پیشینه بهزیستی روایی بر اساس عاطفه مثبت و منفی و خودکار آمدی مقابله‌ای

مهداد مظاهری اول، سیده حکیمی پرماهان

1- دانشیار روان‌شناسی، دانشگاه روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه میسپان و بلجیسپان، زاهدان، ایران
2- کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی، مدرس دانشگاه پامنور دهدشت، کهگیلویه و بویراحمد، ایران

چکیده

هدف از انجام پژوهش، پیشینه بهزیستی بر اساس عاطفه مثبت و منفی و خودکار آمدی مقابله‌ای در دانشجویان دانشگاه پامنور دهدشت بود. نمونه شامل 250 نفر از دانشجویان دانشگاه پامنور دهدشت بودند که به شیوه تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده‌ها مقیاس بهزیستی روایی ریف، مقیاس عاطفه مثبت و منفی (PANAS) و خودکار آمدی مقابله‌ای (CES). از ضرایب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه جهت تحلیل داده‌ها استفاده شد. نتایج بدست آمده نشان داد که خودکار آمدی مقابله‌ای، عاطفه مثبت و عاطفه منفی به ترتیب بیشترین میزان واریانس مشترک بهزیستی روایی (2/36) را تبیین می‌کند.

واژه‌های کلیدی: عاطفه مثبت، عاطفه منفی، خودکار آمدی مقابله‌ای و بهزیستی روایی.
شامل پذیرش خود، روابط مثبت با دیگران، خودمختاری، سلطه بر محتی، زندگی هدفمند و رشد فردی است (کمپ داش، تیلور، کروجر، 2008، به نقل از درگاهی، محسن زاده و زهرا کار، ۱۳۹۴). ریف (۱۹۸۹) به نقل از رایان (۱۹۸۸ و دسی، ۲۰۰۱) با تاکید بر این که کلاس مثبت چیزی فراتر از فقدان بیماری است؛ معنی است که برخی از جنبه‌های کنش‌وری پیه، مندی، حق و هدف‌های فرد مطمئن قانون‌مندی و تلاش بیمار است و این امر حتی ممکن است در تعارض کامل با شادکامی کوتاه مدت باشد. این معتقد است که به‌یپی‌بی رای نایب ساده اکنافه معادل با تجربه یپی‌بی بوده است در مقابل درد دانست، در عرض به‌یپی‌بی روانی در برگیرنده تولید برای کمال و حق و هدف‌های بالقوه فرد است. به‌یپی‌بی روانی شمول احساس مثبت و احساس رضایتمندی عمومی از زندگی که شامل خود و دیگران در حوزه‌های مختلف خانواده، شغل و نظر این موارد است.

یکی از متغیرهای مهم در رابطه با به‌یپی‌بی روانی، هیجانات مثبت و منفی است. هیجانات مثبت ناشناخته میزان شور و اشتباق به زندگی و احساس فعالیت و هوشمندی افراد است. در مقابل، هیجانات منفی، یکی بعد علائم ناراحتی درونی و استغلال ناخواسته را نشان می‌دهد و حالات ناخواندگی مانند خشم، نفرت، بی‌قراری، گناه، ترس و انتظار را شما می‌شود (بشارت و همکاران، ۲۰۱۲). به نقل از اسکی، سعادت، عاطفی و جانعلیزاده کوکن (۱۳۹۳) بررسی‌های گوناگون نشان داده‌اند، هیجانات مثبت با ابعاد مختلف سلامت روانی، روابط مثبت و معنی‌داری داشته و نقش مهم در پیشگیری از بروز اختلالات جسمی و روانی

