

نقش شوخ‌طبعی و نظم‌جویی هیجانی در پیش‌بینی سرمایه‌های روان‌شناختی در دانش‌آموزان متوسطه دوم منطقه دو شهر مشهد

سرور حسن زاده^۱

فصلنامه مدیریت و چشم‌انداز آموزش

سال دوم، شماره اول، بهار ۹۹

تاریخ دریافت: ۹۸/۹/۲۰

تاریخ پذیرش: ۹۹/۳/۲۸

چکیده

این مطالعه با هدف نقش شوخ‌طبعی و نظم‌جویی هیجانی در پیش‌بینی سرمایه‌های روان‌شناختی در دانش‌آموزان متوسطه دوم منطقه دو شهر مشهد انجام شد. روش پژوهش از نوع توصیفی - همبستگی بود. جامعه آماری این مطالعه شامل کلیه دانش‌آموزان متوسطه دوم منطقه دو شهر مشهد بودند که در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ مشغول به تحصیل بودند. روش نمونه‌گیری، تصادفی خوشه‌ای بود که بر اساس جدول کرجسی و مورگان (۱۹۷۰) نمونه‌ای به حجم ۳۰۰ نفر انتخاب شدند. ابزار مورد استفاده برای سنجش متغیرهای پژوهش شامل پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی (PCQ)، پرسشنامه شوخ‌طبعی خشوعی و پرسشنامه تنظیم هیجانی (ERQ) بودند. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون رگرسیون چندمتغیره نشان داد متغیرهای شوخ‌طبعی و نظم‌جویی هیجان می‌توانند به میزان ۳۷/۶ درصد از تغییرات متغیر سرمایه‌های روان‌شناختی را پیش‌بینی کنند. نتیجه این مطالعه نشان داد بین شوخ‌طبعی و نظم‌جویی هیجان با سرمایه‌های روان‌شناختی رابطه وجود دارد.

کلیدواژه‌ها: سرمایه‌های روان‌شناختی، شوخ‌طبعی، نظم‌جویی هیجانی.

۱. مربی، گروه علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اسلامشهر، ایران s.s_hasanzadeh@toniau.ac.ir

مقدمه

دانش آموزان از آن رو که به طور پیوسته در حال مطالعه و یادگیری هستند، برخورداری از سلامت روان و سرمایه های روان شناختی آن ها را قادر می سازد تا در برابر موقعیت های استرس زا و اضطراب تحصیلی کمتر دچار چالش شوند. سرمایه روان شناختی از نظر مفهومی، حالتی مثبت از روان شناختی فردی در زمینه^۱ رشد و تحول است که حداقل چهار مشخصه قابل شناسایی دارد: خودکارآمدی^۲ (اطمینان داشتن به توانایی خود و تلاش ضروری و لازم به منظور کسب موفقیت در تکالیف چالش انگیز)، امیدواری^۳ (پایمردی و پشتکار در جهت نیل به اهداف و تغییر مسیر برای دستیابی به موفقیت در صورت نیاز)، خوش بینی^۴ (اسناد مثبت نسبت به موفقیت در حال و آینده) و تاب آوری^۵ که مفهوم انعطاف پذیر بودن برای دستیابی به موفقیت و اهداف را در زمان روبه رو شدن با دشواری و مشکلات در بر دارد (Stratman, J., & Youssef-Morgan, C. M. 2019). از نظر ماهیتی مؤلفه سرمایه روان شناختی دارای بار مثبت بوده و به ظرفیت ها و توانایی های انسان از دیدگاهی مثبت نگریسته می شود (Tsaour, S., H., Hsu, F. S., & Lin, H. 2019). از نظر لوتانز و همکاران (۲۰۰۷) سرمایه روان شناختی می تواند نتایج و دستاوردهای درخور توجهی را در پی داشته باشد و تسهیل کننده فشارها در محیط تحصیلی باشد. یکی دیگر از متغیرهایی که به نظر می رسد با تسهیل فشار، شرم و خجالت با سرمایه روان شناختی رابطه داشته باشد، شوخ طبعی است (Luthans, F., Avolio, B. J., & Norman, S. M. 2007). شوخ طبعی به عنوان یک روش مؤثر برای مقابله با احساسات منفی مانند خشم، غم و افسردگی است. افراد شوخ طبع در برابر هیجان های منفی،

