

رابطه بین ارزش های درونی - بیرونی و بهزیستی روانشناختی با میزان معناخواهی در زندگی در دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه در سال تحصیلی ۹۶-۹۷

مجله علمی پژوهش در روانشناسی، علوم تربیتی و علوم اجتماعی (سال ششم)
شماره ۲۲ / زمستان ۱۳۹۹ / ص ۷۲-۵۹

کامران عزیزی ارشد^۱، ابراهیم ناصری^۲، لقمان مام خضری^۳

^۱ کارشناسی ارشد روانسنجی، دانشگاه علامه طباطبائی

^۲ کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد علوم تحقیقات آذربایجان غربی

^۳ کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، علوم تحقیقات تهران

نویسنده مسئول:

کامران عزیزی ارشد

چکیده

این پژوهش از نظر هدف کاربردی و روش توصیفی و از نوع همبستگی بود و بررسی رابطه ارزش های درونی- بیرونی و بهزیستی روانشناختی با میزان معناخواهی در زندگی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه بود. جامعه آماری آن، دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه است که ۳۰۰۰ نفر و اندازه نمونه ۳۴۰ نفر شد که با استفاده از روش نمونه گیری خوشه ای چند مرحله ای پرسشنامه بین دانشجویان توزیع شد. برای جمع آوری اطلاعات از سه پرسشنامه ارزش های درونی- بیرونی(کاسر)، پرسشنامه معناخواهی در زندگی(استگر و همکاران) و پرسشنامه بهزیستی روانشناختی(ریف) استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون استفاده شد. یافته های تحقیق نشان داد که بین ارزش های درونی- بیرونی و بهزیستی روانشناختی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد و ارزش های درونی- بیرونی با معناخواهی در زندگی رابطه منفی و معنادار و بهزیستی روانشناختی با معناخواهی در زندگی رابطه مثبت و معناداری دارد. با توجه به یافته های تحقیق می توان نتیجه گرفت که بین ارزش های درونی - بیرونی و بهزیستی روانشناختی با معناخواهی در زندگی رابطه وجود دارد.

کلید واژه ها: ارزش درونی - بیرونی، معناخواهی در زندگی، بهزیستی روانشناختی

۱- مقدمه

واقعیت جهانی که مردم یا به عبارتی هر یک به دلیلی طرز فکر خود را به راحتی تغییر می دهند که آئین مبتنی بر مصرف گرایی و مادی گرایی را بپذیریم. در حقیقت به نظر می رسد چنین تغییر آیین گسترده ای از قبل رخ داده است. بسیاری از ما فریفته این باور شده ایم که داشتن ثروت و دارایی های مادی بیشتر برای زندگی خوب حیاتی است. این ایده را به ما تحمیل کرده اند که برای بودن ابتدا باید ثروتمند بود. و به طور خواسته یا ناخواسته یاد گرفته ایم که بهزیستی و کمال خود را نه با نگرستن معنوی به صداقت، راستی و درستی مان بلکه با نگرش مادی به اینکه چه داریم و چه می توانیم بخریم ارزیابی کنیم.

شاید مؤدبانه ترین جنبه ارزیابی امروزین ارزشها این است که به قدر کفایت داشتن را ارزش نمی نهد و یا بلکه بیشتر از دیگران داشتن را ارزش می نهد. کاسر^۱ (۱۹۹۶)، بدنه محکمی از مطالعات علمی را مرور می کند که حقیقتی کاملاً متضاد با شهود را برای اغلب مان برجسته می سازد (کاسر و تیم، ۱۹۹۶).

به نظر می رسد چرخه مشابهی در مورد مادی گرایی رخ می دهد. افرادی که در گذشته نیازهایشان را به خوبی ارضا نکرده اند فکر می کنند که ثروت و دارایی شادکامی و زندگی خوبی برای آنها به وجود خواهد آورد. بخشی از این باور ناشی از این واقعیت است که جامعه به آنها می گوید که مسیر مادی برایشان احساس امنیت ایجاد خواهد کرد و بخشی هم به این دلیل است که بدن های ما به مقدار آسایش مادی برای بقا نیاز دارد. در هر صورتی تمرکز نیرومند بر ارزشهای مادی اغلب نشانه یا ابزاری از یک تاریخچه شخصی است که با شکست نسبی در ارضای نیاز مشخص شده است. به همین ترتیب این عدم ارضای نیازها سبب می شود تا افراد ناشاد باشند و به ارزش های مادی پر و بال دهند. ارزشها آنهایی هستند که نیازهای روان شناختی را به بهترین شکل منعکس و تایید می کنند. در بهترین حالت، ارزشها هدایتان می کنند تا تجاربی داشته باشیم که به ما کمک کند احساس ایمنی^۲، شایستگی، ارزشمندی^۳، ارتباط با دیگران و اصالت و آزادی کنیم (کاسر و دایان، ۱۹۹۶).

کاسر معتقد است که ارزشهایی را که این نیازهای روان شناختی را تحقق می بخشد ذاتی^۴ می خوانیم. ارزشهای ذاتی بر نیازهای روان شناختی واقعی افراد مبتنی هستند، رشد و تحولشان را حمایت می کنند و پیگیری آنها ذاتاً خشنود کننده است. پژوهش ما بر سه ارزش ذاتی اصلی متمرکز است. خودپذیری و رشد شخصی^۵، ارتباط و صمیمیت، حس اجتماع طلبی و یادگیری می توان از نمونه های، امیال و آرزو باشد (کاسر و دایان، ۱۹۹۶).

در جای آن تمرکز بر رشد شخصی، روابط حمایت کننده و کمک به دیگران، در تمامی سطوح ممکن درونی سازی ارزشهای رشد شخصی، روابط میان فردی نزدیک و همکاری با جامعه را تشویق کنیم. گفتنی است که اینها ارزشهایی هستند که عموماً با ارزشهای مادی مخالف اند. بدین سان، اگر بر نظام های ارزش شخصی و اجتماعی تسلط یابند مادی گرایی احتمالاً کاهش و بهزیستی شخصی مان افزایش می یابد و ممکن است برخی مشکلات میان فردی، اجتماعی و زیست محیطی کاهش یابد (کاسر و دایان، ۱۹۹۶).

به نظر می رسد هر کجا درباره ی ارزش مادگرایی یا بیرونی تحقیق می کنیم پاسخ های متناقض می گیریم. اگر برای پیدا کردن پاسخ به روان شناسی مراجعه کنیم، درمی یابیم نظرها در این حوزه هم به طور مشابهی در مورد ارزشهای مادی متناقض است. بسیاری از مطالعات روان شناسان تکامل و رفتاری با این اندیشه که دستیابی به ثروت و مقام بسیار مهم است سازگارند (کاسر و دایان، ۱۹۹۶).

ایده رفتارگرایی که می گوید «شادکامی و رضایت از دستیابی به ثروت و دارایی ها حاصل می شود» به این دلیل که جان واتسون، بنیانگذار رفتارگرایی آمریکایی، اصول بنیادین روان شناختی یادگیری را برای تبلیغات در خیابان مدیسین به کاربرد (الگوی که بعدها هزاران روان شناس آن را دنبال کردند)، مصداق عینی یافت. آنها این واقعیت را که حدی از آسایش مادی برای تامین نیازهای بنیادین جسمانی انسان لازم است تصدیق کرده اند، اما معتقدند تمرکز بر ارزشهای مادی (بیرونی)، منجر به کاهش بهزیستی و شادکامی می شود (راجرز، ۱۹۶۱). ارزش های مادی یا بیرونی، شادکامی و بهزیستی را به ارمغان نمی آورد، در عوض اضطراب بیشتر، سرزندگی و هیجانات خوشایند اندک و رضایت از زندگی پایین را موجب می شود (اسلتر^۸، ۱۹۹۶).