۱۱ Kamp Dush, Taylor & Kroeger
۱۲ Ryan
۱۳ Deci
۱۴ positive and negative affect

۱ ositive psychology
۲ Ryff
۳ Singer
۴ Love
۵ Vazquez
۶ Hervas
۷ Rahona
۸ Gomez
۹ psychological well-being
۱۰ Optimum well-being
مشیتی با اختلالات روانی داشته و در ایجاد و نداشتن توانایی روانی مؤثر است (بشارت، اعتماد و فراهانی، 1391). همچنین، باکان‌زاده، اصفهانی اصل و محبودی قلعه‌نوی (1391) در پژوهش‌های نشان دادند که بین همبستگی و توانایی مقابله‌ای با سلامت روان لنگر ویژه‌ای وجود دارد. به علاوه، شهینی بیلاقی، شاکی‌ها، بهروزی و مکتبی (1390) در پژوهشی نشان دادند که مهارت‌های تنظیم همیج و بهره برداری از همیج‌ها، پیش‌بینی‌های مناسبی برای بهبودن روان‌شناختی انسان‌ها و توانایی محیطی و احساس عدم مثبت معنی‌دار و وجود دارد.

در همین راستا، کیلان (2011) در پژوهش خود هیجانات را به عنوان یک عامل تأثیر گذار منحصر به فرد بر توانایی روان‌شناختی مطرح می‌کند. ناث و بردان (2012) نیز در پژوهش خود نشان دادند که بین عاطفه مثبت با بهبود توانایی روان‌شناختی و سلامت جسمی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. همچنین، دولویژا، هیگرز و سلیکی (2003) در پژوهشی نقد خود مدل‌سازی هیجانات از قبل استرس، اندام و کیفیت بازی زندگی را بررسی کردند. نتایج تحقیق آن‌ها نشان داد که هیجانات به

1 Besharat, Etemadi Nia & Farahani
2 Killian
3 Nath
4 Pradhcan
5 Dulewicz
6 Higgs
7 Slaski
8 Self - regulation
1. پیشرفتی بهرزیستی روانی دانشجویان بر اساس خودکارامدی مقابله‌ای یا بهرزیستی روانشناختی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. همچنین، کوتور، کویر و نوو (2011) رابطه‌ای بین روانشناختی افراز و بهرزیستی روانشناختی افراز را مورد مطالعه قرار دادند. یافته‌ها نشان داد که رابطه منفی متناسبی بین روانشناختی افراز و بهرزیستی شرکت‌کننده وجود دارد. آن‌ها در برابر افرازی که استرس بیشتر را تجربه می‌کند، میزان بهرزیستی آن‌ها کمتر است. کویر، کویر و نوو (2002) نشان دادند که خودکارامدی با اضطراب و افسردگی رابطه منفی و با بهرزیستی روانی و رضایتمندی از زندگی رابطه منفی و معنی‌داری دارد. نتایج پژوهش لین، انتزاع و شریفت باجت لیلی (2002) نیز نشان داد که افراز دارای خودکارامدی با در عملکرد خود کمتر دچار اضطراب و استرس می‌شود و معنی‌دار آن بهرزیستی روانی بالاتری را تجربه می‌کند. همچنین، نجفی و فولادچنگ (1384) در پژوهش نشان دادند که خودکارامدی و سلامت روان رابطه مثبت و معنی‌دار و بین خودکارامدی و نشانه‌ریز رابطه معکوس و معنادار وجود دارد.

با توجه به اهمیت و حساسیت موضوع، هدف اصلی از انجام پژوهش بررسی رابطه عوامل مثبت و منفی و خودکارامدی مقابله‌ای و بهرزیستی روانی دانشجویان دانشگاه پیام نور بود.

فرضیه‌های پژوهش
1. پیشرفتی بهرزیستی روانی دانشجویان بر اساس خودکارامدی مقابله‌ای و هیجان‌های مثبت و منفی

---

*Positive Affect and Negative Affect Scales*
به منظور بررسی مقياس عاطفه مثبت و منفی در پژوهش از روش تحلیل عامل تاییدی استفاده شد. بارهای عاملی برای عاطفه مثبت در دامنه 46٪ تا 81٪ و برای عاطفه منفی بین 12٪ تا 37٪، با شاخص جدر میانگین مجدارهای خطی تقیق 0/05 با دست آمد.

