



سال یازدهم • پاییز و زمستان ۱۴۰۴ • شماره ۲۳

Biannual Journal of Islamic Psychology
Vol.11, No. 23, Autumn & Winter 2026

مدل یابی خودشکوفایی بر اساس مسئولیت پذیری و بهزیستی روان شناختی با نقش میانجی باورهای خودکارآمد

* امیرعرفانی نژاد

* حسن تقیان

چکیده

پژوهش حاضر با هدف مدل یابی خودشکوفایی بر اساس مسئولیت پذیری و بهزیستی روان شناختی با میانجیگری باورهای خودکارآمد انجام شد. پژوهش حاضر توصیفی - همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل دانشجویان مراکز آموزشی شهر قم در سال تحصیلی ۱۴۰۲ - ۱۴۰۳ بود. حجم نمونه آماری بر اساس قاعده لوهلین، ۲۳۳ نفر تعیین شد که به روش نمونه گیری تصادفی - خوشه ای انجام شد. برای جمع آوری داده های پژوهش از پرسش نامه های خودشکوفایی، مسئولیت پذیری کالیفرنیا، بهزیستی روان شناختی و باورهای خودکارآمد استفاده شد. داده های به دست آمده با استفاده از همبستگی پیرسون و رگرسیون تحلیل مسیر تجزیه و تحلیل شد. یافته های پژوهش نشان داد مدل پیشنهادی با داده ها برازش داشت؛ همچنین میان بهزیستی روان شناختی دانشجویان با خودشکوفایی آنان ارتباط مثبت و مستقیم و بین مسئولیت پذیری با خودشکوفایی رابطه مثبت و غیرمستقیم وجود دارد و باورهای خودکارآمد در رابطه بین بهزیستی روان شناختی و خودشکوفایی به صورت کامل نقش میانجی دارد، ولی باورهای خودکارآمد در رابطه بین بهزیستی روان شناختی و خودشکوفایی به صورت جزئی نقش میانجی دارد.

کلیدواژه ها: خودشکوفایی، مسئولیت پذیری، بهزیستی روان شناختی، خودکارآمدی، مدل یابی.

* دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه روان شناسی، واحد قم، دانشگاه آزاد اسلامی، قم، ایران (نویسنده مسئول؛

psy.erfaninezhad@gmail.com)

** استادیار گروه روان شناسی، جامعه المصطفی العالمیه، قم، ایران

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۱/۱۹؛ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۱۰/۱۶

عقیده و باوری کهن وجود دارد که هر انسانی دارای ظرفیت منحصر به فرد می باشد که میل به محقق کردن آنان دارد. این مفهوم در روان شناسی امروزی بسیار رایج است و تقریباً در نوشته های هر نظریه پرداز یا درمانگر انسان گرا یا اگزیستانسیالیستی با نام های زیادی مانند خود شکوفایی،^۱ تحقق خویش، رشد، پرورش استعدادها و... دیده می شود. خود شکوفایی اولین بار از سوی امانوئل گلدشتاین در سال ۱۹۳۹ به کار رفت، آن هم در «معنای به فعلیت درآوردن تمام وجوه و قابلیت های وجود خویش» (شاملو، ۱۳۸۲). مزلو (۱۹۷۰) معتقد بود که الگوی چگونگی رفتار شخص برای نیل به شادی، سلامت و کنش وری بهنجار در گرو خود شکوفایی اوست. خود شکوفایی از دیدگاه مزلو عبارت است از فرآیند پایان ناپذیر تحول که به ارتقای وضعیت سلامت روان آدمی می انجامد. به اعتقاد راجرز هر ارگانیسم تنها یک تمایت بنیادین دارد و آن میل شدید به شکوفایی، بقا و ارتقای تجربه است تا استعداد های بالقوه او مجال ظهور بیابد. شرط خود شکوفایی فرد تسهیل ارتباط با سایر افراد و اجتماعی شدن است. از جهتی تفسیر فرانکل نیز از خود شکوفایی این است که این حالت با توانایی درک جنبه های پر معنا و مثبت رویدادهای زندگی همراه است. بنابراین خود شکوفایی به مثابه فرایند تحول نیروهای بالقوه هر فرد در حد کمال است. فرد خود شکوفای فردی کامل است که کنش وری و زندگی او در حد کمال و زندگی او بیش از یک فرد معمولی تحقق یافته و غنی شده است. به طور کلی، خود شکوفایی را می توان به نوعی به کارگیری و پرورش کامل قریحه ها، استعدادها و قابلیت های بالقوه توصیف کرد (افشانی و همکاران، ۱۳۹۳).

خود شکوفایی هسته اصلی نظریه مزلو (۱۹۷۰) را تشکیل می دهد که آن را به عنوان تمایل برای ارتقای بهترین توانایی و استعداد خود تعریف می کند و در رأس سلسله مراتب نیازهای انسانی و بعد از نیازهای فیزیولوژیکی، ایمنی، عشق و تعلق، احترام، شناختی و زیبایی شناسی قرار می دهد. اشنايدرمن (۱۹۹۱) خود شکوفایی را توانایی درک ظرفیت های بالقوه و انجام چیزی که می توان انجام داد، تلاش برای انجام دادن و لذت بردن تعریف نمود که این شایستگی افراد را قادر می سازد به هدف یابی دست بزنند و سپس به همان هدف های مطرح شده نائل شوند (اباذری گتایی، ۱۴۰۲). آگوست^۲ (۲۰۱۳) خود شکوفایی را شامل توانایی انگیزشی فردی در تحقق بخشیدن به استعدادها و

1. Self-Actualization

2. Agust, S.

توانایی بالقوه، و معادل مفهوم کلی عوامل شخصیتی خالق در نظر گرفته شده خود تعریف کرد (آگوست، ۲۰۱۳). بر اساس تعالیم اسلام، انسان گرایش به کمال دارد، به علاوه، استعدادها و آمادگی های طبیعی برای رسیدن به کمال نیز در او وجود دارد؛ همچنین وسیله شناخت کمال و نابهنجاری در اختیار اوست و زمینه های اجتماعی نیز معمولاً برای او فراهم است. همه این امور دیدگاه خوشبینانه ای در مورد رشد و تکامل فرد انسان ها فراهم می کند.

در منظر اسلامی، خودشکوفایی صرفاً به معنای فعلیت یافتن استعداد های فردی و شخصی نیست، بلکه تحقق ظرفیت های فطری انسان در مسیر بندگی خداوند و رسیدن به مقام قرب الهی است. از این منظر، خودشکوفایی مترادف با «سیر الی الله» و «تزکیه نفس» است که غایت انسان را در رستگاری اخروی و تکامل وجودی ترسیم می کند؛ لذا اصطلاحی که به مفهوم خودشکوفایی انسان در منظر مزلو بسیار نزدیک است، مبحث «تزکیه» است؛ چراکه در نظر روان شناسانی مثل مزلو، بالاترین سطح رشد به شکوفایی استعدادها مربوط می شود و در مفهوم تزکیه هم طبق نظر

اهل لغت (راغب اصفهانی، ۱۳۷۴) به رشد و فزونی امور دنیوی و اخروی مربوط می شود و تشابه این دو در رشد، تعالی و شکوفایی انسان است. با این تفاوت که در دیدگاه اسلامی رشد و تزکیه علاوه بر سطح مادی در سطح روحانی که جنبه برتر انسان است نیز مطرح شده است.

بر اساس نتایج پژوهش ها مشخص است که پدیده خودشکوفایی یک پدیده چند علیتی است و یکی از عوامل تأثیرگذار بر خودشکوفایی، عامل مسئولیت پذیری است. مسئولیت پذیر^۱ بودن نیز، یعنی پاسخگو بودن در برابر خود و دیگران و یک الزام درونی و تعهد از سوی فرد برای انجام بهتر همه فعالیت هایی که بر عهده او گذاشته شده است، تعریف می شود (رئیزی خیرآبادی و همکاران، ۱۴۰۱). مسئولیت پذیری را تعهد مداوم فرد برای انجام رفتار به روش های اخلاقی و بهتر شدن کیفیت زندگی افراد و خانواده هایشان و محیط اجتماعی و جامعه در مقیاس بسیار بزرگ تر نیز تعریف کرده اند (چاودرلوت، ۲۰۲۰)^۲. مسئولیت پذیری یکی از ویژگی های مثبت جامعه محسوب می شود که می تواند به عنوان یک راهبرد مداخله ای در جهت حل مشکلات و مسائل پرتنش روزمره در موقعیت های مختلف نقش مهمی داشته باشد (لائو، کیتسنس میلر و رودریگز، ۲۰۱۸)^۳.

1. Responsibility

2. Chauderlot, F.

3. Lau, C., Kitsantas, A., Miller, A. & Rodgers, E.

مسئولیت‌پذیری امری ذاتی نیست، بلکه عملکرد آگاهانه، آموختنی و اکتسابی است که به دنبال آن حس وظیفه‌شناسی، رعایت قوانین و خودنظم‌بخشی در افراد درونی می‌شود. فرد می‌داند در برابر کارهایش مسئول است و درعین حال آزادی انتخاب و اراده هم دارد. باید دانست بین مسئولیت‌پذیری و فرمان‌پذیری^۱ تفاوت وجود دارد (جباری، ۱۳۹۳).

مسئولیت‌پذیری به نوعی یک نگرش در ابعاد شناختی، عاطفی و عملکردی در فرد ایجاد می‌کند که فرد برداشتی منطقی از وظایف، تکالیف و تعهدات خود دارد و از زیر بار مسئولیت‌هایی که بر عهده او گذاشته شده است، دست برنمی‌دارد و این آزادی اراده و اختیار و انتخاب را دارد که بتواند بر اساس هدف‌ها و نیازهای خود وظایف و مسئولیت را بر عهده بگیرد، ولی فرمان‌پذیری نوعی اطاعت کردن بر اساس زور و اجبار و یک روش استبدادی است که در اینجا فرد فقط یک آدم مجری و مطیع است که هیچ‌گونه اراده و انتخابی ندارد (اریستی، ۲۰۱۷). در دیدگاه اسلامی انسان به جهت خلیفه‌الله بودن بر زمین، موجودی مسئول است؛ چون با آگاهی و اختیار، مسئولیت خلافت الهی، تکلیف شرعی و رسالت اخلاقی را پذیرفته است (بقره: ۳۰)، و این جایگاه، مسئولیتی بزرگ بر دوش او می‌گذارد. مسئولیت‌پذیری، مقدمه حرکت آگاهانه در مسیر رشد و کمال است؛ چراکه انسان بی‌مسئولیت، فاقد اراده الهی برای تزکیه و خودسازی است. در آیه ۷۲ سوره احزاب^۳ نیز آمده که مسئولیت انسان را در پذیرش امانت الهی (که مفسران آن را «تکلیف»، «عقل» یا «آزادی» دانسته‌اند) یادآور می‌شود. انسان با پذیرش این مسئولیت وارد فرایند رشد می‌شود. بررسی تحقیقات مختلف نشان می‌دهد که مسئولیت‌پذیری اجتماعی تأثیر قابل توجهی در سلامت روان‌شناختی و همچنین پیشگیری از اختلالات روانی و آسیب‌های اجتماعی دارد.

نتایج پژوهش احمدزاده چقلو (۱۴۰۱)، زارع (۱۳۹۸) و صدوقی و میرزایی علی‌آبادی (۱۳۹۷) نشان داد که یکی از عوامل مؤثر در خودشکوفایی، عامل خودکارآمدی است. خودکارآمدی به باورهای افراد درباره توانایی کنترل زندگی به دست خودشان گفته می‌شود (امیریان، ۱۳۹۲). باورهای خودکارآمدی از جمله باورهایی هستند که در جهت بهبود وضعیت و در کنترل گرفتن شرایط مؤثر است (سیف، ۱۳۹۸). خودکارآمدی را به‌عنوان «باور به قابلیت‌های شخصی برای سازماندهی و اجراسازی مسیر عمل لازم

1. Commandability

2. Eristi, B.

۳. «إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَوَاتِ... فَأَتَى... وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ»

برای تولید موفقیت» تعریف کرده‌اند (بندورا، ۱۹۹۷). در واقع می‌توان بیان کرد که خودکارآمدی به‌عنوان سطح اعتماد افراد نسبت به خود تعریف می‌شود (ژو^۱ و همکاران، ۲۰۱۶)، و اشاره به درک افراد در ارتباط با توانایی انجام وظایف در موقعیت‌های مختلف دارد. باور به خودکارآمدی بالا می‌تواند بهترین پیش‌بینی‌کننده عملکرد فرد در تمام زمینه‌ها باشد. خودکارآمدی در اسلام نه از سر خودبینی، بلکه از شناخت ظرفیت‌های الهی انسان نشئت می‌گیرد. باور به امداد الهی، همراه با تلاش انسانی، ساختار خودکارآمدی مؤمنانه را تشکیل می‌دهد.

از ویژگی‌های روان‌شناختی مهم دیگری که افراد سالم باید از آن بهره‌مند باشند، احساس بهزیستی است. بهزیستی روان‌شناختی به معنای حفظ زندگی به شکلی رضایت‌بخش، پیش‌برنده و کاملاً خودشکوفای تعریف می‌شود. بهزیستی روان‌شناختی را تلاش برای رشد و پیشرفت در جهت تحقق بخشیدن به توانایی‌های بالقوه فرد می‌داند که این مدل از طریق ادغام نظریه‌های مختلف رشد فردی (نظریه خودشکوفایی مزلو و شخص کامل راجرز) و عملکرد سازگارانه (مانند سلامت

روانی مثبت جاهودا) شکل گرفته و گسترش یافته است (فتحی مظفری و عزیزاده، ۱۳۹۵). در نگرش اسلامی، سلامت روان محدود به فقدان بیماری نیست، بلکه به معنای حیات طیبه، رضایت قلبی، تعادل درونی و هدایت الهی است (نحل: ۹۷)^۲، و در حدیثی به این مسئله اشاره شده است.^۳

بر اساس نتایج پژوهش‌های انجام‌شده در این زمینه، مشخص است که پدیده خودشکوفایی یک پدیده چندعلیتی است و عوامل متعددی نظیر مسئولیت‌پذیری، بهزیستی روان‌شناختی و باورهای خودکارآمد ممکن است در بروز و تحقق آن نقش داشته باشند. تبیین رابطه بین این متغیرها نیازمند توجه بیشتر است؛ لذا می‌توان چنین مطرح کرد که بررسی نقش این چهار متغیر به دلیل ضرورت بررسی این پدیده احساس می‌گردد. با توجه به مسائل مطرح‌شده و پیشینه پژوهشی سؤال اصلی پژوهش حاضر این است که آیا مدل پیشنهادی از برآزش مطلوبی برخوردار است و باورهای خودکارآمد بین مسئولیت‌پذیری و بهزیستی روان‌شناختی و خودشکوفایی نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند؟

پژوهش حاضر به بررسی میزان اثرگذاری مسئولیت‌پذیری و بهزیستی روان‌شناختی بر باورهای

1. Zhu, B.

۲. «مَنْ عَمِلَ صَالِحًا ... فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً»

۳. «الرِّضَا بِرِضَى اللَّهِ رَأْسُ ظُمَأْنِيَةِ الْقَلْبِ»

خودکارآمد و متعاقباً میزان اثر باورهای خودکارآمد بر خودشکوفایی آنان در قالب یک مدل می‌پردازد. بر این اساس هدف تحقیق بررسی و آزمون این فرضیه‌ها می‌باشد: ۱. بین مسئولیت‌پذیری با خودشکوفایی رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد؛ ۲. بین بهزیستی روان‌شناختی با خودشکوفایی رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد؛ ۳. بین مسئولیت‌پذیری با باورهای خودکارآمد رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد؛ ۴. بین بهزیستی روان‌شناختی با باورهای خودکارآمد رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد؛ ۵. بین باورهای خودکارآمد با خودشکوفایی رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد؛ ۶. بین مسئولیت‌پذیری با خودشکوفایی با توجه به نقش میانجی باورهای خودکارآمد رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد؛ ۷. بین بهزیستی روان‌شناختی با خودشکوفایی با توجه به نقش میانجی باورهای خودکارآمد رابطه مستقیم و معناداری وجود دارد.

روش پژوهش

روش این مطالعه توصیفی - همبستگی می‌باشد. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان مراکز آموزشی استان قم در سال ۱۴۰۲ - ۱۴۰۳ می‌باشد. بر پایه پیشنهاد جیمز استیونس در نظر گرفتن پانزده مورد برای هر متغیر پیش‌بین در تحلیل رگرسیون چندگانه با روش معمولی کمترین مجذورات استاندارد، یک قاعده سرانگشتی خوب به‌شمار می‌آید. بنتلر و چو (۱۹۸۸) یادآوری می‌کنند که پژوهشگران می‌توانند برای هر برآورد پارامتر در تحلیل‌های SEM حجم گروه نمونه را تا پنج مورد کاهش دهند، اما فقط اگر با داده‌ها به‌گونه کاملاً مناسبی عمل شده باشد. لوهلین (۱۹۹۲) نتایج مطالعات مشابه مونت کارلو را با استفاده از مدل‌های تحلیل عاملی تأییدی گزارش کرده و پس از بررسی پیشینه‌های پژوهش نتیجه می‌گیرد که برای این طبقه از مدل‌ها با دویا چهار عامل، پژوهشگر باید روی گردآوری دست‌کم ۱۰۰ مورد یا بیشتر از آن ۲۰۰ مورد برنامه‌ریزی کند. (هومن، ۱۳۹۱). بر اساس نظر لوهلین، و با توجه به وجود چهار متغیر در تحقیق، لازم است حداقل ۲۰۰ نمونه انتخاب شود. به‌منظور پوشش دادن خطاهای غیرنمونه‌گیری و احتمال وجود پاسخ‌های نامعتبر، تعداد نمونه ۲۰ درصد افزایش یافت و در نهایت ۲۳۳ نمونه متغیر برای تحلیل آماده شد. نمونه‌گیری با استفاده از روش در دسترس انجام شد.

در این پژوهش برای گردآوری داده‌ها از چهار پرسش‌نامه ذیل استفاده گردید.

پرسش نامه خودشکوفایی: این پرسش نامه توسط اسماعیل خانی و همکاران (۱۳۸۰) برای سنجش خودشکوفایی ساخته شده است و اولین بار بر روی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز به کار رفته است. به منظور نمره گذاری این پرسش نامه ۲۵ ماده ای برای هر یک از چهار گزینه «هرگز»، «به ندرت»، «گاهی اوقات» و «اغلب اوقات» به ترتیب مقادیر ۱، ۲، ۳ و ۴ در نظر گرفته شده است. به جز برای ماده های ۲۱، ۲۰ و ۱۹ که دارای بار عاملی منفی هستند، برای هر یک از چهار گزینه به ترتیب مقادیر ۱، ۲، ۳ و ۴ در نظر گرفته شده است. برای به دست آوردن امتیاز کلی پرسش نامه، امتیاز تمامی گویه ها را با همدیگر جمع نمایید. در پژوهش اسماعیل خانی و همکاران (۱۳۸۰) برای سنجش پایایی مقیاس ASAI از دوزش همسانی درونی و باز آزمایی استفاده شده است. برای سنجش همسانی درونی مقیاس از ضریب آلفای کرونباخ (کرونباخ، ۱۹۵۱) استفاده شد و ضرایب همبستگی حاصل از ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۲ و آزمون مجدد ۰/۹۰ برای کل آزمودنی ها ارائه شده است.

پرسش نامه مسئولیت پذیری: این پرسش نامه بر اساس مسئولیت پذیری کالیفرنیا (۱۹۸۷) می باشد که ۴۲ سؤال دارد. این پرسش نامه نخستین بار توسط هاریسون گاف در سال (۱۹۵۱) با ۶۴۸ سؤال و ۱۵ مقیاس برای سنجش ۱۵ ویژگی شخصیتی انتشار یافت و سپس در سال (۱۹۵۷) مقیاس های آن به ۱۸ و مجدداً در سال (۱۹۸۷) توسط وی مورد تجدید نظر قرار گرفت و تعداد سؤال های آن به ۱۶۲ و تعداد خرده مقیاس های آن به ۲۰ خرده مقیاس افزایش یافت. مقیاس سنجش مسئولیت پذیری ۴۲ سؤالی به منظور سنجش ویژگی هایی از قبیل وظیفه شناسی، احساس تعهد، سخت کوشی، جدیت، قابلیت اعتماد، رفتار مبتنی بر نظم و مقررات و منطبق بر احساس مسئولیت مورد استفاده قرار می گیرد. در مطالعه آقای (۱۳۹۴) برای به دست آوردن روایی پرسش نامه از نظرات استاد راهنما و چندین تن از دیگر اساتید و متخصصین و کارشناسان استفاده شده است، و از آنها در مورد مربوط بودن سؤالات، واضح بودن و قابل فهم بودن سؤالات و اینکه آیا این سؤالات برای پرسش های تحقیقاتی مناسب است و آنها را مورد سنجش قرار می دهد، نظرخواهی شد و مورد تأیید قرار گرفت. ضرایب پایایی مقیاس سنجش مسئولیت پذیری در پژوهش آقای (۱۳۹۴)، برابر $r = 0.79$ و به دست آمده است و آلفای کرونباخ نیز، ۰/۷۵۵ گزارش شده است.

پرسش نامه بهزیستی روان شناختی: این مقیاس توسط ریف (۱۹۸۹) طراحی شد و در سال ۲۰۰۲ مورد تجدید نظر قرار گرفت (شهیدی و همکاران، ۱۳۹۳). نسخه اصلی دارای ۱۲۰ سؤال است، ولی در بررسی های بعدی نسخه های کوتاه تر ۸۴، ۵۴ و ۱۸ سؤالی نیز پیشنهاد شد. نسخه ۱۸ سؤالی پرسش نامه مشتمل بر ۶

عامل است: سؤال‌های ۹، ۱۲ و ۱۸ عامل استقلال؛ سؤال‌های ۱، ۴ و ۶ عامل تسلط بر محیط؛ سؤال‌های ۷، ۱۵ و ۱۷ عامل رشد شخصی؛ سؤال‌های ۳، ۱۱ و ۱۳ عامل ارتباط مثبت با دیگران؛ سؤال‌های ۵، ۱۴ و ۱۶ عامل هدفمندی در زندگی و سؤال‌های ۲، ۸ و ۱۰ عامل پذیرش خود را می‌سنجد.

به‌عنوان نمره کلی بهزیستی روان‌شناختی با محاسبه مجموع نمره‌ها این ۶ عامل به‌دست می‌آید. این آزمون نوعی ابزار خودسنجی است که در یک پیوستار ۶ درجه‌ای از «کاملاً موافقم» تا «کاملاً مخالفم» به آن پاسخ داده می‌شود. نمره بالاتر نشان‌دهنده بهزیستی روان‌شناختی بهتر است. از بین کل سؤال‌ها، ۱۰ سؤال به‌صورت مستقیم و ۸ سؤال ۱، ۳، ۴، ۵، ۹، ۱۰، ۱۳ و ۱۷ به شکل معکوس نمره‌گذاری می‌شود (سفیدی و فرزاد، ۱۳۹۱). کاملاً مخالفم: ۶، تا محدودی مخالفم: ۵، کمی مخالفم: ۴، کمی موافقم: ۳، تا محدودی موافقم: ۲، کاملاً موافقم: ۱. برای به‌دست آوردن امتیاز مربوط به هر مؤلفه، مجموع امتیازات مؤلفه‌ها را با هم جمع نموده و به‌منظور به‌دست آوردن امتیاز کلی پرسش‌نامه، مجموع امتیازات تک‌تک سؤالات را محاسبه می‌نماییم. نمرات بالاتر نشان‌دهنده بهزیستی روان‌شناختی بالاتر در فرد پاسخ‌دهنده می‌باشد و برعکس.

همبستگی نسخه کوتاه با مقیاس اصلی از ۰/۷ تا ۰/۸۹ در نوسان بوده است (ریف و سینگر، ۲۰۰۶). در پژوهش شگری، کدیور، فرزاد، دانشپور، دستجردی و پاییزی (۱۳۸۷)، ضرایب آلفای کرونباخ برای هریک از مقیاس‌های بهزیستی روان‌شناختی پذیرش خود، تسلط بر محیط، ارتباط مثبت با دیگران، هدفمندی در زندگی، رشد شخصی و استقلال به ترتیب ۰/۷۷، ۰/۷۷، ۰/۷۴، ۰/۷۵، ۰/۷۲ و ۰/۶ به‌دست آمد. همچنین در پژوهش شهیدی و همکاران (۱۳۹۳) با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ، میزان همسانی درونی پرسش‌نامه ۰/۷۸ به‌دست آمد.

پرسش‌نامه خودکارآمدی: به‌منظور ارزیابی خودکارآمدی عمومی می‌توان از پرسش‌نامه خودکارآمدی عمومی شرر و همکاران (۱۹۸۲) استفاده کرد. این مقیاس سه جنبه از رفتار شامل میل به آغازگری عمل، میل به گسترش تلاش برای تکمیل تکلیف و مقاومت در رویارویی با موانع را اندازه‌گیری می‌کند (شرر و مادوکس، ۱۹۸۲). مقیمی‌فام (۱۳۷۹) همسانی درونی گویه‌های کل مقیاس ضریب آلفای کرونباخ مربوط به کل گویه‌های آزمون و هریک از گویه‌های عوامل را محاسبه کرد. در مورد سؤالات شماره ۱۵، ۱۳، ۹، ۸، ۳ و ۱ نمره‌گذاری به‌صورت معکوس انجام می‌شود. پایایی این پرسش‌نامه در تحقیق انجام‌شده توسط مقیمی‌فام (۱۳۷۹) $a=82\%$ گزارش شده است و آلفای به‌دست‌آمده رضایت‌بخش می‌باشد؛ همچنین ضریب پایایی این آزمون از طریق اسپیرمن - براون با طول برابر ۰/۷۶ و با طول نابرابر ۰/۷۶ و از روش دو نیمه کردن گاتمن برابر ۰/۷۶ به‌دست

آمد (مقیمی فام، ۱۳۷۹). ضریب پایایی این آزمون را با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۷۰ درصد اعلام کرد. میزان پایایی این آزمون در تحقیق حاضر نیز با استفاده از روش آلفای کرونباخ $a=0.74$ برآورده شده است. به منظور ارزیابی روایی سازه‌ای این آزمون، نتایج حاصل از این وسیله مطابق روش مورد استفاده توسط گیبسون، دمپو، ولفوک و هوی با استفاده از روش تحلیل عاملی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت و به این نتیجه رسید که فرم فارسی این وسیله با فرم انگلیسی و اصلی آن از لحاظ سازه کاملاً همخوانی دارد و از روایی سازه‌ای خوبی برخوردار است (مقیمی فام، ۱۳۷۹).

یافته‌های پژوهش

در جدول (۱) آمارهای توصیفی متغیرهای تحقیق ارائه شده است.

جدول ۱: آمارهای توصیفی متغیرها تحقیق

مؤلفه‌ها	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
خودشکوفایی	۸۳/۹	۱۱/۳۹	-۰/۷۲	-۰/۰۸
مسئولیت‌پذیری	۲۷/۰	۴/۴۷	-۰/۷۱	۰/۴۱
خودکارآمدی	۶۴/۱	۱۰/۰۱	-۰/۴۰	-۰/۰۷
بهبودی روان‌شناختی	۸۰/۴	۱۱/۲۲	-۰/۰۹	-۰/۲۸

میانگین، انحراف معیار، کجی و کشیدگی متغیرهای تحقیق در جدول فوق ارائه شده است. از آنجا که میزان کجی و کشیدگی متغیرهای تحقیق بین ۲- تا ۲+ است، می‌توان گفت توزیع متغیرهای تحقیق متقارن بوده و به توزیع نرمال نزدیک است.

در جدول (۲) به منظور آزمون فرضیه‌های فرعی تحقیق از همبستگی پیرسون استفاده شده است.

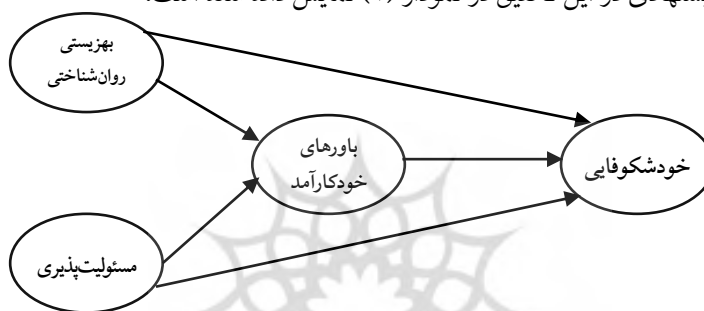
جدول ۲: ضرایب همبستگی متغیرهای خودشکوفایی و بهبودی روان‌شناختی

مؤلفه‌ها	خودشکوفایی	مسئولیت‌پذیری	باورهای خودکارآمد
خودشکوفایی	۱		
مسئولیت‌پذیری	۰/۲۵۸**	۱	
باورهای خودکارآمد	۰/۶۷۷**	۰/۲۶۳**	۱
بهبودی روان‌شناختی	۰/۵۹۰**	۰/۲۲۵**	۰/۶۴۷**

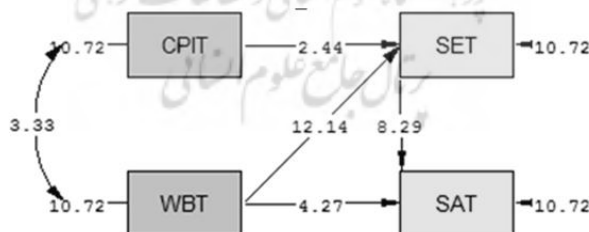
بین مسئولیت‌پذیری و خودشکوفایی همبستگی مثبت و معنی‌داری وجود دارد ($r=0.258$)؛ بنابراین اولین فرضیه فرعی تحقیق تأیید شد. بین بهبودی روان‌شناختی و خودشکوفایی همبستگی مثبت و معنی‌داری وجود دارد ($r=0.590$)؛ بنابراین دومین فرضیه فرعی تحقیق تأیید شد. بین مسئولیت‌پذیری و باورهای خودکارآمد همبستگی مثبت و معنی‌داری وجود دارد ($r=0.263$)؛

بنابراین سومین فرضیه فرعی تحقیق تأیید شد. بین بهزیستی روان‌شناختی و باورهای خودکارآمد همبستگی مثبت و معنی‌داری وجود دارد ($r = 0/647$)؛ بنابراین چهارمین فرضیه فرعی تحقیق تأیید شد. بین باورهای خودکارآمد و خودشکوفایی همبستگی مثبت و معنی‌داری وجود دارد ($r = 0/677$)؛ بنابراین پنجمین فرضیه فرعی تحقیق تأیید شد.

به‌منظور بررسی دو فرضیه فرعی بعدی که شامل نقش میانجی باورهای خودکارآمد در رابطه بین مسئولیت‌پذیری و بهزیستی روان‌شناختی با خودشکوفایی است، از تحلیل مسیر استفاده شده است. مسیر پیشنهادی در این تحقیق در نمودار (۱) نمایش داده شده است.



نمودار ۱: مسیر پیشنهادی ارتباط بین بهزیستی روان‌شناختی و مسئولیت‌پذیری با خودشکوفایی از طریق باورهای خودکارآمد
برای بررسی مسیر فوق از تحلیل مسیر استفاده شد. در تحلیل صورت گرفته ارتباط مستقیم بین مسئولیت‌پذیری و خودشکوفایی معنی‌دار نبود که از مدل فوق حذف شد؛ بنابراین مدل نهایی (نمودار ۲) مورد تأیید قرار گرفت.



نمودار ۲: مدل نهایی ارتباط بین بهزیستی روان‌شناختی و مسئولیت‌پذیری با خودشکوفایی از طریق باورهای خودکارآمد^۱
شاخص‌های برازش مدل در جدول (۳) ارائه شده است.

۱. علائم مورد استفاده در نمودار به شرح ذیل می‌باشند: Sat: خودشکوفایی؛ Set: باورهای خودکارآمد؛ Wbt: بهزیستی روان‌شناختی؛ Cpit: مسئولیت‌پذیری.

جدول ۳: شاخص‌های برازش مدل

ردیف	شاخص تناسبیت مدل	ارزش‌های مورد انتظار (سفارش شده)	ارزش‌های محاسبه شده مدل
۱	AGFI	۰/۹ و بیشتر	۰/۹۵
۲	IFI	۰/۹ و بیشتر	۰/۹۹
۳	CFI	۰/۹ و بیشتر	۰/۹۹
۴	RMSEA	پایین تر از ۰/۰۸	۰/۰۷۰
۶	$\frac{x^2}{df}$	کوچکتر از ۳	۲/۱۴

شاخص‌های برازش مدل نشان‌دهنده برازش مناسب مدل فوق است؛ بنابراین فرضیه اصلی تحقیق مورد تأیید قرار گرفت.

ضرایب استاندارد مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم در جدول (۴) ارائه شده است.

جدول ۴: مسیرهای آزمون شده در نمودار مسیر

R ^۲	متغیر درون‌زا		اثر مستقیم		اثر غیرمستقیم		اثر کل	
	ضریب استاندارد	t	ضریب استاندارد	t	ضریب استاندارد	t	ضریب استاندارد	t
۰/۵۰	باورهای خودکارآمد	۸/۲۹	۰/۵۱	۸/۲۹	-	-	۰/۵۱	۸/۲۹
	مسئولیت‌پذیری	-	-	-	۰/۰۶	۲/۳۴	۰/۰۶	۲/۳۴
	بهزیستی روان‌شناختی	۰/۲۶	۴/۲۷	۰/۳۱	۶/۵۸	۰/۵۸	۰/۵۸	۱۰/۷۸
۰/۴۳	باورهای خودکارآمد	۰/۱۲	۲/۴۴	۰/۱۲	-	-	۰/۱۲	۲/۴۴
	بهزیستی روان‌شناختی	۰/۵۲	۱۲/۱۴	۰/۵۲	-	-	۰/۵۲	۱۲/۱۴

همان‌گونه که در جدول (۵) مشاهده می‌شود سه متغیر باورهای خودکارآمد، مسئولیت‌پذیری و بهزیستی روان‌شناختی از طریق مسیر آزمون شده، ۵۰ درصد واریانس خودشکوفایی را پیش‌بینی می‌کنند. از باورهای خودکارآمد به خودشکوفایی فقط مسیر مستقیم وجود دارد که این مسیر نیز مثبت و معنی‌دار است، از مسئولیت‌پذیری به خودشکوفایی تنها مسیر غیرمستقیم وجود دارد که این مسیر نیز مثبت و معنی‌دار است، اما از بهزیستی روان‌شناختی به خودشکوفایی هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیرمستقیم مسیر وجود دارد که هر دو مسیر مثبت و معنی‌دار است. از مسئولیت‌پذیری و بهزیستی روان‌شناختی به باورهای خودکارآمد فقط مسیر مستقیم وجود دارد، و مسیر مستقیم هر دو متغیر به باورهای خودکارآمد، مثبت و معنی‌دار است. از آنجاکه همبستگی پیرسون مسئولیت‌پذیری و خودشکوفایی مثبت و معنی‌دار بود (جدول ۴)، اما در مدل تحلیل مسیر، این مسیر غیرمعنی‌دار شده است، می‌توان گفت باورهای خودکارآمد در رابطه بین مسئولیت‌پذیری و خودشکوفایی نقش میانجی دارد و این رابطه را به صورت کامل واسطه‌گری می‌کند. همبستگی

پیرسون بهزیستی روان‌شناختی و خودشکوفایی مثبت و معنی‌دار بود (جدول ۵). در مدل تحلیل مسیر نیز، این مسیر معنی‌دار شده است، اما ضریب استاندارد این مسیر کاهش یافته است، می‌توان گفت باورهای خودکارآمد در رابطه بین بهزیستی روان‌شناختی و خودشکوفایی به‌صورت جزئی نقش میانجی دارد.

بحث و نتیجه‌گیری

فرضیه اصلی: مدل خودشکوفایی بر اساس متغیر مسئولیت‌پذیری و بهزیستی روان‌شناختی با نقش میانجیگری باورهای خودکارآمد از برازش مطلوبی برخوردار است. با توجه به نتایج پژوهش فرضیه اصلی پژوهش مدل خودشکوفایی بر اساس متغیر مسئولیت‌پذیری و بهزیستی روان‌شناختی با نقش میانجیگری باورهای خودکارآمد از برازش مطلوبی برخوردار است، تأیید شد. همان‌گونه که در جدول (۵) اشاره شد سه متغیر باورهای خودکارآمد، مسئولیت‌پذیری و بهزیستی روان‌شناختی از طریق مسیر آزمون‌شده، ۵۰ درصد واریانس خودشکوفایی را پیش‌بینی می‌کنند. از باورهای خودکارآمد به خودشکوفایی فقط مسیر مستقیم وجود دارد که این مسیر نیز مثبت و معنی‌دار است و این یافته از تحقیق با پژوهش‌های مطالعه احمدزاده چقلو (۱۴۰۱)، زارع (۱۳۹۸) صدوقی و میرزایی علی‌آبادی (۱۳۹۷)، رحیمی و همکاران (۱۳۹۶)، حسینی دولت‌آبادی و همکاران (۱۳۹۳)، حسینیان و نیکنام (۱۳۸۹)، بایراکتر و جیمنز (۲۰۲۰)، فیشر (۲۰۲۰) و جواهر و محمد (۲۰۲۱) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که خودشکوفایی موجب تسهیل شناخت توانمندی‌ها، استعدادها، علایق و ارزش‌های فرد شده؛ در نتیجه به فرد کمک می‌کند واکنش رفتاری‌اش را متناسب با نیازها و ارزش‌های خود انتخاب کند؛ همچنین می‌تواند باعث افزایش هیجان‌های مثبت، سلامت روان و کیفیت زندگی افراد، بهزیستی روان‌شناختی، نگرش مثبت نسبت به توانایی در انجام فعالیت‌ها و تکالیف مختلف و کاهش میزان اضطراب و علایم افسردگی شود. منظور از خودکارآمدی احساس شایستگی، کفایت و قابلیت در کنار آمدن با زندگی است. افرادی که از حس خودکارآمدی بالایی برخوردارند، تمایل دارند هرچه بیشتر خودشان را با تکلیف مورد نظر درگیر نموده و هنگام روبه‌رو شدن با مشکل، زمان زیادی مقاومت می‌کنند و دوست دارند تکالیفی که به آنها واگذار می‌شود به‌طور شایسته انجام دهند و برای رسیدن به هدف هر زمان که نیاز باشد، راهکارهای خود را تغییر دهند. خودکارآمدی به‌عنوان یک عامل تعیین‌کننده مهم انتخاب اهداف پرچالش و فعالیت‌های دشوار فردی عمل می‌کند. به نظر بندورا (۱۹۷۷) اینکه افراد چگونه رفتار

می‌کند، بیشتر به واسطه باورهایشان درباره توانایی خود در آن حیطه و تأثیر این باورها در گرایش آنها به استفاده از دانش و مهارت‌های قبلی برای انجام آن عمل بستگی دارد. یک فرد معمولاً اهدافی را انتخاب می‌کند که در کسب موفقیت‌آمیز آنها، سطح معینی از توانایی را داشته باشد. خودکارآمدی در انتخاب اهداف، بر میزان تلاش برای انجام یک وظیفه، در میزان استقامت و جدیت و پشتکار فرد برای نیل به اهداف مورد انتظار و عبور از موانع، به میزان استرس و کاهش فشارهای روانی اثر می‌گذارد؛ همچنین خودکارآمدی بالا با سلامت بهتر و خودکارآمدی پایین به نشانه‌های اضطراب، افسردگی و نشانه‌های روان‌تنی بالا ارتباط دارد؛ همچنین از مسئولیت‌پذیری به خودشکوفایی تنها مسیر غیرمستقیم وجود دارد که این مسیر نیز مثبت و معنی‌دار است و غیرهمسو با پژوهش کیخا (۱۳۹۷) است که در پژوهش خود دریافت که متغیر مسئولیت‌پذیری می‌تواند به صورت معنادار و در جهت منفی خودشکوفایی را تبیین و پیش‌بینی کند. در تبیین این مسئله می‌توان این‌طور گفت: همان‌طور که مسئولیت‌پذیری یک تعهد و الزام درونی برای انجام بهتر فعالیت‌هایی است که بر عهده او گذاشته می‌شود، لذا فرد مسئولیت‌پذیر به واسطه همین تعهد و الزام درونی که دارد به سمت خودشکوفایی می‌رود، اما آنچه که در این مسیر به خودشکوفایی افراد کمک می‌کند واسطه بودن باور به خودکارآمدی است و فردی که باور به خودکارآمدی نداشته باشد، اگرچه مسئولیت‌پذیر باشد، اما این مسئولیت‌پذیر بودنش اثر قابل توجهی در خودشکوفایی فرد نخواهد داشت؛ همچنین از بهزیستی روان‌شناختی به خودشکوفایی هم به صورت مستقیم و هم به صورت غیرمستقیم مسیر وجود دارد که هر دو مسیر مثبت و معنی‌دار است که این یافته همسو با پژوهش رضاپور میرصالح و همکاران (۱۴۰۳) است. بهزیستی روان‌شناختی یکی از عوامل مهم سلامت روان است و می‌توان آن را به عنوان شادی و تاب‌آوری لذت‌بخش تعریف کرد (تنگ و همکاران، ۲۰۱۹). بهزیستی روان‌شناختی به معنای حفظ زندگی به شکلی رضایت‌بخش، پیش‌برنده و کاملاً خودشکوفای تعریف می‌شود (ماتود، ۲۰۱۹)؛ به طوری که گفته می‌شود بهزیستی روان‌شناختی از فقدان کامل چالش‌ها ناشی نمی‌شود، بلکه از رویارویی موفقیت‌آمیز با مشکلات زندگی به وجود می‌آید (گراهام و همکاران، ۲۰۱۸). لذا هر چقدر فرد از بهزیستی روان‌شناختی بالاتری برخوردار باشد؛ یعنی فرد دارای سلامت روانی است و این سلامت روانی موجب خودشکوفایی فرد می‌شود. مسئولیت‌پذیری و بهزیستی روان‌شناختی، دو عامل اساسی در رشد انسان هستند که در دیدگاه اسلامی، از طریق ارتقای اعتماد به نفس ایمانی و باور به توان الهی در انسان، زمینه‌ساز



خودشکوفایی می‌شوند. آموزه‌های اسلامی نشان می‌دهد که خودشکوفایی تنها زمانی محقق می‌شود که انسان از سلامت روان برخوردار بوده، در قبال خود و جامعه احساس مسئولیت کند و با توکل به خداوند، به توانایی درونی خود ایمان داشته باشد.

فرضیه اول: مسئولیت‌پذیری با خودشکوفایی رابطه مثبت و معنی‌دار دارد. یافته‌های تحقیق در جدول (۳) نشان داد که مسئولیت‌پذیری بر خودشکوفایی اثر علی غیرمستقیم و معناداری داشت. این یافته از مطالعه با پژوهش‌های کیخا (۱۳۹۷) غیرهمسو می‌باشد. کیخا (۱۳۹۷) در پژوهش خود دریافت که متغیر مسئولیت‌پذیری می‌تواند به صورت معنادار و در جهت منفی خودشکوفایی را تبیین و پیش‌بینی کند.

هارتمن (۱۹۷۷) در پژوهشی به این نتیجه رسید که مسئولیت‌پذیری و خودشکوفایی تحت تأثیر ویژگی‌های فردی، سیاست و موقعیت حاکم بر جامعه و موقعیت قرار می‌گیرد. جانسون (۱۹۷۶) در پژوهشی که بر روی دانشجویان در کانادا انجام داد به این نتیجه رسید که مسئولیت‌پذیری با خودشکوفایی رابطه معناداری ندارد. این دو محقق بیان کردند که افراد مسئولیت‌پذیر می‌توانند افرادی باشند که به خودشکوفایی نرسیده‌اند. سرتو (۱۹۸۹) مسئولیت‌پذیری را یک الزام و تعهد درونی از سوی فرد برای انجام مطلوب فعالیت‌ها دانسته است. تعهد اخلاقی که مسلماً امری مطلوب است و مقید بودن به قواعد و قوانین مطلوبیت نسبی در برخی موارد می‌تواند داشته باشد؛ چراکه قواعد و قوانین زیاد مانع خلاقیت و نوآوری خواهد شد و یکی از عوامل اثرگذار بر خلق ایده و نوآوری، آزادی و حمایت در ابراز ایده نو و ابتکار عمل و رسیدن به هدف است و افراد خلاق و هدفمند عموماً دارای ویژگی‌های شخصیتی مانند مصر بودن، مقاوم بودن در برابر فشارهای بیرونی و نیز مقاوم بودن در مقابل وسوسه‌های هم‌رنگ جماعت شدن هستند. شک‌گرایی از ویژگی‌های تأییدشده در مورد افراد خودشکופا در بین بسیاری از روان‌شناسان این حوزه بوده است؛ یعنی نپذیرفتن بی‌چون‌وچرای قوانین که خود مسبب آفرینش و خلق و نوآوری خواهد بود و آفرینش‌گری هم یکی از صفات مطرح‌شده در افراد خودشکوفاست (کیخا، ۱۳۹۷). افراد خلاق عموماً در محیط‌های حمایتی که دارای آزادی بیان و طرح ایده و نظر دارند، بهتر امکان ظهور می‌یابند. خلاقیت، پیدایی و تولید اندیشه و نوآوری، یعنی تحقق عملی اندیشه خلاق هر دو از صفات بارز و مهم خودشکوفاست (آلبرشت، ۱۹۸۷).

بنابراین در تبیین نتیجه این پژوهش می‌توان گفت: مسئولیت‌پذیری بسته به موقعیت و قواعد

حاکم بر جامعه می تواند اثر متفاوتی بر خودشکوفایی بگذارد، همان طور که اثر معکوس در پژوهش کیخا (۱۳۹۷) ثابت شده است و این نکته قابل تأمل است که حدود قواعد و قوانین و اصولی که باید رعایت شود (تا مورد تأیید و تحسین جامعه و به عنوان فرد مسئولیت پذیر باشد)، تا چه میزان می تواند در فرد محدودیت یا آزادی ایجاد کند. آیا این مسئولیت ها و تعهد به آنان فضای مساعدی برای بروز اندیشه و ایده نو را ایجاد خواهد کرد؟ در غیر این صورت گاهی بررسی مجدد و نگاهی منتقدانه به قواعد و قوانین حاکم، در برهه های زمانی متفاوت امری لازم و ضروری است تا جامعه را کد نشود و تحرک و انرژی لازم برای نوآوری و خلاقیت به وجود آید و به دنبال آن به نتیجه مطلوب و هدف پژوهش که پرورش و رشد خودشکوفایی در جامعه است، برسیم.

فرضیه دوم: بهزیستی روان شناختی با خودشکوفایی رابطه مثبت و معنی دار دارد. دیگر یافته مطالعه این بود که بهزیستی روان شناختی بر خودشکوفایی اثر مستقیم و معنادار دارد. این یافته از پژوهش با پژوهش های رضاپور میر صالح و همکاران (۱۴۰۳) همسو می باشد. در توجیه این یافته مطالعه می توان ابراز داشت که فرد خودشکوفاتر از نیازهای اساسی اولیه رفته و هدف بالاتری را در زندگی کشف می کند (مزلو، ۱۹۸۶). با پیگیری خودشکوفایی از طریق یافتن معنا و شادی در زندگی، افراد خود را به سمت بهزیستی مثبت^۱ سوق می دهند. خودشکوفایی به تصمیم گیری بهتر، ایجاد روابط سالم و ارتقای شایستگی در مواجهه با واقعیت های سخت زندگی کمک می کند. یافته دیگر پژوهش نشان داد که خودشکوفایی با تحمل پریشانی رابطه معنی داری دارد؛ یعنی افراد خودشکوفاتر پریشانی ها را تحمل کرده و با مشکلات راحت تر کنار می آیند. این یافته با یافته هارل همسو است. او در پژوهشی با عنوان «سلامتی خودشکوفایی: رویکردی توسعه ای برای پیش بینی و کاهش استرس دانشجویی مرتبط با متغیرهای فردی و محیطی»، به این نتیجه رسید که میزان رشد بالاتر در شش بعد از ابعاد هفت گانه مدل نظری سلامتی (شامل خودکفایی، مراقبت از خود، درک خود اجتماعی، خودارزیابی، حمایت از خود، خودانگیختگی و شفقت به خود)، تأثیر عوامل استرس زا و زمینه های نگرانی دانشجویان را کاهش می دهد (هارل، ۲۰۱۸). از دید نظری، مزلو (۱۹۸۶) مفهوم خودشکوفایی را به عنوان بالاترین سطح نیاز برای انسان معرفی کرد و ادعا کرد این نیاز روجه رشدی است که نمی توان آن را به طور کامل ارضا کرد. او نشان داد که افراد خودشکوفاتر یا



۲۲۷

سالم کسانی هستند که: ۱. برداشت کارآمدتری از واقعیت دارند؛ ۲. پذیرش بالایی نسبت به خود، دیگران و طبیعت دارند؛ ۳. خود انگیخته‌اند؛ ۴. غالباً رویکرد مسئله‌مدار دارند؛ ۵. تمایل به تنهایی و حفظ حریم خصوصی دارند؛ ۶. خودمختاری و استقلال دارند؛ ۷. به‌طور مداوم حس خوشبختی کرده و شدیداً قدردان داشته‌های خود هستند؛ ۸. تجارب اوج بیشتری دارند؛ ۹. هم‌ذات‌پنداری بالاتری با نوع انسان دارند و علاقه اجتماعی قوی دارند؛ ۱۰. روابط میان‌فردی عمیقی دارند؛ ۱۱. ساختار شخصیت دموکراتیک‌تری دارند؛ ۱۲. خلاقیت بالایی دارند؛ ۱۳. شوخ طبعی فلسفی داشته و بازیگوش‌اند. بنابراین شوخ بودن و بازیگوشی افراد خودشکופا در هر موقعیتی، برداشت کارآمدتر آنها از واقعیت و مشکلات، رویکرد مسئله‌مدارانه به مشکلات و همچنین پذیرش بالای آنها نسبت به خودشان، دیگران و طبیعت، همگی سبب می‌شود که افراد خودشکופا بتوانند استرس و پریشانی‌ها را به‌خوبی تحمل کرده و تحمل پریشانی بالاتری داشته باشند. بنابراین چنین استنباط می‌شود که خودشکوفایی فرد به او حس واقع‌بینی، قدردانی و شوخ طبعی داده و برخورد مسئله‌مدارانه او با مشکلات و ناکامی‌ها تحمل پریشانی او را بهبود می‌بخشد.

فرضیه سوم: مسئولیت‌پذیری با باورهای خودکارآمد رابطه مثبت و معنی‌دار دارد. یافته‌های تحقیق همچنین مبین این بود که مسئولیت‌پذیری با باورهای خودکارآمد اثر مستقیم و معنادار دارد. این یافته از تحقیق با یافته مطالعات نظریان سیرزار (۱۴۰۲)، نقش و آقایی نژاد (۱۴۰۱)، حسینی طبقه‌دهی (۱۴۰۰)، ابراهیمی و همکاران (۱۴۰۰)، بورنگ (۱۳۹۹)، زارع و محمدزاده (۱۳۹۸)، زارعی و فرضی (۱۳۹۷)، مذبوحی و سعادت‌شامیر (۱۳۹۷)، سانچز^۱ و همکاران (۲۰۲۰)، زیمرمن و کیتسانتاس (۲۰۰۵) و اسکارتی گوتی رز و پاسکال لوپز (۲۰۱۰) همسو می‌باشد. در توجیه این یافته از پژوهش می‌توان اذعان کرد که خودکارآمدی قسمتی از شخصیت هر انسانی است و طبیعی است که هر شخص در وجود خود به نوعی قضاوت‌هایی درباره توانایی‌های خود دارد، اما این قضاوت و باورها در افراد دارای درجات مختلفی است که عوامل مختلفی در شکل‌گیری آن دخیل است که یکی از آن عوامل مسئولیت‌پذیری است. شخص مسئولیت‌پذیر کسی است که به توانایی‌های خود باور دارد و در سایه این باور اقدام به قبول مسئولیت می‌کند. قبول مسئولیت باعث انجام بهتر کارها می‌شود. فرد مسئولیت‌پذیر با عملکرد اثربخش خویش در زمینه‌های مختلف، از

جمله در امر تحصیل خود را به عنوان فردی خودکارآمد می‌پندارد که می‌تواند از عهده انجام تکالیف و مسائل درسی برآید و این امر زمینه موفقیت بیش از پیش وی را فراهم می‌کند. در این زمینه رفعتیان نیز مهم‌ترین هدف آموزش مسئولیت‌پذیری به کودکان و نوجوانان را ایجاد حس کفایت و خودکارآمدی و توانایی مؤثر غلبه بر مسائل می‌داند (زارعی و فرضی، ۱۳۹۷).

خودکارآمدی بخشی از شخصیت هر فردی است و طبیعی است که هر شخص در وجود خود به نحوی قضاوت‌هایی درباره قابلیت‌های خود دارد، اما این قضاوت‌ها و باورها در افراد دارای سطوح مختلفی است که عوامل متنوعی در شکل‌گیری آن دخیل است. یکی از عوامل که بر شکل‌گیری خودکارآمدی مؤثر است و در این پژوهش مورد بررسی قرار گرفته است، مسئولیت‌پذیری است. افراد مسئولیت‌پذیر، مهارت‌های شناختی - رفتاری بالاتری از خود نشان می‌دهند و این مهارت‌های شناختی - رفتاری به نوبه خود باعث افزایش عزت‌نفس، مهارت‌های ارتباطی کارآمد و نیز خودکارآمدی می‌شود. شخص مسئولیت‌پذیر با عملکرد اثربخش خویش در زمینه‌های مختلف، از جمله در امر تحصیل و زندگی، خود را به عنوان فردی خودکارآمد می‌پندارد که می‌تواند از عهده انجام وظایف محوله برآید و این امر زمینه موفقیت بیش از پیش وی را فراهم می‌کند (ابراهیمی و همکاران، ۱۴۰۰). خودکارآمدی از طریق اثری که بر انگیزه درونی دارد، می‌تواند مسئولیت‌پذیری تحصیلی را در دانشجویان افزایش بدهد؛ یعنی با افزایش خودکارآمدی تحصیلی و انگیزه درونی می‌توان مسئولیت‌پذیری تحصیلی را در دانشجویان افزایش داد؛ همچنین می‌توان گفت که برای بالا بردن حس مسئولیت‌پذیری تحصیلی در دانشجویان می‌توان با بالا بردن حس خودکارآمدی تحصیلی در آنها و رساندن دانشجویان به این باور که آنها توانا هستند و می‌توانند از عهده تکلیف فردی دانشگاهی بر بیایند، انگیزه درونی را در آنها افزایش بدهیم و با افزایش انگیزه درونی در دانشجویان حس مسئولیت‌پذیری دانشجویان بالاتر برود و با بالا رفتن این حس، آنها می‌توانند بهتر از عهده تکالیف دانشگاهی بر بیایند و فرایند یادگیری بهتری داشته باشند.

فرضیه چهارم: بهزیستی روان‌شناختی با باورهای خودکارآمد رابطه مثبت و معنی‌دار دارد. دیگر یافته مطالعه این بود که بهزیستی روان‌شناختی با باورهای خودکارآمد اثر علی و مستقیم دارد. این یافته با تحقیقات مرتضی بیگی و همکاران (۱۴۰۱)، فرنام و حیدری (۱۳۹۸)، پژوهش‌های مه‌آبادی‌پور (۱۳۹۸)، صدوقی و میرزایی علی‌آبادی (۱۳۹۷) و نجد و همکاران (۱۳۹۲) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت که خودکارآمدی بالا در ایجاد احساس آرامش در رویارو شدن با تکالیف دشوار و

فعالیت‌ها کمک می‌کند. در مجموع، عقاید مربوط به خودکارآمدی تعیین‌گر و پیش‌بینی‌کننده سطحی است که افراد یک تکلیف دشوار را کامل کنند؛ پس خودکارآمدی به یک منبع مهم برای احساس شادی تبدیل می‌شود. در واقع، احساس خودکارآمدی بالا، سلامت شخصی، توانایی انجام تکالیف و کارها را به طرق متعدد افزایش می‌دهد. افرادی که به قابلیت‌های خود اطمینان دارند، تکالیف مشکل را به‌عنوان چالش در نظر می‌گیرند که باید بر آن تسلط یابند، به‌جای اینکه آن را تهدیدکننده در نظر بگیرند، و مطمئناً که می‌توانند آن را به بهترین نحو انجام دهند، به‌خوبی با شرایط محیطی خودسازگار می‌شوند و اضطراب و افسردگی کمتری تجربه می‌کنند و در نتیجه از بهزیستی روان‌شناختی بالاتری برخوردارند.

افراد با خودکارآمدی بالا روابط بهتری برقرار می‌کنند و احساس رضایتمندی بیشتری از زندگی دارند. افراد با خودکارآمدی بالا، معمولاً درک درست‌تری از ویژگی‌های روانی خود دارند، در برقراری ارتباط با دیگران راحت‌ترند، به‌آسانی می‌توانند عواطف منفی را کنترل کنند و از رضایتمندی بالاتری در زندگی برخوردارند. از نظر راجی و همکاران (۲۰۱۰) احساس خودکارآمدی بالا، سلامت شخصی، توانایی انجام تکالیف و کارها را به طرق متعدد افزایش می‌دهد و باعث می‌شود تا افراد، تکالیف مشکل را به‌عنوان چالشی در نظر بگیرند که باید بر آن مسلط شوند. آنها اطمینان دارند که می‌توانند تهدیدهای بالقوه را تحت مهار خود درآورده و به‌خوبی با شرایط سازگاری یافته و اضطراب و افسردگی کمتر و بهزیستی روان‌شناختی بالاتری را تجربه کنند.

فرضیه پنجم: باورهای خودکارآمد با خودشکوفایی رابطه مثبت و معنی‌دار دارد. نتایج حاصل از تحلیل داده‌ها نشان داد که باورهای خودکارآمد با خودشکوفایی اثر علی و مستقیم دارد. این یافته از تحقیق با پژوهش‌های مطالعه احمدزاده چقلو (۱۴۰۱)، زارع (۱۳۹۸) صدوقی و میرزایی علی‌آبادی (۱۳۹۷)، رحیمی و همکاران (۱۳۹۵)، حسینی دولت‌آبادی و همکاران (۱۳۹۳) حسینیان و نیکنام (۱۳۸۹)، بایراکتر و جیمینز (۲۰۲۰)، فیشر (۲۰۲۰) و جواهر و محمد (۲۰۲۱) همسو است. خودکارآمدی، بر انتخاب رفتار، تلاش و پشتکار و پیگیری اهداف مؤثر است و نحوه مواجهه با موانع و چالش‌ها را تعیین می‌کند. طبق نظریه بندورا، خودکارآمدی نقش مهمی در سازگاری روان‌شناختی، مشکلات روانی، سلامت جسمانی و نیز راهبردهای تغییر رفتار خود رهنمون و مشاوره دارد (عبداللهی، ۱۳۸۵). خودکارآمدی به باورها یا قضاوت‌های فرد به توانایی‌های خود در انجام وظایف و مسئولیت‌ها اشاره دارد. افرادی که خودکارآمدی سطح بالایی دارند، بیشتر می‌کوشند، بیشتر موفق می‌شوند و پشتکار بیشتری از خود نشان می‌دهند و ترس کمتری را تجربه

می‌کنند. افراد با خودکارآمدی بالا برای روبه‌رو شدن با موضوعات جدید علاقه‌مندتر و سخت‌کوش‌تر هستند و استقامت زیادی در حل مسائل و مشکلات دارند. افرادی که از حس خودکارآمدی بالایی برخوردارند، تمایل دارند هرچه بیشتر خودشان را با تکلیف مورد نظر درگیر نمایند و هنگام روبه‌رو شدن با مشکل، زمان زیادی مقاومت می‌کنند و دوست دارند تکالیفی که به آنها واگذار می‌شود به‌طور شایسته انجام دهند و برای رسیدن به هدف هر زمان که نیاز باشد، راهکارهای خود را تغییر دهند. اگر دانشجویان باور داشته باشند که با تلاش قابل قبول می‌توانند یاد بگیرند، تلاش بیشتری کرده و در مواجهه با مشکلات پافشاری می‌کنند، توجه خود را بر مشکل متمرکز کرده و احساس آرامش و خوش‌بینی بیشتری می‌کنند و از راهبردهای مؤثری بهره می‌گیرند. به عبارت دیگر، خودکارآمدی، ابزارهای شناختی و انگیزشی را تحریک می‌کند، و واضح است که این نکته نقش مهمی در به کارگیری شیوه‌های مقابله با فشارهای روانی در افراد خواهد داشت. خودشکوفایی نیز تمایل شخص به هرچه بیشتر تحقق یافتن است. در واقع خودشکوفایی اوج سلسله مراتب نیازهای انسانی است و به عنوان «آنچه انسان می‌تواند باشد، باید باشد» تعریف شده است (پیراگاسام، ۲۰۱۳). در تبیین این یافته از مطالعه می‌توان گفت که خودکارآمدی موجب می‌شود تا فرد با توجه به باور و قضاوتی که از توانایی‌های خود در انجام مسئولیت دارد به سمت خود شکوفایی و بروز استعداد و توانایی‌هایش و آنچه که می‌تواند و باید باشد اقدام کند و توانایی و استعداد درونی خود را فعال کرده و به خودشکوفایی برسد؛ لذا هرچه فرد باور به خودکارآمدی بالاتری داشته باشد در خودشکوفایی نیز در سطح بالاتری قرار خواهد داشت.

فرضیه ششم: بهزیستی روان‌شناختی با میانجیگری باورهای خودکارآمد بر خودشکوفایی اثر علی و غیرمستقیم دارد. یافته‌های مطالعه حاکی از این بود که همبستگی پیرسون بهزیستی روان‌شناختی و خودشکوفایی مثبت و معنی‌دار بود (جدول ۵)، و در مدل تحلیل مسیر نیز، این مسیر معنی‌دار شده است، اما ضریب استاندارد این مسیر کاهش یافته است. می‌توان گفت باورهای خودکارآمد در رابطه بین بهزیستی روان‌شناختی و خودشکوفایی به صورت جزئی نقش میانجی دارد. در تبیین یافته‌ها می‌توان گفت که خودکارآمدی بالا بهزیستی روانی بیشتری را در پی خواهد داشت؛ درحالی‌که فرد فاقد بهزیستی روانی بالا از خودکارآمدی پایین‌تری برخوردار است. نتایج

پژوهش‌کاپرارا و همکاران (۲۰۰۶) نشان می‌دهد که باورهای خودکارآمدی سبب مدیریت هیجانهای منفی و تجربه هیجانهای مثبت، ایجاد انتظارات مثبت در آینده، حفظ خودپنداره بالا و احساس رضایت از زندگی می‌شود که تمامی این عوامل در رسیدن به احساس بهزیستی و شادی ضروری هستند. علاوه بر تبیین‌هایی که به آنها اشاره گردید، بر اساس دیدگاه ریف مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی عبارت‌اند از: تسلط بر محیط، پذیرش خود، خودمختاری، روابط مثبت با دیگران، داشتن هدف و معنا در زندگی و بالندگی و رشد شخصی که این مؤلفه‌ها با خصایص افراد خودکارآمد کاملاً هم‌پوشانی دارد. لذا می‌توان این‌گونه استنباط نمود که افرادی که خودکارآمدی بالاتری دارند از بهزیستی روان‌شناختی بالاتری نیز برخوردار خواهند بود.

فرضیه هفتم: مسئولیت‌پذیری با میانجیگری باورهای خودکارآمد بر خودشکوفایی اثر علی و غیرمستقیم دارد. یکی دیگر از یافته‌های پژوهش نشان‌دهنده این بود که مسئولیت‌پذیری با میانجیگری باورهای خودکارآمدی بر خودشکوفایی اثر علی و غیرمستقیم دارد. از آنجاکه همبستگی پیرسون مسئولیت‌پذیری و خودشکوفایی مثبت و معنی‌دار بود (جدول ۴)، اما در مدل تحلیل مسیر، این مسیر غیرمعنی‌دار شده است، می‌توان گفت باورهای خودکارآمد در رابطه بین مسئولیت‌پذیری و خودشکوفایی نقش میانجی دارد و این رابطه را به صورت کامل واسطه‌گری می‌کند.

طبق نظریه شناخت اجتماعی بندورا خودکارآمدی به باورها یا قضاوت‌های فرد به توانایی‌های خود در انجام وظایف و مسئولیت‌ها اشاره دارد. بندورا (۱۹۸۶؛ ۱۹۹۷) بر این باور بود که خودکارآمدی یکی از مهم‌ترین عوامل تنظیم رفتار انسان است. قضاوت‌های ناکارآمدی فرد در یک موقعیت بیشتر از کیفیت و ویژگی‌های خود موقعیت فشارها را به وجود می‌آورند. افراد با خودکارآمدی کم، تفکرات بدبینانه درباره توانایی خود دارند؛ بنابراین این افراد از هر موقعیتی که بر اساس نظر آنها از توانایی‌هایشان فراتر باشد، دوری می‌کنند و از زیر بار مسئولیت فرار می‌کنند. در مقابل، افراد با خودکارآمدی بالا، تکالیف سخت را به عنوان چالش‌هایی که می‌توانند بر آنها مسلط شوند، در نظر می‌گیرند. آنها تکالیف چالش‌برانگیز را انتخاب می‌کنند و در صورت وجود مشکلات به تلاششان ادامه می‌دهند؛ بنابراین می‌توان گفت افرادی که خودکارآمدی بالایی دارند برای غلبه بر موانع و مشکلات تلاش مضاعفی می‌کنند. در مقابل، افرادی که خودکارآمدی پایینی تری دارند، هنگام رویارویی با مشکلات، موانع و شکست‌ها تلاش کمی می‌کنند و یا منصرف می‌شوند و یا اینکه راه‌حل‌های پایین‌تر از حد معمول ارائه می‌دهند و این افراد علت

شکست را به ناتوانی خویش نسبت می‌دهند (مرتضی بیگی و همکاران، ۱۴۰۱). مسئولیت‌پذیری نیز یک الزام و تعهد درونی از سوی فرد برای انجام مطلوب فعالیت‌ها تعریف شده است. تعهد اخلاقی که مسلماً امری مطلوب است و مقید بودن به قواعد و قوانین مطلوبیت نسبی در برخی موارد می‌تواند داشته باشد؛ چراکه قواعد و قوانین زیاد مانع خلاقیت و نوآوری خواهد شد و یکی از عوامل اثرگذار بر خلق ایده و نوآوری، آزادی و حمایت در ابراز ایده نو و ابتکار عمل و رسیدن به هدف است، و افراد خلاق و هدفمند عموماً دارای ویژگی‌های شخصیتی مانند مصر بودن، مقاوم بودن در برابر فشارهای بیرونی و نیز مقاوم بودن در مقابل وسوسه‌های هم‌رنگ جماعت شدن هستند (شکیبا، ۱۳۹۴). از طرفی خودشکوفایی نیز، تلاش فطری در جهت رشد کردن است. خودشکوفایی فرآیند است، فرآیند پشت سر گذاشتن بزدلی، ارزیابی‌های دفاعی و وابستگی به دیگران همراه با پیش‌روی به سمت جرئت آفریدن، ارزیابی‌های واقع‌بینانه و خودگردانی است. خودشکوفایی، جریان زیربنایی حرکت به سمت تحقق بخشیدن سازنده‌ی امکانات فطری است. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت که فرد مسئولیت‌پذیر با توجه به الزام و تعهد درونی که دارد و همچنین با واسطه باور به خودکارآمدی و قبول توانایی‌های خود در راستای رفع نیازها و رسیدن به خودشکوفایی می‌رود.



۲۳۳

محدودیت پژوهش

از محدودیت‌های پژوهش‌هایی که داده‌های آنها از طریق پرسش‌نامه گردآوری می‌شوند، مشکل ذاتی پرسش‌نامه در ثبت جزئیات ادراکی، نگرش و رفتاری پاسخ‌دهندگان است که به نوبه خود می‌تواند بر نتایج تحقیق تأثیرگذار باشد؛ از این رو پژوهش حاضر نیز از این محدودیت مستثنی نبوده است؛ همچنین عامل دیگری چون تعداد زیاد پرسش‌های پرسش‌نامه‌ها به طولانی شدن زمان اجرای آن انجامید که بر مقدار دقت پاسخ‌های شرکت‌کنندگان بی‌تأثیر نبوده است. علیت‌هایی که در مطالعه حاضر به آن اشاره شده است، علیت غیرآزمایشی می‌باشند؛ بنابراین لازم است که برای دستیابی به علیت‌های واقعی از طرح‌های آزمایشی حقیقی استفاده شود. جامعه آماری پژوهش محدود به دانشجویان استان قم در سال ۱۴۰۲ - ۱۴۰۳ بود، لذا در تعمیم نتایج پژوهش به سایر جوامع باید جنبه احتیاط را رعایت نمود. عدم کنترل برخی از متغیرها مانند سن، جنسیت، وضعیت اقتصادی - اجتماعی، تیپ شخصیتی و... می‌تواند محدودیتی برای پژوهش حاضر باشد.

منابع

اباذری گتایی، هاجر (۱۴۰۲). اثربخشی آموزش خودشکوفایی بر جهت‌گیری آینده دانش‌آموزان پسر دوره اول ابتدایی شهرستان بابل. پایان‌نامه کارشناسی ارشد علوم تربیتی. مؤسسه آموزش عالی روزبهان.

احمدزاده چقلو، رقیه (۱۴۰۱). پیش‌بینی شکوفایی دانشجویان بر اساس خود رهبری، خودکارآمدی تنظیم هیجانی و تاب‌آوری تحصیلی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی. دانشگاه پیام نور مرکز تبریز.

اسماعیل‌خانی، فرشته؛ نجاریان، بهمن و مهرابی‌زاده هنرمند، مهناز (۱۳۸۰). ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای سنجش خودشکوفایی. علوم انسانی دانشگاه الزهراء، ۳۹، ۱ - ۲۰.

آقایی، کورش (۱۳۹۴). رابطه فرهنگ سازمانی و جو سازمانی با مسئولیت‌پذیری کارکنان مراکز آموزش فنی و حرفه‌ای شیراز. پایان‌نامه کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی. دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی. گروه علوم تربیتی. دانشگاه آزاد اسلامی. واحد مرودشت.

رضاپور میر صالح، یاسر؛ افخمی اردکانی، نادره؛ غفوری چرخابی، حسین؛ محمدپناه اردکان، عذرا (۱۴۰۳). نقش میانجی پذیرش خود در رابطه بین خودشکوفایی، تعالی خود و تحمل پریشانی در بیماران دیابتی. دستاوردهای روان‌شناختی، ۳۱(۱)، ۳۱۷ - ۳۴۰.

افشانی، سیدعلیرضا؛ خرم‌پور، یاسین و ممبینی، سجاد (۱۳۹۳). بررسی رابطه دین‌داری و خودشکوفایی (مطالعه موردی: دانشجویان دانشگاه یزد). مطالعات توسعه اجتماعی - فرهنگی، ۳(۱)، ۲۲ - ۵۹.

امیریان، سیدخدیجه (۱۳۹۲). رابطه درماندگی آموخته‌شده با پیشرفت تحصیلی میانجیگری اهمال‌کاری تحصیلی و اضطراب امتحان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی. دانشگاه مشهد.

بورنگ، آتنا (۱۳۹۹). رابطه مسئولیت‌پذیری و خودکارآمدی با اضطراب امتحان در دانش‌آموزان متوسطه اول ناحیه دو رشت. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی. مؤسسه آموزش عالی کوشیار.

جباری، نعیمه (۱۳۹۳). بررسی رابطه بین هوش هیجانی و مسئولیت‌پذیری با بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی آزاد شهر. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی



۲۳۴

پژوهش‌نامه روان‌شناسی اسلامی
پاییز و زمستان ۱۴۰۴

تربیتی. دانشگاه آزاد اسلامی واحد آزاد شهر.

حسینی دولت آبادی، فاطمه؛ صادقی، عباس؛ سعادت، سجاد و خدایاری، هانیه (۱۳۹۳). رابطه بین خودکارآمدی و خودشکوفایی با راهبردهای مقابله‌ای در دانشجویان. پژوهش در آموزش علوم پزشکی، ۱۶(۱)، ۱۰ - ۱۸.

حسینیان، سیمین و نیکنام، ماندانا (۱۳۸۹). تأثیر مداخله آموزش شناختی - رفتاری بر خود ناتوان‌سازی و خودکارآمدی زنان ورزشکار. رفتار حرکتی و روان‌شناسی ورزشی، ۷، ۶۳ - ۷۸. حسینی طبقدهی، لیلا (۱۴۰۰). رابطه بین خودکارآمدی خلاق، مسئولیت‌پذیری اجتماعی و بهزیستی شغلی کارکنان نیروی انتظامی استان مازندران. دانش انتظامی مازندران، ۱۲(۴۶)، ۲۳ - ۴۸.

دلفروز، سمیه؛ ابراهیمی، محمداسماعیل؛ میرهاشمی، مالک و قدسی، پروانه (۱۴۰۰). تدوین مدل بهزیستی روانی نوجوانان بر اساس ارضای نیازهای اساسی، رابطه والد - فرزند و مسئولیت‌پذیری با میانجیگری خودکارآمدی. پژوهان، ۲۰(۱)، ۷ - ۱۵.

راغب اصفهانی، حسین بن محمد (۱۳۷۴). المفردات فی غریب القرآن. دمشق: دار القلم.

رحیمی‌نژاد، عباس و رحیمی جعفری، محبوبه (۱۳۹۵). رابطه سبک‌های هویت با بهزیستی فضیلت‌طلبانه و لذت‌گرایانه با نقش واسطه تعهد. روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی، ۷(۲۵)، ۸۳ - ۹۹.

رئسی خیرآبادی، غلامرضا؛ کریمی، فریبا و سعیدیان، نرگس (۱۴۰۱). ارائه الگوی ارتقای مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان مدارس دوره ابتدایی بر اساس آسیب‌شناسی وضعیت موجود. تحقیقات مدیریت آموزشی، ۱۴(۵۴)، ۶۳ - ۸۸.

زارع، رحمان و محمدزاده، کمال (۱۳۹۸). نقش واسطه‌ای مسئولیت‌پذیری در رابطه با عملکرد خانواده و خودکارآمدی دانشجویان دختر دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت. زن و جامعه (جامعه‌شناسی زنان)، ۱۰(۳)، ۱۲۷ - ۱۴۴.

زارعی، حیدرعلی و فرضی، حمیده (۱۳۹۷). بررسی رابطه بین مسئولیت‌پذیری با خودکارآمدی تحصیلی دانش‌آموزان پایه ششم شهرستان شاهین دژ. رویش روان‌شناسی، ۷(۹)، ۳۰۹ - ۳۲۳.

سیف، علی‌اکبر (۱۳۹۸). روان‌شناسی پرورشی و روان‌شناسی یادگیری. تهران: دوران.



۲۳۵

- سفیدی، فاطمه و فرزاد، ولی‌الله (۱۳۹۱). رواسازی آزمون بهزیستی روان‌شناختی ریف در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قزوین. دانشگاه علوم پزشکی قزوین، ۶۶ - ۷۱.
- شاملو، سعید (۱۳۸۲). مکتب‌ها و نظریه‌های روان‌شناسی شخصیت. تهران: رشد.
- شهیدی، شهریار؛ خانجانی، مهدی؛ فتح‌آبادی، جلیچ؛ مظاهری، محمدعلی و شکری، امید (۱۳۹۳). ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی سیاهه روان‌درمانی مثبت‌نگر. روان‌شناسی کاربردی. ۸(۱)، ۶۹ - ۸۶.
- شکری، امید؛ کدیور، پروین؛ فرزاد، ولی‌الله؛ دانشپور، زهره؛ دستجردی، رضا و پاییزی، مریم (۱۳۸۷). بررسی ساختار عاملی نسخه‌های ۳، ۹ و ۱۴ سؤالی مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف در دانشجویان. روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی، ۱۴(۲)، ۱۶۱ - ۱۵۲.
- صدوقی، مجید و میرزایی علی‌آبادی، فاطمه (۱۳۹۷). تبیین بهزیستی روان‌شناختی بر اساس مؤلفه‌های روان‌شناسی مثبت. رویش روان‌شناسی، ۷(۳)، ۱۷۷ - ۱۹۸.
- فتحی مظفری، رسول و علیزاده، گلاویژ (۱۳۹۵). بررسی مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی ریف در نهج‌البلاغه پژوهش‌نامه نهج‌البلاغه، ۴(۱۴)، ۵۵ - ۷۲.
- فرنام، علی و حیدری، عزیزالله (۱۳۹۸). رابطه خودکارآمدی و نظم‌جویی شناختی هیجان با بهزیستی روان‌شناختی کارکنان یک سازمان نظامی. روان‌شناسی نظامی، ۱۰(۳۸)، ۵ - ۱۴.
- کیخا، سپیده (۱۳۹۷). رابطه کنترل هیجانی و مسئولیت‌پذیری با خودشکوفایی دانشجویان دانشگاه آزاد بیرجند. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی. دانشگاه پیام نور تربیت حیدریه.
- مذبوحی، سعید و سعادت‌ی شامیر، ابوطالب (۱۳۹۷). پیش‌بینی مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان دختر دوره دوم متوسطه بر اساس خودکارآمدی و هوش معنوی. روان‌شناسی تربیتی، ۱۴(۴۸)، ۱۲۷ - ۱۴۵.
- مرتضی بیگی، زهره؛ صفری، علیرضا؛ بزرگ‌خو، زهره و اصغرنژاد فرید، علی‌اصغر (۱۴۰۰). پیش‌بینی شادکامی بر اساس خودکارآمدی و کیفیت زندگی با میانجیگری بهزیستی روان‌شناختی. پایش، ۲۱(۱)، ۴۷ - ۵۷.
- مقیم‌فام، پریسا (۱۳۷۹). بررسی رابطه خوداثربخشی با ویژگی‌های شخصیتی و اثربخشی ت - دریس دی - ران شهر مراغه در سال تحصیلی ۷۹ - ۷۸. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه تبریز.

مه‌آبادی‌پور، الهام (۱۳۹۸). پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی بر اساس خودکارآمدی و تنظیم هیجانی در دانشجویان علوم پزشکی. مطالعات روان‌شناسی و علوم تربیتی (مرکز توسعه آموزش‌های نوین ایران). ۵(۱)، ۶۲ - ۷۱.

نجد، محمدرضا؛ مصاحبی، محمدرضا و آتش‌پور، حمید (۱۳۹۲). پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی از طریق مؤلفه‌های خودکارآمدی سرسختی روان‌شناختی و حمایت اجتماعی ادراک‌شده. اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی، ۸(۳۰)، ۴۷ - ۵۶.

نظریان سیرزار، صدیقه (۱۴۰۲). پیش‌بینی مسئولیت‌پذیری دانش‌آموزان ابتدایی منطقه تبادل‌کن بر اساس خودکارآمدی و سبک‌های دلبستگی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. مؤسسه آموزش عالی سناباد گلبهار.

نقش، زهرا و آقایی‌نژاد، نیلوفر (۱۴۰۱). بررسی رابطه خودکارآمدی تحصیلی و مسئولیت‌پذیری تحصیلی با در نظر گرفتن نقش میانجی انگیزش درونی. رویش روان‌شناسی، ۱۱(۲)، ۱۴۷ - ۱۵۶.

هومن، حیدرعلی (۱۳۹۱). مدلیابی معادلات ساختاری با کاربرد نرم‌افزار لیزل. تهران: سمت.

Abdollahi Gezaforoodi, B. (2017). Study the mediating role of self-control in the relationship between religiosity, happiness, Psychological Well-being and life satisfaction (Doctoral dissertation, MA thesis, Alzahra university, Tehran).

Agust, S. (2013). The effectiveness of one stay/three stray method to teach reading viewed from students' self-actualization (An experimental study at the eleventh graders of SMA Negeri 01 Daik Lingga in the academic year of 2012/2013), Doctoral dissertation, UNS, Sebelas Maret University.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercises of control*. 1th ed. New York: HW. freema and company: Co.1997.

Bandura, A. (1977). Social learning theory. Englewood Cliffs: Prentice Hall.

Caprara, G. V, Steca, P., Gerbino, M, Pacielloi, M., (2006). Vecchio G M. Looking for adolescents' wellbeing: self-efficacy beliefs as determinants of positive thinking and happiness. *Epidemiology and psychiatric sciences*, 15, 30-43



- Chauderlot, F. S. (2020). Educational Leadership, Accountability, Social responsibility– The California Community Colleges: A Case Study. In Leadership Strategies for Promoting Social Responsibility in Higher Education. *Emerald Publishing Limited*.
- Eristi, B. (2017). Development of a learning responsibility scale. *Electronic Journal of Science and Mathematics Education*. 11(1), 481-503.
- Graham, C., von Keyserlingk, M. A. & Franks, B. (2018). Zebrafish welfare: Natural history, social motivation and behaviour. *Applied animal behaviour science*, 200, 13-22. <https://doi.org/10.1016/j.applanim.2017.11.005>
- Hergenhahn, B. R. and Elson, Matthew H. (2017). *An Introduction to Learning Theories*. Translated by Ali Akbar Seif. Tehran: Doran
- Lau, C., Kitsantas, A., Miller, A., Rodgers, E. (2018). Perceived responsibility for learning, self- efficacy, and sources of self-efficacy in mathematics: a study of international baccalaureate primary years programme students. *Soc Psychol Educ*. 21, 603–620. [Doi:10.1007/s11218-018-9431-4]
- Maddi, S. R. (1989). *Personality Theories: a Comparative Analysis*. California: Pacific Grove.
- Piragasam, G. A. (2013). Self-actualization of the gifted and talented: a measurement using the brief index of self-actualization. *Muallim Journal of Social Sciences and Humanities*, 107-118.
- Ryff. C. D. & Singer. B. H. (2006). Best news yet on the six-factor model of well-being. *Social science Research*, 35(4), 1103-1119.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 1069.
- Sánchez-Alcaraz, B. J., Gómez-Mármol, A., Valero-Valenzuela, A. & Courel-

Ibáñez, J. (2020). Implementation of the Teaching Personal and Social Responsibility Model to Reduce Violent and Disruptive Behaviors in Adolescents Through Physical Activity: A Quantitative Approach. *Journal of Teaching in Physical Education*, 40(2), 238-244.

Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B. and Rogers, R.W. (1982). The self-efficacy scale: Construction and validation. *Psychological Reports*, 51, 663-671.

Tang, Y. Y., Tang, R. & Gross, J. J. (2019). Promoting psychological well-being through an evidence-based mindfulness training program. *Frontiers in human neuroscience*, 13, 237.

Zhu, B., Chen, C., Shi, Z., Liang, H., Liu, B. (2016). Mediating effect of self-efficacy in relationship between emotional intelligence and clinical communication competency of nurses. *International Journal of Nursing Sciences*, 3(2), 162- 168

Zimmerman, B. J. Kitsantas, A. (2005). Homework practices and academic achievement the mediating role of self - efficacy and perceived responsibility beliefs. *Contemporary Educational Psychology*, 30, 397-417.