زندگی برای مردم زمانی معنادار است که آنها بتوانند الگو یا هدفی را در رویدادهای زندگی برای خود در نظر بگیرند. در نقطه مقابل زندگی زمانی بی معنا است که به نظر برسد همه چیز فرو ریخته است و نمی توان هیچ احساسی را در ماورای آنچه انجام می شود یا

1-Kasser

2-security

3-efficas

4-intrinsic

5-personalgrowth

6-Kasser& Dayan

7-Rajers

8-Eslter

رویدادهای که در زندگی اتفاق می افتد، پیدا کرد. معنای زندگی به محتوایی اشاره می کند که مردم زندگی خود را از آن آکنده می کنند و به زندگی خود شکل و جهت می دهند و در ارتباط با هدف ها و ارزش های زندگی است (لواسانی و همکاران، ۱۳۹۲).

معنای زندگی یکی از عوامل مؤثر بر کیفیت زندگی و بهزیستی روانشناختی است. توجه به ادراکات افراد درباره عوامل شخصی زندگی آنها نقش مهمی را در کیفیت زندگی آنها ایفا می کند. همچنین مطالعات نشان می دهد که افرادی با نمره هدف بالاتر در زندگی (یعنی معنایی بالاتر)، همراه با خودپذیری بیشتر، رضایت بیشتر در زندگی، مسئولیت پذیری و خودکنترلی بالاتر و خوب بودن می باشد که همگی از مؤلفه های کیفیت زندگی و بهزیستی روانشناختی می باشد (سیمون^۱، ۱۹۸۰).

افراد زمانی که حضور معنا را در زندگی تجربه می کنند خود و جهان بیرونی را یگانه و منحصر به فرد یافته و هر آنچه را که سعی دارند در زندگی انجام دهند به خوبی می شناسند. به همین دلیل، انسانها در پی یافتن معنی زندگی خویش هستند؛ اما این معنا را با درجات و میزان متفاوتی از فعالیت جست و جو می کنند. در واقع، تلاش برای یافتن معنایی در زندگی، نیرویی اولیه است نه نمودی ثانوی که از تحریک غرایز سرچشمه گرفته باشد. این معنا برای هر فرد ویژه و یکتا است و فقط اوست که باید و شاید آن را انجام می دهد؛ فقط در آن صورت است که این نیروی معناجویی یا معناخواهی وی را راضی خواهد کرد. بدین سان، معناجویی را نه تنها می توان تجلی واقعی انسان بودن بشر دانست، بلکه یک معیار برای بهزیستی روانشناختی نیز هست (فرانکل، ۱۳۸۶).

با توجه به اینکه ارزشها، نیازها را منعکس می کنند و پژوهشی تاکنون در این زمینه انجام نشده است و در حالی که در کشور ما جمعیت دانشجویی بخش عمده ای از قشر جوان را تشکیل می دهند که شناسایی وضعیت سلامتی آنها می تواند به ارتقای سطح سلامت این گروه به شکل خاص و سطح سلامت جامعه به شکل عام کمک نماید. با توجه به این موضوع و از آنجا که در زندگی امروز ارزش های درونی- بیرونی و بهزیستی روانشناختی و معناخواهی در زندگی از مسائل اساسی و مهم زندگی بشر به ویژه دانشجویان است و باید در زمینه بررسی رابطه بین آنها اقدام های مؤثری صورت گیرد و با این وجود سوال اصلی تحقیق در واقع این است که چه ارتباطی بین ارزش های درونی- بیرونی و بهزیستی روانشناختی با معناخواهی در زندگی در دانشجویان وجود دارد؟

۲- مبانی نظری پژوهش

افرادی که ارزش های اصلی زندگی خود را به دست آوردن ثروت و شهرت قرار داده اند، صرف نظر از سن و درآمد و قومیت، بسیار مستعد غمگینی، اضطراب و افسردگی، عزت نفس شکننده در بین دانشجویان می شوند. ارزش های مادی با چندین اختلال شخصیتی مرتبط با ضعف در برقراری ارتباط همراه هستند. افراد اسکیزوتایپی و اسکیزوتایپی و اجتنابی در برقراری ارتباط مشکل دارند؛ افراد مرزی و خودشیفته در روابطشان با دیگران اغلب خودمحورند و افراد پارانوئید مشکلاتی در زمینه اعتماد کردن به دیگران دارند. تمامی این یافته ها روابط ضعیف را به عنوان یکی از تبیین های احتمالی همانند ارزش های مادی و بهزیستی روان شناختی پایین در دانشجویان ارائه می دهند. جامعه بشری به دو جهان مجزا تقسیم می شود: جهان اول آکنده از تجملات و مصرف گرایی است و جهان سوم آکنده از محرومیت و فقر و مبارزه برای زنده ماندن. درحالی که در گذشته جهان های اول و سوم از طریق مرزهای ملی قابل تمایز بودند. امروزه در اغلب کشورها به طور فزاینده ای می توان مرفهین بی دردی را یافت که در محاصره مستمندان اند (کاسر و تیم، ۱۹۹۶).

اکثر جمعیت اکنون در اقتصادهای (برنده همه چیز را برمی دارد^۲، زندگی می کنند. جایی که هدف اصلی افراد به دست آوردن هر چیزی است که می توانند برای خودشان کسب کنند و برای هر کسی به اندازه حرص و طمعش. در این چشم انداز اقتصادی و خود خواهی و مادگرایی دیگر نه به صورت مشکلات اخلاقی بلکه به عنوان هدف اصلی زندگی نگریسته می شوند. بسیاری از ما فریفته این باور شده ایم که داشتن ثروت و دارایی های مادی بیشتر برای زندگی خوب حیاتی است. این ایده را به ما تحمیل کرده اند که برای بودن ابتدا باید ثروتمند بود. و به طور خواسته یا نا خواسته یاد گرفته ایم که بهزیستی و کمال خود را نه با نگرستن معنوی به صداقت، راستی و درستی مان بلکه با نگریش مادی به این کار چه داریم و چه می توانیم بخریم ارزیابی کنیم. شاید مودبانه ترین جنبه ای ارزیابی ارزشها این است که به قدر کفایت داشتن را ارزش نمی نهد بلکه بیشتر از دیگران داشتن را ارزش می نهد. کاسر بدنه محکمی از مطالعات علمی را مرور می کند که حقیقتی کاملاً متضاد با شهود را برای اغلب انسان ها برجسته می سازد: افراد حتی وقتی ثروت و کالاهای مادی بیشتری به دست می آورند از زندگی شان رضایت بیشتری ندارند یا به لحاظ روانشناختی سالم تر نیستند. به خصوص زمانی که افراد متعلق به سطوح بالای جامعه باشند افزایش ثروت چندان موجب افزایش شادکامی یا بهزیستی نمی شود. دو دلیل برای ارتباط^۴ مادی گرایی^۵ با

¹-Simon

²-Winner –all economies

³-wellbeing

⁴-relatedness

⁵-materialism

ناخشنودی وجود دارد. دلیل اول متوجه بارهایی است که مادی گرایی بر روح انسان تحمیل می‌کند. دلیل دوم امیال داشتن کالاهای مادی بیشتر، ما را بیشتر به درون زندگی‌ای با سرعت زیاد و دیوانه وار می‌کشاند. نه تنها باید سخت تر کار کنیم بلکه زمانی که کالاها را به دست می‌آوریم باید آنها را حفظ کنیم، ارتقا دهیم، جایگزین کنیم، بیمه کنیم و دائما مدیریت کنیم (کاسر وتیم، ۱۹۹۶).

