رویش روان شناسی، سال۱۰ ، شماره۹، شماره پیاپی ۶۶، آذر ۱۴۰۰
Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal(RRJ),10(9), 2021

تبیین خوش بینی در دانشجویان بر اساس تجارب معنوی روزانه و عواطف مثبت و منفی

Explain Optimism in students based on Daily Spiritual Experiences and Positive and Negative Affects

فرهاد تنهای رشوانلو(نویسنده مسئول)
دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، گروه روان‌شناسی مشاوره و تربیتی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.
محمد عباسی فر
دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، گروه روان‌شناسی مشاوره و تربیتی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.
دکتر حسین کارشکی
دانشیار روان‌شناسی تربیتی، گروه روان‌شناسی مشاوره و تربیتی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.
مهدی ارخودی قلعه نوئی
دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، گروه روان‌شناسی مشاوره و تربیتی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران.

Farhad Tanhaye Reshvanloo*
PhD Candidate in Educational Psychology, Department of Counseling and Educational Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran.
farhadtanhay@um.ac.ir
Mohammad Abbasifar
M.A student in Educational Psychology, Department of Counseling and Educational Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran.
Dr. Hossein Kareshki
Associate Professor in Educational Psychology, Department of Counseling and Educational Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran.
Mahdi Arkhodi Ghalenoei
PhD Candidate in Educational Psychology, Department of Counseling and Educational Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran.

چکیده

هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه تجارب معنوی روزانه، عواطف مثبت و منفی و جهت گیری زندگی دانشجویان به شیوه تحلیل مسیر بود. جامعه آماری را دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه علوم پزشکی مشهد تشکیل می‌دادند. تعداد ۲۰۵ نفر (۹۴ دختر و ۱۱۱ پسر) از این دانشجویان با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند و مقیاس‌های تجارب معنوی روزانه (DSES، آندروود و ترسی، ۲۰۰۲)، عواطف مثبت و منفی (PANAS، واتسون و همکاران، ۱۹۸۸) و جهت گیری زندگی(LOT، شی یر و همکاران، ۱۹۹۴) را تکمیل کردند. داده‌ها به روش تحلیل مسیر مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج نشان داد که احساس حضور خداوند به واسطه عواطف مثبت و منفی با جهت گیری زندگی رابطه غیرمستقیم و معناداری دارد($p<۰/۰۱$). رابطه غیر مستقیم میان ارتباط با خداوند و احساس مسئولیت در قبال دیگران با جهت گیری زندگی به واسطه عواطف منفی نیز معنادار بود ($p<۰/۰۱$). مدل تحلیل مسیر از برازش مطلوبی برخوردار بود. به نظر می‌رسد تجارب معنوی روزانه به واسطه عواطف مثبت و منفی با جهت‌گیری زندگی دانشجویان رابطه دارند.

واژه‌های کلیدی: *تجارب معنوی روزانه، عواطف مثبت و منفی، جهت گیری زندگی.*

Abstract

The purpose of this study was to investigate the relationship between daily spiritual experiences, positive and negative effects, and students' life orientation through path analysis. The statistical population consisted of undergraduate students of Mashhad University of Medical Sciences. A total of 205 students (94 girls and 111 boys) were selected by multi-stage cluster sampling and completed the Daily Spiritual Experiences Scale (DSES; Underwood & Teresi, 2002); Positive and Negative Affect Scale (PANAS; Watson et al., 1988), and life orientation Test (LOT; Scheier et al., 1994). Data were analyzed by path analysis. The results showed that God's presence through positive and negative effects has an indirect and significant relationship with life orientation ($p<0.01$). The indirect relationship between a relationship with God and caring for others with life orientation mediated by negative effects was also significant ($p<0.01$). The path model also had a good fit. Daily spiritual experiences seem to be related to the students' life orientation through positive and negative effects.

Keywords: *Daily Spiritual Experiences, Positive and Negative Affect, Life Orientation.*

نوع مقاله : پژوهشی | **دریافت : اردیبهشت ۱۴۰۰** | **پذیرش: اردیبهشت ۱۴۰۰** | **ویرایش نهایی : آذر ۱۴۰۰**

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]

[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.9.5.1]

مقدمه

خوش بینی نسبت به آینده یکی از سازه‌های موثر بر عملکرد دانشجویان است؛ به طوری که دانشجویان خوش بین با اتکا به توانمندی‌های خود و همچنین بهره‌گیری بیشتر از محیط آموزشی، بر اهداف شخصی متمرکز شده و در برابر مشکلات استقامت بیشتری از خود نشان می‌دهند. در مقابل دانشجویان بدبین، برای رفع مشکلات کمتر تلاش کرده و کمتر از راهبردهای موثر استفاده می‌کنند (کدخدایی و کرمی، ۱۳۹۵). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که خوش بینی با اهمال‌کاری تحصیلی (مشتاقی و مویدفر، ۱۳۹۶)، کنترل تحصیلی (فردافشاری، پورشهریار، شکری و فتح آبادی، ۱۳۹۶)، تعهد تحصیلی (سعادت، داورپناه، سعیدپور و سمیعی، ۱۳۹۸)، سازگاری با دانشگاه (کشت ورز کندازی و اوجی نژاد، ۱۳۹۹)، سرزندگی تحصیلی (زاهد بابلان و کریمیان پور، ۱۳۹۹) و شادمانی دانشجویان (حمزه پور حقیقی و اسدی مجره، ۱۳۹۸) رابطه دارد.

خوش بینی، از منظر روان شناسی مثبت‌نگر بعد شناختی شادمانی و عواطف مثبت و منفی بعد عاطفی آن است (پریچارد، ریچارد سدون، شفیلد و مک اوان،[1] ۲۰۲۰). در همین چارچوب مفهوم جهت گیری زندگی[2] یا خوش بینی گرایشی[3] مطرح شده است (شی‌یر، کارور و بریجز،[4] ۱۹۹۴؛ شی‌یر و کارور، ۲۰۱۸). خوش بینی و بدبینی، انتظاراتی تعمیم یافته برای تجربه نتایج خوشایند یا ناخوشایند هنگام رویارویی با مشکلات هستند و بر نحوه مواجهه افراد با تجارب استرس‌زا تأثیر دارند (چاخسی، کرایس، سامرز-اسپیجکرمان و بوهل میجر،[5] ۲۰۱۸؛ هاینز[6] و همکاران، ۲۰۲۱). پژوهش‌ها نشان داده است که خوش‌بینی و بدبینی با بهزیستی و رضایت از زندگی (کیم، لی، چون، هان و هئو،[7] ۲۰۱۷؛ دوی و ییلدیز،[8] ۲۰۱۷؛ سینگ،[9] ۲۰۱۹؛ اوریول، میراندا، بازان و بناونته،[10] ۲۰۲۰؛ آگلوزو، آکوتیا، اوسئی توتو و آنور[11]، ۲۰۲۱؛ میراندا و کروز،[12] ۲۰۲۱؛ گنش و ارسلان،[13] ۲۰۲۱)، عواطف مثبت و منفی (استوار، گریفیث، ریبسی و هاشیم،[14] ۲۰۲۰؛ هیکرنز و اید،[15] ۲۰۲۰؛ رند، شانهان، فیشر و فورتنی،[16] ۲۰۲۰؛ چوتوک،[17] ۲۰۲۱؛ آگلوزو و همکاران، ۲۰۲۱؛ میراندا و کروز، ۲۰۲۱؛ قاسمی، گودرزی، سپهوندی و غلامرضائی، ۱۴۰۰) در ارتباط هستند.

در بررسی بعد عاطفی شادمانی، واتسون، کلارک و تلگن[18] (۱۹۸۸)، عواطف مثبت و منفی را مطرح کرده و برخورداری از عواطف مثبت را شامل داشتن حالتی از انرژی بالا، مشغولیت لذت‌بخش در فعالیت‌ها و در مقابل عواطف منفی را داشتن حالتی از خلق منفعل، شامل خشم، عصبی بودن، احساس گناه و شرم و... می‌دانند (اسپریت، شالکویجک، ون ووگت و استامز،[19] ۲۰۱۶). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که عواطف با رضایت از زندگی (کیم و همکاران، ۲۰۱۷؛ آگلوزو و همکاران، ۲۰۲۱؛ میراندا و کروز، ۲۰۲۱)، پایداری (نیک منش، اشتراک و درویش ملا، ۲۰۲۰؛ ژانگ[20] و همکاران، ۲۰۲۱؛ میراندا و کروز، ۲۰۲۱)، سلامت روانی و احساس انسجام (کالاندری، بورازیانو، بورگی و بونینو،[21] ۲۰۱۸؛ ییلدریم، ارسلان و وونگ،[22] ۲۰۲۱) رابطه دارند.

---

1. Pritchard, Richardson, Shefeld, & McEwan
2. Life Orientaion
3. Dispositional Optimism
4. Scheier, Carver, & Bridges
5. Chakhssi, Kraiss, Sommers-Spijkerman, & Bohlmeijer
6. Hinz
7. Kim, Lee, Chun, Han, & Heo
8. Duy, & Yıldız
9. Singh
10. Oriol, Miranda, Bazán, & Benavente
11. Aglozo, Akotia, Osei-Tutu, & Annor
12. Mirandam & Cruz
13. Genç, & Arslan
14. Ostovar, Griffiths, Raeisi, & Hashim
15. Heekerens, J. B., & Eid
16. Rand, Shanahan, Fischer, & Fortney
17. Çutuk
18. Watson, Clark, & Tellegen
19. Spruit, Schalkwijk, Van Vugt, & Stams
20. Zhang
21. Calandri, Graziano, Borghi, & Bonino
22. Yıldırım, Arslan, & Wong

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.9.5.1]

به نظر می‌رسد که معنویت و مذهب با حالات خلقی و ابعاد مثبت سلامت روانی رابطه دارند (گارسن، وایزر و پوول[1] ۲۰۲۱؛ آگلوزو و همکاران، ۲۰۲۱). تجارب معنوی، به ادراکات فرد از یک نیروی برتر در زندگی روزمره مربوط بوده و تجربیاتی از قبیل ارتباط، لذت، احساس تعالی، قدرت، راحتی و... در مورد خداوند را در بر می‌گیرد (لیس و هندل،[2] ۲۰۱۷). تجارب معنوی، فارغ از گرایش مذهبی افراد درک درونی آنان از حضور خداوند و ارتباط با او و نیز احساس مسئولیت در قبال دیگران، به عنوان منابعی برای احساس تعلق و اتکا به منبعی والاتر، را در بر می‌گیرد (تقی آبادی، کاووسی، میرحافظ، کشاورز و مهرابی، ۲۰۱۷). این تجارب بخش مهمی از زندگی فرد، شامل درک معنای زندگی، تجربه مثبت در زندگی، احساس خوشبختی و رضایت از زندگی است و می‌تواند با ایجاد معنا و احساس تعلق و امیدواری به قدرت والا، بر باور فرد به توانایی‌اش برای مواجهه با شرایط استرس‌زای زندگی کمک کند (سلطانی، حسینی و عرب، ۱۳۹۵). افرادی که گرایش‌های معنوی بیشتری دارند، با بهره‌گیری از راهبردهای مقابله‌ای مؤثرتر و مسأله‌گشایی با فشارهای روانی بهتر کنار می‌آیند (پاینه و ساندیج،[3] ۲۰۱۷؛ لیس و هندال، ۲۰۱۷). پژوهش‌ها نشان می‌دهند که مذهب و تجارب معنوی با بهزیستی و رضایت از زندگی (پاندیا،[4] ۲۰۱۶؛ تقی آبادی و همکاران، ۲۰۱۷؛ سیز[5] و همکاران، ۲۰۲۱)، امیدواری (کریمی و کهرازی، ۲۰۱۸)، خوش بینی (چیدل و شتر،[6] ۲۰۱۸؛ ذوقی پایدار، نبی زاده و زنده بودی، ۱۳۹۵؛ یحیی زاده جلودار، حیدری و قیناقی، ۱۳۹۵)، کاهش در عواطف منفی (سواتزکی، رانتر و چی یو،[7] ۲۰۱۴؛ لوکته، آیرونسون، پارگامنت و کراوس،[8] ۲۰۱۶)، بهداشت روانی و تاب آوری (باقری کراچی و کرمانی، ۱۳۹۸) در ارتباط هستند. گارسن و همکاران(۲۰۲۱) در فراتحلیلی نشان دادند که معنویت با بهزیستی، رضایت از زندگی، کیفیت زندگی و کاهش فشار روانی در ارتباط است. آگلوزو و همکاران (۲۰۲۱) نیز در مطالعه‌ای نشان دادند که معنویت با خوش بینی و عواطف مثبت و منفی رابطه دارد و خوش بینی نقش واسطه ای در رابطه معنویت و عواطف ایفا می‌کند. هادیان، امینی منش، علی عسگر و خان زاده (۱۳۹۷) در پژوهشی به این نتیجه رسیدند که خوش بینی و امیدواری در رابطه جهت گیری مذهبی با شادکامی دانشجویان نقش واسطه ای دارد.

بر اساس آنچه مورد بحث قرار گرفت به نظر می‌رسد تجارب معنوی افراد می‌تواند در شکل گیری حالات خلقی و عواطف آنان نقش داشته باشد. از سوی دیگر، تجربه حالات عاطفی، نوع جهت گیری افراد نسبت به آینده و نگرش‌های مثبت و منفی آنان را شکل می‌دهد. بررسی پیشینه پژوهشی، نشان داد که متغیرهای طرح شده در مطالعه حاضر، در مطالعات داخلی و در ارتباط با یکدیگر مورد بررسی قرار نگرفته و پژوهش‌های موجود نیز تنها روابط ساده میان متغیرها را مورد بررسی قرار داده‌اند. از این رو مطالعه روابط چندگانه این متغیرها با هدف افزایش دانش در این زمینه ضروری می‌نماید. علاوه بر آن در پیشینه مورد بررسی خوش بینی افراد به عنوان یک سازه گرایشی در نظر گرفته شده که عواطف و سایر حالات خلقی افراد را زمینه‌سازی می‌کند، اما نقش عواطف در شکل‌دهی خوش بینی یا بدبینی افراد کمتر مورد توجه قرار گرفته است. این در حالی است که به نظر می‌رسد خوش بینی یا بدبینی می‌تواند از خلقیات افراد تأثیرپذیر باشد و تداوم در عواطف مثبت و منفی، می‌تواند به عنوان یک منبع اثرگذار برای نوع جهت گیری زندگی افراد در نظر گرفته شود. بدین جهت این پژوهش می‌تواند در فهم بهتر روابط میان جهت گیری زندگی خوش بینانه یا بدبینانه و عواطف مثبت و منفی کمک کننده باشد. از حیث کاربردی، آنچه انجام این مطالعه را در میان دانشجویان ضروری می سازد، نقش خوش بینی در عملکرد تحصیلی دانشجویان است. دانشجویان با چالش‌های مختلفی از قبیل روابط با دوستان، هم کلاسی‌ها و خانواده، دغدغه‌های تحصیلی و شغلی مواجه هستند و لازم است توان کنترل و رویارویی اثربخش با آنها را داشته باشند. خوش بینی نسبت به آینده می‌تواند در مواجهه اثربخش‌تر با این مسائل کمک کننده باشد. بدین جهت به نظر می‌رسد افزایش دانش در زمینه عوامل مرتبط با خوش بینی در دانشجویان حائز اهمیت باشد. یافته‌های چنین پژوهشی می‌تواند علاوه بر افزایش دانش نظری، در برنامه ریزی و مداخلات مشاوره‌ای در مراکز مشاوره دانشجویی کمک کننده بوده و در انتخاب راهبردهای مداخله‌ای راهنمای مشاوران باشد. بر این اساس هدف از پژوهش حاضر بررسی روابط میان تجارب معنوی و جهت‌گیری زندگی با نقش واسطه‌ای عواطف مثبت و منفی بود.

1. Garssen, Visser, & Pool
2. Lace & Handal
3. Paine, & Sandage
4. Pandya
5. Saiz
6. Cheadle, & Schetter
7. Sawatzky, Ratner, & Chiu
8. Lucette, Ironson, Pargament, & Krause

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.9.5.1]

روش

پژوهش حا ضر از لحاظ هدف در زمره پژوهش‌های بنیادی و از لحاظ روش از نوع مطالعات همب ستگی بود که روابط میان متغیرها را در قالب تحلیل مسیر مورد بررسی قرار می‌داد. جامعه آماری پژوهش را دانشجویان دوره کارشناسی رشته‌های پیراپزشکی دانشگاه علوم پز شکی م شهد تشکیل می‌دادند. حجم نمونه با در نظر گرفتن ۱۰ نفر به ازای هر پارامتر مدل (شومان، بولتون و شورت،[1] ۲۰۱۷) برابر با ۲۱۰ نفر تعیین شـــد. با وجود احتمال ریزش نفرات این تعداد به ۲۴۰ نفر افزایش یافت. انتخاب نمونه با روش نمونه گیری خوشـــه‌ای چندمرحله ای انجام شد. بدین ترتیب که ابتدا از میان رشته های تحصیلی گروه پیراپزشکی، شش رشته به طور تصادفی انتخاب شدند. سپس از میان سال‌های ورود به دانشگاه دو ورودی به طور تصادفی انتخاب گردید. در نهایت پرسشنامه‌ها در بین بیست نفر از دانشجویان هر کلاس به صورت تصادفی اجرا شد. ملاک‌های ورود به پژوهش، تحصیل در دوره کار شنا سی ر شته‌های پیراپز شکی و برخورداری از سلامت روانی و عدم مصرف دارو به واسطه بیماری جسمانی یا روان‌پزشکی در سه ماهه اخیر بود. داده‌های مربوط به دانشجویانی که بر اساس اظهار خود تحت نظر پزشک بوده و دارو مصرف می‌کردند، از پژوهش کنار گذاشته شدند. در نهایت و پس از حذف پرسشنامه‌های ناقص، داده‌های مربوط به ۲۰۵ نفر (۹۴ دختر و ۱۱۱ پسر) مورد تحلیل قرار گرفت.

ابزار سنجش

مقیاس تجارب معنوی روزانه (DSES):[2] این مقیاس یک ابزار خود گزارشـــی اســـت که توســـط آندروود و ترســـی[3] (۲۰۰۲) تدوین شده و با ۱۶ عبارت، سه خرده مقیاس احساس حضور خدا، ارتباط با خدا و احساس مسئولیت در قبال دیگران را می‌سنجد. پاسخ‌دهی به این مقیاس برای ۱۵ عبارت اول با طیف شـــش درجه ای از اغلب اوقات روز (۶) تا هرگز یا تقریباً هرگز (۱) و برای عبارت شـــانزدهم در طیف چهار درجه ای از اصلاً (۱) تا نزدیک تا سرحد امکان (۴) صورت می‌گیرد. نمرات بالاتر به معنای تجارب معنوی بیشتر است. ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ و بازآزمایی ۰/۹۲ در مطالعه ا صلی گزارش شده است. تحلیل عاملی اکتشافی نیز در مطالعه ا صلی با ساختاری سه عاملی به تأیید رسیده است. این مقیاس به چندین زبان ترجمه و در مطالعات متعددی روایی و پایایی آن به تایید رسیده است (آندروود، ۲۰۱۱). باقری کراچی و کرمانی (۱۳۹۸) آلفای کرونباخ ۰/۹۲ و روایی محتوایی مطلوبی را برای مقیاس گزارش کردند. ضـــرایب آلفای کرونباخ برای زیر مقیاس‌ها در پژوهش حاضر به ترتیب ۰/۶۹، ۰/۷۶ و ۰/۷۴ و برای کل مقیاس ۰/۷۱ بدست آمد.

مقیاس عواطف مثبت و منفی(PANAS):[4] این مقیاس توســـط واتســـون و همکاران (۱۹۸۸) تدوین شـــده و ۲۰ عاطفه مثبت یا منفی را دربرمی‌گیرد. فرد باید میزان برخورداری خود از هر یک از حالت‌های عاطفی را در طیف ۵ درجه ای از «به هیچ وجه» تا «بسـیار زیاد» مشخص کند. مجموع نمرات در هر بعد محاسبه شده و نمرات بالاتر نشان دهنده شدت عواطف در فرد است. در مطالعه اصلی و در بررسی تحلیل عاملی اکتشافی، ساختاری دو عاملی با واریانس تبیین شده ۶۲/۸ درصد به تأیید رسیده و ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۸ و ۰/۸۷ و ضـــرایب بازآمایی ۰/۶۸ و ۰/۷۱ بعد از هشـــت هفته برای عواطف منفی و مثبت به دســـت آمده اســـت. تحلیل عاملی تأییدی و تغییرناپذیری جنسیتی این مقیاس در نمونه ایرانی توسط شکری، گودرزی و شریفی (۱۳۹۳) بررسی و به تأیید رسیده است. ضرایب آلفای کرونباخ در مطالعه حاضر برای عواطف مثبت ۰/۸۱ و برای عواطف منفی ۰/۷۹ به دست آمد.

آزمون جهت گیری زندگی(LOT):[5] این آزمون در ۱۰ عبارت و توسط شی یر و کارور[6] (۱۹۸۵) تدوین شده و پا سخدهی به این عبارت‌ها در طیف پنج درجه ای لیکرت از کاملا مخالف (صـــفر) تا کاملا موافقم (۴) صـــورت می‌گیرد. نمره گذاری برخی از عبارت‌ها به صورت معکوس انجام می شود. نمرات بالاتر به معنی جهت گیری مثبت نسبت به زندگی است. روایی این آزمون در مطالعات متعددی به تأیید رسیده است. هاینز و همکاران (۲۰۲۱) در مطالعه ای بر روی هشت نمونه جمعیتی مختلف آلفای کرونباخ ۰/۵۷ تا ۰/۷۵ و ضرایب بازآزمایی ۰/۴۳ تا ۰/۶۹ را گزارش و تحلیل عاملی آن را به تأیید رساندند. خدایی، زارعی، علیپور و شکری (۱۳۹۵) نیز رابطه منفی میان

1. Schoemann, Boulton, & Short
2. Daily spiritual experience scale(DSES)
3. Underwood & Teresi
4. Positive and Negative Affect Scales (PANAS)
5. Life Orientation Test (LOT)
6. Carver

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.9.5.1]

بدبینی (r=۰/۳۳) با ر ضایت از زندگی را گزارش کردند. رابطه خوش بینی با ر ضایت از زندگی مثبت بود (r=۰/۳۳). آنان ضریب هم سانی درونی را ۰/۷۷ و ۰/۸۸ به دست آوردند. آلفای کرونباخ برای این آزمون در مطالعه حاضر برابر با ۰/۸۵ به دست آمد.

گردآوری داده‌ها به صورت گروهی و تو سط نویسندگان صورت گرفت. پیش از اجرا، در خصوص اهداف طرح تو ضیحاتی به شرکت کنندگان داده شده و رضایت شفاهی آنان جهت تکمیل پرسشنامه‌ها اخذ گردید. شرکت در پژوهش کاملاً داوطلبانه بوده و تمامی پر س شنامه‌ها بی نام بودند. به شرکت کنندگان اطمینان داده شد که اطلاعات آنان محرمانه بوده و تنها در اختیار پژوه شگران می‌با شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها در سطح توصیفی و استنباطی با ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر و با نرم افزارهای SPSS.25و AMOS.24 انجام شد.

یافته ها

در کل نمونه ۴۵/۸۵ درصد را زنان تشکیل می دادند؛ ۹۸/۵۰ درصد دانشجویان مجرد بودند و میانگین سنی شرکت کنندگان ۱۹/۸۹ با انحراف ا ستاندارد ۱/۲۴ و کمینه و بی شینه ۱۸ و ۲۴ سال بود. پیش از اجرای تحلیل آماری به غربالگری داده‌ها و شنا سایی پرت‌های تک متغیره با نمودار جعبه‌ای و پرت‌های چندمتغیره با آماره ماهالانوبیس[1] پرداخته شد. نتایج نشان دهنده آن بود که داده پرتی وجود ندارد. شاخص‌های توصیفی و ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهشی در جدول ۱ آورده شده است.

جدول ۱. ماتریس همبستگی، میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای پژوهش

متغیرها		۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱. احساس حضور خدا		۱					
۲. ارتباط با خدا		۰/۵۶**	۱				
۳. احساس مسئولیت در قبال دیگران		۰/۱۹**	۰/۱۵*	۱			
۴. عواطف مثبت		۰/۳۳**	۰/۲۷**	۰/۱۴*	۱		
۵. عواطف منفی		-۰/۴۱**	-۰/۳۹**	-۰/۵۰**	-۰/۱۷*	۱	
۶. جهت گیری زندگی		۰/۳۹**	۰/۳۱**	۰/۱۶*	۰/۳۶**	-۰/۳۰**	۱
	میانگین	۴۴/۴۰	۲۳/۵۷	۱۴/۱۲	۲۴/۲۶	۲۴/۳۰	۱۶/۲۶
	انحراف معیار	۷/۴۸	۳/۶۴	۴/۴۶	۳/۱۵	۷/۶۸	۲/۱۳

**P≤۰/۰۱ *P≤۰/۰۵

نتایج درج شده در جدول ۱ نشان می‌دهد که میان احساس حضور خدا، ارتباط با خدا و احساس مسئولیت در قبال دیگران با عواطف مثبت رابطه مثبت و معناداری وجود دارد (p≤۰/۰۵). برای عواطف منفی نیز روابط منفی و معنادار بود (p≤۰/۰۱). ابعاد تجارب معنوی با جهت گیری زندگی نیز رابطه مثبت و معناداری داشتند (p≤۰/۰۵). رابطه عواطف مثبت با جهت گیری زندگی مثبت و معنادار بود (p≤۰/۰۱). در حالی‌که رابطه عواطف منفی با جهت گیری زندگی، منفی و معنادار بود (p≤۰/۰۱).

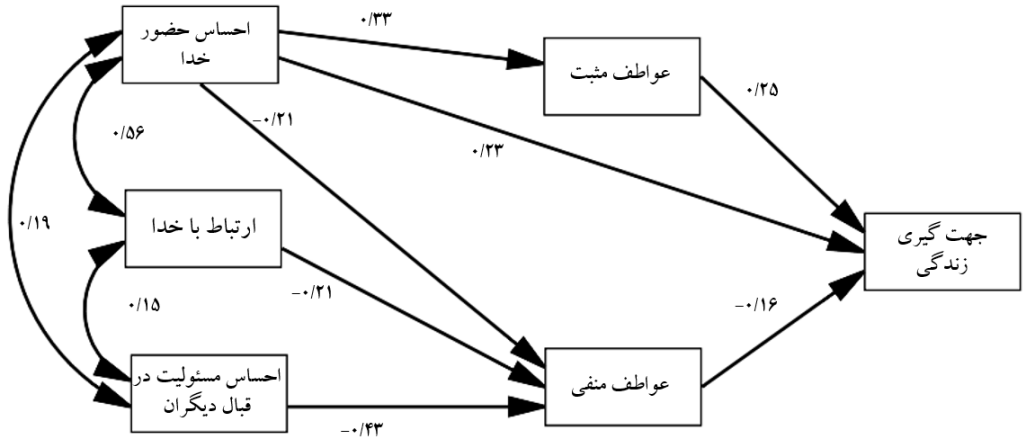
در بررسی مفروضات تحلیل مسیر نتایج جدول ۱ نشان داد که نرمال بودن تک متغیره با در نظر گرفتن کجی ۲± و کشیدگی ۷ ± (میرز، گام ست و گارینو[2]، ۲۰۱۶) محقق شده ا ست. آزمون کالموگروف-ا سمیرنوف یکراهه[3] نیز ن شان از نرمال بودن مقادیر باقیمانده‌های ا ستاندارد شده[4] دا شت (p≥۰/۰۵، df=۲۰۵، Z=۰/۰۷). شاخص ن سبت ک شیدگی چندمتغیره (۱/۹۶) به مقدار بحرانی(۱/۴۴) نیز برابر با ۱/۳۶ بود. شوماخر و لوماکس[5] (۲۰۱۶) نسبت کمتر از ۲ را برای این شاخص نشان از نرمال بودن چندمتغیره توزیع می‌دانند. ضرایب

1. Mahalanobis
2. Meyers, Gamst, & Guarino
3. One way Kolmogorov-Simonov
4. Standardized residuals
5. Schumaker & Lomax

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.9.5.1]

تحمل[1] ۰/۶۱ تا ۰/۸۷ و شـــاخص تورم واریانس[2](VIF) ۱/۱۵ تا ۱/۶۴ نشـــان دهنده عدم همخطی چندگانه[3]متغیرهای پیش بین بودند. درنهایت آماره دوربین واتسون[4]برابر با ۱/۰۸ نشان داد که مفروضه استقلال خطاها محقق شده است.

پس از تحقق مفروضات، مدل مفهومی پژوهش مورد بررسی قرار گرفت. برآورد مدل با روش بیشینه درست نمایی انجام شد. بررسی ضـرایب مسـیر در تحلیل اولیه نشـان داد که ارتباط با خدا و احسـاس مسـئولیت در قبال دیگران با عواطف مثبت و جهت گیری زندگی رابطه معناداری ندارند (p≥۰/۰۵). بر این اساس با حذف این مسیرها به اصلاح مدل پرداخته شد. مدل اصلاح شده در شکل ۱ و برآورد روابط مستقیم، غیرمستقیم و کل با روش بوت استرپ[5]در جدول ۲ آمده است.



