

رابطه میان عزت نفس و رضایت از زندگی با میانجی‌گری کمال‌گرایی و امید:
یک مطالعه تحلیل مسیر

**The Mediating Role of Perfectionism and Hope in the Relationship
between Self-esteem and Life Satisfaction: a Path Analysis Study**

Ahad Omid

PhD student in Psychology, Imam Khomeini Educational and Research Institute, Qom, Iran.

Email: Omid.ahad@gmail.com

Morteza Kashani Nejad Abianeh

Master of Psychology, Institute of Higher Education of Ethics and Education, Qom, Iran.

Mohammad Javad Hamzepour

PhD student in Psychology, Imam Khomeini Educational and Research Institute, Qom, Iran.

Mohammad Farhoosh

PhD in Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Semnan, Iran.

Mostafa Jahangiri

PhD student in Psychology, Imam Khomeini Educational and Research Institute, Qom, Iran.

Abstract

The purpose of the present study was the relationship between self-esteem and life satisfaction with regard to the mediating role of perfectionism and hop. The research method was descriptive-correlation type and the statistical population was all students of Kashan University of Medical Sciences, 353 of them were selected by cluster random sampling based on Morgan's table. To collect information, four Rosenberg self-esteem questionnaires (SES), Multidimensional Perfectionism Scale (MPS), Snyder's Hope Scale (AHS) and Diener's Life Satisfaction Scale (SWLS) were used. The data obtained through structural equation modeling (SEM)

احد امید*

دانشجوی دکتری رشته روان‌شناسی، موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، قم، ایران.

مرتضی کاشانی نژاد ابیان

کارشناسی ارشد روان‌شناسی، موسسه آموزش عالی اخلاق و تربیت، قم، ایران.

محمدجواد حمزه‌پور

دانشجوی دکتری رشته روان‌شناسی، موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، قم، ایران.

محمد فرحوش

دکتری روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، سمنان، ایران.

مصطفی جهانگیری

دانشجوی دکتری رشته روان‌شناسی، موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، قم، ایران.

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر، بررسی رابطه میان عزت‌نفس و رضایت از زندگی با توجه به نقش واسطه‌ای کمال‌گرایی و امید بود. روش: روش پژوهش، از نوع توصیفی - همبستگی و جامعه آماری، کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کاشان بود که بر اساس جدول مورگان از بین آنان ۳۵۳ نفر به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. برای جمع‌آوری اطلاعات، از چهار پرسش‌نامه عزت‌نفس روزنبرگ (SES)، مقیاس چندبعدی کمال‌گرایی (MPS)، مقیاس امید اسنایدر (AHS) و رضایت از زندگی داینر (SWLS)، استفاده شد. اطلاعات بدست آمده از طریق مدل‌یابی معادلات ساختاری (SEM)، با استفاده از روش تحلیل مسیر با بهره‌گیری از مراحل پیشنهادی بارون و کنی

were analyzed using the path analysis method using the steps suggested by Baron and Kenny (1986), with AMOS 24 software. The findings of the path analysis indicated the significance of the mediating role of hope in the relationship between self-esteem and life satisfaction, so that the path of self-esteem to hope with a coefficient of (0.48) and the path of hope to life satisfaction with a coefficient of (0.46) were significant. And the mediating role of perfectionism in the relationship between self-esteem and meaningful life satisfaction was not found. Therefore, the results indicate that self-esteem through the path of hope causes life satisfaction in people.

Keywords: Hope, Life satisfaction, Path analysis, Perfectionism, Self-esteem.

(۱۹۸۶)، با نرم افزار AMOS 24 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. یافته‌ها: یافته‌های حاکی از تحلیل مسیر، بیانگر معناداری نقش واسطه‌ای امید در رابطه‌ی میان عزت‌نفس با رضایت از زندگی بود بطوریکه مسیر عزت نفس به امید با ضریب (۰/۴۸) و مسیر امید به رضایت از زندگی با ضریب (۰/۴۶)، معنادار بدست آمد و نقش میانجی کمال‌گرایی در رابطه‌ی عزت نفس با رضایت از زندگی معنادار بدست نیامد. نتیجه‌گیری: بنابراین، نتایج نشانگر آن است که عزت‌نفس از مسیر امید باعث رضایت از زندگی در افراد می‌شود.

واژه‌های کلیدی: عزت‌نفس، کمال‌گرایی، امید، رضایت از زندگی، تحلیل مسیر.

پذیرش: اردیبهشت ۱۴۰۳

دریافت: اسفند ۱۴۰۲

نوع مقاله: پژوهشی

مقدمه

در سال‌های اخیر، با گسترش روان‌شناسی مثبت‌نگر، پژوهش‌های زیادی در زمینه‌ی بهزیستی ذهنی^۱، انجام شده است (دینر^۲ و همکاران، ۲۰۰۳). در ادبیات موجود اصطلاحات بهزیستی ذهنی، شادکامی^۳ و رضایت از زندگی^۴ گاهی مترادف هم به کار برده می‌شوند (اناری و همکاران، ۱۳۹۴). اما دینر (۱۹۸۴)، معتقد است که بهزیستی ذهنی شامل سه مؤلفه اصلی احساسات مثبت، احساسات منفی و احساس کلی رضایت از زندگی است. درحالی‌که احساسات مثبت و منفی ابعاد هیجانی بهزیستی ذهنی را تشکیل می‌دهند؛ رضایت از زندگی نشان‌دهنده یک فرآیند شناختی و قضاوتی در مورد کلیت زندگی فرد است (مارتیکینن^۵، ۲۰۰۸). رضایت از زندگی را می‌توان یکی از ابعاد مهم بهزیستی ذهنی دانست (میری و همکاران، ۱۴۰۰). خوشبختی نیز در تقابل با رضایت از زندگی از دو مؤلفه تشکیل شده است: یک مؤلفه‌ی شناختی (رضایت از زندگی جهانی) و یک مؤلفه‌ی هیجانی (تأثیر مثبت) (هابنر^۶، ۲۰۱۰). به عبارتی رضایت از زندگی یک احساس شادی ذهنی و پیچیده است که مبتنی بر ارزیابی شناختی و هیجانی است؛ مقایسه میان آنچه فرد دوست دارد باشد و آنچه واقعاً به آن دست یافته است (یو لی^۷ و همکاران، ۲۰۱۸). براین‌اساس رضایت از زندگی معیاری کلی از احساسات و رفتار افراد نسبت به زندگی‌شان، از منفی تا خوش‌بینانه است (گارنیر^۸ و همکاران، ۲۰۱۵؛ خدابخش^۹، ۲۰۲۱)، که به تغییرات موقعیتی، حساس بوده و بر اساس برداشت و دیدگاه خود افراد در نظر گرفته می‌شود (اکبرزاده آرانی و همکاران، ۱۳۹۸). رضایت از زندگی پیامدهای مختلف روان‌شناختی، فردی و اجتماعی را با خود به همراه دارد (نعمتی، ۱۳۹۸). افرادی که رضایت بالایی از زندگی دارند، هیجان‌های مثبت بیشتری را تجربه کرده‌اند، از گذشته و آینده خود و دیگران رویدادهای مثبت بیشتری را به یاد می‌آورند و از پیرامون خود ارزیابی مثبت‌تری دارند و آن‌ها را خوشایند توصیف می‌کنند (تیم^{۱۰}، ۲۰۱۰). در حالیکه افراد با رضایت از زندگی پایین، خود، گذشته و آینده‌شان، دیگران و نیز رویدادها و موقعیت‌های زندگی خود را نامطلوب ارزیابی می‌کنند و هیجان‌های منفی مانند اضطراب

¹ Subjective wellbeing

² Diner E.

³ happiness

⁴ life satisfaction

⁵ Martikainen, L.

⁶ Huebner, S.

⁷ You, S., Lee

⁸ Guarnieri, S.

⁹ Khodabakhsh, S.

¹⁰ Thimm, J. C.

