک آموزش ها و مداخلات مناسب میزان تاب آوری، خودکارآمدی، امیدواری و خوشبینی آن ها را تقویت نمود تا در نهایت منجر به افزایش میزان بهزیستی و سلامت روان آن ها گردد. همچنین با شناسایی به موقع و تدارک آموزش ها و مداخلات مطلوب می توانیم از بروز اختلال های افسردگی، اضطراب، ناسازگاری خلقی، افت تحصیلی و کاهش کارکردهای مطلوب شخصی، روانی و اجتماعی جلوگیری کنیم. همچنین با استفاده از یافته های پژوهش حاضر در صورت شناسایی و مداخله به هنگام دانشجویان مشکل دار، می توانیم از صرف هزینه های اضافی آموزشی و درمانی برای دانشجویان و بروز فرسودگی روانی در خانواده و افراد اجتماع که در ارتباط با آن ها می باشند، جلوگیری به عمل آوریم. از محدودیت های پژوهش حاضر عدم همکاری برخی دانشجویان در تکمیل صحیح و دقیق پرسشنامه ها بود که منجر حذف برخی از پرسشنامه ها گردید. در پایان به پژوهشگران محترم پیشنهاد می گردد تا به بررسی نقش مولفه های سرمایه اجتماعی، تجربه های معنوی، سبک های زندگی، سبک های هویت در پیش بینی بهزیستی ذهنی، سلامت عمومی، رضایت شغلی، زناشویی و تحصیلی بپردازند.

منابع

- Culbertson, S.S., Fullagar, C.J., & Mills, M.J. (2010). Feeling good and doing great: The relationship between psychological capital and well-being. *Journal of Occupational Health Psychology*, 15(4), 421-433. <http://dx.doi.org/10.1037/a0020720>.
- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E., & Smith, H.E. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>.
- Kirmani, M.N., Sharma, P., & Sanam, R. (2015). Hope, Resilience and Subjective Well-being among college going Adolescent Girls. *International Journal of Humanities & Social Science Studies*, 2, 1, 262-270.
- Luthans, F., & Youssef, C. M. (2004). Human, social, and now positive psychological capital management: Investing in people for competitive advantage. *Organizational Dynamics*, 33, 143-160.
- Luthans, F., Luthans, K. W., & Luthans, B. C. (2004). Positive psychological capital: Beyond the human and social capital. *Business Horizons*, 47, 45-50.
- Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). *Psychological capital: Developing the human competitive edge*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Rabenu, E., Yaniv, E., & Elizur, D. (2016). The Relationship between Psychological Capital, Coping with Stress, Well-Being, and Performance. *Journal of Current Psychology*. DOI: 10.1007/s12144-016-9477-4.

- Roche, M., Haar, J., & Luthans, F. (2014). The Role of Mindfulness and Psychological Capital on the Well-Being of Leaders. *Journal of Occupational Health Psychology*, 19, 4, 476-489; doi: 10.1037/a0037183.
- Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review Psychology*, 52, 141-166. <http://dx.doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>.
- Sabaityte, E. (2014). Relationship between positive psychological capital and elements of subjective well-being: Systematic review. *Socialinis Darbas*, 13, 2, 221-233.
- Singh, S., & Mansi, M. (2009). Psychological Capital as Predictor of Psychological Well Being. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 35, 2, 233-238.
- Uchida, Y., Norasakkunkit, V., & Kitayama, S. (2004). Cultural constructions of happiness: Theory and empirical evidence. *Journal of Happiness Studies*, 5, 223-239. <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-004-8785-9>.
- Youssef-Morgan, C., & Luthans, F. (2015). Psychological Capital and Well-being. *Journal of Stress and Health*, 31, 3, 180-188.



شپړو شگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی



شپوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی