

## مدل‌یابی نقش میانجی تاب‌آوری در رابطه علی معنای زندگی با امیدواری

هوشنگ گراوند

استادیار، گروه روانشناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران. ایمیل: garavand.h@lu.ac.ir

### چکیده

هدف این پژوهش، بررسی نقش واسطه‌ای تاب‌آوری در رابطه بین معنای زندگی و امیدواری بود. روش پژوهش، همبستگی از نوع مدل‌سازی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان مقطع کارشناسی مرکز آموزش عالی پلدختر بود که در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۴۰۰ مشغول به تحصیل بودند. ۲۱۰ دانشجو به صورت آنلاین در این مطالعه شرکت کردند و به پرسشنامه‌های تاب‌آوری کونور- دیویدسون (CD-RISC)، پرسش‌نامه معنای زندگی (MLQ) و مقیاس امیدواری (HS) پاسخ دادند. تحلیل داده‌ها به روش آماری مدل معادلات ساختاری و با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS-22 و AMOS-24 انجام شد. نتایج نشان داد که معنای زندگی بر تاب‌آوری و امیدواری اثر مستقیم دارد. ضریب مسیر  $\beta$  از تاب‌آوری به امیدواری به لحاظ آماری معنی‌دار می‌باشد. همچنین نتایج غیرمستقیم مدل پژوهش نشان داد که معنای زندگی از طریق میانجی‌گری تاب‌آوری اثر غیرمستقیم بر امیدواری دارد. با توجه به نتایج بدست آمده، هر چه معنای زندگی افزایش یابد، تاب‌آوری نیز ارتقاء می‌یابد که نتیجه آن افزایش امیدواری می‌باشد. لذا می‌توان از طریق آموزش و ارتقاء معنای زندگی و تاب‌آوری، امیدواری را در دانشجویان افزایش داد.

**واژگان کلیدی:** معنای زندگی، تاب‌آوری، امیدواری

## ۱- مقدمه

طی سال‌های اخیر، روانشناسی مثبت‌نگر با تأکید بر توانمندی‌ها و فضیلت‌های آدمی به بررسی عواملی پرداخته است که سلامت روان را در شرایط سخت به دنبال دارد (سهرابی و جعفری روشن، ۱۳۹۵). کاربرد روانشناسی مثبت‌نگر در امر آموزش دانش‌آموزان، کمک بسزایی در ایجاد باورهای مثبت و تقویت توانمندی‌های آنها می‌کند. این علم به جای تأکید بر ناتوانی انسان، بر توانایی‌های انسان‌ها متمرکز است. از جمله توانایی‌های تأییدشده این نوع روانشناسی، امید است. امید اصطلاحی است که بسیار نزدیک به خوش‌بینی است و به هدفمند بودن در زندگی اشاره می‌کند. این خصیصه از کودکی در انسان رشد می‌کند و کودکانی که امیدوار هستند که به طور معمول والدین و معلمانی امیدوار را سرمشق پیش روی خود داشته‌اند. این ویژگی کمک می‌کند تا افراد در مواجهه با مشکلات تسلیم نشده و راه‌کارهای درست را انتخاب نمایند. در واقع امید، توانایی ادراک شده برای پیمودن مسیر به سوی هدف دلخواه و انگیزش فردی برای استفاده از مسیر در راه رسیدن به هدف می‌باشد (اسنایدر<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰). اسنایدر و همکاران (۱۹۹۱) معتقدند که امید هم درک هدف و هم درک مسیرهای هدف است یعنی افراد امیدوار حس می‌کنند که می‌توانند این مسیرها را خلق کنند. به همین ترتیب تفکر امیدوارانه شامل سه مؤلفه است: اهداف، تفکر در مورد مسیر و تفکر عمل. بر اساس تعریف گسترده در چارچوب نظریه‌ی امید، هدف هر چیزی است که فرد آرزو می‌کند به دست آورد یا انجام دهد، یا تجربه کرده و ایجاد نماید. در نظریه‌ی امید اهداف آماج جریان‌های عملکردی بوده و رفتارهای عمدی را موجب می‌شوند (اسنایدر و همکاران، ۱۹۹۱). به عبارت دیگر وقتی فردی زنجیره‌ی رفتار عمدی را آغاز می‌کند باید به سمت نتیجه‌ی مشخص شده هدایت شود. قبل از آغاز زنجیره‌ی رفتاری، فرد باید دو چیز دیگر را بشناسد: مسیرها و تفکر عامل. تفکر عامل تفکری است که افراد با توجه به توانایی خود هنگام آغاز و ادامه‌ی حرکت در مسیرهای انتخاب شده به سمت اهداف دارند (اسنایدر و همکاران، ۱۹۹۹). تفکر عامل باعث می‌شود فرد برای شروع و حفظ حرکت به جلو در مسیر دلخواه، به اندازه‌ی کافی انگیزه داشته باشد. گرچه مسیرها و تفکر عامل، دو مولفه‌ی مجزای مدل امید هستند اما عمل جدا نشدنی می‌باشند. در حقیقت تغییر در یکی باعث تغییر مشترک در دیگری می‌شود و آنها تأثیر متقابل بر هم می‌گذارند (اسنایدر و همکاران، ۱۹۹۱). میزان امیدواری میان رفتارهای مرتبط با هدف و باورهای فرد برای رسیدن به این اهداف پیوند برقرار می‌کند (جویباری و همکاران، ۱۳۹۱).

یکی از عوامل مرتبط با امیدواری در افراد، اکتساب مفهوم و معنی زندگی است (رحیمی و همکاران، ۱۳۹۹؛ عبدالمهدی و همکاران، ۱۳۹۳؛ هوتس<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۴، هدایتی و خزائی، ۲۰۱۴). در سال‌های اخیر به سازه معنی در زندگی در

<sup>۱</sup> . Snyder

<sup>۲</sup> . Hutz

پژوهش‌های روان‌شناختی توجه زیادی شده است. از معنی در زندگی تعاریف متعدد و متفاوتی ارائه شده است که همه آن‌ها به داشتن هدف اشاره دارند. معنی در زندگی به احساسی از یکپارچگی وجودی اشاره می‌کند که به دنبال پاسخ دادن به فلسفه زندگی، پی بردن به هدف زندگی و دست یافتن به اهداف ارزنده و در نتیجه رسیدن به حس کامل بودن و مفید بودن است (هو<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۰). استیگر<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۰۶) معنی زندگی را در احساس سازنده بودن انسان موثر دانسته و حتی ادعا می‌کنند که ماهیت انسان و وجود او منوط به داشتن چنین مفهومی است. چندین دهه تحقیق به این یافته رسیده‌اند که معنی در زندگی نقش مهمی در عملکردهای مثبت انسان ایفا می‌کند (استیگر و شاین<sup>۳</sup>، ۲۰۱۰). برای مثال، معنی در زندگی به‌طور مثبت با بهزیستی روان‌شناختی، کیفیت زندگی، عزت نفس، امید، خوش‌بینی و خودکارآمدی رابطه دارد (هو و همکاران، ۲۰۱۰؛ اسچلیگل<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۱). از سوی دیگر، یافته‌ها نشان می‌دهد که معنی در زندگی ارتباطی منفی با رفتارها و علائم ناسازگارانه دارد (استیگر و همکاران، ۲۰۰۸).

یکی از متغیرهایی که از معنای زندگی تأثیر می‌پذیرد (بلوچی و همکاران، ۱۳۹۶؛ حسینی مروست و همکاران، ۱۳۹۵) و خود نیز نقش مهمی در تبیین امیدواری دارد، تاب‌آوری است (زایوترا<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۰؛ محمدزاده و جهان‌داری، ۱۳۹۸). تاب‌آوری یکی از ویژگی‌های شخصیتی به حساب می‌آید که در موقعیت‌های چالشی و استرس‌زا به کمک فرد می‌آید. تاب‌آوری روان‌شناختی نوعی توانمندی محسوب می‌شود که به طی کردن با قدرت شرایط سخت زندگی منجر می‌شود و از نظر روان‌شناختی نیز فرد را محکم‌تر می‌سازد. همچنین، فرد تاب‌آور، توانایی حل مسئله خود را افزایش می‌دهد و در مقابل مشکلات مقاوم‌تر می‌شود (اگلام و ارول<sup>۶</sup>، ۲۰۱۵). تاب‌آوری به افراد کمک می‌کند در پی بروز شرایط پرخطر یا پس از عقب‌نشینی، بتوانند سازگار شوند و کارکرد قبلی خود را بازیابند (مایانا<sup>۷</sup> و همکاران، ۲۰۱۹). تاب‌آوری به قابلیت تطابق انسان در مواجهه با بلا یا فشارهای جانکاه، غلبه یافتن و حتی تقویت شدن بوسیله آن تجارب اطلاق می‌شود. این خصیصه با توانایی درونی شخص و مهارت‌های اجتماعی و تعامل با محیط حمایت می‌شود، توسعه می‌یابد و به عنوان یک ویژگی مثبت متبلور می‌گردد (دینر و همکاران<sup>۸</sup>، ۲۰۰۹). در واقع تاب‌آوری عاملی است که به افراد در مواجهه و سازگاری با شرایط سخت و استرس‌زای زندگی کمک می‌کند و آنها را در برابر اختلالات روانی و مشکلات زندگی محافظت می‌کند (ایزدیان و همکاران، ۲۰۱۰).

---

1. Ho  
 2. Steger  
 3. Steger & Shin  
 4. Schlegel  
 5. Zautra  
 6. Ogelman & Erol  
 7. Manyena  
 8. Diener

نتایج پژوهش‌های انجام‌شده نشان می‌دهند معنای زندگی علاوه بر امیدواری، با تاب‌آوری (بلوچی و همکاران، ۱۳۹۶؛ حسینی مروست و همکاران، ۱۳۹۵) نیز در ارتباط است؛ بنابراین، با توجه به ارتباط معنای زندگی با تاب‌آوری، به نظر می‌رسد معنای زندگی بتواند علاوه بر اثرگذاری مستقیم بر امیدواری، از طریق تاب‌آوری نیز بر امیدواری افراد تأثیر بگذارد؛ بنابراین، پژوهش حاضر درصدد بررسی و آزمون مدل میانجیگر تاب‌آوری در ارتباط بین معنای زندگی و امیدواری است تا به این سؤال پاسخ دهد که آیا تاب‌آوری می‌تواند در رابطه بین معنای زندگی و امیدواری نقش واسطه‌ای داشته باشد؟

## ۲- روش

روش پژوهش بر اساس هدف کاربردی و بر حسب گردآوری اطلاعات و یافته‌ها از نوع توصیفی-همبستگی است و برای تجزیه و تحلیل اطلاعات، از روش تحلیل مسیر استفاده شده است. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانشجویان مرکز آموزش عالی پلدختر (ویژه پسران) می‌باشد، که در سال تحصیلی ۴۰۰-۱۳۹۹ مشغول به تحصیل بودند. طبق آماري که از طریق مرکز آموزش عالی پلدختر در اختیار این پژوهش قرار گرفت، تعداد ۴۵۰ دانشجوی پسر در مقطع کارشناسی در رشته‌های تحصیلی روانشناسی، حسابداری، آموزش زبان انگلیسی، علوم ورزشی، مهندسی کشاورزی و رشته کامپیوتر در این مرکز مشغول به تحصیل هستند.

تعیین حداقل حجم نمونه لازم برای گردآوری داده‌های مربوط به مدلیابی ساختاری بسیار با اهمیت است. با وجود آنکه در مورد حجم نمونه لازم برای تحلیل عاملی و مدل‌های ساختاری توافق کلی وجود ندارد (شریبر، نورا، استیج، بارلو و کینگ<sup>۱</sup>، ۲۰۰۶). در تحقیقات مدل‌سازی تعداد نمونه ۲۰۰ نفر قابل قبول است (کلاین<sup>۲</sup>، ۲۰۱۵). با توجه به اینکه بر اساس قاعده سرانگشتی کلاین (۲۰۱۵) به ازاء هر مسیر می‌توان حداقل ۱۰ و حداکثر ۲۰ نفر را انتخاب کرد در پژوهش حاضر حجم نمونه برابر ۲۱۰ نفر تعیین گردید. (برای جلوگیری از ریزش حجم نمونه تعداد ۲۲۵ پرسشنامه توزیع گردید). روش نمونه‌گیری با توجه به محدودیت تردد هنگام جدی شدن خطر کرونا در ایران به صورت غیر احتمالی و پرسشنامه آنلاین بود. نمونه‌گیری غیراحتمالی، رایج‌ترین نوع مورد استفاده در پیمایش‌های اینترنتی است (کوپر<sup>۳</sup>، ۲۰۰۰). در این نوع پیمایش‌ها هیچ تلاشی برای شناسایی چهارچوب نمونه‌گیری با انتخاب تصادفی نمونه صورت نمی‌گیرد. این شیوه عموماً در مواردی که شناسایی جامعه پژوهش و یا تماس با یک نمونه احتمالی از جامعه مشکل است مورد استفاده قرار می‌گیرد. ناتان<sup>۴</sup> (۲۰۰۳) نیز اذعان

<sup>1</sup> . Schreiber, Nora, Stage, Barlow & King  
<sup>2</sup> .Kline  
<sup>3</sup> . Couper  
<sup>4</sup> . Nathan

داشته که اکثر پیمایش‌های اینترنتی مبتنی بر نمونه‌گیری غیراحتمالی و خودگزینشی هستند. پرسش‌نامه‌ها از طریق واتساپ<sup>۱</sup> در گروه‌های واتساپی که دانشجویان در ایام آموزش مجازی به عنوان مکمل سامانه مدیریت یادگیری الکترونیکی برای هر درس تشکیل داده بودند، به اشتراک گذاشته شد. از دیگر روش‌های گردآوری داده‌ها می‌توان به فرستادن ایمیل و تقاضای همکاری از دوستان و همکاران پژوهشگر که با دانشجویان مرکز آموزش عالی پلدختر تدریس داشتند و همچنین فرستادن لینک پرسش‌نامه به ایمیل بعضی از دانشجویان، اشاره کرد. پس از پالایش اولیه داده‌ها و حذف نمونه‌های مخدوش و ناقص شامل داده‌های مفقودی، در نهایت ۲۱۰ نفر تجزیه و تحلیل شد. ملاک‌های ورود به مطالعه شامل تحصیل در مرکز آموزش عالی پلدختر، جنسیت پسر و تمایل داشتن جهت مشارکت در پژوهش و ملاک‌های خروج از مطالعه تکمیل پرسشنامه‌ها به صورت ناقص یا نامعتبر بود.

## ابزار سنجش

### مقیاس معنی در زندگی استیگر و همکاران (۲۰۰۶):

این مقیاس توسط استیگر و همکاران (۲۰۰۶) جهت ارزیابی وجود معنی و تلاش برای یافتن آن ارائه شده است. این مقیاس شامل ۱۰ سوال و دو زیر مقیاس است که وجود معنی در زندگی و نیز جستجو برای یافتن معنی را ارزیابی می‌کند. اعتبار این مقیاس برای وجود معنی در زندگی ۰/۸۶ و برای زیر مقیاس جستجو برای یافتن معنی ۰/۸۷ برآورد شده است. پایایی آزمون و بازآزمون این مقیاس در ایران با دو هفته فاصله برای زیر مقیاس وجود معنی ۰/۸۴ و برای زیر مقیاس جستجوی معنی ۰/۷۴ بدست آمد. همچنین آلفای کرونباخ برای زیر مقیاس جستجوی معنی ۰/۷۵ و برای زیر مقیاس داشتن معنی ۰/۷۸ محاسبه شد (اشتاد، ۱۳۸۸). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۸ و برای خرده مؤلفه‌های وجود معنا در زندگی و جستجو برای یافتن معنا در زندگی به ترتیب ۰/۸۴ و ۰/۸۳ به دست آمد که نتایج حاکی از پایایی مناسب ابزار پژوهش می‌باشد.

### مقیاس امیدواری اسنایدر و همکاران (۱۹۹۱):

اسنایدر و همکاران (۱۹۹۱) این مقیاس را طراحی کردند که دارای ۱۲ عبارت است و به صورت خودسنجی اجرا می‌شود. سؤالات ۳، ۵، ۷ و ۱۱ نمره‌گذاری نمی‌شوند و انحرافی‌اند. سؤالات ۱، ۴، ۶ و ۸ مربوط به خرده‌مقیاس تفکر راهبردی و سؤالات ۲، ۹، ۱۰ و ۱۲ مربوط به خرده‌مقیاس تفکر عاملی است. مؤلفه تفکر عامل تعیین‌کننده هدف‌مداری فرد است و مؤلفه تفکر راهبردی راههای برنامه‌ریزی شده برای رسیدن به اهداف را در بر می‌گیرد (اسنایدر و همکاران، ۱۹۹۱). چندین شیوه

<sup>۱</sup> . WhatsApp



نمره‌گذاری برای این مقیاس گزارش شده‌اند. در نسخه استفاده شده در این پژوهش، هر ماده با مقیاس ۸ درجه‌ای اندازه‌گیری می‌شود که دامنه‌ای از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم را با نمره‌گذاری ۱ تا ۸ در بر می‌گیرد و نمره کل هر خرده‌مقیاس بین ۴ تا ۳۲ است. نمره امیدواری کل، حاصل جمع این دو خرده‌مقیاس است که از ۸ تا ۶۴ است (کرمانی و همکاران، ۱۳۹۰) و نمره بالاتر امیدواری بیشتر را نشان می‌دهد. مقیاس امیدواری ثبات درونی قابل قبولی را از ۰/۷۴ تا ۰/۷۸ نشان داده است (اسنایدر و همکاران، ۱۹۹۱). همچنین، اسنایدر و همکاران پایایی کل مقیاس، خرده‌مقیاس تفکر عاملی و خرده‌مقیاس تفکر راهبردی را با روش بازآزمایی به ترتیب ۰/۸۵، ۰/۸۱ و ۰/۷۴ گزارش کرده‌اند (اسنایدر و همکاران، ۲۰۰۲). در ایران نیز ضریب اعتبار این مقیاس با استفاده از فرمول آلفای کرونباخ ۰/۸۶ و با بازآزمایی ۰/۸۱ به دست آمد. بررسی روایی سازه با استفاده از تحلیل عامل تأییدی هم نشان داد که مقیاس دارای ساختاری دو عاملی شامل تفکر عاملی و راهبردی است (کرمانی و همکاران، ۱۳۹۰). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۸۸ و برای خرده مؤلفه‌های تفکر عاملی و تفکر راهبردی به ترتیب ۰/۸۲ و ۰/۷۶ به دست آمد که نتایج حاکی از پایایی مناسب ابزار پژوهش می‌باشد.

### پرسشنامه‌ی تاب‌آوری کونور- دیویدسون (۲۰۰۳):

این پرسشنامه توسط کانر- دیویدسون (۲۰۰۳) ارائه شده است. دارای ۲۵ سوال بوده و هدف آن سنجش میزان تاب‌آوری بر اساس مولفه‌های شایستگی / استحکام شخصی (۲۴-۱۲-۱۱-۲۵-۱۰-۲۳-۱۷-۱۶)، اعتماد به غرایز شخصی (۲۰-۱۸-۱۵-۶-۷-۱۹-۱۴)، تحمل عواطف منفی (۱-۴-۵-۲-۸)، مهار (۲۲-۱۳-۲۱) و معنویت در افراد (۳-۹) مختلف است. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت می‌باشد. برای بدست آوردن امتیاز کلی پرسشنامه، مجموع امتیازات همه سوالات را با هم جمع می‌شوند. این امتیاز دامنه‌ای از ۰ تا ۱۰۰ را خواهد داشت. هر چه این امتیاز بالاتر باشد، بیانگر میزان تاب‌آوری بیشتر فرد پاسخ‌دهنده خواهد بود و برعکس. نقطه برش این پرسشنامه امتیاز ۵۰ می‌باشد. به عبارتی، نمره بالاتر از ۵۰ نشانگر افراد دارای تاب‌آوری خواهد بود و هرچه این امتیاز بالاتر از ۵۰ باشد، به همان میزان شدت تاب‌آوری فرد نیز بالاتر خواهد بود و برعکس. کونور و دیویدسون (۲۰۰۳) ضریب آلفای کرونباخ مقیاس تاب‌آوری را ۰/۸۹ گزارش کرده‌اند. همچنین ضریب پایایی حاصل از روش بازآزمایی در یک فاصله چهار هفته‌ای ۰/۸۷ بوده است. در ایران نیز ضریب پایایی این مقیاس توسط محمدی، جزائری، رفیعی، جوکار و پورشهنز (۱۳۸۵) ۰/۸۹ گزارش گردیده است. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ برای مقیاس تاب‌آوری برابر با ۰/۷۵ به دست آمد. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس ۰/۹۲ و برای خرده مؤلفه‌های شایستگی / استحکام شخصی، اعتماد به غرایز شخصی، تحمل عواطف منفی، مهار و معنویت در افراد به ترتیب ۰/۸۲، ۰/۷۴، ۰/۹۶، ۰/۸۰ و ۰/۷۱ به دست آمد که نتایج حاکی از پایایی مناسب ابزار پژوهش می‌باشد.



شاخص تحمل برای تمام متغیرهای پیش‌بین کوچک‌تر از ۰/۷۳۱، و شاخص تورم واریانس کوچک‌تر از ۱/۳۶ به‌دست آمد. اگر شاخص تحمل کوچک‌تر از یک، شاخص تورم کوچک‌تر از ۱۰ باشد، می‌توان گفت که از مفروضه‌های رگرسیون تخطی صورت نگرفته است. یافته‌ها نشان داد که مدل اولیه از برازندگی لازم برخوردار است. شاخص‌های برازندگی این مدل در جدول ۲، گزارش شده‌اند.

**جدول ۱- میانگین، انحراف استاندارد، ضرایب اعتبار و همبستگی صفر مرتبه بین متغیرهای پژوهش**

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱- معنای زندگی	۰/۸۴									
۲- وجود معنا	**۰/۸۷	۰/۷۱								
۳- جستجوی معنا	**۰/۹۰	**۰/۵۷	۰/۷۸							
۴- تاب آوری	**۰/۵۲	**۰/۳۱	**۰/۵۶	۰/۸۳						
۵- شایستگی شخصی	**۰/۵۴	**۰/۳۰	**۰/۵۸	**۰/۹۲	۰/۸۸					
۶- اعتماد به غرایز	**۰/۲۹	**۰/۲۲	**۰/۳۰	**۰/۷۹	**۰/۶۳	۰/۷۳				
۷- تحمل عواطف منفی	**۰/۴۲	**۰/۲۱	**۰/۴۹	**۰/۸۰	**۰/۷۲	**۰/۴۵	۰/۷۳			
۸- مهارت	**۰/۴۴	**۰/۲۵	**۰/۴۷	**۰/۸۳	**۰/۷۴	**۰/۶۱	**۰/۵۲	۰/۷۶		
۹- معنویت	**۰/۵۱	**۰/۳۳	**۰/۵۲	**۰/۷۱	**۰/۵۹	**۰/۴۷	**۰/۵۳	**۰/۵۴	۰/۷۲	
۱۰- امیدواری	**۰/۶۱	**۰/۴۹	**۰/۵۹	**۰/۶۴	**۰/۶۹	**۰/۴۴	**۰/۴۸	**۰/۴۴	**۰/۵۰	۰/۷۵
میانگین	۵/۱۰	۵/۴	۴/۹	۳/۳۷	۳/۴۷	۳/۲	۳/۴۵	۳/۲۷	۳/۵۸	۳/۶۳
انحراف استاندارد	۱/۱۵	۱/۱۳	۱/۳۱	۰/۶۵۸	۰/۷۶۸	۰/۶۶۹	۰/۷۰۹	۱/۰۲	۱/۰۵	۰/۶۴۵
کجی	-۰/۳۸۷	-۰/۶۵۴	-۰/۴۸۸	-۰/۱۲۳	-۰/۱۷۱	-۰/۰۲۶	-۰/۰۹۱	-۰/۱۱۷	-۰/۳۴۲	-۰/۱۸۹
کشیدگی	-۰/۰۳۵	۰/۲۹۷	۰/۱۷۴	-۱/۰۸	-۰/۸۴۳	-۰/۳۵۳	-۱/۰۷	-۰/۷۵۹	-۰/۷۳۲	-۰/۱۸۴

مقادیر روی قطر ضریب آلفای کرونباخ هستند \* $p < 0.05$  \*\* $p < 0.01$

**ج) مدل اندازه‌گیری و ساختاری**

**جدول ۲- شاخص‌های برازندگی مدل پژوهش**

شاخص	$\chi^2$	Df	P	$\chi^2/df$	RMSEA	GFI	AGFI	CFI	NFI	IFI	TLI
اولیه	۸۵/۳۳	۲۴	۰/۰۰۱	۳/۵۵	۰/۱۰۵	۰/۸۸	۰/۸۷	۰/۹۰	۰/۸۷	۰/۸۹	۰/۸۷
نهایی	۶۸/۱۵	۲۳	۰/۰۰۱	۲/۹۶	۰/۰۹۲	۰/۹۱	۰/۹۰	۰/۹۲	۰/۹۰	۰/۹۲	۰/۹۱

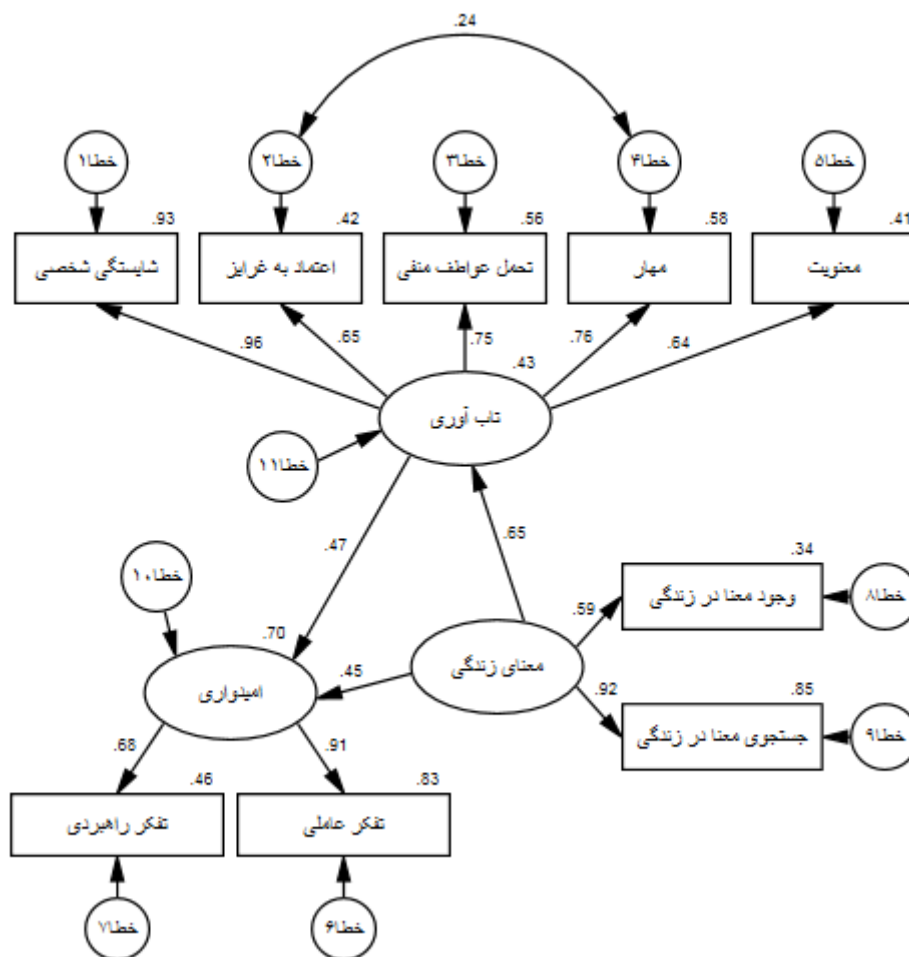
پس از اجرای مدل معادلات ساختاری، مدل تجربی و قابل استفاده به‌دست آمد. البته لازم به‌ذکر است که این مدل اولیه دارای برآزش در برخی از شاخص‌ها نبود. از این‌رو، به کمک شاخص‌های اصلاحی<sup>۱</sup> پیشنهادی اقدام به دستکاری مدل شد. بر این اساس، تعدیل‌هایی بر اساس مبانی نظری و تجربی صورت گرفت. به طوری که بین خرده‌مؤلفه‌های مهار

<sup>۱</sup>. modification indices



و اعتماد به غرایز روابط دوطرفه برقرار شد. برای تعیین کفایت برازندگی مدل پیشنهادی با داده‌ها، ترکیبی از شاخص‌های برازندگی نسبت کای اسکوتر به درجه آزادی ( $\chi^2/df$ )، شاخص نیکویی برازش (GFI)، شاخص نیکویی برازش اصلاح شده (AGFI)، ریشه میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA)، شاخص بنتلر- بونت (NFI)، شاخص توکلر- لویس (TLI)، شاخص برازش تطبیقی (CFI) و شاخص برازش نسبی (RFI) میزان برازش مدل را موردبررسی و تأیید قرار داد. همان‌گونه که جدول ۲، نشان می‌دهد الگوی پیشنهادی با توجه به شاخص‌های برازندگی دارای برازش مطلوب است.

مدل ساختاری موردآزمون و مدل‌های اندازه‌گیری پژوهش، در شکل ۱ آمده است.



شکل ۱- مدل نهایی آزمون شده تأثیرگذاری معنای زندگی بر امیدواری با میانجی‌گری تاب آوری در دانشجویان

در جدول ۳ ضرایب اثر مستقیم، غیر مستقیم، کل و سطح معناداری بین متغیرهای پژوهش آورده شده است.

جدول ۳- برآورد ضرایب معیار شده اثر مستقیم، غیرمستقیم و کل

مسیر	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کل
معنای زندگی ← امیدواری	**۰/۴۵	-	**۰/۷۶
تاب آوری ← امیدواری	**۰/۴۷	-	**۰/۴۷
معنای زندگی ← تاب آوری	**۰/۶۵	-	**۰/۶۵
معنای زندگی - تاب آوری - امیدواری	-	*۰/۳۰۶	-
R2 تاب آوری	۰/۴۳	-	-
R2 امیدواری	۰/۷۰	-	-

همان‌طور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود معنای زندگی بر تاب آوری و امیدواری اثر مستقیم دارد ( $p < 0.01$ ). ضریب مسیر  $\beta$  از تاب آوری به امیدواری به لحاظ آماری معنی‌دار می‌باشد ( $p < 0.01$ ). نتایج غیرمستقیم مدل پژوهش نشان داد که معنای زندگی از طریق میانجی‌گری تاب آوری اثر غیرمستقیم بر امیدواری دارد؛ زیرا نتایج آزمون بوت استروپ برای اثر غیرمستقیم نشان داد که حد پایین و حد بالای این ضریب مسیر، صفر را دربر نمی‌گیرد  $0.306 (0.44 \sim 0.17; 95\% CI)$ .

#### ۴- بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به منظور بررسی نقش واسطه‌ای تاب‌آوری در رابطه میان معنای زندگی و امیدواری صورت گرفت. نتایج نشان داد که معنای زندگی بر امیدواری اثر مستقیم دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های رحیمی و همکاران، ۱۳۹۹؛ عبدالهی و همکاران، ۱۳۹۳؛ هوتس و همکاران، ۲۰۱۴ و هدایتی و خزائی، ۲۰۱۴ همسو می‌باشد. معنی در زندگی به عنوان شکل‌دهنده عملکردهای مثبت انسان شناخته می‌شود (استیگر و شاین، ۲۰۱۰). افرادی که اهداف معنی‌داری در زندگی برای خود انتخاب می‌کنند، حالت‌های عاطفی مثبت بیشتری تجربه می‌کنند و از این رو در طول زندگی مستعد شکوفایی در جنبه‌های مختلف زندگی خویش هستند (هو و همکاران، ۲۰۱۰). معنی در زندگی با سازه‌های منفی روان‌شناختی مثل فقدان رشد شخصی، فقدان کنترل ادراک شده بر رویدادهای محیطی، علائم افسردگی (استیگر و همکاران، ۲۰۰۶) و نشخوار فکری (استیگر و همکاران، ۲۰۰۸) رابطه منفی دارد و می‌تواند به شادی و بهزیستی روان‌شناختی بیانجامد (استیگر و همکاران، ۲۰۰۸). در جمعیت دانشجویی احتمال زیادی وجود دارد که معنی در زندگی حول محور موفقیت و پیشرفت تحصیلی و دانشگاهی قرار بگیرد؛ بنابراین پیگیری این اهداف می‌تواند رضایت از زندگی تحصیلی را در دانشجویان افزایش داده و فرصت را برای رشد شکوفایی روانی در آن‌ها فراهم آورد.

نتایج غیرمستقیم مدل پژوهش نشان داد که معنای زندگی از طریق میانجی‌گری تاب‌آوری اثر غیرمستقیم بر امیدواری دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های رحیمی و همکاران، ۱۳۹۹؛ بلوچی و همکاران، ۱۳۹۶؛ حسینی مروت و همکاران، ۱۳۹۵؛ زایوترا و همکاران، ۲۰۱۰ و محمدزاده و جهانداری، ۱۳۹۸ همسو می‌باشد. در تبیین این نتیجه می‌توان بیان نمود که افراد با سطوح بالای معنی‌داری و داشتن اهداف و معنای تثبیت شده از خود و آینده، در هنگام رویارویی با مسایل روزمره، فقط بر جنبه‌های مشخصی از مشکل تمرکز می‌کنند؛ در صورتی که اشخاص با سطوح پایین معنا در زندگی، به محدود بودن زمان به عنوان مشکل بزرگی می‌نگرند و مشکلات فعلی را با احتمال نرسیدن به اهداف آینده پیوند می‌دهند. به این ترتیب، شخصی که سطوح بالاتری از معنی‌داری در زندگی را تجربه می‌کند، به آسانی قادر به رویارویی با دشواری‌ها کمک می‌نماید، بلکه باعث افزایش رضایت شخصی و کامیابی در فرد می‌شود. در نتیجه، می‌توان گفت که جنبه‌های خاصی از معنی‌داری مانند دیدگاه درست در مورد جایگاه و نقش خود و در دست داشتن اهداف مشخص، نقش عمده‌ای در افزایش توان فرد در مقابله با مشکلات دارد. افزایش معنی‌داری زندگی نه فقط به فرد در غلبه بر ناسازگاری‌ها کمک می‌کند، بلکه منجر به بهبود رضایت شخصی از زندگی نیز می‌شود. به نظر می‌رسد این ویژگی از معنا، نقش مهمی در کمک به افراد در غلبه به موقعیت‌های ناسازگار و مملو از تنش ایفا می‌کند. از طرف دیگر داشتن تاب‌آوری باعث بهبود شرایط جسمی و روحی فرد در شرایط تنش‌زا به خصوص در شرایط همه‌گیری بحران کرونا می‌شود. در واقع تاب‌آوری به عنوان نوعی فرایند، توانایی یا پیامد سازگاری موفقیت‌آمیز با داشتن موقعیت تهدید کننده تعریف شده است. این نتیجه که تاب‌آوری عامل کمک‌کننده‌ای به افراد در رویارویی و سازگاری با موقعیت‌های سخت و تنش‌زای زندگی است، با برخی تحقیقات (ایزدنیا و همکاران، ۲۰۱۰) همسو می‌باشد. تاب‌آوری افسردگی را کاهش و توانایی سازگاری را افزایش می‌دهد (وایت<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۰) و به عنوان یک احساس بنیادی از کنترل، به فرد امکان ترسیم و دسترسی به فهرستی از راهبردهای از عهده برآمدن را نیز خواهد داد که این خود نقش مهمی در مواجهه با حوادث فشارزای زندگی ایفا می‌کند و به عنوان منبع مقاومت و سپر محافظ عمل می‌نماید. همچنین منجر به ارتقای کیفیت زندگی می‌شود، که مجموعه این عوامل در شرایط کنونی (بحران کرونا) می‌تواند باعث امیدواری در دانشجویان گردد.

<sup>۱</sup> . White

زیربنای نظری برای واسطه‌گری تاب‌آوری ممکن است این باشد که مولفه‌های معنای زندگی رشد تاب‌آوری بیشتر و خوش‌بینی را تسهیل می‌کند و خصیصه بردباری افراد تاب‌آور منجر به شکوفایی و امیدواری می‌شود. از سویی داشتن معنی در زندگی نوعی تعادل هیجانی ایجاد می‌کند که تاب‌آوری افراد را در برابر تنش‌های زندگی افزایش می‌دهد و به افراد کمک می‌کند که نگرشی متمرکز شده نسبت به موقعیت‌های دشوار نداشته و تاب‌آوری بیشتری در خود پرورش دهند. به عبارتی افرادی که در زندگی خویش معنایی یافته‌اند، توانایی بیشتری در پاسخ به موقعیت‌های دشوار، بدون واکنش به شکلی خودکار و ناسازگارانه دارند. باید به کاربرد ضمنی یافته‌های این پژوهش که نشان می‌دهد معنی در زندگی و تاب‌آوری نقشی کلیدی در امیدواری دانشجویان دارد؛ توجه ویژه‌ای صورت گیرد. متخصصین حوزه سلامت روان می‌توانند برنامه‌هایی برای دانشجویان طراحی کنند که با افزایش معنای زندگی، و تاب‌آوری آن‌ها، امیدواری روان‌شناختی آن‌ها را بالا ببرد.

همانند هر پژوهشی، این مطالعه نیز باید در چهارچوب محدودیت‌های آن تفسیر شود. اول این که این پژوهش بر روی دانشجویان پسر انجام شده بود که جمعیت نسبتاً همگنی هستند. بنابراین انجام مطالعات بیشتری روی سایر گروه‌های اجتماعی نیز پیشنهاد می‌شود. دوم اینکه با توجه به همه‌گیری و شیوع کرونا ویروس، روش نمونه‌گیری غیرتصادفی داوطلبانه بود. از سویی باید در نظر داشت که ابزارهای به کار برده شده در این پژوهش، مقیاس‌های خودسنجی بودند و اگرچه این ابزارها از روایی و پایایی مناسبی برخوردار بودند، با این حال مقیاس‌های خودسنجی همواره مستعد سوگیری هستند چرا که شرکت‌کنندگان در برخی مواقع تمایل به دادن پاسخ‌های جامعه‌پسندانه دارند.

## فهرست منابع

اشتاد، الهام (۱۳۸۸). بررسی اثربخشی گروه درمانی شناختی بر بهزیستی ذهنی دانشجویان. پایان نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، انستیتو روانپزشکی تهران.

بلوچی، هانیه؛ بزرگ‌منش، مریم؛ امیرفخرایی، آزیتا و شفاعت، طیبه (۱۳۹۶). نقش واسطه‌ای تاب‌آوری در رابطه بین سلامت معنوی و معنای زندگی با سلامت در بیماران مبتلا به سرطان روده بزرگ. مجله تحقیقات علوم رفتاری، ۱۵ (۴)، ۴۱۱-۴۱۹.

جویباری، میترا؛ میرزاییان، بهرام؛ حسن زاده، رمضان (۱۳۹۱). رابطه‌ی امید به آینده‌ی معلمان با شادکامی و باورهای خودکارآمدی دانش آموزان. فصلنامه روانشناسی تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تنکابن، سال سوم، شماره سوم، پیاپی ۱۱: ۲۳-۱۱.

حسینی مروست، سید حمید؛ فرشچی تبریزی، یاسین و دهبان، شیرین (۱۳۹۵). بررسی ارتباط بین هوش معنوی، معنای زندگی و تاب آوری در دانشجویان دختر و پسر دانشگاه شیراز. سومین کنفرانس بین المللی نوآوری‌های اخیر در روانشناسی، مشاوره و علوم رفتاری، تهران.

رحیمی، حبیب‌اله؛ ابراهیمی، سیمین و باصری، احمد (۱۳۹۹). رابطه بین معنای زندگی و امیدواری با سلامت روان و مقایسه آن در جانبازان و بیماران مبتلا به سرطان. فصلنامه روان شناسی نظامی، ۱۱ (۴۲)، ۳۱-۴۱.

سهرابی، فرامرز و جعفری روشن، فریبا. (۱۳۹۵). اثربخشی روان‌درمانی گروهی مثبت‌نگر بر تاب‌آوری، شادکامی و سلامت عمومی زنان دارای همسر وابسته به مواد مخدر. پژوهش‌نامه روانشناسی مثبت، ۲(۱)، ۱۰-۱.

عبدالهی، غلامعلی؛ احمدی، الهام و ارجمند، محمدرضا (۱۳۹۳). بررسی معنای زندگی با امیدواری دانشجویان دختر و پسر دانشگاه پیام نور، دومین همایش ملی پژوهش و درمان در روانشناسی بالینی، تربت جام.

کرمانی، زهرا؛ خداینه‌ای، محمدکریم و حیدری، محمود (۱۳۹۰). ویژگی‌های روانسنجی مقیاس امید اسنایدر. فصلنامه روانشناسی کاربردی، ۳(۱۹)، ۲۳-۷.

محمدزاده، محسن و جهاننداری، پیمان (۱۳۹۸). بررسی رابطه بین تاب آوری و تنظیم هیجانی با امید به زندگی در بین سربازان. مجله علوم مراقبتی نظامی، ۶ (۳)، ۱۹۸-۲۰۶.

محمدی، مسعود؛ جزایری، علیرضا؛ رفیعی، امیرحسین؛ جوکار، بهرام؛ پورشهناز، عباس (۱۳۸۵). بررسی عوامل مؤثر بر تاب‌آوری در افراد در معرض سوء مصرف مواد مخدر. فصلنامه روان‌شناسی دانشگاه تبریز، ۱ (۳ و ۲)، ۲۲۴-۲۰۳.

Bentler, P. M., & Chou, C.-P. (1987). Practical issues in structural modeling. *Sociological methods & research*, 16(1), 78-117.

Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82.

Couper, M. P. (2000). Web surveys: A review of issues and approaches. *The Public Opinion Quarterly*, 64(4), 464-494.

Diener, E., Lucas, R., Helliwell, J. F., Schimmack, U., & Helliwell, J. (2009). *Well-being for public policy: Series in Positive Psychology*.

Hedayati, M. M., & Khazaei, M. M. (2014). An investigation of the relationship between depression, meaning in life and adult hope. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 114, 598-601.

Ho, M. Y., Cheung, F. M., & Cheung, S. F. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and Individual Differences*, 48(5), 658-663.

Hutz, C. S., Midgett, A., Pacico, J. C., Bastianello, M. R., & Zanon, C. (2014). The relationship of hope, optimism, self-esteem, subjective well-being, and personality in Brazilians and Americans. *Psychology*, 2014.



- Izadinia, N., Amiri, M., ghorban Jahromi, R., & Hamidi, S. (2010). A study of relationship between suicidal ideas, depression, anxiety, resiliency, daily stresses and mental health among Tehran university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 5, 1615-1619.
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*: Guilford publications.
- Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and psychological measurement*, 30(3), 607-610.
- Manyena, B., Machingura, F & O'Keefe, P., (2019). Resilience Disaster Resilience Integrated Framework for Transformation (DRIFT): A new approach to theorizing and operationalizing Resilience. *World Development*, 123(1), 1-30
- Nathan, G. (2003). *Methodologies for internet surveys and other telesurveys*. Paper presented at the Proceedings of Exchange of Technology and Know-how and the Fourth New Techniques and Technologies for Statistics (NTTS) Seminar.
- Ogelman, H. G, Erol, A. (2015). Examination of the predicting effect of the resiliency levels of parents on the resiliency levels of preschool children, *Procedia-Social and Behavioral Sciences*. 186, 461-466.
- Schlegel, R. J., Hicks, J. A., King, L. A., & Arndt, J. (2011). Feeling like you know who you are: Perceived true self-knowledge and meaning in life. *Personality and social psychology bulletin*, 37(6), 745-756.
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., . . . Harney, P. (1991). The will and the ways: development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of personality and social psychology*, 60(4), 570.
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., . . . & Harney, P. (1991). The will and the ways: Development and validation of an individual-differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(4), 570-585.
- Snyder, C. R., Ilardi, S. S., Cheavens, J., Michael, S. T., Yamhure, L., & Sympson, S. (2000). The role of hope in cognitive-behavior therapies. *Cognitive therapy and research*, 24(6), 747-762.
- Snyder, C. R., Shorey, H. S., Cheavens, J., Mann-Pulvers, K., Adams, V. H. III., & Viklund, C. (2002). Hope and academic success in college. *Journal of Educational Psychology*, 97, 820-826.
- Steger, M. F., & Shin, J. Y. (2010). *The relevance of the Meaning in Life Questionnaire to therapeutic practice: A look at the initial evidence*. Paper presented at the International Forum for Logotherapy.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of counseling psychology*, 53(1), 80.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., & Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of personality*, 76(2), 199-228.
- White, B., Driver, S., & Warren, A. M. (2010). Resilience and indicators of adjustment during rehabilitation from a spinal cord injury. *Rehabilitation psychology*, 55(1), 23.
- Zautra, A. J., Hall, J. S., & Murray, K. E. (2010). Resilience: a new definition of health for people and communities.



## Modeling the mediating role of resilience in a causal relationship the meaning of life with hope

Houshang Garavand

Assistant Professor, Psychology Department, Faculty of Literature and Humanities, Lorestan University, Khorramabad, Iran. Email: garavand.h@lu.ac.ir

### Abstract

The aim of this study was to investigate the mediatory role of the resilience in relationship meaning of life with hope. The research method was correlation of the type structural equation modeling. The population included all Undergraduate students Poldokhtar Higher Education Center who were studying in the academic year 2020-2021. 210 students participated in this study online and respond to The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), Meaning of Life Questionnaire (MLQ) and Hope Scale (HS). Data analysis was performed using Path analysis statistical method and by the SPSS-22, and AMOS-24 software. The results showed that the meaning of life has a direct effect on resilience and hope. The path coefficient  $\beta$  of resilience to hope is statistically significant. Indirect results of the research model showed that the meaning of life through resilience mediation has an indirect effect on hope. According to the results, as the meaning of life increases, so does resilience, which results in increased hope. Therefore, it is possible to increase hope in students through education and promotion of the meaning of life and resilience.

**Keywords:** meaning of life, resilience, hope