و افسردگی بیشتری را تجربه می‌کنند (رایت^{۱۱} و همکاران، ۲۰۰۹). با توجه به پیامدهای مثبت رضایت از زندگی بر زندگی افراد مختلف (لایو^{۱۲} و همکاران، ۲۰۱۰؛ دینر و همکاران، ۲۰۱۱؛ ژانگ^{۱۳} و همکاران، ۲۰۱۸)، اهمیت این پیامدها موجب شد پژوهش‌های روان‌شناختی بسیاری به بررسی عوامل اثرگذار بر رضایت از زندگی بپردازند (سوزا و لیوبومیرسکی^{۱۴}، ۲۰۰۱؛ سلطانی‌زاده و همکاران ۱۳۹۱). داینر^{۱۵} و همکاران (۱۹۹۹) دو رویکرد را مشخص کرده‌اند که می‌تواند رضایت از زندگی افراد را تحت تأثیر قرار دهد، این دو رویکرد عبارتند از: رویکرد پایین‌بالا و رویکرد بالا‌پایین. در رویکرد پایین‌بالا رویدادهای بیرونی، عوامل موقعیتی و ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و در رویکرد بالا‌پایین فرایندهای درونی مورد توجه قرار گرفته‌اند. از عوامل بیرونی تأثیرگذار می‌توان به تصمیمات زندگی روزانه (اونیشی^{۱۶} و همکاران، ۲۰۱۰)، وضعیت اقتصادی (نو^{۱۷} و همکاران، ۲۰۱۷؛ انجی^{۱۸} و همکاران، ۲۰۱۷)، سطح تحصیلات (انجو^{۱۹} و همکاران، ۲۰۱۵)، وضعیت سلامتی (نو و همکاران، ۲۰۱۷؛ بنجار^{۲۰} و همکاران، ۲۰۱۵)، حق بیمه (انجی و همکاران، ۲۰۱۷؛ نو و همکاران، ۲۰۱۷)، وضعیت زناشویی (انجو و همکاران، ۲۰۱۵)، کیفیت و مدت خواب^{۲۱} (زی و همکاران، ۲۰۱۶)، کارایی اجتماعی^{۲۲} (پان و همکاران، ۲۰۱۹)، حمایت اجتماعی^{۲۳} (ساتو^{۲۴} و همکاران، ۲۰۱۶) و از عوامل درونی تأثیرگذار می‌توان به دلبستگی^{۲۵} (لاوی و لیتمان^{۲۶}، ۲۰۱۱) خوشبینی^{۲۷} (جانگ^{۲۸} و همکاران، ۲۰۱۴)، تاب‌آوری^{۲۹} (باجاج و پانده^{۳۰}، ۲۰۱۶؛ مارتینز-مارتی و راج^{۳۱}، ۲۰۱۷)، سخت‌کوشی^{۳۲} (جانسون^{۳۳} و همکاران، ۲۰۱۷)، عزت نفس^{۳۴} (دیوو هیوبنر^{۳۵}، ۱۹۹۴؛ لو^{۳۶} و همکاران، ۲۰۱۵؛ کجاف و همکاران، ۱۴۰۰) اشاره کرد.

با توجه به متون علمی، عزت نفس می‌تواند نقش تعیین‌کننده‌ای در زندگی انسان داشته باشد. داشتن عزت نفس سالم یک نیاز اساسی انسان است (شیمن^{۳۷}، ۲۰۱۷) ویلیامز جیمز، عزت نفس را یکی از ابعاد مهم سلامت روان معرفی کرده (رحمتی و همکاران، ۱۳۹۸)، آن را خشنودی یا ناخشنودی فرد از خود تعریف می‌کند که وابسته به نسبت موفقیت‌ها، به آرزومندی‌های فرد در حوزه‌های مورد توجه‌اش است (هابرات^{۳۸}، ۲۰۱۸). بررسی‌های پژوهشی در زمینه‌ی عزت نفس، نشان‌دهنده‌ی تأثیر اساسی آن بر رضایت از زندگی است. حسین‌زاده، عزیزی و توکلی (۱۳۹۳) در پژوهش خود نشان دادند که خودکارآمدی و عزت نفس با رضایت از زندگی رابطه مثبت و معنی‌دار دارند. مالمیر، حسن‌زاده و حیدری (۱۳۹۵) در پژوهش خود دریافتند که ۲۲٪ واریانس رضایت از زندگی دانشجویان توسط متغیرهای هوش معنوی و عزت نفس قابل تبیین است. نتایج پژوهش ماکنس و اسپنس^{۳۹} (۲۰۱۳) بر روی نوجوانان نشان داد که ۲۴٪ از واریانس رضایت از زندگی توسط عزت نفس تبیین می‌شود. پژوهش لو^{۴۰} و همکاران (۲۰۱۵) حاکی از وجود رابطه معنادار میان ظاهر فیزیکی ادراک شده، عزت نفس و رضایت از زندگی است. همچنین پژوهش‌های ری^{۴۱} و همکاران (۲۰۱۱)، اوکواراجی^{۴۲} و همکاران (۲۰۱۶) و بحرا و رانگاییا^{۴۳} (۲۰۱۷) نیز رابطه مثبت

11 Wright, M. O.

12 Lau, J. T.

13 Zhang, A.

14 Sousa & Lyubomirsky

15 Diener, E.

16 Onishi, C.

17 Noh, J. W.

18 Ng, S. T.

19 Ngoo, Y. T.

20 Banjare, P.

21 Quality and duration of sleep

22 Social functioning

23 Social support

24 Sato, W.

25 attachment

26 Lavy, S., & Littman-Ovadia, H.

27 optimism

28 Jiang, W.

29 resilience

30 Bajaj, B., & Pande, N.

31 Martinez-Marti, M. L., & Ruch, W.

32 Hardiness

33 Johnsen, B. H.

34 self-esteem

35 Dew, T., & Huebner, E. S.

36 Lu, A.

37 Schieman, S.

38 Habrat, A.

39 Moksnes, U. K., & Espnes, G. A.

40 Lu, A.

41 Rey, L.

42 Okwaraji, F. E.

43 Behera, S., & Rangaiah, B.

رابطه میان عزت نفس و رضایت از زندگی با میانجی‌گری کمال‌گرایی و امید: یک مطالعه تحلیل مسیر

و معنادار بین عزت نفس و رضایت از زندگی را گزارش نمودند. پژوهش‌های دینر و دینر^{۴۴} (۱۹۹۵)، کوان^{۴۵} و همکاران (۱۹۹۷) و فیلیپ^{۴۶} و همکاران (۲۰۱۴) نیز نشان‌دهنده‌ی عزت نفس به عنوان یکی از قدرتمندترین متغیرهای پیش‌بین رضایت از زندگی است.

پیشینه پژوهشی حاکی است که کمال‌گرایی از جمله ویژگی‌هایی است که با عزت نفس (جامعی و زربخش، ۱۴۰۰؛ فیرن^{۴۷} و همکاران، ۲۰۲۱) و رضایت از زندگی (کیم و کیم^{۴۸}، ۲۰۲۲) ارتباط دارد. زانت^{۴۹} (۱۸۹۸) اولین فردی بود که در خصوص کمال‌گرایی نوشت. او کمال‌گرایان را افرادی با عقاید محکم و ثابت می‌دانست (خسروی و علیزاده، ۱۳۸۸). کمال‌گرایی برای اولین بار به عنوان یک سازه تک بعدی توسط برنز^{۵۰} تعریف گردید (رئوف، ۱۳۹۵). اما کمال‌گرایی در بهترین تعریف آن، یک ویژگی چند بعدی است به طوری که روان‌شناسان نسبت به وجود جنبه‌های مثبت و منفی در آن، توافق دارند (استور و یانگ^{۵۱}، ۲۰۱۶) و معتقدند کمال‌گرایی از جمله ویژگی‌های شخصیتی و انگیزشی است که رفتار افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد و با ویژگی‌هایی مانند کوشش برای بی‌نقص و کامل بودن و تعیین معیارهای سخت‌گیرانه در عملکرد، همراه با گرایش به ارزیابی انتقادی رفتار مشخص می‌شود (کوران و هیل^{۵۲}، ۲۰۱۹). کمال‌گرایی از لحاظ پیشینه‌ی پژوهشی با عزت نفس و رضایت از زندگی در ارتباط است. به عنوان نمونه، صادقیان و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهشی با حجم نمونه ۶۰ نفر از دانشجویان دختر نشان دادند که افراد کمال‌گرا از عزت نفس و رضایت از زندگی کمتری برخوردارند. همچنین در تحقیق صادقی و ملازاده (۱۴۰۱) که بر روی ۲۰۰۰۰ نمونه صورت گرفت، مشخص شد که عزت نفس و کمال‌گرایی جامعه‌مدار با رضایت شغلی رابطه مثبت و معنادار دارد.