شکل ۱. نمودار مسیر و ضرایب استاندارد شده مدل اصلاح شده پیش بینی جهت گیری زندگی

جدول۲. بررسی روابط مستقیم، غیرمستقیم و کل

مسیر	مستقیم		غیرمستقیم		کل	
	ضریب	معناداری	ضریب	معناداری	ضریب	معناداری
احساس حضور خدا←عواطف مثبت	۰/۳۳	۰/۰۰۱	–	–	۰/۳۳	۰/۰۰۱
احساس حضور خدا←عواطف منفی	-۰/۲۱	۰/۰۱	–	–	-۰/۲۱	۰/۰۱
ارتباط با خدا←عواطف منفی	-۰/۲۱	۰/۰۰۸	–	–	-۰/۲۱	۰/۰۰۸
احساس مسئولیت در قبال دیگران←عواطف منفی	-۰/۴۳	۰/۰۰۱	–	–	-۰/۴۳	۰/۰۰۱
عواطف مثبت←جهت گیری زندگی	۰/۲۵	۰/۰۰۱	–	–	۰/۲۵	۰/۰۰۱
عواطف منفی←جهت گیری زندگی	-۰/۱۶	۰/۰۲	–	–	-۰/۱۶	۰/۰۲
احساس حضور خدا← جهت گیری زندگی	۰/۲۳	۰/۰۰۱	۰/۱۲	۰/۰۰۱	۰/۳۵	۰/۰۰۱
احساس حضور خدا←عواطف مثبت←جهت گیری زندگی	۰/۲۳	۰/۰۰۶	۰/۰۹	۰/۰۰۳	۰/۳۲	۰/۰۰۱
احساس حضور خدا←عواطف منفی←جهت گیری زندگی	۰/۲۳	۰/۰۰۷	۰/۰۴	۰/۰۲	۰/۲۷	۰/۰۰۲
ارتباط با خدا←عواطف منفی←جهت گیری زندگی	–	–	۰/۰۳	۰/۰۰۸	۰/۰۳	۰/۰۰۸
احساس مسئولیت در قبال دیگران←عواطف منفی←جهت گیری زندگی	–	–	۰/۰۷	۰/۰۱	۰/۰۷	۰/۰۱

بررسی ضرایب مسیر در جدول ۲ نشان می‌دهد که ضریب مسیر احساس حضور خدا به عواطف مثبت (P≤۰/۰۱، γ=۰/۳۳) مثبت و معنادار است. اما ضرایب مسیر احساس حضور خدا (P≤۰/۰۱، γ=-۰/۲۱)، ارتباط با خدا (P≤۰/۰۱، γ=-۰/۲۱) و احساس مسئولیت در قبال دیگران (P≤۰/۰۱، γ=-۰/۴۳) با عواطف منفی، منفی و معنادارند. ضرایب مسیر احساس حضور خدا (P≤۰/۰۱، β=۰/۲۳) و عواطف مثبت (P≤۰/۰۱، β=۰/۲۵) با جهت گیری زندگی، مثبت و معنادار است اما این ضریب برای عواطف منفی (P≤۰/۰۵، β=-۰/۱۶) منفی و

1. Tolerance
2. Variance inflation facto(VIF)
3. Multicollinearity
4. Durbin-Watson
5. bootstraping

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.9.5.1]

معنادار است. بررسی ضرایب استاندارد شده روابط غیر مستقیم و کل نشان داد که رابطه غیرمستقیم احساس حضور خدا به واسطه عواطف منفی و عواطف مثبت با جهت گیری زندگی برابر با ۰/۱۲ بود (P≤۰/۰۱). رابطه غیرمستقیم ارتباط با خدا و احساس مسئولیت در قبال دیگران به واسطه عواطف منفی با جهت گیری زندگی نیز به ترتیب برابر با ۰/۰۷ و ۰/۰۳ بود (P≤۰/۰۵). در مجموع احساس حضور خدا رابطه بیشتری با جهت گیری زندگی داشت. این رابطه برای ارتباط با خدا برابر با ۰/۰۷ و برای احساس مسئولیت در قبال دیگران برابر با ۰/۰۳ بود. میزان واریانس تبیین شده جهت گیری زندگی بر حسب ابعاد تجارب معنوی روزانه و عواطف مثبت و منفی برابر با ۰/۲۳ بود. بدین معنی که ۲۳ درصد از تغییرات جهت گیری زندگی دانشجویان ناشی از ابعاد تجارب معنوی روزانه و عواطف مثبت و منفی است. بنا به پیشنهاد کوهن(۱۹۹۲) ضرایب کمتر از ۰/۳۰ را می‌توان اندازه اثرهای ضعیف به شمار آورد. شاخص‌های برازش مدل در جدول ۳ آورده شده است. نتایج نشان می‌دهد که مدل اصلاح شده از برازش مطلوبی برخوردار است.

جدول ۳. شاخص‌های برازش مدل

مدل	χ^2	df	P	χ^2/df	GFI	AGFI	CFI	NFI	TLI	RMSEA	AIC
اولیه	۶/۴۹	۱	۰/۰۰۱	۶/۴۹	۰/۹۹	۰/۷۸	۰/۹۸	۰/۹۸	۰/۶۷	۰/۱۶	۸۶/۷۱
اصلاح شده	۴/۶۵	۵	۰/۴۶	۰/۹۳	۰/۹۹	۰/۹۷	۰/۹۹	۰/۹۸	۰/۹۹	۰/۰۱	۳۶/۶۵

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر، تحلیل رابطه تجارب معنوی روزانه و جهت گیری زندگی با بررسی نقش واسطه‌ای عواطف مثبت و منفی بود. بررسی روابط ساده میان متغیرها نشان داد که رابطه مثبت و معناداری میان ابعاد تجارب معنوی (احساس حضور خدا، ارتباط با خدا و احساس مسئولیت در قبال دیگران) با عواطف مثبت وجود دارد. این نتایج با پژوهش سواتزکی و همکاران (۲۰۱۴)، لوکته و همکاران (۲۰۱۶) و آلگلوزو و همکاران (۲۰۲۱) همسویی دارد. آنان نیز روابط معناداری میان معنویت و عواطف به دست آورده بودند. اما بررسی روابط ساختاری نشان داد که تنها احساس حضور خدا با عواطف مثبت رابطه مستقیم و معناداری دارد. بدین معنی که احساس دریافت توجه و عشق از طرف خداوند به طور مستقیم یا از طریق دیگران، احساس حضور خداوند در تمامی ابعاد زندگی و خرسندی از مذهبی بودن، احساس آرامش عمیق و ادراک انسجام و هماهنگی در ارکان هستی به واسطه وجود خداوند با تجربه عواطف مثبتی همچون علاقمندی، نیرومندی، شور و شوق ، غرو و افتخار، مصمم و فعال بودن در دانشجویان می شود (دمیر،[2] ۲۰۱۹).

سایر نتایج همسو با پژوهش‌های پیشین (سواتزکی و همکاران، ۲۰۱۴؛ لوکته و همکاران، ۲۰۱۶؛ آلگلوزو و همکاران، ۲۰۲۱) نشان دهنده آن بود که میان ابعاد تجارب معنوی با عواطف منفی رابطه منفی وجود دارد. بدین معنی که افزایش در تجارب معنوی روزانه در دانشجویان، عواطف منفی آنان را کاهش می‌دهد. به عبارت دیگر تجربه احساس حضور خداوند، تمایل برای ارتباط و وحدت با خدا و پذیرش دیگران و احساس مسئولیت در قبال آنان می‌تواند اضطراب، ناراحتی، احساس گناه، ترس و وحشت، بی قراری، عصبی و هراسان بودن را در دانشجویان کاهش دهد. به نظر می‌رسد این امر از یک سو به واسطه هم‌آمیزی بیشتر با دیگران و از این طریق، دریافت توجه و حمایت از جانب آنان و از سوی دیگر به خاطر افزایش عزت نفس و احساس شکوفایی در هنگام ایفای نقش در برابر دیگران باشد (وایتهد و برگمان،[3] ۲۰۱۱).

نتایج در خصوص رابطه عواطف مثبت و منفی با جهت‌گیری زندگی نشان داد که میان عواطف مثبت با جهت گیری زندگی رابطه مثبتی وجود دارد و رابطه عواطف منفی با جهت گیری زندگی منفی است. بدین معنی که تجربه عواطف مثبت با خوش بینی دانشجویان و تجربه عواطف منفی باعث بدبینی آنان در ارتباط است. این یافته با نتایج پژوهش‌های استوار و همکاران (۲۰۲۰)، هیکرنز و اید (۲۰۲۰)، رند و همکاران (۲۰۲۰)، چوتوک (۲۰۲۱)، آگلوزو و همکاران (۲۰۲۱)، میراندا و کروز (۲۰۲۱) و قاسمی و همکاران (۱۴۰۰) همسویی دارد. به نظر می‌رسد دانشجویانی که عواطف مثبتی همچون علاقمندی، نیرومندی، فعال بودن و.. را تجربه می‌کنند، خود را در برخورد با مشکلات کارآمدتر می‌دانند و حس خودارز شمندی بیشتری دارند. این احساس کارآمدی و ارز شمندی باعث می شود با نگاهی خوش

1. Cohen
2. Demir
3. Whitehead, & Bergeman

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.9.5.1]

بینانه، در رویارویی با ناکامی‌ها و تعارض‌های زندگی، با مسئولیت بیشتر به تلاش خود ادامه دهند. از سوی دیگر خوش بینی موجب می شـــود افراد از بافت اجتماعی پیرامون خود ارزیابی های مثبتی را دریافت کرده و در نتیجه انتظار نتایج مثبت در آنان افزایش یابد. در مقابل دانشجویانی که عواطف منفی بیشتری دارند، نمی توانند انتظار وقوع حوادث خوشایند یا دستیابی به نتایج مثبت را در آینده داشته با شند. این افراد دچار بدبینی شده و در مواجهه با م سائل مبتلابه، با برنامه ریزی و سطح تلاش کمتر وارد شده و در نتیجه پیامدهای مثبتی را نیز به دست نخواهند آورد (سن مارتین[1] و همکاران، ۲۰۱۸).

ســایر نتایج نشــانگر آن بود که تجارب معنوی روزانه (احســاس حضــور خدا، ارتباط با خدا و احســاس مســئولیت در قبال دیگران) با جهت‌گیری زندگی رابطه مثبت و معناداری دارند. بدین معنی که با افزایش تجارب معنوی دانشجویان میزان خوش بینی آنان نیز افزایش می‌یابد. این یافته با نتایج پژوهش چیدل و شتر (۲۰۱۸)، ذوقی پایدار و همکاران (۱۳۹۵) و یحیی زاده جلودار و همکاران (۱۳۹۵) همسو می‌با شد. اما تحلیل م سیر ن شان می‌داد که تنها اح ساس ح ضور خدا با جهت گیری زندگی رابطه م ستقیم دارد. به نظر می‌ر سد اح ساس حضــور خدا، خرســندی از مذهبی بودن و احســاس آرامش از این حالت می تواند نگاه خوش بینانه ای در فرد ایجاد کند؛ چرا که انتظار نتایج مثبت در آینده، نیازمند احســاس تعلق و امنیت اســت و حضــور خداوند چنین احســاســی را در افراد ایجاد می کند(چیدل و شــتر، ۲۰۱۸). بررسی روابط غیرمستقیم نیز نشان داد که رابطه غیر مستقیم احساس حضور خدا به واسطه عواطف مثبت و منفی با جهت‌گیری زندگی معنادار است. ارتباط با خدا و احساس مسئولیت در قبال دیگران نیز به واسطه عواطف منفی با جهت گیری زندگی دانشجویان در ارتباط ه ستند. اح ساس ح ضور خدا بی شترین رابطه را با جهت گیری زندگی دا شت. به نظر می‌ر سد دان شجویانی که از تجارب معنوی بی شتری برخوردار ه ستند، امیدواری و خوش بینی بی شتری را در زندگی تجربه می‌کنند. این و ضعیت نگرش مثبتی در افراد ایجاد کرده که خود منجر به گســترش عواطف مثبت و کاهش عواطف منفی در ایشــان می‌شــود. کاهش عواطف منفی و یا افزایش عواطف مثبت با خوش بینی نســبت به حوادث و رویدادهای چالش برانگیز در زندگی همراه می‌شــود. به نظر می‌رســد، معنویت می‌تواند از طریق تجربه عواطف مثبت و توجه به موارد مثبت در زندگی، به پیشــرفت ســازگاری و انعطاف پذیری هیجانی افراد کمک کند. تجارب معنوی خود نوعی سازگاری و حل مسئله است که موجب دستیابی به هماهنگی و یکپارچگی درونی و بیرونی در افراد می شود و شخصی که از تجارب معنوی شــخصــی برخودار اســت، می‌تواند بحران های زندگی را حل کرده و به زندگی خود معنا و مفهوم بدهد. برخورداری از گرایشــات معنوی علاوه بر معنی دادن به زندگی افراد موجب کاهش رفتارهای نا سازگارانه می شود. دان شجویانی که تجارب معنوی بی شتری دارند، چون انتظار برونداد مثبت و خو شایند از اتفاقات و رویدادهای زندگی خود دارند، در روبرو شدن با چالش های زندگی به دنبال این نگرش مثبت، عملکرد موثرتر و نیز کیفیت زندگی بالاتری خواهند داشــت. این عملکرد موثر در مواجهه با مشــکلات باعث می‌شــود این افراد عواطف مثبت بی شتر و در مقابل عواطف منفی کمتری تجربه کنند. تجارب معنوی با افزایش امیدواری فرد در مواجهه با م شکلات و غلبه برآن‌ها، می‌توانند در زمان استرس و بحران نقش تسهیل‌گر داشته باشند. دانشجویانی که از تجارب معنوی برخوردارند، معنویت را تسکین دهنده و آرامش بخش دانسته و از عواطف منفی مانند ناامیدی، خشم و احساس پوچی دور می‌شوند (اسنایدر و راند،[2] ۲۰۰۴).

یافته‌های حاصــل از تحلیل مســیر در این پژوهش با نتایج پژوهش آگلوزو و همکاران (۲۰۲۱) و هادیان و همکاران (۱۳۹۷) متفاوت ا ست. چرا که در پژوهش آنان، خوش بینی در رابطه معنویت با عواطف نقش وا سطه‌ای دا شته ا ست و در پژوهش حا ضر عواطف توان سته اند رابطه معنویت و خوش بینی را وا سطه‌گری کنند. از این حیث به نظر می‌ر سد، تجربه عواطف مثبت و منفی می‌توانند نوع جهت‌گیری زندگی دانشــجویان را تحت تأثیر خود قرار دهد. این یافته از حیث کاربردی دارای اهمیت بوده و نقش مداخلات روانشــناختی در افزایش عواطف مثبت را مورد تاکید قرار می‌دهد؛ چرا که به نظر می‌رســد تجربه این عواطف اثرات ماندگاری بر خوش بینی افراد داشــته باشــد. گرچه رسیدن به سطح قابل قبولی از اطمینان در این زمینه نیازمند تکرار این یافته در مطالعات آتی است.

در مجموع به نظر می رسـد تجارب معنوی نقش برجسـته ای در سـلامت و پیامدهای مثبت روانشـناختی دارند. حضـور این تجارب معنوی در زندگی موجب جهت دادن به زندگی، کاهش اضطراب‌ها و افزایش رضایت‌مندی انسان از زندگی می‌شود. دانشجویانی که حضور خدا را بیشتر احساس می‌کنند، ارتباط بیشتری با خدا دارند و در قبال دیگران مسئولیت بیشتری احساس می‌کنند، عملکرد کاری بهتری خواهند داشت و این می‌تواند به مواجهه موثرتر با مشکلات کمک کرده و به بهبود عواطف مثبت و پرورش نگرشی خوش بینانه نسبت به زندگی در دانشجویان منجر شود.

1. Sanmartín
2. Snyder, & Rand

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.9.5.1]

پژوهش حاضر با محدودیت هایی همچون سنجش عواطف در یک موقعیت معین که می‌توانست از وقایع آنی تأثیر پذیرفته باشد، اجرا در محدوده یک دانشگاه و محدود بودن جامعه آماری مواجه است. بر این اساس یافته‌های آن قابل تعمیم به سایر گروه‌ها نیست. بر این اساس به پژوهشگران آتی توصیه می شود به بررسی روابط میان سازه‌های مطرح شده در این پژوهش در نمونه‌های دانشجویی دیگر پرداخته و علاوه بر آن روابط میان تجارب معنوی روزانه با عواطف مثبت به واسطه سایر متغیرها همچون عزت نفس، احساس شکوفایی و ... را مورد بررسی قرار دهند. از آنجا که تجارب معنوی از جنسیت دانشجویان تأثیر می‌پذیرد، بررسی تفاوت‌های جنسیتی نیز به پژوهشگران آتی پیشنهاد می شود. یافته‌های این پژوهش، نشان دهنده رابطه معنویت با عواطف مثبت و منفی دانشجویان و تأثیرگذاری آن بر جهت گیری آنان نسبت به زندگی بود. بر این اساس به مشاوران مراکز مشاوره دانشجویی پیشنهاد می‌شود تا در برنامه‌های آموزشی و مداخله‌ای خود به مسائل معنوی دانشجویان توجه داشته باشند.

منابع

باقری کراچی، ا.، و کرمانی, م. (۱۳۹۸). بررسی ارتباط تجارب معنوی روزانه با بهداشت روانی و تاب آوری معلمان. *مطالعات اسلامی در حوزه سلامت*، ۳، ۴، ۳۹-۴۸.

حمزه پور حقیقی، ط.، و اسدی مجره، س. (۱۳۹۸). همبسته‌های شادکامی دانشجویان: خوش‌بینی، معنای زندگی و راهبرد مقابله‌ای سازگارانه. *مددکاری اجتماعی*، ۸، ۲، ۵-۱۲.

خدائی، ع.، زارع، ح.، علی پور، ا.، و شکری، ا. (۱۳۹۵). ویژگی‌های روان سنجی نسخهٔ تجدیدنظر شدهٔ آزمون جهت‌گیری زندگی. *فصلنامه روان شناسی کاربردی*، ۱۰، ۴، ۳۸۷-۴۰۵.

ذوقی پایدار، ح. ر.، نبی زاده، ص.، و زنده بودی، ر. (۱۳۹۵). رابطه میزان عمل به باورهای دینی با تاب آوری و خوش بینی در دانشجویان دانشگاه بوعلی سینا. *روانشناسی و دین*، ۹، ۲، ۸۵-۹۶.

زاهد بابلان، ع.، و کریمیان پور، غ. (۱۳۹۹). رابطهٔ خوش‌بینی تحصیلی و سرزندگی تحصیلی با نقش میانجی خودکارآمدی تحصیلی دانشجویان. *مطالعات آموزشی و آموزشگاهی*، ۹، ۱، ۱۴۹-۱۷۰.

سعادت، س.، داورپناه، ه.، سعیدپور، ف.، و سمیعی، ف. (۱۳۹۸). نقش سرمایه های روانشناختی (امید، خوش بینی، خودکارآمدی، تاب آوری) در تعهد تحصیلی دانشجویان. *راهبردهای آموزش در علوم پزشکی*، ۱۲، ۳، ۱-۱۱.

سلطانی، ف.، حسینی، س. ف.، و عرب، م. (۱۳۹۵). بررسی ارتباط تجارب معنوی با امید به زندگی و اضطراب مرگ در بیماران تحت جراحی پای پس عروق کرورن. *نشریه پرستاری و قلب و عروق*، ۵، ۲، ۶-۱۳.

شکری، م.، گودرزی، ا.، و شریفی، م. (۱۳۹۳). آزمون تغییرناپذیری عاملی نسخه فارسی فهرست عواطف مثبت و منفی در دو جنس. *روانشناسی معاصر*، ۹، ۱، ۸۳-۹۴.

فردافشاری، س.، پور شهریار، ح.، شکری، ا.، و فتح آبادی، ج. (۱۳۹۶). رابطه‌ی خوش‌بینی و آشفتگی روان شناختی در دانشجویان: نقش میانجی‌گر کنترل تحصیلی آگاهانه. *مطالعات آموزش و یادگیری*، ۹، ۲، ۱-۱۹.

قاسمی، ن.، گودرزی، م.، سپهوندی، م. ع.، و غلامر ضایی، س. (۱۴۰۰). روابط ساختاری هسته ارزشیابی خود، هیجان مثبت و خوش بینی با معنا در زندگی در دانشجویان؛ نقش میانجی امید به آینده. *راهبردهای آموزش در علوم پزشکی*، ۱۴، ۱، ۱-۱۱.

کدخدایی، م.، و کرمی، ز. (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین خوش‌بینی و معنای تحصیل با انگیزش تحصیلی دانشجویان. *نامه آموزش عالی*، ۹، ۳۶، ۱۴۳-۱۵۹.

کشت‌ورز کندازی، ا.، اوجی‌نژاد، ا. (۱۳۹۹). نقش واسطه‌ای خوش‌بینی تحصیلی در رابطه بین خودکارآمدی ادراک‌شده و سازگاری دانشجویان با دانشگاه. *مطالعات آموزش و یادگیری*، ۱۲، ۲، ۸۵-۱۰۹.

مشتاقی، س.، و مویدفر، ه. (۱۳۹۶). نقش مؤلفه‌های سرمایه روان شناختی (امید، خوش‌بینی، تاب‌آوری و خودکارآمدی) و جهت‌گیری اهداف پیشرفت در پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی دانشجویان. *راهبردهای شناختی در یادگیری*، ۵، ۸، ۶۱-۷۸.

هادیان، ع.، امینی‌منش، س.، خانزاده، م.، و علی‌عسگری، ر. (۱۳۹۷). مدل تبیین احساس شادکامی دانشجویان توسط جهت‌گیری مذهبی درونی با توجه به نقش میانجی‌گر خوش‌بینی و امیدواری. *سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت*، ۲، ۴، ۲۱۷-۲۲۲.

یحیی زاده جلودار، س.، حیدری، ش.، و قیناقی، ا. (۱۳۹۵). بررسی رابطه اعتقادات مذهبی و حمایت اجتماعی با خوش‌بینی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی گلستان. *اسلام و سلامت*، ۳، ۱، ۷-۱۲.

Aglozo, E. Y., Akotia, C. S., Osei-Tutu, A., & Annor, F. (2021). Spirituality and subjective well-being among Ghanaian older adults: optimism and meaning in life as mediators. *Aging & mental health, 25(2)*, 306-315.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.9.5.1]

Calandri, E., Graziano, F., Borghi, M., & Bonino, S. (2018). Depression, positive and negative affect, optimism and health-related quality of life in recently diagnosed multiple sclerosis patients: the role of identity, sense of coherence, and self-efficacy. *Journal of Happiness Studies, 19(1),* 277-295.

Chakhssi, F., Kraiss, J. T., Sommers-Spijkerman, M., & Bohlmeijer, E. T. (2018). The effect of positive psychology interventions on well-being and distress in clinical samples with psychiatric or somatic disorders: a systematic review and meta-analysis. *BMC psychiatry, 18(1),* 211.

Cheadle, A. C., & Schetter, C. D. (2018). Mastery, self-esteem, and optimism mediate the link between religiousness and spirituality and postpartum depression. *Journal of Behavioral Medicine, 41(5),* 711-721.

Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological bulletin, 112(1),* 155-159.

Çutuk, Z. A. (2021). Mediating role of optimism in the relationship between self-compassion and subjective well-being. *Journal of Human Sciences, 18(2),* 185-198.