^۱ psychological capital

^۲ self-efficacy

^۳ hope

^۴ optimism

^۵ resiliency

^۶ sense of humor



وضعیت فعال‌تری داشته و سعی در غلبه بر آن دارند (Geram, K. 2016). شوخ طبعی یک پدیده اجتماعی است که نقش مهمی در روابط بین فردی ایفا می‌کند و یک متغیر مهم در تسهیل رابطه رضایت‌بخش است (Cann, A., Davis, H. B., & Zapata, C. L. 2011)؛ بنابراین، استفاده درست از شوخ طبعی یک مهارت اجتماعی مهم است که می‌تواند به شایستگی در روابط اجتماعی مانند توانایی در ایجاد تعاملات اجتماعی، ارتباطات صمیمانه، حمایت عاطفی و مدیریت تعارض کمک نماید (Abbasi, G., Montazar, A. 2019). شوخ طبعی می‌تواند وسیله‌ای برای بهینه‌سازی در آموزش و پرورش باشد. شوخی مناسب و به‌خوبی برنامه‌ریزی شده در کسب اطلاعات به دانش آموزان کمک می‌کند و همچنین توجه دانش آموزان را از خارج کلاس به داخل معطوف می‌دارد. یادگیری هنگامی که با شوخی همراه باشد، لذت‌بخش‌تر و مؤثرتر خواهد بود و همچنین جو شوخی در کلاس باعث کاهش موارد انضباطی قبل از شکل‌گیری می‌شود (Sadat, S., badri gargari, R. 2019). مطالعات مرتبط پیرامون رابطه بین شوخ طبعی با سرمایه‌های روان‌شناختی نشان داده‌اند حس شوخ طبعی در مدیر، موجب پرورش احساسات مثبت در کارمندان می‌شود و به کارگیری راهبردهای سالم تنظیم هیجانی را موجب می‌گردد (Wijewardena, N., Hartel, C. E., & Samaratunge, R. 2017). بین شوخ طبعی و سلامت روان رابطه وجود دارد (Niafar, S., Khoshravesh, 2016). مطالعه (Makiabadi, M., Fathiaghdam, 2018; Doustmohamadi, M. 2015). نیز نشان داد رابطه معناداری بین بهزیستی روان‌شناختی و سبک‌های شوخ طبعی وجود دارد. یکی دیگر از متغیرهایی که رابطه آن با سرمایه‌های روان‌شناختی در مطالعه حاضر مورد بحث است، نظم جویی هیجانی است. منظور از نظم جویی هیجان شیوه چگونگی پردازش فرد در زمان مواجهه با مشکلات و وقایع ناگوار و استرس‌زا زندگی است (Karami, J., 2017). نظم جویی هیجان به همراه پردازش کارآمد

تجربیات هیجانی تعیین کننده موفقیت یا عدم موفقیت در حوزه های مختلف زندگی است (Hasanzadeh, S.2019; Tamir, M., & Millgram, Y. 2017). شواهد حاکی است که نظم جویی هیجان از مهم ترین متغیرهای مؤثر بر سطح سلامت است (Thomson, P., Jaque, S., V. 2017; Hatamian, P., heydarian, S., Ahmadi, M. 2020). احمدی و برادران (۲۰۱۷) در مطالعه ای نشان دادند بین نظم جویی شناختی هیجان و سرمایه روان شناختی با سازگاری شغلی کارکنان رابطه معنادار وجود دارد (Ahmadi, E., Baradaran, A.2017). مطالعه فرجی و کرابی (۲۰۱۸) نشان داد بین شوخ طبعی و مؤلفه های دشواری در نظم جویی هیجان شامل عدم پذیرش پاسخ های هیجانی، مشکلات در مدیریت رفتارهای هدفمند، مشکلات در کنترل تکانه، نداشتن آگاهی هیجانی، عدم دسترسی به راهبردهای نظم جویی هیجان و نداشتن وضوح هیجانی با کیفیت رابطه زناشویی همبستگی معنی داری وجود دارد (Faraji, F., Koraei, A.2018). مطالعه رستگار و همکاران (۲۰۱۷) نشان داد سرمایه روان شناختی با واسطه گری خستگی هیجانی می تواند از میزان هیجانات منفی (خشم و اضطراب) معلمان بکاهد (Rastegar, A., Seif, M., Abedini, Y.2017). نیسی و همکاران (۲۰۱۱) نیز نشان دادند بین سرمایه روان شناختی و هیجانات مثبت رابطه وجود دارد. با توجه به مبانی نظری مطرح شده و ضرورت سلامت روان شناختی دانش آموزان و با توجه به خلاء مطالعاتی، این پژوهش به مطالعه نقش شوخ طبعی و نظم جویی هیجانی در پیش بینی سرمایه های روان شناختی در دانش آموزان متوسطه دوم منطقه دو شهر مشهد می پردازد (Neisi, A., Arshdi, N., Rahemi, A.2011).

روش پژوهش

روش پژوهش از نوع توصیفی - همبستگی است. جامعه آماری این مطالعه شامل کلیه دانش آموزان متوسطه دوم منطقه دو شهر مشهد بودند که در سال تحصیلی ۹۹-۱۳۹۸ مشغول به تحصیل بودند. روش نمونه گیری، تصادفی خوشه ای است بدین ترتیب که پس از تهیه لیست مدارس متوسطه دوم منطقه دو شهر مشهد از اداره آموزش و پرورش، از میان آنها چند مدرسه



انتخاب و سپس از هر مدرسه چند کلاس و از هر کلاس بر اساس فهرست حضور و غیاب دانش آموزان چند نفر به صورت تصادفی انتخاب شدند. حجم نمونه بر اساس جدول (Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. 1970) ۳۰۰ نفر در نظر گرفته شد (n=۳۰۰). ابزار مورد استفاده برای سنجش متغیرهای پژوهش شامل پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی (PCQ)^۱، پرسشنامه شوخ طبعی خشوعی و پرسشنامه تنظیم هیجانی (ERQ)^۲ بودند.

پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی: برای سنجش سرمایه روانی از پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی (Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M. 2007) استفاده شد. این پرسشنامه از مقادیر استاندارد شده که به‌طور وسیعی برای ساختارهایی که امید (سؤالات ۱۲-۷)، تاب‌آوری (سؤالات ۱۸-۱۳)، خوش‌بینی (سؤالات ۲۴-۱۹) و خودکارآمدی (سؤالات ۶-۱) را می‌سنجد مورد استفاده قرار گرفته است و قابلیت اعتبار و پایایی این خرده مقیاس‌ها نیز اثبات شده است. این پرسشنامه شامل ۲۴ سؤال است که هر خرده مقیاس شامل ۶ گویه است و آزمودنی به هر گویه در مقیاس ۶ درجه‌ای (کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم) لیکرت پاسخ می‌دهد. برای به دست آوردن نمره سرمایه روانی ابتدا نمره هر خرده مقیاس به صورت جداگانه به دست آمد و سپس مجموع آن‌ها به عنوان نمره کل سرمایه روان‌شناختی محسوب شد. به طوری که کاملاً مخالفم نمره ۱ و مخالفم نمره ۲ و تا حدودی مخالفم نمره ۳ و تا حدودی موافقم نمره ۴ موافقم نمره ۵ و کاملاً موافقم نمره ۶ می‌گیرد. سؤالات ۱۳-۲۰-۲۳ به صورت معکوس نمره گذاری می‌شوند. نتایج تحلیل عاملی تأییدی حاکی از این بود که این آزمون دارای عوامل و سازه‌های مورد نظر سازندگان آزمون است. در حقیقت نتایج تحلیل عاملی روایی سازه آزمون را تأیید کردند. مدل شش عاملی برازش بهتری با داده‌ها داشته و با مدل نظری هم هماهنگی بیشتری دارد. نسبت خی دو این آزمون برابر با ۲۴/۶ است و

^۱ Psychological Capital Questionnaire (PCQ)

^۲ Emotion Regulation Questionnaire



آماره‌های^۱ CFI،^۲ RMSEA در این مدل به ترتیب ۰/۹۷ و ۰/۰۸ هستند (Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M. 2007). فرخی و سبزی (۲۰۱۵) برای تعیین روایی، در پژوهش خود از همبستگی نمره هر بعد با نمره کل استفاده نموده و با توجه به نتایج تحقیق، ضرایب ابعاد خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی به ترتیب ۰/۷۸، ۰/۶۶ و ۰/۶۵ به دست آمد که بیانگر اعتبار مطلوب این مقیاس بود (Farokhi, E., Sabzi, N. 2015). در پژوهش امینی و همکاران (۲۰۱۹) نیز آلفای کرونباخ برای خرده مقیاس‌های خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی به ترتیب برابر ۰/۷۸، ۰/۸۰، ۰/۷۹ و ۰/۸۰ به دست آمد (Amini, S., Dehghani cham piri, A., Salehi, A., Soltani zadeh, M. 2019).

پرسشنامه شوخ‌طبعی خشوعی: این پرسشنامه در ایران توسط خشوعی و همکاران (۲۰۱۰) اعتباریابی شده است و دارای ۲۵ سؤال با پاسخ‌های در طیف لیکرت به صورت کاملاً موافقم (۷ نمره)، موافقم (۶ نمره)، تاحدی موافقم (۵ نمره)، نظری ندارم (۴ نمره)، تا حدی مخالفم (۳ نمره)، مخالفم (۲ نمره) و کاملاً مخالفم (۱ نمره) برای هر سؤال تنظیم شده است. این پرسشنامه شامل ۵ مؤلفه است که به تفکیک سؤالات عبارت‌اند از: لذت از شوخی (سؤالات ۱-۵)، خنده (سؤالات ۱۰-۵)، شوخی کلامی (سؤالات ۱۵-۱۰)، شوخ‌طبعی در روابط اجتماعی (سؤالات ۱۵-۲۰)، و شوخ‌طبعی در شرایط استرس‌آور (سؤالات ۲۵-۲۰). روایی سازه این پرسشنامه با استفاده از روش مؤلفه‌های اصلی و با چرخش واریماکس^۴ مؤلفه‌ها مورد تحلیل عوامل قرار گرفت. بر این اساس یک ساختار پنج‌عاملی که ۶۳/۷۵ درصد واریانس را تبیین می‌کنند به دست آمد. پایایی پرسشنامه به دو روش همسانی درونی (آلفای کرونباخ) و بازآزمایی محاسبه شد. همسانی درونی یا آلفای کرونباخ برای هر یک از عوامل

^۱ Comparative Fit Index (CFI)

^۲ Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA)

^۳ Cronbach's alpha

^۴ Varimax rotation



لذت از شوخی، خنده، شوخی کلامی، شوخ طبعی در روابط اجتماعی، و شوخ طبعی در شرایط استرس آور به ترتیب عبارت‌اند از ۰/۷۴، ۰/۸۰، ۰/۷۷، ۰/۷۴، و ۰/۷۹ (Khoshouei, M. S., Oreizy, H. R., Aghaei, A. 2010). در مطالعه فرجی و کرای (۲۰۱۸) ضریب پایایی این پرسشنامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۴ به دست آمد (Faraji, F., Koraei, A. 2018).