با توجه به پیشینه پژوهشی، امید از دیگر متغیرهای تأثیرگذار بر عزت نفس (چیونز^{۵۳} و همکاران، ۲۰۰۶؛ هاشمیان و همکاران، ۱۴۰۱) و رضایت از زندگی (وانگ^{۵۴}، ۲۰۲۲) است. امید عبارت است از ظرفیت ادراک شده برای تولید گذرگاه‌ها یا مسیرهایی به سمت اهداف مطلوب و همچنین انگیزه ادراک‌شده برای حرکت در این گذرگاه‌ها (اسنایدر^{۵۵} و همکاران، ۲۰۰۲). قابل ذکر است که امید به عنوان یک متغیر روان‌شناختی با ایجاد انتظارات ذهنی مثبت نسبت به حال و آینده موجب رضایت از زندگی در افراد می‌شود، افرادی که امیدوارترند، به دیگران با نگاه منابع حمایتی و پایگاه‌های که می‌توان به آن‌ها تکیه نمایند می‌نگرند و با چالش‌هایی که ممکن است در زندگی آن‌ها به وجود آید سازگار شده و شادی بالاتری را تجربه می‌کنند و رضایت بیشتری از زندگی دارند (اسنایدر، ۲۰۰۰). پژوهش‌های پیشین حاکی از وجود ارتباط بین امید و عزت نفس می‌باشد. این پژوهش‌ها نشان داده‌اند که امید از عزت نفس ناشی می‌شود (مک‌گی و همکاران، ۲۰۰۱؛ ایستویس^{۵۶} و همکاران، ۲۰۱۳). همچنین بررسی پژوهش‌های گذشته نشان از ارتباط بین امید و رضایت از زندگی دارد. در پژوهش خوشخرام و گلزاری (۱۳۹۰) ارتباط امید درمانی با رضایت‌مندی زناشویی تأیید شد و نتایج نشان داد که آموزش امید درمانی موجب افزایش میزان رضایت از زناشویی می‌شود. حاجلو و جعفری (۱۳۹۳) نیز در پژوهشی، با بررسی رابطه بهزیستی معنوی و امید با رضایت از زندگی در سالمندان، رابطه مثبت و معناداری بین امید و رضایت از زندگی را تأیید کرده و نتیجه پژوهش حاکی است که رضایت از زندگی سالمندان توسط متغیر امید به خوبی قابل پیش‌بینی است.

بنابراین، مرور نظریه‌ها و ادبیات پژوهشی گویای آن است که امید و کمال‌گرایی نه تنها تحت تأثیر عزت نفس می‌باشند، بلکه سطح رضایت از زندگی در افراد را پیش‌بینی می‌کند. این مطلب، نشان‌دهنده‌ی آن است که این دو متغیر می‌توانند در ارتباط

⁴⁴ Diener, E., & Diener, M.

⁴⁵ Kwan, V. S. Y.

⁴⁶ Philip, H.

⁴⁷ Fearn, M.

⁴⁸ Kim, B. S., & Kim, M.

⁴⁹ Janet

⁵⁰ Burns

⁵¹ Stoeber, J., & Yang, H

⁵² Curran, T., & Hill, A. P.

⁵³ Cheavens, S.J.

⁵⁴ Wong, J. Y.

⁵⁵ Snyder, C. R.

⁵⁶ Esteves, M.

بین عزت نفس و رضایت از زندگی، نقش واسطه‌ای را ایفا کنند. با بررسی دقیق پیشینه‌ی پژوهشی، تحقیقی در داخل یا خارج که مستقیماً به بررسی روابط بین متغیرهای عزت نفس، امید، کمال‌گرایی و رضایت از زندگی پرداخته باشد، یافت نشد و بیشتر پژوهش‌های صورت گرفته در مورد عوامل پیش‌بینی‌کننده‌ی رضایت از زندگی، به بررسی ارتباط دو یا چند متغیری پرداخته‌اند و در مجموع، مطالعات کمتری نقش متغیرهای واسطه‌ای را بررسی کرده‌اند که با توجه به این خلأ پژوهشی و اهمیت موضوع رضایت از زندگی، مستلزم شناسایی عوامل مؤثر بر رضایت از زندگی است. بنابراین هدف از پژوهش حاضر، رفع کمبود و نقص ادبیات علمی موجود و پاسخ به این سوال است که نقش واسطه‌ای امید و کمال‌گرایی در ارتباط بین عزت نفس و کمال‌گرایی به چه شکل می‌باشد.

روش

پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی مبتنی بر تحلیل مسیر بود. متغیر عزت نفس به عنوان متغیر برون زاد و متغیر رضایت از زندگی به عنوان متغیر درون زاد و متغیر کمال‌گرایی و امید به عنوان متغیر میانجی در نظر گرفته شد. به منظور ارزیابی مدل پژوهش، داده‌ها با روش‌های آمار توصیفی و استنباطی و از طریق مدل سازی معادلات ساختاری^{۵۷} با روش تحلیل مسیر با بهره‌گیری از مراحل پیشنهادی بارون و کنی^{۵۸} (۱۹۸۶)، به کمک نرم افزار آماری Amos²⁴ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. جامعه‌آماری این پژوهش حدود ۲۰۰۰ نفر از تمام دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کاشان بودند که براساس جدول مورگان تعداد ۳۵۳ نفر در بین سنین ۱۸ تا ۳۰ سال به روش تصادفی خوشه‌ای با واحد نمونه گروه کلاس پرستاری، پزشکی، پیراپزشکی، بهداشت حرفه‌ای، علوم آزمایشگاهی، هوشبری، رادیولوژی، نمونه‌گیری انجام شد. شرکت‌کنندگان به پرسش‌نامه‌های ذیل پاسخ دادند.

مقیاس عزت نفس روزنبرگ (۱۹۶۵)

برای سنجش عزت نفس کلی طراحی شد. این پرسش‌نامه ۱۰ گویه دارد و در هر یک از عبارات‌های ۱ تا ۵، پاسخ موافق +۱ و پاسخ مخالف -۱ دریافت می‌کند، در هر یک از عبارات‌های ۶ تا ۱۰ پاسخ موافق -۱ و پاسخ مخالف +۱ دریافت می‌کند. سپس جمع جبری نمرات را بدست آورده، نمره بالاتر از صفر نشان‌دهنده عزت نفس بالا و نمره کمتر از صفر، نشان‌دهنده عزت نفس پایین است. رجبی و بهلول (۱۳۸۶) آلفای کرونباخ ۰/۸۴ را گزارش کردند. جوشن‌لو و قائدی (۱۳۸۷) با هدف بررسی پایایی (همسانی درونی) و تک بعدی بودن این مقیاس پژوهشی بر ۹۱۷ دانشجو انجام دادند و دو عامل (عدم تحقیر خود، دوست‌داری خود) که هر کدام ۵ ماده داشتند را شناسایی کردند. عدم تحقیر خود ۴۰/۸۹ و دوست‌داری خود ۱۲/۳۸ درصد واریانس را تبیین می‌کنند. محمدی (۱۳۸۴)، نشان داد که همبستگی فرم ب مقیاس روزنبرگ با مقیاس عزت نفس کوپر اسمیت، ۰/۶۱ و با خرده مقیاس‌های افسردگی و اضطراب فرم تجدید نظر شده است.

مقیاس کمال‌گرایی

مقیاس چندبعدی کمال‌گرایی (MPS)، پرسشنامه‌ای است که در سال ۱۹۹۱ توسط هویت و فلت^{۵۹} ساخته شده است و در ایران توسط بشارت (بشارت، منتشر نشده)، روی نمونه ایرانی هنجاریابی و اعتباریابی شده است. این مقیاس، یک آزمون ۳۰ سوالی است که در مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از نمره ۱ تا ۵ اندازه‌گیری می‌شود. در اعتباریابی آلفای کرونباخ مقیاس کمال‌گرایی

⁵⁷ Structural equation modeling (SEM)

⁵⁸ Baron & Kenny

⁵⁹ Hewitt, P.L; Felt, G. L

رابطه میان عزت نفس و رضایت از زندگی با میانجی‌گری کمال‌گرایی و امید: یک مطالعه تحلیل مسیر

بالای (۰/۸۰) بدست آمد که نشانه همسانی درونی بالای مقیاس است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های آزمودنی‌ها در دو نوبت با فاصله چهار هفته (۰/۸۸)، بدست آمد که نشان از پایایی بازآزمایی بالای این مقیاس است.