بدین سان در سفر زندگی مادی‌گراها تا پایان همیشه باری سنگین تر را حمل می‌کنند. باری که انرژی لازم را برای زندگی، عشق و یادگیری (جنبه های واقعا رضایت بخش سفر زندگی)، را می‌برد. از این رو اگرچه مادی گرایی وعده شادکامی می‌دهد، در واقع فشار و استرس تولید می‌کند. با این حال اگر مادی گرایی باعث ناخشنودی می‌شود ناخشنودی نیز باعث مادی گرایی می‌شود. و در اینجا ثابت می‌شود که امیال یا نیاز های فزونی یافته برای داشتن بیشتر یا مصرف بیشتر به طور عمیق و پویا با احساسات ناامنی شخص مرتبط اند. مادی گرایی به بهترین شکل در میان افرادی رشد می‌کند که در خصوص مسائل مربوطه به عشق- عزت نفس - شایستگی^۱ یا کنترل احساسات نا مطمئن هستند. چهار دسته از نیازها برای انگیزش - کارکرد و بهزیستی تمامی انسان ها اساسی است. نیاز اول عبارت است نیاز به امنیت^۲، ایمنی و معاش^۳، نیاز به شایستگی، سودمندی^۴، عزت نفس- نیاز به ارتباط^۵ و نیاز به خودبستگی و اصالت^۶. نیازهای امنیت، معاش ایمنی عبارت از نیاز به غذا روی میز و لباس که ما را از تغییرات آب و هوا حفظ می‌کند یعنی اینها ضروریات زندگی هستند. دسته دوم نیازها شامل احساس توانایی انجام دادن کاری است که شروع کرده ایم و به دست آوردن چیزهایی که ارج می‌نهیم. نیازهای شایستگی و احترام، تمایل به داشتن نگاهی مثبت و منفی به خود و دوست داشتن خود را نیز شامل می‌شود. دسته سوم نیازها در تماس بودن و ارتباط داشتن با سایر مردم است. سرانجام این که نیاز به احساس خود پیروی و امیال بودن در رفتارمان داریم. دسته چهارم برای افزایش آزادی و فرصت های بیشتر برای تجربه زندگی به سبک خود گران تلاش می‌کنیم و این نیازها به آشکارترین شکل در انگیزش نیرومند به ابزار خود و پیگیری علایق شخصی مان حضور دارند(کاسر وتیم، ۱۹۹۶).

به نظر می‌رسد چرخه مشابهی در مورد مادی گرایی رخ می‌دهد. افرادی که در گذشته نیازهایشان را به خوبی ارضا نکرده‌اند فکر می‌کنند که ثروت و دارایی شادکامی و زندگی خوبی برای آنها به وجود خواهد آورد. بخشی از این باور ناشی از این واقعیت است که جامعه به آنها می‌گوید که مسیر مادی برایشان احساس امنیت ایجاد خواهد کرد و بخشی هم به این دلیل است که بدن های ما به مقدار آسایش مادی برای بقا نیاز دارد. در هر صورتی تمرکز نیرومند بر ارزش های مادی اغلب نشانه یا ابزاری از یک تاریخچه شخصی است که با شکست نسبی در ارضای نیاز مشخص شده است. به همین ترتیب این عدم ارضای نیاز ها سبب می‌شود تا افراد ناشاد باشند و به ارزش های مادی پر وبال دهند(کاسر وتیم، ۱۹۹۶).

ارزشها آنهایی هستند که نیازهای روان شناختی را به بهترین شکل منعکس و تایید می‌کنند. در بهترین حالت، ارزشها هدایمان می‌کنند تا تجاری داشته باشیم که به ما کمک کند احساس ایمنی^۷ شایستگی، ارزشمندی^۸، ارتباط با دیگران و اصالت و آزادی کنیم. کاسر^۹ (۱۹۹۶)، معتقد است ارزشهایی را که این نیازهای روان شناختی را تحقق می‌بخشد ذاتی^{۱۰} می‌خوانیم. ارزشهای ذاتی بر نیازهای روان شناختی واقعی افراد مبتنی هستند، رشد و تحولشان را حمایت می‌کنند و پیگیری آنها ذاتاً خشنود کننده است. پژوهش ما بر سه ارزش ذاتی اصلی متمرکز است. خودپذیری و رشد شخصی^{۱۱}، ارتباط و صمیمیت و حس اجتماع طلبی و یادگیری می‌توان از نمونه های، امیال و آرزو باشد

متفکران زیادی در سایر رشته ها مزایای ارزشهایی چون رشد شخص، شناخت و پذیرش خود، مراقبت از خانواده و دوستان و کمک در تبدیل جامعه و دنیا به مکانی بهتر را مطرح کرده اند، همچنین اهمیت این ارزش ها می‌تواند در یک جنبش اجتماعی معاصر با نام «سادگی داوطلبانه» باز شناخته شود، تمایلی در حال رشد برای رها کردن سبک زندگی پر هزینه و پر استرس که لازمه حمایت از میزان بالای مصرف است. در جای آن تمرکز بر رشد شخصی، روابط حمایت کننده و کمک به دیگران، در تمامی سطوح ممکن درونی سازی ارزشهای رشد شخصی، روابط میان فردی نزدیک و همکاری با جامعه را تشویق کنیم.

¹-competence

²-safety

³-sustenance

⁴-efficacy

⁵-connectedness

⁶-authenticity

⁷-security

⁸-efficaos

⁹-Kasser

¹⁰-intrinsic

¹¹-personal growth

گفتنی است که اینها ارزشهایی هستند که عموماً با ارزشهای مادی مخالف اند. بدین سان، اگر بر نظام های ارزش شخصی و اجتماعی تسلط یابند مادی گرایی احتمالاً کاهش می یابد. بهزیستی شخصی مان افزایش می یابد و ممکن است برخی مشکلات میان فردی، اجتماعی و زیست محیطی کاهش یابد.

به نظر می رسد هر کجا درباره ی ارزش مادگرایی یا بیرونی تحقیق می کنیم پاسخ های متناقض می گیریم. اگر برای پیدا کردن پاسخ به روان شناسی مراجعه کنیم، درمی یابیم نظرها در این حوزه هم به طور مشابهی در مورد ارزشهای مادی متناقض است. بسیاری از مطالعات روانشناسان تکامل و رفتاری با این اندیشه که دستیابی به ثروت و مقام بسیار مهم است سازگارند (کاسر و تیم، ۱۹۹۶).

در سالهای اخیر، گروهی از پژوهشگران حوزه سلامت روانی از روان شناسی مثبت نگر، رویکرد نظری و پژوهشی متفاوتی برای تبیین و مطالعه این مفهوم برگزیده اند. آنان سلامت روانی را معادل کارکرد مثبت روانشناختی، تلقی و آن را در قالب اصطلاح "بهزیستی روانشناختی" مفهوم سازی کرده اند. این گروه نداشتن بیماری را برای احساس سلامت کافی نمی دانند، بلکه معتقدند که داشتن احساس رضایت از زندگی، پیشرفت بسنده، تعامل کارآمد و مؤثر با جهان، انرژی و خلق مثبت، پیوند و رابطه مطلوب با جمع و اجتماع و پیشرفت مثبت، از مشخصه های فرد سالم است. امروزه دیدگاه جدیدی در علوم وابسته به سلامت بطورعام و در روانشناسی بطور خاص در حال شکل گیری و گسترش است. در این دیدگاه و رویکرد علمی تمرکز بر روی سلامتی و بهزیستی از جنبه مثبت و نیز توضیح و تبیین ماهیت روانشناختی بهزیستی است (ریف و سینگر، ۱۹۹۸، آنتونوفسکی، ۱۹۸۷، استرامپفر^۱، ۱۹۹۰).

بهزیستی روانشناختی مستلزم درک چالش های وجودی زندگی است. رویکرد بهزیستی روانشناختی رشد و تحول مشاهده شده در برابر چالش های وجودی زندگی را بررسی می کند و به شدت بر توسعه انسانی تاکید دارد به عنوان مثال دنبال نمودن اهداف معنادار، تحول و پیشرفت به عنوان یک فرد و برقراری روابط کیفی با دیگران. جمع گسترده ای از ادبیات تحقیقی در دهه ۱۹۵۰ و ۱۹۶۰ میلادی به تجزیه و تحلیل چالش های و مشکلات اساسی زندگی پرداخته است (ریف^۲ و کیس^۳، ۲۰۰۲). نظریه پردازان «گسترده ی زندگی»^۴، نظیر اریکسون (۱۹۵۹) و نوگارتن^۵ (۱۹۷۳)، التزام های دوره های مختلف سنی و راه هایی را که فرد بطور موفقیت آمیزی می تواند بر آنها غلبه کند را تبیین کرده اند. روانشناسان علاقمند به رشد و پیشرفت کامل انسان سازه هایی از قبیل خودشکوفایی (ابراهام ملز، ۱۹۶۸)، کمال رشد (گوردون آلپورت، ۱۹۶۸) و تفرد (کارل یونگ، ۱۹۳۲)، را پیشنهاد و ارائه کرده اند.

احساس بهزیستی، دارای مؤلفه های عاطفی و شناختی است. افراد با احساس بهزیستی بالا به طور عمده ای هیجانات مثبت را تجربه می کنند و از حوادث و وقایع پیرامون خود ارزیابی مثبتی دارند، در حالی که افراد با احساس بهزیستی پایین حوادث و موقعیت زندگی شان را نامطلوب ارزیابی می کنند و بیشتر هیجانات منفی نظیر اضطراب، افسردگی و خشم را تجربه می کنند (مایرز^۶ و دینر^۷، ۱۹۹۵).

۳- پیشینه ی پژوهش

مکی ابادی و همکاران (۱۳۹۴)، در مقاله تحت عنوان رابطه بین بهزیستی روانشناختی و شادکامی در بین ۸۱ دانشجو دانشگاه آزاد سیرجان با روش نمونه گیری طبقه ای نسبی با استفاده از پرسشنامه بهزیستی روانشناختی ریف و شادکامی ارجیل و همکاران به این نتایج دست یافتند. که رابطه معناداری بین بهزیستی روانشناختی و شادکامی وجود دارد.

مداحی و همکاران (۱۳۹۰)، در مقاله ای به بررسی ارتباط میان جهت گیری مذهبی و بهزیستی روانشناختی در دانشجویان پرداختند. با استفاده از روش همبستگی و تعداد ۷۱ نفر با روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای از دانشکده مدیریت، حقوق و روانشناسی انتخاب شدند. برای جمع آوری داده، از مقیاس های جهت گیری مذهبی و بهزیستی روانشناختی (کارول) استفاده شده است. نتایج نشان داد که بین نمره ی جهت گیری مذهبی درونی و بیرونی با بهزیستی روانشناختی از نظر آماری معنادار بود و جهت گیری مذهبی (درونی - بیرونی)، قابلیت پیش بینی بهزیستی روانشناختی را دارد و هر چه میزان جهت گیری مذهبی جوانان درونی تر باشد، بهزیستی روانشناختی آنها بیشتر خواهد بود و هر چه میزان جهت گیری مذهبی جوانان بیرونی تر باشد، بهزیستی روانشناختی آنها کمتر خواهد بود. از سوی دیگر جهت گیری مذهبی قابلیت پیش بینی بهزیستی روانشناختی را دارد.

¹ - Strumpfer

² - Ryff

³ - Keyes

⁴ - Life-span

⁵ - Neugarten

⁶ - Myeris

⁷ - Diener

میکائیلی (۱۳۸۹)، در مقاله ای به بررسی وضعیت بهزیستی روانشناختی دانشجویان دوره ی کارشناسی دانشگاه ارومیه پرداخت. با استفاده از آزمون تی و تحلیل واریانس ۳۷۶ نفر از بین دانشجویان رشته های مختلف کارشناسی با بهره گیری از نمونه گیری چند مرحله ای به نتایج دست یافتند که بین مؤلفه های بهزیستی روانشناختی بین دو جنس تفاوت معناداری وجود دارد که غیر از مؤلفه های هدفمندی در زندگی در سایر مؤلفه ها دختران دانشجو وضعیت بهتری نسبت به پسران دانشجو داشتند. بررسی تفاوت بهزیستی روانشناختی در بین ورودی های مختلف تفاوت معنی داری نشان نداد ($P>0.05$).

نوبی نژاد و فروغان (۱۳۸۷)، به بررسی تاثیر مشاوره گروهی با رویکرد معنا درمانی بر سلامت روان زنان سالمند پرداختند. نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده ها حاکی از آن بود که کاربرد مشاوره ی گروهی با رویکرد معنا درمانی موجب افزایش سطح سلامت روان، کاهش میزان اضطراب و فشار روانی و نیز کاهش اختلال در کنش اجتماعی زنان سالمند گردیده است اما در کاهش میزان شکایات جسمانی تأثیر چشمگیری نداشته است.

جوهانس و برندستاتر و کرامر^۱ (۲۰۱۰)، در مطالعه ای، تعداد ۱۰۰ بیمار به تکمیل معیار برنامه زمان بندی شده برای ارزشیابی معنا و مفهوم در زندگی را مورد بررسی قرار دادند. طبق این تحقیق، بیماران نیازمند به درمان از طریق مسکن تمایل بیشتری دارند تا شریک یا همسر یا دوستان و اوقات فراغت، معنویت، سلامت، طبیعت و لذت و شادی را به عنوان زمینه های معنادار لیست کنند. همچنین با بررسی ارزیابی های مبنی بر رضایت و توافق، باید اشاره کرد که نمرات رضایت از خانواده، شریک یا همسر، معنویت و امور مالی در این بیماران نسبتاً بالا بوده است.

کینگ، هیگز^۲ (۲۰۰۷)، به شواهدی آزمایشی و همبستگی در زمینه ارتباط قوی بین عاطفه مثبت و معنای زندگی دست یافتند و بیان کردند که انسان ها غالباً در کنار دیگر کیفیات زندگی شان از عواطف به عنوان اطلاعات در دسترس خود برای قضاوت درباره معنای زندگی استفاده و به آن ها اعتماد می کنند.

بوستال^۳ (۱۹۹۰)، از یک بانک اطلاعاتی، جمع آوری شده در اواسط دهه ۱۹۸۰ استفاده کردیم که بیش از ۹۰۰۰ مرد و زن از هفت فرهنگ خواسته بود تا ارزیابی کنند که در همسران بالقوه شان چه مقدار خصوصیات از قبیل ثبات هیجانی، پختگی، سنخیت دینی یا تحصیلی و شجاعت را خواستارند. در خصوص توانایی همسر برای تامین منابع مادی به سه ویژگی توجه کردیم: وجود آینده مالی خوب، داشتن رتبه یا منزلت اجتماعی مطلوب و داشتن صفاتی چون بلند پروازی و ساعی بودن، برای اندازه گیری میزان امنیتی که ممکن است زنان در فرهنگ های مربوطه شان از آن برخوردار باشند داده هایی از منابع سازمان ملل را درباره دو موضوعی که به طور خاص با امنیت زنان مرتبط است به کار بردیم. اولاً آزادی زنان در فرزندآوری و زندگی خانواده شان حمایت کرده است. ثانیاً برابری آموزش زنان یا تعیین درصد زنانی که در مقایسه با مردان می توانستند بخوانند و بنویسند و آموزش ابتدایی و متوسطه را گذرانده بودند سنجیده شد (بیاون^۴، ۱۹۸۹).

سیرجی، مدو^۴، راتز^۵ و همکاران (۱۹۹۸)، بیش از ۱۲۰۰ بزرگسال از ایالات متحده، کانادا، استرالیا، چین و ترکیه را درخصوص رضایت از زندگی، سطح مادی گرایی و میزان تماشای تلویزیون بررسی کردند.

اسوالر^۵ (۱۹۹۷)، با عنایت به مطالعات صورت گرفته در ایالات متحده و کشورهای اتحادیه اروپایی اظهار می دارد که پول شادی می آورد ولی اثر آن محدود بوده و گاهی به لحاظ آماری معنی دار نیست از طریق بیکاری به ویژه زمانی که با از دست رفتن منبع درآمد همراه باشد، افراد را ناشاد می کند.

برادبرن (۱۹۶۹)، نشان داد که عاطفه مثبت، ارتباط مشخص و واضحی با درآمد داشت و این ارتباط از میزان ۳۳٪ برای فقیرترین گروه تا ۷۵٪ برای غنی ترین گروه متفاوت بود. بیکاری بر هر جنبه ی از شادکامی از قبیل عاطفه ی مثبت، رضایت از زندگی، عاطفه ی منفی تأثیر گذار است و همچنین افسردگی، خودکشی، عزت نفس پایین از پیامدهای بیکاری می باشد. که جنبه های مختلف شادکامی پایین هستند (آرگایل ۲۰۰۱).

۴- روش شناسی پژوهش

پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و روش توصیفی و از نوع همبستگی بود. از پرسشنامه جهت گردآوری داده ها و بررسی روابط بین متغیرهای است. جامعه آماری پژوهش حاضر، دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه که ۳۰۰۰ نفر در سال تحصیلی ۱۳۹۷-

1- Johannes, Brandstatter &Kramer

2 - Bussetal

3 - byaun. Andwic kluna

4-meado

5-raltz

۱۳۹۶ می باشند از جامعه مورد نظر که ۳۰۰۰ نفر بود براساس جدول مورگان و تعداد ۳۴۰ نفر نمونه انتخاب شد. برای جمع آوری اطلاعات، از پرسشنامه بهزیستی روانشناختی، ارزش درونی - بیرونی و معناخواهی در زندگی (MLQ) استفاده شده است و همچنین برای توصیف ویژگی های جمعیت شناختی دانشجویان دانشگاه آزاد ارومیه از چک لیست استفاده شده است. داده های بدست آمده و انجام تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار آماری SPSS و بهره گیری از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و تجزیه تحلیل رگرسیون جهت نیل به اهداف پژوهش استفاده شد.

۵- یافته های پژوهش

جدول ۱- فراوانی نمونه و درصد فراوانی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه

متغیر	فراوانی	درصد فراوانی
سن	زیر ۲۰ سال	۷۰
	۲۰ تا ۲۵ سال	۱۳۰
	۲۵ تا ۳۰ سال	۱۲۰
بالای ۳۰ سال	۲۰	۶
تعداد	۳۴۰	۱۰۰

با توجه به جدول (۱)، بالاترین درصد سنی مربوط به وضعیت سنی ۲۰ تا ۲۵ سال که ۳۸.۲ درصد را به خود اختصاص داده است و کمترین که ۵ درصد می باشد مربوط به وضعیت سنی بالای ۳۰ سال می باشد.

جدول (۲): فراوانی و درصد فراوانی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی ارومیه

متغیر	فراوانی	درصد فراوانی
شغل	کاردانی	۸۹
	کارشناسی	۱۲۰
	کارشناسی ارشد	۱۳۱
		۲۶۱
		۳۵۲
		۳۸۵

با توجه به جدول (۲)، بالاترین درصد مربوط به مقطع تحصیلی کارشناسی ارشد که ۳۷.۶ درصد را به خود اختصاص داده است و کمترین درصد مربوط به مقطع تحصیلی کاردانی که ۲۶.۱ درصد است، می باشد.

جدول (۳): نتایج آزمون کولموگروف - اسمیرنوف و نتایج آزمون لوین متغیرهای تحقیق

متغیرها	آزمون K-S	
	آماره Z	سطح معناداری
بهزیستی روانشناختی	خودپذیری	۰/۳۹
	رشد شخصی	۰/۲۶
	ارتباط و صمیمت	۰/۹۷
	حس اجتماعی طلب	۰/۸۲
	یادگیری	۰/۴۷
ارزش درونی - بیرونی	ارزش درونی	۰/۶۳
	ارزش بیرونی	۰/۲۱
معناخواهی	معناخواهی در زندگی	۰/۷۹
نتیجه	توزیع نرمال	۰/۲۲۷
	توزیع نرمال	۰/۹۶۳
نتیجه	توزیع نرمال	۰/۴۸۴
	توزیع نرمال	۰/۶۷۴
نتیجه	توزیع نرمال	۰/۱۱۳
	توزیع نرمال	۰/۳۲۲
نتیجه	توزیع نرمال	۰/۲۴۱
	توزیع نرمال	۰/۱۱۵

براساس نتایج جدول (۳)، توزیع نرمال، ارزش های درونی - بیرونی، بهزیستی روانشناختی و متغیر وابسته (معناخواهی در زندگی) برقرار است.

جدول (۴): ضریب همبستگی پیرسون بین ارزش های درونی - بیرونی و بهزیستی روانشناختی و معناخواهی در زندگی

متغیر	معناخواهی در زندگی	خودپذیری	رشد شخصی	ارتباط و صمیمت	حس اجتماعی طلب	یادگیری	ارزش درونی - بیرونی
معناخواهی در زندگی	۱						
خودپذیری	۰/۲۳-	۱					
رشد شخصی	۰/۱۳	۰/۲۷	۱				
ارتباط و صمیمت	۰/۳۴	۰/۲۱	۰/۳۸	۱			
حس اجتماعی طلب	۰/۳۹	۰/۲۵	۰/۱۹	۰/۳۱	۱		
یادگیری	۰/۳۶	۰/۱۷	۰/۲۳	۰/۳۳	۰/۳۷	۱	
ارزش درونی - بیرونی	۰/۳۴-	۰/۳۶	۰/۲۳	۰/۲۲	۰/۳۰	۰/۳۵	۱

نتایج حاصل از ضریب همبستگی (جدول ۴)، نشان می دهد که بین بهزیستی روانشناختی و معناخواهی در زندگی همبستگی معنی داری وجود داشت. به طوری که بین خودپذیری و معناخواهی در زندگی همبستگی ۰/۲۳- وجود داشت ($p \leq 0/01$) و بین مقیاس های بهزیستی روانشناختی و معناخواهی همبستگی مثبت و معنی داری وجود دارند ($p \leq 0/01$). در واقع بدین مفهوم است که با افزایش خودپذیری میزان معناخواهی در زندگی کاهش می یابد یعنی با هر افزایش ۴ درصد از میزان معناخواهی کاسته می شود.

بین ارزش های درونی - بیرونی و معناخواهی در زندگی همبستگی معنی داری وجود دارد. ارزش های درونی - بیرونی با معناخواهی در زندگی رابطه منفی و معناداری وجود دارد ($p \leq 0/01$). بدین مفهوم است که با افزایش ارزش های درونی - بیرونی (تأثیر پول و مادیات بر روح (درونی) و بر کالاهای و تجملات (بیرونی) میزان معناخواهی در زندگی افزایش می یابد یعنی با هر افزایش در ارزش های درونی - بیرونی، ۹ درصد معناخواهی در زندگی کاهش می یابد. پس بین ارزش های درونی - بیرونی و معناخواهی در زندگی دانشجویان همبستگی و رابطه معناداری وجود دارد.

در تحلیل رگرسیون همزمان، مقیاس های بهزیستی روانشناختی و ارزش های درونی - بیرونی و معناخواهی در زندگی را وارد معادله رگرسیونی شدند که طبق یافته های به دست آمده هر کدام از متغیرهای مستقل تأثیرات مثبت یا منفی بر متغیر وابسته گذاشته اند. نتایج تحلیل رگرسیونی در جدول شماره جدول (۵) آمده است.

جدول (۵): خلاصه مدل رگرسیونی همزمان

R	ضریب تعیین	ضریب تعیین تعدیل شده	خطای اندازه گیری	دوربین - واتسون				
				مربع R تصحیح شده	F تصحیح شده	df1	df2	احتمال F تصحیح شده
۰/۳۸۲	۰/۱۴۲	۰/۳۴۶	۷/۴۳۵	۰/۳۷۳	۲۰/۱۱۲	۱۰	۳۲۷	۰/۰۱

داده های جدول (۵)، حاکی از آن است که ضریب همبستگی همزمان (R)، معادل ۰/۳۸۲ می باشد که بیانگر این نکته است که بهزیستی روانشناختی و ارزش های درونی - بیرونی به طور همزمان به مقدار ۰/۱۴ با معناخواهی در زندگی همبستگی داشته اند. همچنین، ضریب تعیین یا سنج همخوانی (که بیانگر تغییرات در واریانس متغیر وابسته، بر اثر نوسانات متغیر مستقل است) معادل ۰/۱۴ محاسبه شده است که حاکی از آن است که ۱۴ درصد از تغییرات در معناخواهی در زندگی، از طریق متغیرهای مستقل مذکور قابل توضیح است. هم چنین ستون مربوط به ضریب تعیین اصلاح شده، نیز نشان می دهد که ۳۴/۶ درصد از تغییرات در میزان معناخواهی در زندگی در جامعه آماری، توسط متغیرهای مذکور قابل توضیح و تبیین است. نسبت F مشاهده شده جهت آزمون معناداری ضریب تعیین، معادل ۲۰/۱۱۲ محاسبه گردید که در سطح ۰/۰۱ معنی دار بوده است.

جدول (۶): نتایج ضریب همبستگی پیرسون بین ارزش های درونی با بهزیستی روانشناختی

بهزیستی روانشناختی	همبستگی پیرسون (r)	سطح معنی داری (sig)
ارزش درونی	۰/۱۶	۰/۰۰۰

رابطه این دو متغیر با آزمون آماری پیرسون مورد بررسی قرار گرفت. نتایج با توجه به سطح معنی داری نشان می دهد بین ارزش درونی با بهزیستی روانشناختی در بین دانشجویان دانشگاه ازاد ارومیه معنی داری مشاهده شده است بطوری که سطح معنی

داری (۰/۰۱) کمتر از ۰/۰۵ است. بدین معنی که بین ارزش درونی و بهزیستی روانشناختی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه رابطه مستقیم معنی داری مشاهده شده است بدین مفهوم با هر واحد افزایش میزان ارزش های درونی (تأثیر مادیات بر روح و روان)، به میزان ۱۶ درصد بهزیستی روانشناختی افزایش می یابد.

نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون همزمان ارزش های درونی در بهزیستی روانشناختی در جدول (۷)، نشان داده شده است. در تحلیل رگرسیون همزمان، مقیاس های ارزش های درونی و بهزیستی روانشناختی را وارد معادله رگرسیونی شدند که طبق یافته های به دست آمده هر کدام از متغیرهای مستقل تأثیراتی مثبت بر بهزیستی روانشناختی گذاشته اند. نتایج تحلیل رگرسیونی در جدول (۷)، آمده است

جدول (۷): خلاصه مدل رگرسیونی همزمان

R	ضریب تعیین	ضریب تعیین تعدیل شده	خطای اندازه گیری	دوربین - واتسون				
				مربع R	F تصحیح شده	df1	df2	F احتمال تصحیح شده
-۰/۳۴	۰/۱۱۵۶	۰/۵۱۲	۶/۹۸۶	۰/۲۹۸	۲۳/۲۱۳	۱۰	۳۲۷	۰/۰۱

داده های جدول (۷)، حاکی از آن است که ضریب همبستگی چندگانه (R)، معادل ۰/۳۴ می باشد که بیانگر این نکته است که ارزش درونی، به طور همزمان به مقدار ۰/۵۳ با بهزیستی روانشناختی همبستگی داشته اند. همچنین، ضریب تعیین یا سنج هم خوانی (که بیانگر تغییرات در واریانس متغیر وابسته، بر اثر نوسانات متغیر مستقل است) معادل ۰/۱۱۵ محاسبه شده است که حاکی از آن است که ۱۱ درصد از تغییرات در بهزیستی روانشناختی، از طریق متغیرهای مستقل مذکور قابل توضیح است. هم چنین ستون مربوط به ضریب تعیین اصلاح شده، نیز نشان می دهد که ۵۱/۲ درصد از تغییرات در میزان بهزیستی روانشناختی در جامعه آماری، توسط متغیرهای مذکور قابل توضیح و تبیین است. نسبت F مشاهده شده جهت آزمون معناداری ضریب تعیین، معادل ۲۳/۲۱۳ محاسبه گردید که در سطح ۰/۰۱ معنی دار بوده است.

جدول (۸): ضریب همبستگی ارزش های بیرونی و بهزیستی روانشناختی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی ارومیه

بهبودی روانشناختی	همبستگی پیرسون (r)	سطح معنی داری (sig)
ارزش بیرونی	-۰/۰۸	۰/۲۹

رابطه این دو متغیر با آزمون آماری پیرسون مورد بررسی قرار گرفت. نتایج با توجه به سطح معنی داری نشان می دهد بین ارزش های بیرونی با بهزیستی روان شناختی در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه تفاوت معنی داری مشاهده نشده است. بطوری که که سطح معنی داری بالاتر از ۰/۰۵ می باشد. بدین معنی که بین ارزش بیرونی و بهزیستی روان - شناختی رابطه معنی داری مشاهده نشده است.

در تحلیل رگرسیون همزمان، مقیاس های ارزش های بیرونی و بهزیستی روانشناختی را وارد معادله رگرسیونی شدند که طبق یافته های به دست آمده هر کدام از متغیرهای مستقل تأثیراتی منفی بر بهزیستی روانشناختی گذاشته اند. نتایج تحلیل رگرسیونی در جدول شماره جدول (۹) آمده است.

جدول (۹): خلاصه مدل رگرسیونی

R	ضریب تعیین	ضریب تعیین تعدیل شده	خطای اندازه گیری	دوربین واتسون				
				مربع R	F تصحیح شده	df1	df2	F احتمال تصحیح شده
۰/۳۵	۰/۱۲۲	۰/۳۷۶	۸/۶۵۸	۰/۲۵۶	۲۱/۳۲۶	۱۰	۳۲۸	۰/۰۱

داده های جدول (۹)، حاکی از آن است که ضریب همبستگی چندگانه (R)، معادل ۰/۳۵ می باشد که بیانگر این نکته است که ارزش بیرونی به طور همزمان به مقدار ۰/۳۵ با بهزیستی روانشناختی همبستگی داشته اند. همچنین، ضریب تعیین یا سنج همخوانی (که بیانگر تغییرات در واریانس متغیر وابسته، بر اثر نوسانات متغیر مستقل است) معادل ۰/۱۲ محاسبه شده است که حاکی از آن است که ۱۲ درصد از تغییرات در بهزیستی روانشناختی، از طریق متغیرهای مستقل مذکور قابل توضیح است. هم چنین ستون مربوط به ضریب تعیین اصلاح شده، نیز نشان می دهد که ۳۷/۶ درصد از تغییرات در میزان بهزیستی روانشناختی در جامعه آماری، توسط متغیرهای مذکور قابل

توضیح و تبیین است. نسبت F مشاهده شده جهت آزمون معناداری ضریب تعیین، معادل $۲۱/۳۲۶$ محاسبه گردید که در سطح $۰/۰۱$ معنی دار بوده است.

جدول (۴-۱۰): ضریب همبستگی ارزش درونی و معناخواهی در زندگی

معناخواهی در زندگی	همبستگی پیرسون (r)	سطح معنی داری (sig)
ارزش درونی	۰/۳۷	۰/۰۰۱

رابطه این دو متغیر با آزمون آماری پیرسون مورد بررسی قرار گرفت. نتایج با توجه به سطح معنی داری نشان می دهد بین ارزش درونی با معناخواهی در زندگی در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه تفاوت معنی داری مشاهده شده است. بطوریکه که سطح معنی داری در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه ($sig=۰/۰۰۱$) کمتر از $۰/۰۵$ است. بدین معنی که بین ارزش درونی و معناخواهی در زندگی رابطه مستقیم معنی داری مشاهده شده است. در تحلیل رگرسیون همزمان، مقیاس های ارزش های درونی و بهزیستی روانشناختی را وارد معادله رگرسیونی شدند که طبق یافته های به دست آمده هر کدام از متغیرهای مستقل تأثیراتی مثبت بر معناخواهی در زندگی گذاشته اند. نتایج تحلیل رگرسیونی در جدول (۱۱) آمده است.

جدول (۱۱): خلاصه مدل رگرسیونی

R	ضریب تعیین	ضریب تعیین تعدیل شده	خطای اندازه گیری	دوربین - واتسون				
				مربع	F	df1	df2	احتمال F تصحیح شده
				R تصحیح شده	تصحیح شده			
۰/۴۵	۰/۲۰۲۵	۰/۴۱۳	۶/۲۳۲	۰/۳۵۶	۲۸/۳۲	۱۰	۳۲۸	۰/۰۱

داده های جدول (۱۱)، حاکی از آن است که ضریب همبستگی چندگانه (R)، معادل $۰/۴۵$ می باشد که بیانگر این نکته است که ارزش بیرونی به طور همزمان به مقدار $۰/۴۵$ با معناخواهی در زندگی همبستگی داشته اند. همچنین، ضریب تعیین یا سنج همخوانی (که بیانگر تغییرات در واریانس متغیر وابسته، بر اثر نوسانات متغیر مستقل است) معادل $۰/۲۰$ محاسبه شده است که حاکی از آن است که ۲۰ درصد از تغییرات در معناخواهی در زندگی، از طریق متغیرهای مستقل مذکور قابل توضیح است. هم چنین ستون مربوط به ضریب تعیین اصلاح شده، نیز نشان می دهد که $۴۱/۳$ درصد از تغییرات در میزان معناخواهی در جامعه آماری، توسط متغیرهای مذکور قابل توضیح و تبیین است. نسبت F مشاهده شده جهت آزمون معناداری ضریب تعیین، معادل $۲۸/۳۲۰$ محاسبه گردید که در سطح $۰/۰۱$ معنی دار بوده است.

جدول (۱۲): نتایج ضریب همبستگی پیرسون بین ارزش های بیرونی و معناخواهی در زندگی

معناخواهی در زندگی	همبستگی پیرسون (r)	سطح معنی داری (sig)
ارزش بیرونی	۰/۲۹	۰/۰۱

رابطه این دو متغیر با آزمون آماری پیرسون مورد بررسی قرار گرفت. نتایج با توجه به سطح معنی داری نشان می دهد بین ارزش بیرونی و معناخواهی در زندگی در بین دانشجویان دانشگاه آزاد ارومیه رابطه معنی داری دارد. بطوری که که سطح معنی داری کمتر از $۰/۰۵$ می باشد. بدین معنی که بین ارزش های بیرونی و معناخواهی در زندگی دانشجویان رابطه معنی داری دارد. در تحلیل رگرسیون همزمان، مقیاس های ارزش های بیرونی و معناخواهی در زندگی را وارد معادله رگرسیونی شدند که طبق یافته های به دست آمده هر کدام از متغیرهای مستقل تأثیراتی مثبت بر معناخواهی در زندگی گذاشته اند. نتایج تحلیل رگرسیونی در جدول (۱۳) آمده است.

جدول (۱۳): خلاصه مدل رگرسیونی همزمان

R	ضریب تعیین	ضریب تعیین تعدیل شده	خطای اندازه گیری	دوربین - واتسون				
				مربع R تصحیح شده	F تصحیح شده	df1	df2	احتمال F تصحیح شده
.۴۶	.۲۱۱	.۳۴۱	۸.۴۳۲	.۲۵۶	۲۴.۲۱	۱۰	۳۲۸	.۰۱

داده های جدول (۱۳)، حاکی از آن است که ضریب همبستگی چندگانه (R)، معادل .۴۶ می باشد که بیانگر این نکته است که ارزش بیرونی به طور همزمان به مقدار .۴۶ با معناخواهی در زندگی همبستگی داشته اند. همچنین، ضریب تعیین یا سنجه همخوانی (که بیانگر تغییرات در واریانس متغیر وابسته، بر اثر نوسانات متغیر مستقل است) معادل .۲۱۱ محاسبه شده است که حاکی از آن است که ۲۱ درصد از تغییرات در معناخواهی در زندگی، از طریق متغیرهای مستقل مذکور قابل توضیح است. هم چنین ستون مربوط به ضریب تعیین اصلاح شده، نیز نشان می دهد که ۳۴/۱ درصد از تغییرات در میزان معناخواهی در زندگی در جامعه آماری، توسط متغیرهای مذکور قابل توضیح و تبیین است. نسبت F مشاهده شده جهت آزمون معناداری ضریب تعیین، معادل ۲۴/۲۱۰ محاسبه گردید که در سطح .۰۱ معنی دار بوده است.

جدول (۱۴): نتایج ضریب همبستگی پیرسون بین بهزیستی روانشناختی و معناخواهی در زندگی

معناخواهی در زندگی	همبستگی پیرسون (r)	سطح معنی داری (sig)
بهزیستی روان شناختی	.۰۲۵	.۰۰۱

رابطه این دو متغیر با آزمون آماری پیرسون مورد بررسی قرار گرفت. نتایج با توجه به سطح معنی داری نشان می دهد که بین بهزیستی روانشناختی با معناخواهی در زندگی در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه رابطه معنی داری مشاهده شده است بطوری که که سطح معنی داری کمتر از .۰۵ می باشد. بدین معنی که هر چه میزان بهزیستی روانشناختی بیشتر شود معنا خواهی در زندگی آنان بیشتر می شود.

در تحلیل رگرسیون همزمان، مقیاس های بهزیستی روانشناختی و معناخواهی در زندگی را وارد معادله رگرسیونی شدند که طبق یافته های به دست آمده هر کدام از متغیرهای مستقل تأثیراتی مثبتی بر معنا خواهی در زندگی گذاشته اند. نتایج تحلیل رگرسیونی در جدول (۱۵) آمده است.

جدول (۱۵): خلاصه مدل رگرسیونی همزمان

R	ضریب تعیین	ضریب تعیین تعدیل شده	خطای اندازه گیری	دوربین - واتسون				
				مربع R تصحیح شده	F تصحیح شده	df1	df2	احتمال F تصحیح شده
.۴۷	.۲۲	.۴۲۱	۷.۰۰۲	.۳۷۶	۲۴.۵۴۳	۱۰	۳۲۸	.۰۱

داده های جدول (۱۵) حاکی از آن است که ضریب همبستگی چندگانه (R)، معادل .۴۷ می باشد که بیانگر این نکته است که بهزیستی روانشناختی به طور همزمان به مقدار .۴۷ با معناخواهی در زندگی همبستگی داشته اند. همچنین، ضریب تعیین یا سنجه همخوانی (که بیانگر تغییرات در واریانس متغیر وابسته، بر اثر نوسانات متغیر مستقل است) معادل .۲۲ محاسبه شده است که حاکی از آن است که ۲۲ درصد از تغییرات در معناخواهی در زندگی، از طریق متغیرهای مستقل مذکور قابل توضیح است. هم چنین ستون مربوط به ضریب تعیین اصلاح شده، نیز نشان می دهد که ۴۲/۱ درصد از تغییرات در میزان معناخواهی در زندگی در جامعه آماری، توسط متغیرهای مذکور قابل توضیح و تبیین است. نسبت F مشاهده شده جهت آزمون معناداری ضریب تعیین، معادل ۲۴/۵۴۳ محاسبه گردید که در سطح .۰۱ معنی دار بوده است.

۷- بحث و نتیجه گیری

این پژوهش با هدف بررسی رابطه بین ارزش های درونی - بیرونی، بهزیستی روانشناختی بر معناخواهی در زندگی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ انجام گردید. با توجه به یافته های تحقیق، بالاترین درصد سنی مربوط به وضعیت سنی ۲۰ تا ۲۵ سال که ۳۸.۲ درصد را به خود اختصاص داده است و کمترین که ۵ درصد می باشد که مربوط به وضعیت سنی بالای ۳۰ سال و بالاترین درصد مربوط به مقطع تحصیلی کارشناسی ارشد که ۳۸/۵ درصد و کمترین درصد مربوط به مقطع تحصیلی کاردانی که ۲۶.۱ درصد است و پسران در بهزیستی روانشناختی (حس اجتماعی طلب و ارتباط و صمیمت)، از میانگین بالاتری نسبت به دختران برخوردار بودند ($P < .01$). دختران از میانگین بیشتری در ارزش های درونی - بیرونی و از معناخواهی کمتری نسبت به پسران در زندگی برخوردار بودند.