پرسشنامه تنظیم هیجانی: این مقیاس توسط گراس و جان (۲۰۰۳) تهیه شده است؛ مقیاس فوق از ۱۰ گویه تشکیل شده است که دارای دو خرده مقیاس ارزیابی مجدد (سؤالات ۱-۳-۵-۷-۸-۱۰) و فرونشانی (سؤالات ۲-۴-۶-۹) است. پاسخها بر اساس مقیاس (لیکرت) هفت درجه‌ای، از کاملاً مخالف (۱) و برای کاملاً موافق (۷) است. ضریب آلفای کرونباخ برای ارزیابی مجدد ۰/۷۹ و برای فرونشانی ۰/۷۳ گزارش شده است. اعتبار بازآزمایی بعد از سه ماه و برای کل مقیاس ۰/۶۹ گزارش شده است (Gross, J. J., & John, O. P. 2003). ضریب همسانی درونی این مقیاس در کارمندان ایالتی و دانشجویان کاتولیک دانشگاه میلان برای ارزیابی مجدد در دامنه‌ای ایالتی و دانشجویان کاتولیک دانشگاه میلان برای ارزیابی مجدد در دامنه‌ای از ۰/۴۸ تا ۰/۶۸ و برای فرونشانی ۰/۴۲ تا ۰/۶۳ به دست آمده است. نسخه فارسی پرسشنامه تنظیم هیجانی گراس و جان در فرهنگ ایرانی توسط (Ghasempour, A., Ilbeigi, R., & Hasanzadeh, S. 2012) مورد هنجاریابی قرار گرفته است. در این پژوهش، اعتبار مقیاس بر اساس روش همسانی درونی (با دامنه آلفای کرونباخ ۰/۶۰ تا ۰/۸۱) و روایی پرسشنامه مذکور از طریق تحلیل مؤلفه اصلی با استفاده از چرخش واریماکس، همبستگی بین دو خرده مقیاس ($r=0/13$) و روایی ملاکی مطلوب گزارش شده است. تجزیه و تحلیل داده‌ها در این گزارش پژوهشی با استفاده از آزمون رگرسیون چندمتغیره استفاده شده است.

یافته‌های تحقیق

برای استفاده از آزمون‌های پارامتریک ابتدا با استفاده از آزمون کولموگروف - اسمیرنف^۱ نرمال بودن توزیع متغیرهای مؤلفه‌های شوخ‌طبعی و نظم‌جویی هیجانی با سرمایه‌های روان‌شناختی بررسی می‌شود.

جدول ۱. آزمون کولموگروف - اسمیرنف مؤلفه‌های شوخ‌طبعی و نظم‌جویی هیجانی با سرمایه‌های

روان‌شناختی

متغیرها	آماره آزمون	سطح معناداری	تعداد
لذت از شوخی	۰/۳۷۷	۰/۳۷۵	۳۰۰
خنده	۰/۴۵۵	۰/۲۷۱	۳۰۰
شوخی کلامی	۰/۲۳۱	۰/۴۲۹	۳۰۰
شوخ‌طبعی در روابط اجتماعی	۰/۴۶۸	۰/۲۶۱	۳۰۰
شوخ‌طبعی در شرایط استرس آور	۰/۵۵۳	۰/۲۲۳	۳۰۰
نظم‌جویی هیجانی	۰/۵۴۲	۰/۲۳۱	۳۰۰
ارزیابی مجدد	۰/۹۳۰	۰/۱۳۲	۳۰۰
فرونشانی	۰/۵۷۱	۰/۲۰۲	۳۰۰
خود کارآمدی	۰/۴۶۴	۰/۲۶۴	۳۰۰
امیدواری	۰/۲۹۱	۰/۴۰۳	۳۰۰
تاب‌آوری	۰/۳۶۷	۰/۳۳۶	۳۰۰
خوش‌بینی	۰/۴۷۳	۰/۲۵۲	۳۰۰
سرمایه روان‌شناختی	۰/۱۳۰	۰/۴۷۶	۳۰۰

مطابق اطلاعات جدول سطح معناداری آزمون کولموگروف - اسمیرنف برای همه متغیرها مورد مطالعه بیشتر از ۰/۰۵ است. لذا نتیجه آزمون برای هیچ‌یک از متغیرها معنی‌دار نیست و در نتیجه توزیع همه متغیرها نرمال است بنابراین می‌توان از آزمون‌های پارامتریک برای آزمودن

^۱Kolmogorov-Smirnov test



فرضیه‌های پژوهش استفاده کرد. برای آزمون فرضیه‌های پژوهش نتایج ضریب همبستگی را مورد توجه قرار داده و هریک از آن‌ها مورد بررسی قرار گرفت.

برای بررسی فرضیه پژوهش مبنی بر «بین شوخ طبعی و نظم جویی هیجانی با سرمایه‌های روان‌شناختی در دانش آموزان دبیرستان‌های منطقه دو شهر مشهد رابطه وجود دارد» از آزمون آماری رگرسیون چندمتغیره استفاده شده است.

جدول ۲. خلاصه تحلیل واریانس چند متغیره، بررسی متغیرهای شوخ طبعی و نظم جویی هیجانی با سرمایه‌های

روان‌شناختی

sig	F	dF2	dF1	مقدار آماره	آزمون چندمتغیره
					لذت از شوخی
۰/۰۰۰	۱۹/۶۸۹	۲۸۹	۴	۰/۲۱۴	۱. اثر پیلایی
۰/۰۰۰	۱۹/۶۸۹	۲۸۹	۴	۰/۷۸۶	۲. لامبدای ویلکز
۰/۰۰۰	۱۹/۶۸۹	۲۸۹	۴	۰/۲۷۳	۳. اثر هتلینگ
					خنده
۰/۰۲۲	۲/۹۱۹	۲۸۹	۴	۰/۰۳۹	۱. اثر پیلایی
۰/۰۲۲	۲/۹۱۹	۲۸۹	۴	۰/۹۶۱	۲. لامبدای ویلکز
۰/۰۲۲	۲/۹۱۹	۲۸۹	۴	۰/۰۴۰	۳. اثر هتلینگ
					شوخی کلامی
۰/۰۰۴	۵/۰۵۷	۲۸۹	۴	۰/۰۰۱	۱. اثر پیلایی
۰/۰۰۴	۵/۰۵۷	۲۸۹	۴	۰/۹۹۹	۲. لامبدای ویلکز
۰/۰۰۴	۵/۰۵۷	۲۸۹	۴	۰/۰۰۱	۳. اثر هتلینگ
					شوخی طبعی در روابط اجتماعی
۰/۰۰۹	۴/۷۸۰	۲۸۹	۴	۰/۰۱۱	۱. اثر پیلایی
۰/۰۰۹	۴/۷۸۰	۲۸۹	۴	۰/۹۸۹	۲. لامبدای ویلکز
۰/۰۰۹	۴/۷۸۰	۲۸۹	۴	۰/۰۱۱	۳. اثر هتلینگ
					شوخی در شرایط استرس آور
۰/۰۰۰	۱۳/۹۹۵	۲۸۹	۴	۰/۱۶۲	۱. اثر پیلایی
۰/۰۰۰	۱۳/۹۹۵	۲۸۹	۴	۰/۸۳۸	۲. لامبدای ویلکز

۰/۰۰۰	۱۳/۹۹۵	۲۸۹	۴	۰/۱۹۴	۳. اثر هتلینگ
					ارزیابی
۰/۰۰۱	۶/۳۳۷	۲۸۹	۴	۰/۰۰۵	۱. اثر پیلایی
۰/۰۰۱	۶/۳۳۷	۲۸۹	۴	۰/۹۹۵	۲. لامبدای ویلکز
۰/۰۰۱	۶/۳۳۷	۲۸۹	۴	۰/۰۰۵	۳. اثر هتلینگ
					فرونشانی
۰/۰۰۰	۳۸۱/۷۱۹	۲۸۹	۴	۰/۸۴۱	۱. اثر پیلایی
۰/۰۰۰	۳۸۱/۷۱۹	۲۸۹	۴	۰/۱۵۹	۲. لامبدای ویلکز
۰/۰۰۰	۳۸۱/۷۱۹	۲۸۹	۴	۵/۲۸۳	۳. اثر هتلینگ

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که مقدار آماره لامبدای ویلکز متغیر لذت از شوخی ۰/۷۸۶ است که این مقدار آماره در سطح $\alpha = ۰/۰۱$ معنی‌دار است. مقدار آماره لامبدای ویلکز متغیر خنده ۰/۹۶۱ است که این مقدار آماره در سطح $\alpha = ۰/۰۱$ معنی‌دار است. مقدار آماره لامبدای ویلکز متغیر شوخی کلامی ۰/۹۹۹ است که این مقدار آماره در سطح $\alpha = ۰/۰۱$ معنی‌دار است. مقدار آماره لامبدای ویلکز متغیر شوخ‌طبعی در روابط اجتماعی ۰/۹۸۹ است که این مقدار آماره در سطح $\alpha = ۰/۰۱$ معنی‌دار است. مقدار آماره لامبدای ویلکز متغیر شوخ‌طبعی در شرایط استرس‌آور ۰/۸۳۸ است که این مقدار آماره در سطح $\alpha = ۰/۰۱$ معنی‌دار است. مقدار آماره لامبدای ویلکز متغیر ارزیابی مجدد ۰/۹۹۵ است که این مقدار آماره در سطح $\alpha = ۰/۰۱$ معنی‌دار است. مقدار آماره لامبدای ویلکز متغیر فرونشانی ۰/۱۵۹ است که این مقدار آماره در سطح $\alpha = ۰/۰۱$ معنی‌دار است. بنابراین می‌توان گفت که بین مؤلفه‌های شوخ‌طبعی و نظم‌جویی هیجانی به‌عنوان (متغیرهای پیش‌بین) با سرمایه‌های روان‌شناختی به‌عنوان (متغیر ملاک) با احتمال ۰/۹۹ رابطه معنی‌دار وجود دارد.



جدول ۳. خلاصه ابعاد همبستگی بنیادی

ابعاد	مقدار همبستگی	واریانس مشترک لامبدای ویکلز	df1	df2	F	sig
۱	۰/۹۲۲	۰/۱۳۵	۰/۸۰۵	۲۸	۵۸۶/۳۹۳	۰/۰۰۰
۲	۰/۲۸۲	۰/۹۰۶	۰/۸۳۴	۱۸	۲۸/۹۰۶	۰/۰۵
۳	۰/۱۱۹	۰/۹۸۵	۰/۶۷۸	۱۰	۴/۵۴۴	۰/۹۲۰
۴	۰/۰۳۵	۰/۹۹۹	۰/۵۳۴	۴	۰/۳۵۰	۰/۹۸۶

نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد که از ۴ ریشه بنیادی استخراج شد، که فقط ریشه بنیادی اول از لحاظ آماری معنی‌دار است مقدار همبستگی بنیادی ریشه اول ۰/۹۲۲ درصد واریانس مشترک بین دو مجموعه ترکیبی متغیر پیش‌بین و ملاک ۹۲/۲ درصد است بنابراین با احتمال ۰/۹۹ می‌توان بیان کرد که ۹۲/۲ درصد مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی بر اساس مؤلفه‌های شوخ طبعی و مؤلفه‌های نظم جویی هیجانی قابل پیش‌بینی است.

جدول ۴. بارهای کانونی و ضرایب کانون متغیرهای پیش‌بین مؤلفه‌های شوخ طبعی و تنظیم هیجانی

متغیرها	همبستگی کانونی ۱	همبستگی کانونی ۲	همبستگی کانونی ۱	همبستگی کانونی ۲	همبستگی کانونی ۱	همبستگی کانونی ۲
	ریشه اول	ریشه دوم	ریشه سوم	ریشه دوم	ریشه اول	ریشه دوم
	A	B	A	B	A	B
لذت از شوخی	۰/۶۱۲	۰/۳۷۳	۰/۱۹۳	۰/۰۳۷	۰/۹۰۹	۰/۰۴۸
خنده	۰/۵۱۹	۰/۲۶۹	۰/۱۸۹	۰/۰۳۶	۰/۹۲۵	۰/۰۳۹
شوخی کلامی	۰/۴۱۰	۰/۱۶۸	۰/۱۹۳	۰/۰۳۷	۰/۹۰۶	۰/۰۴۸
شوخ طبعی در روابط اجتماعی	۰/۵۱۶	۰/۲۶۶	۰/۱۹۰	۰/۰۳۶	۰/۹۲۴	۰/۰۰۴
شوخ طبعی در شرایط استرس آور	۰/۶۴۲	۰/۴۱۲	۰/۴۲۸	۰/۱۸۳	۰/۸۲۱	۰/۰۵۸
ارزیابی مجدد	۰/۳۹۱	۰/۱۵۲	۰/۰۸۸	۰/۰۰۸	۰/۷۴۸	۰/۳۷۳
فرونشانی	۰/۹۹۷	۰/۹۹۴	۰/۰۵۸	۰/۰۰۳	۰/۱۱۲	۰/۰۰۲

A: بار کانونی standard

B: ضریب کانونی Colorant

همان‌طور که در جدول ۴ مشخص است اولین همبستگی کانونی معنی‌دار است و در همبستگی کانونی اول به ترتیب متغیر فرونشانی (۰/۹۹۷)، شوخ‌طبعی در شرایط استرس‌آور (۰/۶۴۲)، لذت از شوخی (۰/۶۱۲)، خنده (۰/۵۱۹)، شوخ‌طبعی در روابط اجتماعی (۰/۵۱۶)، شوخی کلامی (۰/۴۱۰)، ارزیابی مجدد (۰/۳۹۱) پیش‌بینی را نشان می‌دهند و بیشترین تأثیر این متغیرها بر متغیرهای ملاک سرمایه روان‌شناختی به ترتیب (فرونشانی، سبک شوخ‌طبعی در شرایط استرس‌آور، سبک شوخی طبیعی لذت از شوخی، سبک شوخی طبیعی خنده، سبک شوخ‌طبعی در روابط اجتماعی، سبک شوخ‌طبعی شوخی کلامی، ارزیابی مجدد) قابل پیش‌بینی است. در همبستگی کانون اول متغیر فرونشانی ۹۹/۴، متغیر سبک شوخ‌طبعی در شرایط استرس‌آور ۴۱/۲ درصد، متغیر سبک شوخی طبیعی لذت از شوخی ۳۷/۳ درصد، متغیر سبک شوخی طبیعی خنده ۲۶/۹ درصد، متغیر سبک شوخ‌طبعی در روابط اجتماعی ۲۶/۶ درصد، متغیر سبک شوخ‌طبعی شوخی کلامی ۱۶/۸ درصد، متغیر ارزیابی مجدد ۱۵/۲ درصد قادر به پیش‌بینی سرمایه‌های روان‌شناختی هستند و به‌طور کلی می‌توان گفت قدرت پیش‌بینی متغیر (فرونشانی، سبک شوخ‌طبعی در شرایط استرس‌آور، سبک شوخی طبیعی لذت از شوخی، سبک شوخی طبیعی خنده، سبک شوخ‌طبعی در روابط اجتماعی، سبک شوخ‌طبعی شوخی کلامی، ارزیابی مجدد) ۳۷/۶ درصد است.

بحث و نتیجه‌گیری

این مطالعه با هدف نقش شوخ‌طبعی و نظم‌جویی هیجانی در پیش‌بینی سرمایه‌های روان‌شناختی در دانش‌آموزان متوسطه دوم منطقه دو شهر مشهد انجام شد. نتایج این مطالعه نشان داد شوخ‌طبعی می‌تواند متغیر سرمایه‌های روان‌شناختی را پیش‌بینی کند. اگرچه مطالعه‌ای که به بررسی رابطه شوخ‌طبعی با سرمایه‌های روان‌شناختی بپردازد یافت نشد، اما پژوهش ویجوارانا و همکاران (۲۰۱۷) با عنوان «استفاده از شوخ‌طبعی و تقویت احساسات: مطالعه‌ای مبتنی بر عاطفه شوخ‌طبعی مدیریت، هیجانات و سرمایه روان‌شناختی کارکنان» نشان داد حس



شوخ طبعی در مدیر، موجب پرورش احساسات مثبت در کارمندان می‌شود که می‌توان گفت همسو با مطالعه حاضر است (Wijewardena, N., Hartel, C. E., & Samaratunge, R.2017). این مطالعه همچنین با مطالعه (Niafar, S., Khoshravesh, V.2018; Doustmohamadi, M.2016) همسو بود که نشان دادند بین شوخ طبعی و سلامت روان رابطه وجود دارد. در تبیین این یافته می‌توان بیان داشت که می‌توان از شوخ طبعی به عنوان سپری برای مقابله با فشارهای روانی استفاده کرد. شوخ طبعی به افراد برای مقابله با تعارضات هیجانی یا عوامل فشارزای بیرونی و بااهمیت دادن به جنبه‌های طنزآمیز و سرگرم کننده، کمک می‌کند. شوخ طبعی با آزادسازی هیجانات بدون تأثیر منفی بر دیگران، به فرد کمک می‌کند تا بر آنچه آسیب‌زا است، غلبه نماید. افراد شوخ طبع می‌توانند استرس را به خوبی تحمل مدیریت کنند بنابراین از تاب‌آوری بالایی برخوردارند و تحت فشار مشکلات در هم نمی‌شکنند. افراد شوخ طبع با حفظ روحیه خود و تاب‌آوری تا غلبه بر مشکلات، صبر را در پیش می‌گیرند و وقتی چالش‌ها برطرف می‌شود از اینکه پیروزی حاصل شده است احساس خودکارآمدی می‌کنند و نسبت به زندگی خوش‌بین هستند. این افراد با حفظ ویژگی شوخ طبعی امیدواری را تا رسیدن به موفقیت حفظ می‌کنند. بنابراین می‌توان گفت شوخ طبعی موجب افزایش سرمایه‌های روان‌شناختی می‌گردد و سلامت روان و بهزیستی روان‌شناختی را در پی دارد. این یافته از این لحاظ با مطالعه مکی آبادی و همکاران (۲۰۱۵) نیز همخوان است که نشان دادند رابطه معناداری بین بهزیستی روان‌شناختی و سبک‌های شوخ طبعی وجود دارد (Makiabadi, M., Fathiaghdam, Gh.2015). نتایج این مطالعه همچنین نشان داد نظم جویی هیجان می‌تواند متغیر سرمایه‌های روان‌شناختی را پیش‌بینی کند. این یافته همسو با مطالعه احمدی و برادران (۲۰۱۷) است که نشان دادند بین نظم جویی شناختی هیجان و سرمایه روان‌شناختی با سازگاری شغلی کارکنان رابطه معنادار وجود دارد (Ahmadi, E., Baradaran, A.2017). تامپسون و همکاران (۲۰۲۰) نیز عنوان کردند نظم جویی هیجان از مهم‌ترین متغیرهای مؤثر بر سطح سلامت است. می‌توان گفت نظم جویی هیجان به‌عنوان یک فرایند مهم در پژوهش و درمان

آسیب‌شناسی روانی بشمار می‌رود (Thomson, P., Jaque, S. V. 2020). در نظم‌جویی هیجان، ارزیابی شناختی صورت می‌گیرد، که تفسیر مجدد موقعیت‌های فرا خواننده هیجان را در مسیری که اثر هیجانی را تعدیل یا اصلاح می‌کند، دربرمی‌گیرد. نظم‌جویی هیجان نقش برجسته و مهمی در سازگاری یا وقایع استرس‌زای زندگی و پیامدهای زیستی و روانی آن‌ها ایفا می‌کند که فرد را برای مقابله با شرایط دشوار هیجانی و خویش‌داری تا حصول موفقیت آماده می‌کند؛ بنابراین می‌توان گفت نظم‌جویی هیجانی تاب‌آوری را افزایش می‌دهد و پس از حصول موفقیت، امیدواری، خوش‌بینی و خودکارآمدی افزایش می‌یابد. پیشنهاد می‌شود آموزش مهارت‌های افزایش شوخ‌طبعی و آموزش نظم‌جویی هیجان به‌عنوان امور فوق‌برنامه مدارس مدنظر قرار گیرد.

Reference

- Abbasi, G., Montazar, A. (2019). The Relationship between Appreciation, Sense of Humor and Social Support with Marital Satisfaction in Nurses, *Journal of Health And Care*, 21(1), 34-۴۳. (In Persian).
- Ahmadi, E., Baradaran, A. (2017). The Relation between Cognitive Emotional Regulation and Psychological Capital with Job Adjustment. Master's thesis. Islamic Azad University, Marvdasht Branch. Faculty of Educational Sciences and Psychology. (In Persian).
- Amini, S., Dehghani cham piri, A., Salehi, A., Soltani zاده, M. (2019). The Role of Psychological Capital and Psychological Flexibility in Predicting Loneliness in Elderly. *Aging Psychology*, 5(1), 77-۸۸. doi: 10.22126/jap.1970.1178. (In Persian).
- Cann, A., Davis, H. B., & Zapata, C. L. (2011). Humor styles and relationship satisfaction in dating couples: Perceived versus self-reported humor styles as predictors of satisfaction. *Humor*, 24(1), 1-۲۰.