مقیاس امید (اسنایدر، ۱۹۹۵)

این پرسش‌نامه دارای ۱۲ سوال بوده و هدف آن ارزیابی میزان امید به زندگی در افراد می‌باشد. شیوه نمره‌گذاری آن بر اساس طیف لیکرت چهارتایی است: قطعا غلط (۱)، اکثر موارد غلط (۲)، اکثر موارد درست (۳) و قطعا درست (۴)، است. این مقیاس دو مؤلفه دارد. سؤالات مؤلفه مسیریابی (۱، ۴، ۶ و ۸) مؤلفه اراده (۲، ۹، ۱۰ و ۱۲) و سؤالات ۳، ۵، ۷ و ۱۱ انحرافی است. بازه امتیازات این مقیاس ۸ تا ۳۴ است. امتیازات بالاتر، نشان دهنده امید به زندگی بیشتر در فرد پاسخ دهنده خواهد بود (فرشاد بهاری، ۱۳۹۳، ص ۱۲۷) ضریب آلفای کرونباخ برای امیدواری کل ۰/۸۶ و پایایی بازآزمایی در طی ۱۰ هفته، ۰/۸۲ گزارش شده است (لوپز، ۲۰۰۰) در پژوهش دیگری همسانی درونی کل آزمون ۰/۷۴ تا ۰/۸۴ و پایایی بازآزمایی ۰/۸ محاسبه شده است (اسنایدر و لوپز، ۲۰۰۷) در پژوهش دیگری همسانی درونی این مقیاس ۰/۶۸ و بین این مقیاس و پرسشنامه عاطفه مثبت و خوشبینی همبستگی معنادار گزارش شده است که بیانگر اعتبار همزمان آن است (علاءالدینی و همکاران، ۱۳۸۶).

مقیاس رضایت از زندگی^{۶۰}، این مقیاس توسط دینر و دیگران (۱۹۸۵) ساخته شد. مقیاس رضایت از زندگی جنبه شناختی شادکامی را می‌سنجد. در حقیقت این مقیاس نشان می‌دهد که آزمودنی‌ها تا چه حد از زندگی خود راضی‌اند و تا چه اندازه زندگی خود را به زندگی آرمانی که برای خویش در نظر گرفته‌اند نزدیک می‌دانند. این مقیاس دارای پنج گویه است و افراد بر روی یک مقیاس لیکرت هفت درجه‌ای میزان رضایت خود را از زندگی درجه‌بندی می‌کنند. نمرات گویه‌ها سپس با هم جمع می‌شوند و سطح کل رضایت از زندگی فرد تعیین می‌شود. بنابراین نمرات این مقیاس بین ۵ تا ۳۵ متغیر است. دینر و دیگران (۱۹۸۵)، ضریب بازآزمایی مقیاس را در یک فاصله دو ماهه ۰/۸۲ و ضریب همسانی درونی مقیاس را با استفاده از فرمول آلفای کرونباخ برابر ۰/۸۷ به دست آوردند. این محققان همچنین در یک تحلیل عاملی پی بردند که کلیه گویه‌های مقیاس بر روی یک عامل قرار دارند که این تک عامل ۰/۶۶ واریانس مربوطه را تبیین کند. در پژوهشی که توسط بیانی، کوچکی و گودرزی (۱۳۸۶) بر روی یک جمعیت ۱۰۹ نفری از دانشجویان انجام گرفت، ضریب آلفای کرونباخ مقیاس ۰/۸۳، ضریب پایایی با استفاده از روش دو نیمه کردن برابر ۰/۷۵ و با روش بازآزمایی یک ماهه برابر ۰/۶۹ به دست آمد. روایی سازه مقیاس رضایت از زندگی از طریق روایی همگرا با استفاده از پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد و پرسش‌نامه افسردگی بک برآورد شد. این مقیاس همبستگی مثبت با پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد و همبستگی منفی با پرسش‌نامه افسردگی بک نشان داد. این مقیاس برای سنجش میزان رضایت از زندگی به کار گرفته شد.

یافته‌ها

در این بخش ابتدا یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش و سپس، نتایج تحلیل مسیر ارائه می‌شود. اطلاعات توصیفی شامل میانگین، انحراف استاندارد، کمینه، بیشینه، کجی و کشیدگی در جدول ۱ و ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش در جدول ۲ ارائه شده است.

⁶⁰ Satisfaction With Life Scale(SWLS)

جدول ۱. شاخص‌های توصیفی متغیرهای تحقیق

| متغیر | میانگین | انحراف استاندارد | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ | ۵ | ۶ | ۷ | ۸ | ۹ |
|---------------------|---------|---------------------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---|
| ۱ عزت نفس | ۱۷/۳ | ۵/۱ | ۱ | | | | | | | | |
| ۲ رضایت از زندگی | ۲۱/۴ | ۷/۵ | ۰/۱۳*** | ۱ | | | | | | | |
| ۳ کمال‌گرایی کل | ۵۷/۹ | ۱۶/۳ | ۰/۱۳*** | ۰/۱۰*** | ۱ | | | | | | |
| ۴ خویشتن مدار | ۲۶/۹ | ۸/۷ | ۰/۱۷*** | ۰/۰۷*** | ۰/۵۷*** | ۱ | | | | | |
| ۵ دیگرمدار | ۲۶/۲ | ۵/۹ | ۰/۱۴*** | ۰/۰۵*** | ۰/۰۶*** | ۰/۴۸*** | ۱ | | | | |
| ۶ جامعه مدار | ۲۸/۱ | ۷/۶ | ۰/۱۶*** | ۰/۱۲* | ۰/۱۱*** | ۰/۱۷*** | ۰/۳۶*** | ۱ | | | |
| ۷ امید | ۲۸/۹ | ۵ | ۰/۱۸*** | ۰/۵۵*** | ۰/۱۱* | ۰/۰۶ | ۰/۰۶ | ۰/۱۵*** | ۱ | | |
| ۸ مسیریابی | ۱۴/۶ | ۷/۸ | ۰/۰۴*** | ۰/۰۹*** | ۰/۱۰ | ۰/۰۶ | ۰/۰۶ | ۰/۱۱* | ۰/۱۶*** | ۱ | |
| ۹ عاملیت | ۱۴/۳ | ۸/۷ | ۰/۰۷*** | ۰/۵۲*** | ۰/۱۰ | ۰/۰۵ | ۰/۰۴ | ۰/۱۵*** | ۰/۹۰*** | ۰/۴۵*** | ۱ |

$P < 0/05$ *** $P < 0/01$

برای بررسی میانجیگری از مدل بارون و کنی استفاده شده است. کمال‌گرایی و امید، متغیرهای میانجی ۶۱ محسوب می‌شوند، در صورتیکه اثر عزت نفس از طریق آنها و به‌طور غیرمستقیم به رضایت از زندگی منتقل شود، پیش‌فرض آماری این مدل، توزیع نرمال متغیرهای میانجی و متغیر وابسته‌ی اصلی است. کجی و کشیدگی تمامی متغیرهای پژوهش بین ۰/۷۵ و -۰/۷۵ قرار داشت و توزیع آنها نرمال بود. همچنین، هم‌خط نبودن متغیرهای پیش‌بین نیز بررسی شد و تلرانس^{۶۲} تمامی متغیرها بیش از ۰/۷ و عامل تورم واریانس^{۶۳} آنها کمتر از ۱/۳ بود، که این نشانه‌ی هم‌خط نبودن متغیرهای پیش‌بین است.

⁶¹ Mediator

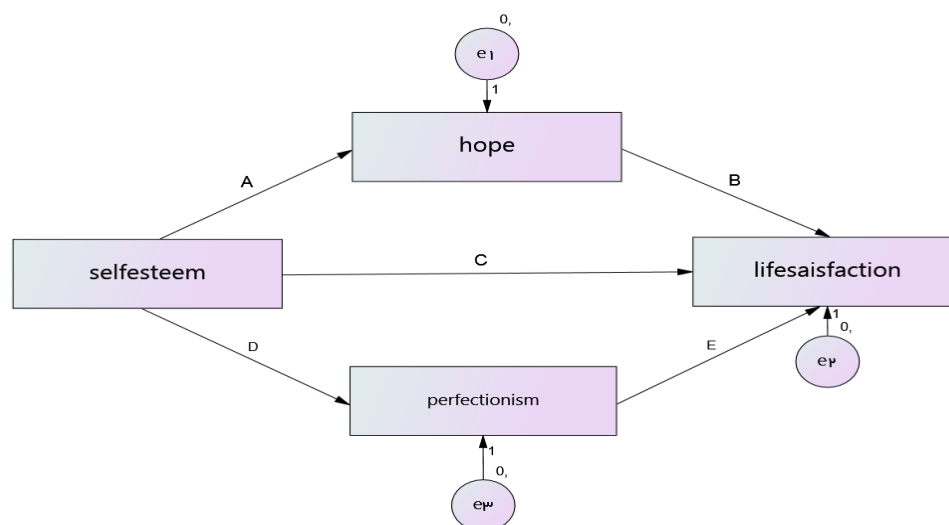
⁶² Tolerance

⁶³ variance inflation factor(VIF)

رابطه میان عزت نفس و رضایت از زندگی با میانجی‌گری کمال‌گرایی و امید: یک مطالعه تحلیل مسیر

برای بررسی میانجی‌گری بر اساس مدل بارون و کنی، سه مرحله نیاز است و باید در هر سه مرحله، وزن‌های رگرسیونی معنادار باشد: (۱) رگرس کردن متغیر وابسته اصلی (رضایت از زندگی) بر روی متغیر مستقل اصلی (عزت نفس)، (مسیر مستقیم؛ ۲) رگرس کردن هر کدام از متغیرهای میانجی کمال‌گرایی و امید بر روی متغیر مستقل (عزت نفس)، (مسیر غیرمستقیم ۱ و ۲)؛ و (۳) رگرس کردن متغیر وابسته اصلی بر روی متغیرهای مستقل اصلی و میانجی به‌طور همزمان (مدل میانجی) و (۳) در مرحله سوم، اگر مسیر مستقیم متغیر مستقل به متغیر وابسته همچنان معنی‌دار باشد، بدین معنی است که متغیر مستقل به‌طور همزمان از هر دو مسیر مستقیم و غیرمستقیم بر متغیر وابسته تأثیر می‌گذارد و میانجی‌گری آن جزئی است. اما اگر با حضور متغیر میانجی در مدل، مسیر مستقیم معنی‌دار نباشد، بدین معنی است که مسیر غیرمستقیم تمام تأثیر مسیر مستقیم را به خود جذب می‌کند و متغیر میانجی نیز به‌طور کامل میانجی‌گری می‌کند (۴۷). مدل مفهومی تحلیل مسیر در نمودار ۱ ارائه شده است.

نمودار ۱-مدل مفهومی میانجی‌گری کمال‌گرایی و امید در رابطه عزت نفس و رضایت از زندگی



مسیر A مسیر عزت نفس به امید مسیر B از امید به رضایت از زندگی و مسیر C از مسیر مستقیم عزت نفس به رضایت از زندگی است. مسیر D از عزت نفس به کمال‌گرایی و مسیر E از کمال‌گرایی به رضایت از زندگی را نشان می‌دهد. ضرایب استاندارد و معناداری مسیرها در مدل کمال‌گرایی و امید در رابطه عزت نفس و رضایت از زندگی در جدول شماره ۲ نشان داده شده است.

جدول ۲: ضرایب استاندارد و معناداری مسیرها در مدل میانجیگری کمالگرایی و امید در رابطه‌ی عزت‌نفس و رضایت از زندگی

| (مرحله اول) | | | (مرحله دوم) | | | (مرحله سوم) | | |
|----------------|----------------|----------|---------------------|----------------|----------|---------------------|----------------|----------|
| مدل اثر مستقیم | | | مدل اثر غیرمستقیم ۱ | | | مدل اثر غیرمستقیم ۲ | | |
| مسیر | ضریب استاندارد | معناداری | مسیر | ضریب استاندارد | معناداری | مسیر | ضریب استاندارد | معناداری |
| A | ۰/۰۰۰ | ---- | A | ۰/۰۰۰ | ---- | A | ۰/۴۸۱ | *** |
| B | ۰/۰۰۰ | ---- | B | ۰/۰۰۰ | ---- | B | ۰/۵۵۵ | *** |
| C | ۰/۴۲۳ | *** | C | ۰/۰۰۰ | ---- | C | ۰/۲۰ | *** |
| D | ۰/۰۰۰ | ---- | D | -۰/۲۳ | *** | D | -۰/۲۳ | *** |
| E | ۰/۰۰۰ | ---- | E | -۰/۱۰۲ | ---- | E | -۰/۰۱ | ۰/۸۶۷ |

مسیر A: مسیر عزت‌نفس به امید

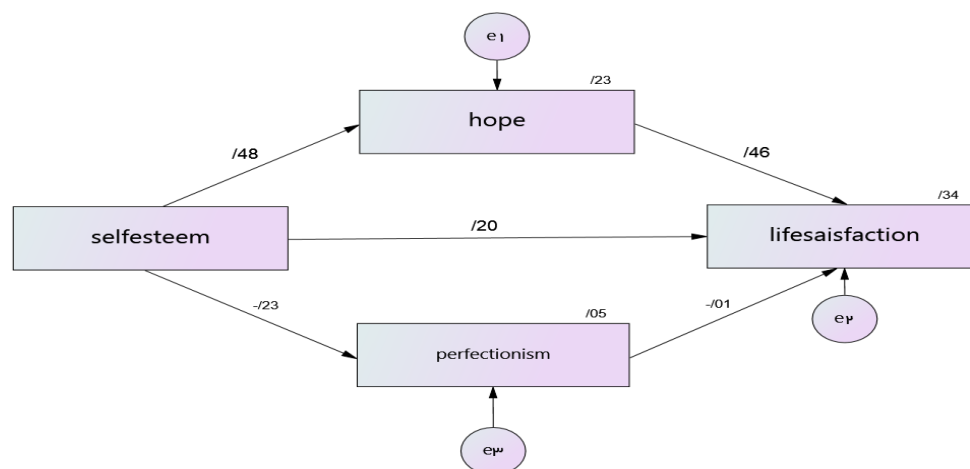
مسیر B: مسیر امید به رضایت از زندگی

مسیر C: مسیر عزت‌نفس به رضایت از زندگی

مسیر D: مسیر عزت‌نفس به کمال‌گرایی

مسیر E: مسیر کمال‌گرایی به رضایت از زندگی

همان‌طور که در جدول شماره ۲ مشاهده می‌شود، هنگامی که متغیر امید و کمال‌گرایی به‌طور هم‌زمان در تحلیل مسیر وارد شوند، متغیر امید، رابطه عزت‌نفس و رضایت از زندگی را به‌طور جزئی واسطه‌گری می‌کند. با توجه به نتایج تحلیل مسیر، ضریب مسیر امید به‌طور مستقیم ۰/۲۰ و به صورت غیرمستقیم $0/481 * 0/22 = 0/106$ است و ضرایب رگرسیونی در مسیر عزت‌نفس به کمال‌گرایی معنادار بدست نیامد. شاخص‌های برازش مدل در تمامی مراحل قابل قبول بودند. ضرایب استاندارد مسیرها در مدل میانجی‌گری امید و کمال‌گرایی افراطی در رابطه عزت‌نفس و رضایت از زندگی در نمودار شماره ۲ نشان داده شده است. نمودار ۲- ضرایب استاندارد مسیرها در مدل میانجی‌گری امید و کمال‌گرایی افراطی در رابطه عزت‌نفس و رضایت از زندگی



بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه میان عزت نفس و رضایت از زندگی با توجه به نقش واسطه‌ای کمال‌گرایی و امید بود. نتایج پژوهش، حاکی از آن است که متغیر امید در رابطه میان عزت نفس با رضایت از زندگی نقش واسطه‌ای جزئی دارد. یافته‌های پژوهش حاضر با پژوهش‌های (مک‌گی و همکاران، ۲۰۰۱؛ چیونز^{۶۴} و همکاران، ۲۰۰۶؛ ایستویس^{۶۵} و همکاران، ۲۰۱۳؛ وانگ^{۶۶}، ۲۰۲۲؛ خوشخرام و گلزاری ۱۳۹۰؛ حاجلو و جعفری، ۱۳۹۳؛ حجازی و همکان، ۱۳۹۹؛ اکبری و گیگلو، ۱۴۰۰؛ هاشمیان و همکاران، ۱۴۰۱)، همسو است. در تبیین چنین یافته‌ای می‌توان گفت: عزت‌نفس از جمله متغیرهای مهم در بهبود کیفیت زندگی افراد است و سطح بالای میزان آن می‌تواند به انسان در تعیین اهداف، ایجاد انگیزه برای تلاش بیشتر در جهت هدف تعیین شده و همچنین در توانایی ادراک‌شده‌ی افراد جهت شناسایی و ایجاد مسیرهایی به سمت هدف که هر سه از مؤلفه‌های امید هستند کمک کند. به همین خاطر افزایش عزت نفس می‌تواند باعث افزایش سطح امید و افزایش توان افراد در مقابله با مشکلات روانی و جسمانی شود. همچنین امید به عنوان متغیری روانشناختی، نسبت به حال و آینده، انتظارات ذهنی مثبتی را ایجاد می‌کند که موجب رضایت از زندگی در افراد می‌شود. افرادی که امیدوارترند، در چالش‌های زندگی، با توجه به منابع و پایگاه‌های حمایتی، سازگارتر می‌شوند؛ شادی بالاتری تجربه می‌کنند و از زندگی‌شان رضایت بیشتری می‌برند (اسنایدر، ۲۰۰۰). یافته دیگر پژوهش نشان داد نقش واسطه‌ای کمال‌گرایی در رابطه عزت نفس با رضایت از زندگی معنادار بدست نیامد. این یافته با پژوهش صادقیان و همکاران (۱۳۹۴)، همسو است آنان در پژوهشی روی دانشجویان دختر نشان دادند که افراد کمال‌گرا از عزت نفس و رضایت از زندگی کمتری برخوردارند. در تبیین آن می‌توان گفت: معنادار نشدن می‌تواند متأثر از ابعاد کمال‌گرایی دیگرمدار و کمال‌گرایی جامعه‌مدار باشد که اگر در فردی باشد حاکی از ویژگی شخصیتی منفی در فرد می‌باشد (هویت و فلت، ۱۹۹۱). طبیعتاً عزت نفس بالا با کمال‌گرایی منفی همبستگی منفی دارد یعنی هر چقدر عزت‌نفس بالاتر باشد کمال‌گرایی منفی فرد پایین‌تر است و بالعکس هر اندازه که کمال‌گرایی منفی فرد بالا باشد عزت نفس او پایین‌تر است. افراد کمال‌گرایی بالای دارند تلاشی بسیار زیادی می‌کنند تا خود را کامل و بدون نقص نشان دهند و معیارهای بسیار سخت‌گیرانه‌ای برای خود تعیین می‌کنند (کوران و هیل، ۲۰۱۹) و وقتی با رویدادهای مواجه می‌شوند که انتظارات کمال‌گرایانه آنان برآورده نمی‌شود به عزت نفس آنان آسیب وارد می‌شود و عزت‌نفس آنان کاهش پیدا می‌کند و با وجود عزت‌نفس پایین و معیارهای کمال‌گرایانه سخت رضایت از زندگی آنان نیز پایین است. بنابراین در نقش واسطه‌ای امید و کمال‌گرایی در رابطه عزت‌نفس با رضایت از زندگی تنها عزت نفس به صورت مستقیم و غیرمستقیم از مسیر متغیر امید بر روی رضایت از زندگی افراد تأثیر می‌گذارد.

محدودیت و پیشنهادات

از محدودیت‌های این پژوهش کمبود یا عدم پرسش‌نامه‌های که متناسب با فرهنگ اسلامی-ایرانی باشد. پژوهشگران می‌توانند پرسشنامه‌های عزت‌نفس، امید، کمال‌گرایی و رضایت از زندگی را براساس فرهنگ اسلامی و ایرانی بسازند تا در پژوهش‌های آتی از آنان استفاده شود. از آنجا که متغیرهای عزت‌نفس، امید، کمال‌گرایی و رضایت از زندگی از متغیرهای روان‌شناختی بسیار مهم است و با متغیرهای روان‌شناختی زیادی در ارتباط هستند و تأثیر بسزایی در ابعاد شناختی، عاطفی و رفتاری دارد، نیاز است در پژوهش‌های آینده مورد توجه جدی قرار گیرند. همچنین روان‌شناسان و مشاوران می‌توانند با پژوهش، آموزش و ارتقاء عزت نفس و امید منجر به افزایش رضایت از زندگی در افراد شوند و زمینه ساز محیطی باشند که افراد احساس رضایت از زندگی داشته باشند و به این وسیله کمک به ساخت جامعه‌ای سالم باشد.

⁶⁴ Cheavens, S.J.

⁶⁶ Wong, J. Y.

⁶⁵ Esteves, M.

منابع

- [۱] اناری، آسیه؛ مظاهری، محمدعلی؛ طهماسبیان، کارینه. (۱۳۹۴). عوامل خانوادگی مرتبط با رضایت از زندگی دختران نوجوان، فصلنامه راهبرد فرهنگ، (۳۰)، ۸، ۷. https://www.jsfc.ir/article_14945.html
- [۲] بهاری، فرشاد. (۱۳۹۳). مبانی امید و امیددرمانی، چاپ دوم، تهران، نشر دانژه.
- [۳] بیانی، علی اصغر؛ کوچکی، عاشور محمد و گودرزی، حسینیه. (۱۳۸۶). اعتبار و روایی مقیاس رضایت از زندگی. فصلنامه روانشناسان ایرانی، سال سوم، شماره ۱۱، ص ۲۵۹-۲۶۵. <https://www.sid.ir/paper/101406/fa>
- [۴] جامعی، لیلیا؛ زربخش بحری، محمدرضا. (۱۴۰۰). نقش میانجی کمالگرایی در پیش بینی عزت نفس بر اساس سبک‌های فرزندپروری در دانشجویان دختر، نشریه مطالعات روانشناختی نوجوان و جوان، (۲)، ۳۸-۵۱. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.23452188.1387.6.2.5.8>
- [۵] جوشن‌لو، محسن و قاندری، غلام حسین. (۱۳۸۷). بررسی مجدد پایایی و اعتبار مقیاس حرمت خود روزنبرگ در ایران. دانشور رفتار، ۱۵، ۳۱، ۴۹-۵۶. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.23452188.1387.6.2.5.8>
- [۶] حاجلو، نادر؛ جعفری، عیسی. (۱۳۹۳). رابطه بین بهزیستی معنوی و امید با رضایت از زندگی در سالمندان، فصلنامه روان‌شناسی و دین، (۴)، ۷، ۷۹. <https://www.sid.ir/paper/485633/fa>
- [۷] حسین زاده، علی اصغر؛ عزیزی، مرتضی؛ توکلی، حسین. (۱۳۹۳). حمایت اجتماعی و رضایت از زندگی در نوجوانان: نقش واسطه‌ای خودکارآمدی و حرمت خود، فصلنامه روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی، (۴۱)، ۱۱، ۱۰۳. https://jip.stb.iau.ir/article_512183.html
- [۸] خوشخرام، نجمه؛ گلزاری، محمد. (۱۳۹۳). اثربخشی امید درمانی برای افزایش میزان رضایت زناشویی و تغییر سبک دلبستگی نا ایمن در دانشجویان متاهل دانشگاه، فصلنامه روان‌شناسی کاربردی، (۲)، ۵، ۸۴-۹۶. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.20084331.1390.5.3.2.1>
- [۹] رجبی، غلامرضا و بهلول، نسرین. (۱۳۸۶). سنجش پایایی و روایی مقیاس عزت نفس روزنبرگ در دانشجویان سال اول دانشگاه شهید چمران. پژوهش‌های تربیتی و روان‌شناختی، ۳، ۲، ۳۳-۴۸. <https://ensani.ir/fa/article/39046/48-33>
- [۱۰] رحمتی، امین؛ هوشیاری، جعفر؛ صفورایی، محمد مهدی. (۱۳۹۳). میانجیگری عزت نفس در رابطه جهت‌گیری مذهبی و رضایت از زندگی، پژوهش‌نامه اسلامی زنان و خانواده، (۱۴)، ۷، ۱۱۹-۱۳۸. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.25386190.1398.7.1.6.4>
- [۱۱] رئوف، کوثر. (۱۳۹۵). مدل‌یابی تأثیر کمال‌گرایی بر اهمال‌کاری تحصیلی با بررسی نقش واسطه‌ای خودکارآمدی تحصیلی، عزت نفس و خودناتوان‌سازی تحصیلی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه الزهراء.
- [۱۲] سلطانی زاده، محمد؛ ملک‌پور، مختار؛ نشاط دوست، حمیدطاهر. (۱۳۹۳). رابطه‌ی بین عاطفه‌ی مثبت و منفی با رضایت از زندگی دانشجویان دانشگاه اصفهان، نشریه روانشناسی بالینی و شخصیت، (۲)، ۱۰، ۵۳-۶۴. <https://dorl.net/dor/20.1001.1.23452188.1391.10.2.6.7>
- [۱۳] صادقی، جعفر؛ ملازاده، علیرضا. (۱۳۹۳). بررسی تأثیر استحکام من و عزت نفس بر رضایت شغلی با نقش میانجی کمال‌گرایی در پلیس یاران مرکز انتظام فراجا، مجله توسعه مدیریت منابع انسانی و پشتیبانی، (۶۵)، ۱۷، ۱۹۴-۱۶۳.
- [۱۴] صادقیان، آزاده؛ فلاح، محمدحسین؛ زارعی، حسن؛ زارع، محمدرضا. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش راهبردهای شناختی بر عزت نفس و رضایت از زندگی در دانشجویان دختر کمال‌گرا، نشریه طلوع بهداشت، (۲)، ۱۴، ۵۷-۶۸. <https://www.noormags.ir/view/fa/articlepage/1972670>
- [۱۵] عالالدینی، زهره، کجباف، محمدباقر، و مولوی، حسین. (۱۳۸۶). بررسی اثربخشی امید درمانی گروهی بر میزان امید و سلامت روانی. پژوهش در سلامت روانشناختی، (۴)، ۱، ۶۷. <https://www.sid.ir/paper/134042/fa>
- [۱۶] عزیززاده صحرايي، ام‌هانی؛ خسروی، زهره؛ بشارت، محمدعلی. (۱۳۹۳). رابطه کارآیی خانواده با کمال‌گرایی مثبت و منفی در دانش‌آموزان شهرستان نوشهر، فصلنامه خانواده‌پژوهی، (۱۷)، ۵، ۴۳. <https://www.sid.ir/paper/122569/fa>

- [۱۷] فتحی آشتیانی، علی، داستانی، محبوبه، (۱۳۹۱)، *آزمون‌های روان‌شناختی، ارزشیابی شخصیت و سلامت روان*، انتشارات بعثت.
- [۱۸] کجباف، محمدباقر؛ ادیب نیا، فائزه؛ وصال، مینا. (۱۳۹۳). رابطه تنهایی با رضایت از زندگی در دانش‌آموزان دختر متوسطه اول: نقش میانجی عزت نفس و حمایت اجتماعی ادراک شده، *فصلنامه دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی*، (۸۴)، ۲۲، ۱۳۵-۱۲۵. <https://doi.org/10.30486/jsrp.2020.1864168.1741>
- [۱۹] مالمیر، طیبه؛ حسن زاده، رمضان؛ حیدری، جبار. (۱۳۹۳). پیش‌بینی رضایت از زندگی براساس هوش معنوی و عزت نفس، *نشریه دین و سلامت*، (۱)، ۴، ۳۵-۲۹. <https://www.sid.ir/paper/262710/fa>
- [۲۰] محمدی، نوراله. (۱۳۸۴) بررسی مقدماتی اعتبار و قابلیت اعتماد مقیاس حرمت خود روزنبرگ. *فصلنامه روان‌شناسان ایرانی*، سال اول، شماره ۴. ۳۱۳-۳۲۰. https://jip.stb.iau.ir/article_512444.html
- [۲۱] مرادی اعظم، طاهری، صغری، (۱۳۹۱). *سنجش روان‌شناسی مثبت در دانشجویان*، تهران: انتشارات دانژه
- [۲۲] میری، میرنادر؛ همتی، عباس؛ میکاییلی، نیلوفر. (۱۴۰۰). فراتحلیل تحقیقات انجام‌شده پیرامون رابطه بین تاب‌آوری و رضایت از زندگی. *دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی* <https://doi.org/10.30486/jsrp.2020.570082.1378>
- [۲۳] نعمتی، شهرزاد. (۱۳۹۳). نقش سخت‌کوشی روان‌شناختی و راهبردهای مقابله‌ای مذهبی در پیش‌بینی رضایت از زندگی مادران دارای کودکان دچار نارسایی‌های ذهنی و تحولی، *فصلنامه پژوهش‌های نوین روانشناختی*، (۶۱)، ۱۶، ۲۸-۱۹. <https://dori.net/dor/20.1001.1.27173852.1400.16.61.2.5>
- [۲۴] هاشمیان، مائده؛ نامداری، کوروش؛ عابدی، احمد. (۱۳۹۳). تاثیر امید درمانی بر ابعاد کیفیت زندگی و عزت نفس دختران افسرده نوجوان، *فصلنامه پژوهش‌های مشاوره*، (۸۱)، ۲۱، ۳۳۱-۳۰۹. <http://iran-counseling.ir/journal/article-1-588-fa.html>
- [25] Bajaj, B., & Pande, N. (2016). Mediating role of resilience in the impact of mindfulness on life satisfaction and affect as indices of subjective wellbeing. *Personality and Individual Differences*, 93, 63-77. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2015.09.005>
- [26] Banjare, P., Dwivedi, R., & Pradhan, J. (2015). Factors associated with the life satisfaction amongst the rural elderly in Odisha, India. *Health and Quality Life Outcomes* <https://doi.org/10.1186%2Fs12955-015-0398-y>
- [27] Behera, S., & Rangaiah, B. (2017). Relationship between emotional maturity, self-esteem and life-satisfaction: A study on traditional dancers of Odisha region. *Cogent Psychology*, 4, 1-13. Snyder, C. R. (1995). Conceptualizing, measuring, and nurturing hope. *Journal of Counseling and Development: JCD*, 73(3), 355. <http://dx.doi.org/10.1080/23311908.2017.1355504>
- [28] Cheavens, S.J., Feldman, B.D., Micheal, A.G.S & Snyder, C.R. (2006). Hope therapy in community sample: a pilot investigation. *Social Indicators Research*, 77, 61-78. <http://dx.doi.org/10.1007/s11205-005-5553-0>
- [29] Curran, T., & Hill, A. P. (2019). Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016. *Psychological bulletin*, 145(4), 410. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/bul0000138>
- [30] Dew, T., & Huebner, E. S. (1994). Adolescents' perceived quality of life: An exploratory investigation. *Journal of School psychology*, 32(2), 185-199. [https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/0022-4405\(94\)90010-8](https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/0022-4405(94)90010-8)
- [31] Diener, E., & Biswas-Diener, R. (2011). *Happiness: Unlocking the mysteries of psychological wealth*. John Wiley & Sons. <http://dx.doi.org/10.1080/17439760.2011.565605>
- [32] Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 653-663. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.68.4.653>