با توجه به نتایج تحقیق می توان تبیین نمود که شادی و خصوصاً عاطفه مثبت به طور قوی با برون گرایی همبستگی دارد و عاطفه منفی به طور قوی با روان نژندی همبستگی دارد. بعضی محققان اینگونه نتیجه گیری کرده اند که پول، ارتباطات اجتماعی، کار، تفریح، مذهب و دیگر متغیرهای محیطی، اثر تعیین کننده بیشتری در شادی دارد و بعضی از این متغیرها اثر قوی بر شادی دارد و ارزش های درونی - بیرونی و بهزیستی روانشناختی بر معناخواهی در زندگی دانشجویان تأثیر دارد. ارزش های بیرونی در واقع مسایلی که در بیرون برای انسان ارزش و باعث خلا بین انسان می شود تأثیراتی بر سلامت روانی دانشجویان می گذارد. سلامت روانی تأثیرات مثبت بر زندگی و سلامت عمومی می گذارد و باعث بهبود معناخواهی در زندگی دانشجویان که سرمایه انسانی جامعه هستند، می شوند.

۷-۱- پیشنهادات پژوهش

برای پر بار شدن پژوهش های انجام یافته به ویژه پژوهش حاضر و برای دستیابی به اهداف کلی و جزئی آن در گستره وسیع پیشنهاد می شود که :

- پیشنهاد می شود الگوی آموزش بهزیستی روانشناختی و معناخواهی در زندگی و ارتباط آنها با ارزش های درونی - بیرونی توسط روانشناسان و مشاورین، برنامه ریز ی مورد توجه قرار گیرد.
- عوامل مؤثر بر ارزش های درونی - بیرونی شناسایی و به دانشجویان و سایر جامعه آموزش داده شود.

۷-۲- محدودیت های پژوهش

- مختص بودن نمونه به دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد ارومیه .
- کوچک بودن نمونه و عدم مقایسه آن با سایر جوامع.

فهرست منابع:

- امیدیان، مرتضی (۱۳۸۶)، بررسی وضعیت سلامت عمومی و شادکامی در دانشجویان دانشگاه یزد، مطالعات تربیتی و روانشناسی دانشگاه فردوسی، دوره دهم، شماره ۱.
- ایزنک، مایکل (۱۳۷۵)، روانشناسی شادی، ترجمه، مهرداد فیروز بخت و خشایار بیگی، تهران، انتشارات بدر.
- اوکن، رودلف (۱۳۵۶)، معنا و اوج زندگی، سید ضیاء الدین دهشیری، تهران: دانشگاه تهران.
- کاسر، تیم، (۱۹۹۶)، بهای سنگین مادی گرایی، تهران، ترجمه: میلاد سبزه آرا و مصطفی محمدی، ۱۳۹۵، انتشارات فتنوس.
- صالحی، لیلی، دهقان نیری، ناهید. (۱۳۸۶)، شادمانی در دانشجویان دانشگاه هنر اصفهان و عوامل همبسته با آن، مجموعه مقالات دومین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان، دانشگاه تربیت مدرس، ۸۷-۸۴.
- عابدی، محمدرضا. میرشاه جعفری، سید ابراهیم، لیاقت دار، محمد جواد. (۱۳۸۳). هنجاریابی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه های اصفهان. اصفهان، معاونت پژوهشی دانشگاه.
- علی پور، آگاه هریس، م (۱۳۸۶)، اعتبار و روایی فهرست شاد کامی در ایرانیها. نشریه روانشناسی تحولی. دوره ۳ شماره ۱۲، صفحه ۲۸۷ تا صفحه ۲۹۸.
- فرانکل، ویکتور (۱۳۸۶)، انسان در جستجوی معنا. ترجمه نهضت صالحیان، مهین میلانی، تهران: نشر درس.
- کارلسون، ریچارد (۱۳۸۰)، زندگی شادمانه، ترجمه پرویز شریفی درآمدی، تهران: انتشارات روان سنجی.
- کرمی نوری، رضا؛ مکرری، آذرخش؛ محمدی فر، محمد؛ پزدانی، اسماعیل (۱۳۸۱)، مطالعه عوامل مؤثر بر احساس شادی و بهزیستی در دانشجویان دانشگاه تهران، مجله روانشناسی و علوم تربیتی، دوره ۳۲، شماره ۱.
- لواسانی، غلامعلی، مسعود؛ ارژنه ای؛ جواد و محمدی مصیری، فرهاد. (۱۳۹۲). رابطه و معنا زندگی و خوش بینی با بهزیستی ذهنی. سال هفدهم، شماره ۱.
- میکائیلی، فرزانه (۱۳۸۹)، بررسی وضعیت بهزیستی روانشناختی دانشجویان دوره ی کارشناسی دانشگاه ارومیه، فصلنامه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گناباد، (۱۶).
- مکی آبادی، ملیحه؛ قربانعلی، فتحی اقدام، قربانعلی (۱۳۹۴)، رابطه بین بهزیستی روانشناختی و شادکامی، اولین کنفرانس بین المللی پژوهشهای نوین در علوم انسانی، ۸-۱.
- مداحی، محمد ابراهیم، صمد زاده، منا؛ کیخای فرزانه، محمد مجتبی (۱۳۹۰)، بررسی ارتباط میان جهت گیری مذهبی و بهزیستی روان شناختی در دانشجویان، روانشناسی تربیتی، دوره ۲، شماره ۱، ۶۳-۵۳.
- نوابی نژاد، شکوه؛ فروغان، مهشید و فخار، فرشاد. (۱۳۸۷). تأثیر مشاوره گروهی با رویکرد معنا درمانی بر سطح سلامت روان زنان سالمند. مجله سالمندی ایران، سال سوم، شماره ۷، ۲۱-۹.

- Allport, G. (1961). Basic Considerations for a Psychology of Personality. New Haven: Yale University Press.
- Ana. (2004). Plato's Republic (B. Jowett, Trans). New York: Agora Publication.
- Argyle, M. (1989). The happiness of extraverts. Personality and individual differences. 11, 1011-1017.
- Asleter L. (1996). Efficacy of problem solving therapy for depression and suicide potential in adolescents and young adults. Cognitive therapy and research. 32, 227-248.
- Alove, G, Abramson, P. (1979). Review of the concept of Quality of Life assessment and discussion of the present trend in clinical research. Nephrol Dial Transplant, 13: 65-69.
- Adegeton, M. Shama, N (2004). Psychological reactions to menopause: A sociological study. Columbia University.
- Aretia A, Creatsaa M, Lambrinouadaki, I. (2002). Determinants of quality of life in Greek middleage.
- Kessler RC. (1996.). How healthy are we? A national study of well-being at midlife. Chicago: University of Chicago Press: 273-319.
- Kwan Christine ML; Love GD; Ryff CD; Essex, Marilyn J. The role of self-enhancing evaluations in a successful life transition. Psychol Aging 2003; 18 (1):3-12.
- Karel Young, S, (1932). Women's perception and experience of menopause: a focus group study. J Psychosom Obstet Gynaecol, 16(4): 215-21
- Vagnon, A. (1999). The experience of the menopause. Review francais Gynecology and obstetrics. j health syst res, 80: 191-94.
- Vong, G (1998). Are identity styles important for psychological well-being? Journal of Adolescence Research, 28, 397-409.
- Verkley, A. Stdk. S. (1980). Doing well: The relationship of identity status to three measures of well-being. International Journal of Theory and Research, 7, 289-307.

- Venhun T, (1994). Quality of life assessment in community - dwelling, middle- age, healthy women in Japan. *Climacteric*; 8: 146-53.
- Visenberg, D. Mantzouranis, G., & Biermann, E. (1988). Ego identity in adolescence: Preliminary validation of a French short-form of the EIPQ. *Revue Europeenne de Psychologie Appliquee*, 60, 173-180
- Wud, RN Hung SH, Wang HM, Tai LC(1989). Job satisfaction and quality of life. *The Intenational change. The general psychology*; 9(2):111 – 113.
- Wang, H, Kindig DA, Mullahy J(2007): Variation in Chinese population health related quality.
- Williams, R, Levine, K, Kalilani, L, et al.(2009). Menopause-Specific questionnaire assessment in US population based study shows negative impact on health-related quality of life. *Maturitas*; 62:153-9.
- Wickrama, B. (1995). Political, religious and occupational identities in context: Placing identity status paradigm in context. *Journal of Adolescence*, 31, 241-258.
- Yubo, H., Chomg, R. (2010). Sports participation and happiness: Evidence from US microdata. *Journal of Economic Psychology*, 33, 776–793.