Demir, E. (2019). The Evolution of Spirituality, Religion and Health Publications: Yesterday, Today and Tomorrow. *Journal of religion and health, 58(1),* 1-13.

Duy, B., & Yıldız, M. A. (2019). The mediating role of self-esteem in the relationship between optimism and subjective well-being. *Current Psychology, 38(6),* 1456-1463.

Garssen, B., Visser, A., & Pool, G. (2021). Does spirituality or religion positively affect mental health? Meta-analysis of longitudinal studies. *The International Journal for the Psychology of Religion, 31(1),* 4-20.

Genç, E., & Arslan, G. (2021). Optimism and dispositional hope to promote college students' subjective well-being in the context of the COVID-19 pandemic. *Journal of Positive School Psychology*. Retrieved from https://journalppw.com/index.php/JPPW/article/ view/255.

Heekerens, J. B., & Eid, M. (2020). Inducing positive affect and positive future expectations using the best-possible-self intervention: A systematic review and meta-analysis. *The Journal of Positive Psychology,* 1-26.

Hinz, A., Schulte, T., Finck, C., Gómez, Y., Brähler, E., Zenger, M., ... & Tibubos, A. N. (2021). Psychometric evaluations of the Life Orientation Test-Revised (LOT-R), based on nine samples. *Psychology & Health,* 1-13.

Karami, A., & Kahrazei, F. (2018). The role of Daily Spiritual Experiences in the Hope and Posttraumatic Growth among Patients with Leukemia. *Health, Spirituality and Medical Ethics, 5(2),* 23-29.

Kim, J., Lee, S., Chun, S., Han, A., & Heo, J. (2017). The effects of leisure-time physical activity for optimism, life satisfaction, psychological well-being, and positive affect among older adults with loneliness. *Annals of leisure research, 20(4),* 406-415.

Lace, J. W., & Handal, P. J. (2017). Psychometric properties of the daily spiritual experiences scale: Support for a two-factor solution, concurrent validity, and its relationship with clinical psychological distress in university students. *Religions, 8(7),* 123.

Lucette, A., Ironson, G., Pargament, K. I., & Krause, N. (2016). Spirituality and religiousness are associated with fewer depressive symptoms in individuals with medical conditions. *Psychosomatics, 57(5),* 505-513.

Meyers, L. S., Gamst, G., & Guarino, A. J. (2016). *Applied multivariate research: Design and interpretation*. Sage publications.

Miranda, J. O., & Cruz, R. N. C. (2020). Resilience mediates the relationship between optimism and well-being among Filipino university students. *Current Psychology,* 1-10.

Nikmanesh, Z., Oshtorak, N., & Darvish Molla, M. D. (2020). The Mediating Role of Positive and Negative Affect in the Association of Perceptions of Parenting Styles with Resilience among Adolescents with Addicted Parents. *Iranian Journal of Psychiatry, 15(4),* 297-304.

Oriol, X., Miranda, R., Bazán, C., & Benavente, E. (2020). Distinct routes to understand the relationship between dispositional optimism and life satisfaction: self-control and grit, positive affect, gratitude, and meaning in life. *Frontiers in psychology, 11,* 907.

Ostovar, S., Griffiths, M. D., Raeisi, T., & Hashim, I. H. M. (2020). Path analysis of the relationship between optimism, humor, affectivity, and marital satisfaction among infertile couples. *International Journal of Mental Health and Addiction,* 1-15.

Paine, D. R., & Sandage, S. J. (2017). Religious involvement and depression: The mediating effect of relational spirituality. *Journal of Religion and Health, 56(1),* 269-283.

Pandya, S. P. (2016). Aging spiritually: Pitamaha Sadans in India. *Cogent Social Sciences, 2(1),* 1-18.

Pritchard, A., Richardson, M., Sheffield, D., & McEwan, K. (2020). The relationship between nature connectedness and eudaimonic well-being: A meta-analysis. *Journal of Happiness Studies, 21(3),* 1145-1167.

Rand, K. L., Shanahan, M. L., Fischer, I. C., & Fortney, S. K. (2020). Hope and optimism as predictors of academic performance and subjective well-being in college students. *Learning and Individual differences, 81,* 101906.

Saiz, J., Galilea, M., Molina, A. J., Salazar, M., Barsotti, T. J., Chopra, D., & Mills, P. J. (2021). Spirituality and Employment in Recovery from Severe and Persistent Mental Illness and Psychological Well-Being. *Healthcare, 9,* 57.

Sanmartín, R., Vicent, M., Gonzálvez, C., Inglés, C. J., Díaz-Herrero, Á., Granados, L., & García-Fernández, J. M. (2018). Positive and Negative Affect Schedule-Short Form: Factorial invariance and optimistic and pessimistic affective profiles in Spanish children. *Frontiers in psychology, 9,* 392.

Scheier, M. F., & Carver, C. S. (2018). Dispositional optimism and physical health: A long look back, a quick look forward. *American Psychologist, 73(9),* 1082-1094.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.9.5.1]

Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from Neuroticism (and trait anxiety, Self-mastery and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation test. *Journal of personality and social psychology, 67(6),* 1063-1078.

Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology, 4(3),* 219- 247.

Schoemann, A. M., Boulton, A. J., & Short, S. D. (2017). Determining power and sample size for simple and complex mediation models. *Social Psychological and Personality Science, 8(4),* 379-386.

Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (2016). *A beginner's guide to structural equation modeling*. 4th edtn. Routledge

Singh, S. (2019). Psychological Well Being of Young Adults: The Role of Hope and Optimism. *Journal of Xi'an University of Architecture & Technology, 6(7),* 1104-1114.

Snyder, C., & Rand, K. (2004). Hopelessness and health. *Encyclopedia of health and behavior, 2,* 521- 523.

Spruit, A., Schalkwijk, F., Van Vugt, E., & Stams, G. J. (2016). The relation between self-conscious emotions and delinquency: A meta-analysis. *Aggression and violent behavior, 28,* 12-20.

Sawatzky, R., Ratner, P. A., & Chiu, L. (2005). A meta-analysis of the relationship between spirituality and quality of life. *Social indicators research, 72(2),* 153-188.

Taghiabadi, M., Kavosi, A., Mirhafez, S. R., Keshvari, M., & Mehrabi, T. (2017). The association between death anxiety with spiritual experiences and life satisfaction in elderly people. *Electronic physician, 9(3),* 39-80.

Underwood, L. G. (2011). The daily spiritual experience scale: Overview and results. *Religions, 2(1),* 29-50.

Underwood, L. J., & Teresi. J. (2002), The Daily Spiritual Experience Scale: Development, Theoretical Description, Reliability, Exploratory Factor Analysis, and Preliminary Construct Validity Using Health Related Data. *Journal of Behavioral Medicine, 24(1),* 22-33.

Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of personality and social psychology, 54(6),* 1063-1070.

Whitehead, B. R., & Bergeman, C. S. (2011). Coping with daily stress: differential role of spiritual experience on daily positive and negative affect. *Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences, 67(4),* 456-459.

Yıldırım, M., Arslan, G., & Wong, P. T. (2021). Meaningful living, resilience, affective balance, and psychological health problems among Turkish young adults during coronavirus pandemic. *Current Psychology*, 1-12.

Zhang, X., Jiang, X., Ni, P., Li, H., Li, C., Zhou, Q., ... & Cao, J. (2021). Association between resilience and burnout of front-line nurses at the peak of the COVID-19 pandemic: Positive and negative affect as mediators in Wuhan. *International journal of mental health nursing*.

[Downloaded from frooyesh.ir on 2026-11-05]
[DOR: 20.1001.1.2383353.1400.10.9.5.1]