- [33] Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R.J., Griffin, S. (1985) The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71- 75. https://psycnet.apa.org/doi/10.1207/s15327752jpa4901_13
- [34] Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective wellbeing: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- [35] Diener, ED. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- [36] Diner E., Oishi S., & Lucac, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>
- [37] Esteves, M., Scoloveno, R. L., Mahat, G., Yarcheski, A., & Scoloveno, M. A. (2013). An integrative review of adolescent hope. *Journal of Pediatric Nursing*, 28(2), 105° 113. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2012.03.033>
- [38] Fearn, M., Marino, C., Spada, M. M., & Kolubinski, D. C. (2021). Self-critical rumination and associated metacognitions as mediators of the relationship between perfectionism and self-esteem. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 1-20. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10942-021-00404-4>
- [39] Guarnieri, S., Smorti, M., & Tani, F. (2015). Attachment relationships and life Satisfaction during emerging adulthood. *Social Indicators Research*, 121(3), 833-847. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s11205-014-0655-1>
- [40] Habrat, A., 2018, "A Review of Selected Empirical Research on Self-esteem", in *The Role of Self-Esteem in Foreign Language Learning and Teaching*, Cham, p. 47-75. <http://www.jallr.com/index.php/JALLR/article/view/1087>
- [41] Hewitt, P.L; Felt, G. L (1991). perfectionism in the self and social context: conceptualization , assessment and association with psychopathology. *personality and social psychology* , 60,456- 470. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.60.3.456>
- [42] Huebner, S. (2010). Students and their schooling: Does happiness matter? *Nasp communique*, Retrieved from <Http://Www.Nasponline.Org/Publications/Cq/39/2/Happinessmatter.aspx>. <https://doi.org/10.22059/japr.2022.323831.643845>
- [43] Jiang, W., Li, F., Jiang, H., Yu, L., Liu, W., Li, Q.,& Zuo, L. (2014). Core self-evaluations mediate the associations of dispositional optimism and life satisfaction. *Plos One*,9(6), 1-6. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0097752>
- [44] Johnsen, B. H., Espevik, R., Saus, E., Sanden, S., Olsen, O. K., & Hystad, S. W. (2017). Hardiness as a moderator and motivation for operational duties as mediator: The relation between operational self-efficacy, performance satisfaction, and perceived strain in a simulated police training scenario. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 32(1), 1-10. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s11896-017-9225-1>
- [45] Khodabakhsh, S. (2021). Factors affecting life satisfaction of older adults in Asia: A systematic review. *Journal of Happiness Studies*, 1-16. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-021-00433-x>
- [46] Kim, B. S., & Kim, M. (2022). Self-efficacy mediates the relationship between perfectionism and life satisfaction in South Korean adults. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 50(4), 1-10. <https://doi.org/10.2224/sbp.11226>
- [47] Kwan, V. S. Y., Bond, M. H., & Singelis, T. M. (1997). Pancultural explanations for Life satisfaction: Adding relationship harmony to self-esteem. *Journal of Personality*. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.73.5.1038>

- [48] Lau, J. T., Tsui, H. Y., Ho, S. P., Wong, E., & Yang, X. (2010). Prevalence of psychological problems and relationships with condom use and HIV prevention behaviors among Chinese female sex workers in Hong Kong. *AIDS care*, 22(6), 659- 668. <https://doi.org/10.1080/09540120903431314>
- [49] Lavy, S., & Littman-Ovadia, H. (2011). All you need is love? Strengths mediate the negative associations between attachment orientations and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 50, 1050–1055. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.paid.2011.01.023>
- [50] Lopez, S. 2000, *Handbook of positive psychology*, Oxford University Press. *Oxford_Handbook_of_Positive_Psychology*
- [51] Lu, A., Hong, X., Yu, Y., Ling, H., Tian, H., Yu, Z., & Chang, L. (2015). Perceived physical appearance and life satisfaction: A moderated mediation model of self-esteem and life experience of deaf and hearing adolescents. *Journal of adolescence*, 39, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.11.005>
- [52] Martikainen, L. (2009). The many faces of life satisfaction among Finnish young adults'. *Journal of Happiness Studies*, 10(6), 721-737. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10902-008-9117-2>
- [53] Martinez-Marti, M. L., & Ruch, W. (2017). Character strengths predict resilience over and above positive affect, self-efficacy, optimism, social support, self-esteem, and life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 12(2), 110-119. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1080/17439760.2016.1163403>
- [54] McGee, R., Williams, S., & Nada-Raja, S. (2001). Low self-esteem and hopelessness in childhood and suicidal ideation in early adulthood. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 29(4), 281 °291. <https://doi.org/10.1023/a:1010353711369>
- [55] Ng, S. T., Tey, N. P., & Asadullah, M. N. (2017). What matters for life satisfaction among the oldest-old? Evidence from China. *PLoS One*, 12(2), e0171799. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0171799>
- [56] Ngoo, Y. T., Tey, N. P., & Tan, E. C. (2015). Determinants of life satisfaction in Asia. *Social Indicators Research*, 124(1), 141–156. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0772-x>
- [57] Noh, J. W., Kim, K. B., Lee, J. H., Kim, M. H., & Kwon, Y. D. (2017). Relationship of health, sociodemographic, and economic factors and life satisfaction in young-old and old-old elderly: A cross-sectional analysis of data from the Korean Longitudinal Study of Aging. *Journal of Physical Therapy Science*, 29(9), 1483–1489. <https://doi.org/10.1589/jpts.29.1483>
- [58] Onishi, C., Yuasa, K., Sei, M., Ewis, A. A., Nakano, T., Munakata, H., & Nakahori, Y. (2010). Determinants of life satisfaction among Japanese elderly women attending health care and welfare service facilities. *The Journal of Medical Investigation*, 57(1–2), 69–80. <https://doi.org/10.2152/jmi.57.69>
- [59] Philip, H., Daniel, B., Katie, D., Mark, S., & Arlene, E. (2014). A big factor approach to modeling the Rosenberg Self-Esteem Scale. *Journal of Personality and Individual Differences*, 66, 188-192. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2014.03.034>
- [60] Rajabi, Gholamreza and Bohloul, Nasrin. (2007) Reliability and Validity Measurement of Rosenberg Self-Esteem Scale in New Year Students of Shahid Chamran University. *Educational and Psychological Research*, 3, 2, 33-48. <http://dx.doi.org/10.1504/IJSS.2019.098195>
- [61] Rey, L., Extremera, N., & Pena, M. (2011). Perceived emotional intelligence, self esteem and life satisfaction among adolescents. *Psychosocial Interventions*, 20(2), 227-234. <https://doi.org/10.5093/in2011v20n2a10>
- [62] Sato, W., Kochiyama, T., Kubota, Y., Uono, S., Sawada, R., Yoshimura, S., et al. (2016). The association between perceived social support and amygdala structure. *Neuropsychologia*, 85, 237-44 <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2016.03.036>

- [63] Schieman, S. et al, 2017, "Love Thy Self? How Belief in a Supportive God Shapes Self-Esteem", *Review of Religious Research*, N. 59(3), p. 293-318. <https://doi.org/10.1007/s13644-017-0292-7>
- [64] Snyder, C. R., & Lopez, S, G, 2007, *Positive Psychology*, New York Published by Oxford University Press, Inc.
- [65] Snyder, C. R. (2000). "Handbook of Hope: Theory, Measures, and Applications", San Diego: Academic Press
- [66] Snyder, C. R., Rand, K. L., & Sigmon, D. R. (2002). Hope theory. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 257° 276). New York, NY: Oxford University Press. [https://www.scirp.org/\(S\(i43dyn45teexjx455qlt3d2q\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=2268004](https://www.scirp.org/(S(i43dyn45teexjx455qlt3d2q))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=2268004)
- [67] Stoeber, J., & Yang, H. (2016). Moral perfectionism and moral values, virtues, and judgments: Further investigations. *Personality and Individual Differences*, 88, 6-11. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2015.08.031>
- [68] Wong, J. Y. (2022). Peer Support and Hope as Predictors of Life Satisfaction among Malaysian University Students during the COVID-19 Pandemic (Doctoral dissertation, Tunku Abdul Rahman University College). <https://eprints.tarc.edu.my/id/eprint/24698>
- [69] Wright, M. O., Crawford, E., & Del Castillo, D. (2009). Childhood emotional maltreatment and later psychological distress among college students: The mediating role of maladaptive schemas. *Journal of Child Abuse and Neglect*, 33(1), 59-68. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2008.12.007>
- [70] You, S., Lee, J., Lee, Y., & Kim, E. (2018). Gratitude and life satisfaction in early adolescence: The mediating role of social support and emotional difficulties. *Personality and Individual Differences*, 130, 122-128. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.paid.2018.04.005>
- [71] Zhang, A., Yan, J., Yang, G., Tan, X., Wang, X., & Tan, S. (2018). Life satisfaction and its associated factors among money boys in China. *Public health*, 154, 110-117. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2017.10.023>