(1) مقياس خودکارآمدی مقابله‌ای: مقياس خودکارآمدی مقابله‌ای (с) توسط چینی و همکاران (2006) ساخته شده است. این مقياس، اطمینان یک گرد نسبت به توانایی های خویش را تا با توجه به رفتارهای مقابله‌ای مؤثر و اثرات ریشه‌های (مانند دریافت حمایت اجتماعی و استفاده از راهبردهای سلبی) به همگان موافقت به مشکلات و چالش‌ها انداده گردید. بنابراین، نمرات این مقياس نشان‌دهنده میزان استفاده فرد برای مقابله‌ای مؤثر و مدیریت بحران‌ها و چالش‌های زندگی است. مقياس خودکارآمدی مقابله‌ای 37 ماده را در گروهی گردان، مقياس گزارش‌ی این مقابله‌ای مقياس مدوری مس جراحی لیکری است، بدن صورت که به گروه‌های (اصلا نمی‌توان انجام دهم هم نمی‌کنی،) به طور متوسط می‌توان انجام دهد (نمای به یک تا نجات) و به‌همین‌طور می‌توان انجام دهد (نمای به 5 تا 5) یا. در ضمن، مقياس، معرفی یک مقياس (بیشتر چیزی) مقياس نمودن، همچنین، مقياس گزارش‌ی و روش‌ی اجرای چوپر به منظور تجزیه داده‌ها، به گروهی میانگین سهم هر یک از میانگین‌های پیش‌ین در پیش‌ین می‌رود که از روش‌های آمار استنباطی

پیشینی هنگامی که بر اساس عاطفه مثبت و منفی و خودکارآمدی مقابله‌ای

افراشته (1995) نشان داد که همکاری مقياس خودکارآمدی مقابله‌ای 37 ماده است و در رده‌های (پراها) از زندگی، معنی و شادی و خوشبینی، رشد و بالندگی فردی، ارتباط مثبت با دیگران و خودپروری را در بر می‌گیرد (البته به ذكر است که در پژوهش حاضر نمود که بررسی منظور گردید). مقياس گزارش‌ی این مقابله به صورت بین جریان لیکری (پاسخ کامل) مخالب نشانه و بنا بیان مقایسه و مقایسه نمره و 5 تلیف شده است. کنترلین و پیشین نمره در بررسی مقياس پیشینی روانشناختی در ترتیب 77 و 73 (میانگین 23 مامت از این مقابله به صورت متوسط) مقياس شنیده، زنجانی طلیسی (1387) پایایی مقياس پیشینی روانشناختی (با روش آلایه کروناخ برای کل آزمون پیشینی روانشناختی) برای 46٪ و برای خرده مقياس‌های آن بین 43٪ تا 90٪ گزارش داده است. همچنین، پژوهش‌های متعادلی از جمله دهفان (1387) سهیلی (1388) و میکانی (1389) روابط و پایایی مقياس مذکور را مطلوب گزارش نمودند.

روش اجرای چوپر به منظور تجزیه داده‌ها، جهت پیش‌ین میزان سهم هر یک از میانگین‌های پیش‌ین در پیش‌ین مفرط ملاک از روش‌های آمار استنباطی

گریزه راهنما ویکلوم (2011) گزارش نمودن. همچنین، روایت آن را به روش تحلیل عامل تاییدی مطلوب (RMSEA=0/05) و 91 در دست آورده‌اند. به‌همان‌طور، می‌توان

1 Root Mean Squared Error of Approximation (RMSEA)
2 Coping Self-Efficacy Scale
3 stop unpleasant emotions and thoughts
4 use problem-focused coping
5 get support from friends and family
به‌بستری همبستگی و تحلیل رگرسیون گام‌گام (یا با استفاده از نرم‌افزار spss) استفاده شده است.

یافته‌ها:

یافته‌های حاصل از این مطالعه که با استفاده از روش همبستگی و تحلیل رگرسیون چندگانه مورد بررسی قرار گرفته‌اند در جدول (1) تا (4) ارائه شده است.

جدول 1. شاخص‌های توصیفی (میانگین، انحراف معیار، حداقال و حداقل کر) در بررسی مربوط به متغیرهای پژوهش

<table>
<thead>
<tr>
<th>متغیر</th>
<th>شاخص‌های آماری</th>
<th>حداکثر</th>
<th>حدااقل</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1</td>
<td>آمار روتنی</td>
<td>100</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>حداقل آماری</td>
<td>100</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>انتظار میانگین</td>
<td>100</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>انتظار میانگین</td>
<td>100</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>5</td>
<td>انتظار میانگین</td>
<td>100</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>6</td>
<td>انتظار میانگین</td>
<td>100</td>
<td>0</td>
</tr>
<tr>
<td>7</td>
<td>انتظار میانگین</td>
<td>100</td>
<td>0</td>
</tr>
</tbody>
</table>

با توجه به فرضیات 1 و 2، ضریب همبستگی پیرسون حاصل از بررسی رابطه بین حداقل آماری متغیرهای (و مولفه‌های مربوطه) و عوامل مثبت و منفی و به‌بستری روتنی محاسبه و نتایج به شرح جدول (2) ارائه شده است.

جدول 2. ماتریس همبستگی مربوط به متغیرهای پژوهش

<table>
<thead>
<tr>
<th>متغیر</th>
<th>1</th>
<th>2</th>
<th>3</th>
<th>4</th>
<th>5</th>
<th>6</th>
<th>7</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>0.75</td>
<td>0.80</td>
<td>0.81</td>
<td>0.82</td>
<td>0.83</td>
<td>0.84</td>
</tr>
<tr>
<td>2</td>
<td>0.75</td>
<td>1</td>
<td>0.78</td>
<td>0.79</td>
<td>0.80</td>
<td>0.81</td>
<td>0.82</td>
</tr>
<tr>
<td>3</td>
<td>0.80</td>
<td>0.78</td>
<td>1</td>
<td>0.81</td>
<td>0.82</td>
<td>0.83</td>
<td>0.84</td>
</tr>
<tr>
<td>4</td>
<td>0.81</td>
<td>0.79</td>
<td>0.81</td>
<td>1</td>
<td>0.82</td>
<td>0.83</td>
<td>0.84</td>
</tr>
<tr>
<td>5</td>
<td>0.82</td>
<td>0.80</td>
<td>0.82</td>
<td>0.82</td>
<td>1</td>
<td>0.83</td>
<td>0.84</td>
</tr>
<tr>
<td>6</td>
<td>0.83</td>
<td>0.81</td>
<td>0.83</td>
<td>0.83</td>
<td>0.83</td>
<td>1</td>
<td>0.84</td>
</tr>
<tr>
<td>7</td>
<td>0.84</td>
<td>0.82</td>
<td>0.84</td>
<td>0.84</td>
<td>0.84</td>
<td>0.84</td>
<td>1</td>
</tr>
</tbody>
</table>
جدول 3. نتایج رگرسیون چندگانه مربوط به سهم متغیرهای پیش‌بین در تبیین واریانس بهبودی روایی به روش ورود (Enter)

<table>
<thead>
<tr>
<th>Sig</th>
<th>t</th>
<th>F-نست</th>
<th>ب (R²)</th>
<th>B (R)</th>
<th>متغیر</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>01</td>
<td>379</td>
<td>0/39</td>
<td>0/587</td>
<td>0/685</td>
<td>خودکارآمدی متقابلی</td>
</tr>
<tr>
<td>02</td>
<td>0/71</td>
<td>0/37</td>
<td>0/531</td>
<td>0/531</td>
<td>توقف افکار و هیجان ناخوشایند</td>
</tr>
<tr>
<td>03</td>
<td>0/99</td>
<td>0/37</td>
<td>0/531</td>
<td>0/99</td>
<td>دریافت حمایت عاطفی از خانواده و دوستان</td>
</tr>
<tr>
<td>04</td>
<td>0/24</td>
<td>0/37</td>
<td>0/54</td>
<td>0/37</td>
<td>راهبرد مسئله‌محور</td>
</tr>
<tr>
<td>05</td>
<td>0/11</td>
<td>0/26</td>
<td>0/39</td>
<td>0/39</td>
<td>عاطفه منفی</td>
</tr>
</tbody>
</table>

همانطور که در جدول (3) مشاهده می‌شود، براساس نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون چندگانه با یا بدون ورود ضریب همبستگی بسیار مثبت تا و از بین برآوردهای خودکارآمدی متقابلی ایجاد شده و هیجان ناخوشایند، دریافت حمایت عاطفی از خانواده و دوستان، راهبرد مسئله‌محور و دریافت حمایت عاطفی از خانواده و دوستان) و عاطفه منفی با بهبودی روایی روابط مثبت و ضریب تعیین 0/22 < MR < 0/40 است. پیمایش که در سطح 0/01 = P پیمایش است در واقع با توجه به ضریب تعیین به دست آمده، مشخص شده است که حداکثر 87 درصد واریانس بهبودی روایی توسط خودکارآمدی متقابلی (توقف افکار و هیجان ناخوشایند، راهبرد مسئله‌محور و دریافت حمایت عاطفی از خانواده و دوستان) و عاطفه منفی تبیین می‌شود، بنابراین فرضیه 1 مبتنی بر پیش‌بینی بهبودی روایی دانشجویان بر اساس عاطفه منفی، معنی‌دار می‌باشد و تأیید می‌شود. در نهایت، ضرایب B و B رابطه عاطفه منفی در سطح 0/01 = P معنی‌دار می‌باشد (t = 0/24). بنابراین فرضیه 1-2 مبتنی بر پیش‌بینی بهبودی روایی دانشجویان بر اساس عاطفه ایزه، معنی‌دار می‌باشد و تأیید می‌شود در نهایت، ضرایب B و B رابطه عاطفه منفی در سطح 0/01 = P معنی‌دار می‌باشد (t = 0/24). بنابراین فرضیه 1-3 مبتنی بر پیش‌بینی بهبودی روایی دانشجویان بر اساس عاطفه منفی، معنی‌دار می‌باشد و تأیید می‌شود.
برای تعیین یک معادله پیش‌بینی مناسب با استفاده از کوچک‌ترین مجموعه احتمالی از قوی‌ترین ترکیب متغیرهای پیش‌بینی در پیوسته به‌هیزیستی روانی، از جدول ۲. نتایج رگرسیون گام به گام جهت تعیین سهم متغیرهای پیش‌بینی در پیش‌بینی به‌هیزیستی روانی

<table>
<thead>
<tr>
<th>آماره</th>
<th>ضریب رگرسیون (β)</th>
<th>ضریب احتمال</th>
<th>نسبت Rs</th>
<th>همبستگی</th>
<th>متغیرهای پیش‌بینی</th>
<th>۱</th>
<th>۲</th>
<th>۳</th>
<th>۴</th>
<th>۵</th>
<th>۶</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>β = 0/44</td>
<td>p = 0/11</td>
<td>F = 0/68</td>
<td>p = 0/04</td>
<td>0/85</td>
<td>0/83</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>β = 0/51</td>
<td>p = 0/11</td>
<td>F = 0/63</td>
<td>p = 0/04</td>
<td>0/85</td>
<td>0/83</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>β = 0/35</td>
<td>p = 0/11</td>
<td>F = 0/62</td>
<td>p = 0/04</td>
<td>0/85</td>
<td>0/83</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>β = 0/38</td>
<td>p = 0/11</td>
<td>F = 0/61</td>
<td>p = 0/04</td>
<td>0/85</td>
<td>0/83</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>β = 0/12</td>
<td>p = 0/11</td>
<td>F = 0/58</td>
<td>p = 0/04</td>
<td>0/85</td>
<td>0/83</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>β = 0/14</td>
<td>p = 0/11</td>
<td>F = 0/59</td>
<td>p = 0/04</td>
<td>0/85</td>
<td>0/83</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>β = 0/10</td>
<td>p = 0/11</td>
<td>F = 0/53</td>
<td>p = 0/04</td>
<td>0/85</td>
<td>0/83</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>
برای پیشرفتی بهزیستی روایی ارائه شده است.
همان‌طور که در جدول (۴) مشاهده می‌شود، از
شوهی رگرسیون گام به گام برای تحلیل رگرسیون
چندگانه جهت پیشرفتی بهزیستی روایی بر اساس
خودکارآمیز مقداری هزینه‌های آن و عاطفه مثبت
و منفی بهره گرفته شده است. در نتیجه گام،
متغیر‌های خودکارآمیز مقداری بیشتری تأثیر واریانس
می‌باشد. از خانواده و دوستان، مثبت
و واریانس متغیر عاطفه مثبت به معادله، میزان واریانس
شماره‌ای افزایش یافته (R²≤۰/۸۸) که نشان می‌دهد
متغیر عاطفه مثبت به تنهایی ۰/۷۷ از واریانس
متغیر بهزیستی روایی را تیپین می‌کند. همچنین، در گام
بعدی با واریانس متغیر دریافت حمایت عاطفه از خانواده و
دوستان به معادله، میزان واریانس مشترک افزایش یافته
(R²≤۰/۷۳) که نشان می‌دهد متغیر دریافت حمایت
عاطفه از خانواده و دوستان به تنهایی ۰/۵۹ از
واریانس متغیر بهزیستی روایی را تیپین می‌کند.

نتایج حاصل از داده‌های مربوط به خودکارآمیز
مقداری (و مؤلفه‌های آن) نشان داد که این متغیر با
بهزیستی روایی رابطه مثبت و معنی‌داری داشته و
می‌تواند، ۶۲ درصد از واریانس متغیر بهزیستی روایی را
تیپین کند. نتایج حاصل از پایه‌های این پژوهش با
بخشی از پایه‌های پژوهش کوتو و همکاران (۲۰۱۱)،
چنی و همکاران (۲۰۱۱)، کارا و استکا (۲۰۰۵)
بهدادی خسرو شاهی و هاشمی نصرت‌آباد (۱۳۹۱) و
نچفی و فولادچنگ (۱۳۸۶) هم‌خوان می‌باشد.

در بیشین این یافته می‌توان گفت که از آن گذشته
کارآمیز بالا، معمولاً درک و درست تری از یوزیگی‌های
روایی خود را دانسته و در برقراری ارتباط با دیگران
راحت‌ترنده به آسانی می‌تواند عاطفه منفی را کنترل
کند و از رضایت‌بردن بالاتری در زندگی بخوردارند.
همچنین احساس خودکارآمیز بالا، سلامت شخصی,
است. همچنین، افراد با عاطفه‌ی مثبت بالا، تجربه‌ی مهیج را دوست دارند، همراه با دیگران را جستجو می‌کنند و از آن لذت می‌برند و کاملاً در تعاملات اجتماعی خود، از اعتماد و رضایت برخوردارند و هنگام مواجهه با مشکلات از حمایت اجتماعی بیشتر برخوردارند و با باران‌های به‌پژوهی روانی بیشتر را تجربه می‌کنند.

از سوی دیگر، افراد دارای عاطفه‌ی منفی، قادر از برخورداری با هم‌سر دیدگان، قطع عاطفه‌ی مثبت نشان داده که این متغیر با به‌پژوهی روانی رابطه‌پذیر مثبت و معنی‌دار و وجود دارد و با علاوه، درصد از آنان متغیر به‌پژوهی روانی را ۲ می‌کند. تأثیر حاصل از یافته‌های این پژوهش با پیش‌بینی از یافته‌های پژوهش کیلتان (۱۳۹۱)، نام و پردازان (۱۳۹۲)، دولوز و همکاران (۱۳۹۳)، بقارزاده و همکاران (۱۳۹۳) و شهی بیلیق و همکاران (۱۳۹۴)، هم‌وهم‌خوان است.

در تیمین این بحث‌های می‌توان گفت که عاطفه‌ی مثبت در برخورداری طیف گسترده‌ای از حالات خلقی مثبت از جمله شادی، احساس توانمندی، شور و شوق، تمایل، علاقه و اعتماد به نفس است. افراد دارای عاطفه‌ی مثبت بالا، عاطفاهای توانمندی، توازنی با شور و نشاط و اعتماد، به زندگی نگاه می‌کنند. همچنین، افراد با عاطفه‌ی مثبت بالا، معنی‌دارند و در هنگام مواجهه با جالش برای رسیدن به هدف خود، از راه حل‌های متفاوتی استفاده می‌کنند. این افراد هنگام مواجهه با بحران، با دیدگی خوشنویش بیانه به چالش‌های موجود می‌گرند و در رویارویی با مشکلات، به جای دلسوردی و احساس تلاش می‌کنند که مسئولیت را به نحو مناسب حل کنند، بنابر آن‌چه گفته شد، عاطفه‌ی مثبت با به‌پژوهی روانی همراه

---

1 Tsousis, Nikolaou, Serdaris & Judge
پیشینه پژوهشی روایت از اساس عاطفه مشت و منفی و خودکار آمیزی مقابله‌ای

انجام شده و تهیه ایزه پژوهش پرستش به‌وجود ایست، بنابراین، در تعیین نتایج به‌سابگر برخورد و احیای صورت و گردید. از آنجا که عواطف دارای تأثیری‌گذاری بر اعمال و افکار آدمی نقش تعین کننده اند و همچنین قابل آموزش و تربیت، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌گران آنی در زمینه آموزش تأمین عواطف و خودکارآمدی مقابله‌ای تمبیل‌ندند. همچنین، ارتقای متغیرهای پژوهشی روشنایی در دانشجویان به عنوان یکی از زیر ساخت‌های اساسی در امر آموزش قلمداد می‌شود که می‌پیشیگی به دانشجویان آموزش داده شود. همچنین، پیشنهاد می‌شود که دانشگاه‌ها دوره‌های آموزشی جهت خودبازآوری و رشد باورهای خودکارآمدی مقابله‌ای با توجه به تفاوت‌های فردی دانشجویان بر اساس‌کنند.

منابع

اصغری ف، سعوادت س، عاطفه کرجدانی، س، و جانعلی‌زاده کوکتی س. (1393). رابطه بین خودکارآمدی تخصیص‌یابی به‌پژوهشی روشنایی، انسجام خانواده و سلامت معنوی در دانشجویان دانشگاه خوارزمی. مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، 19(43)، 581-593.

پخشی پور، ع و دزکام م. (1384). تحلیل عامی تابیدی مقياس عاطفی مشت و منفی. مجله روشنایی‌شناختی، 9(1)، 351-358.

بساک‌نژاد، س، اصفهانی اصل، م، و محمودی قله‌نی. (1391). رابطه هوش هیجانی، سبک‌های مقابله‌ای با سلامت روان در دانشجویان دختر. روان‌شناسی، 13(2)، 87-95.

بشارت، م، ع، و ش. (1386). رابطه نارضایتی هیجانی با اضطراب، افسردگی، درمان‌گذگی روشنایی و


Prediction of Psychological Well-Being based on the Positive and Negative Affection and Coping Self – Efficacy

M. Mazaheri 1*, S. H. Bahramian 2

1- Associate Professor of Psychology, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, University of Sistan and Baluchestan, Zahedan, Iran
2- Master of Educational Sciences, Payam Noor University of Dehdasht, Dehdasht, Kohgiluyeh and Boyer-Ahmad, Iran

Abstract
The aim of the study was to predict psychological well-being based on the positive and negative affection and coping self – efficacy among graduate students in Dehdasht University. The sample consisting of 250 graduate students were selected using multi-stage random sampling and were asked to complete Positive and Negative Affect Scale (PANAS), coping self-efficacy scale (CSE), and Psychological Well-being Scale, Ryff. After using Pearson correlation and multiple regression analysis, the results showed coping self-efficacy, positive and negative affect explain the most common variation (0/82) in psychological well-being respectively.

Keywords: positive affect, negative affect, coping self-efficacy, psychological well-being.

* mazaheri@hamoon.usb.ac.ir