- Doustmohamadi, M. (2016). Investigating the Relation between Senses of Humor with Mental Health among Employees of Welfare Organization in Kerman. Third Global Conference on Psychology and Education Sciences Law and Social Sciences at the Beginning of Third Millennium. Nov 10th. (In Persian).
- Faraji, F., Koraei, A. (2018). The Relationship between Humor and Difficulty In Setting Excitement With Quality Of Marital Relationship In Female Nurses In Ahvaz Hospitals. *Scientific Research Quarterly of Woman and Culture*, 10(35), 91-104. (In Persian).
- Farokhi, E., Sabzi, N. (2015). happiness and perception of family communication pattern: the mediating role of psychological capital. , 11(43), 313-324. (In Persian).
- Geram, K. (2016). Prediction of marital satisfaction based on personality traits and sense of humor among employed women. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 7(4 S1), 123.
- Ghasempour, A., Ilbeigi, R., & Hasanzadeh, S. (2012). Psychometric properties of the Gross and John's Emotion Regulation Questionnaire in an Iranian sample. *Paper Presented at The 6th Conference on Students' Mental Health*, Gilan, Iran, 16-17 2012. (In Persian).
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of personality and social psychology*, 85(2), 348.
- Hasanzadeh, S. (2019). The mediating role of emotional processing styles in the relationship between circadian rhythms and Meta-memory In students. *Management and Educational Perspective*, 1(1), 103-117. doi: 10.22034/jmep.2019.100586. (In Persian).
- Hatamian, P., heydarian, S., Ahmadi, M. (2020). Effectiveness Mindfulness based cognitive therapy training on Emotion regulation and Anxiety sensitivity in elderly with precedent heart disease.

Iranian Journal of Rehabilitation Research in Nursing, 6(3). 59-65. (In Persian).

- Karami, J., Momeni, K. M., & Hatamian, P. (2017). The relationship between emotion dysregulation with psychoactive substance abuse in nurses working at hospitals of Kermanshah Iran 2016. *BALI MEDICAL JOURNAL*, 6(3), 502-506.
- Khoshouei, M. S., Oreizy, H. R., Aghaei, A. (2010). Construction and Validation of Sense of Humor Questionnaire, *Psychological Research*, 12(1), 26. (In Persian).
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and psychological measurement*, 30(3), 607-610.
- Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M. (2007). Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel psychology*, 60(3), 541-572.
- Makiabadi, M., Fathiaghdam, Gh. (2015). The Relation between Psychological Well-being and Humor Styles. *First International Conference & Second National Conference on Modern Research in Humanities*. June 12th, 2015. (In Persian).
- Neisi, A., Arshdi, N., Rahemi, A. (2011). The Casual Relationship of Psychological Capital with Positive Emotions, Psychological Well-being, job Performance and Job Engagement. *Journal of Psychological Achievements*, 18(1), 19-46. (فصلنامه مدیریت و چشم انداز آموزش).
- Niafar, S., Khoshraves, V. (2018). Investigating the Relation between Senses of Humor with Mental Health among Payame Nour University Ramsar Branch. *First International Conference on Psychology, Educational Sciences and Social Studies*. March 16th, ۲۰۱۸. (فصلنامه مدیریت و چشم انداز آموزش).
- Rastegar, A., Seif, M., Abedini, Y. (2017). Presenting a causal model of relationship between psychological capital and teaching emotions: the mediating role of emotional exhaustion. *Journal of Applied*



- Psychology Research*, 7(4), 51-71. doi: 0.22059/japr.2017.61080. (In Persian).
- Sadat, S., badri gargari, R. (2019). The effect of Humor Training to Teacher on Academic Burnout in Students. *Positive Psychology*, 4(4), 13-24. doi: 10.22108/pspp.2019.113900.1567. (In Persian).
- Stratman, J. L., & Youssef-Morgan, C. M. (2019). Can positivity promote safety? Psychological capital development combats cynicism and unsafe behavior. *Safety science*, 116, 13-25.
- Tamir, M., & Millgram, Y. (2017). Motivated emotion regulation: Principles, lessons, and implications of a motivational analysis of emotion regulation. In *Advances in motivation science* (Vol. 4, pp. 207-247). Elsevier.
- Thomson, P., Jaque, S. V. (2017). Self-regulation, emotion, and resilience. *Journal of Creativity and the Performing Artist*, 225-43.
- Tsaur, S. H., Hsu, F. S., & Lin, H. (2019). Workplace fun and work engagement in tourism and hospitality: The role of psychological capital. *International Journal of Hospitality Management*, 81, 131-140.
- Wijewardena, N., Hartel, C. E., & Samaratunge, R. (2017). Using humor and boosting emotions: An affect-based study of managerial humor, employees' emotions and psychological capital. *Human Relations*, 70(11), 1316-1341.