

تأثیر منبع کنترل، خوش بینی و خود کارآمدی بر بهزیستی روان شناختی افراد

میان سال شهرستان رودان

حلیمه رئیسی^۱، جواد کاووسیان^۲، زهرا صفی زاده^۳

1. کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی (نویسنده مسئول)

2. دانشیار و عضو هیئت علمی دانشگاه

3. کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی

• پست الکترونیک نویسنده مسئول raesisihalimeh@gmail.com

• شماره تماس 09175232544

چکیده:

هدف این پژوهش بررسی تأثیر منبع کنترل، خوش بینی و خود کارآمدی بر بهزیستی روان شناختی افراد میان سال شهرستان رودان می باشد. پژوهش حاضر از نوع پژوهش های توصیفی- همبستگی می باشد. نمونه پژوهشی در این بررسی شامل 300 نفر میان سال را شامل می باشد که به روش نمونه گیری هدفمند انتخاب گردیدند که اعضای نمونه پرسشنامه های بهزیستی روان شناختی ریف (2000)، خود کارآمدی عمومی شرز و همکاران (1968)، جهت گیری به زندگی (LOT) شیر و کارور (1985) و منبع کنترل درونی و بیرونی راتر (نوفرستی و همکاران، 1381) را تکمیل نمودند. یافته های پژوهش با استفاده از نرم افزار آماری SPSS و آزمون های رگرسیون چند متغیره و تک متغیره مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج نشان داد که منبع کنترل، خوش بینی و خود کارآمدی بر بهزیستی روان شناختی افراد میان سال شهرستان رودان تأثیر معناداری در جهت مثبت دارد ($p < 0/01$). همچنین یافته ها حاکی از آن بود بین منبع کنترل، خوش بینی و خود کارآمدی همبستگی معناداری در جهت مثبت وجود دارد ($p < 0/01$). یافته ها حاکی از این است که متغیرهای خوش بینی، منبع کنترل و خود کارآمدی علاوه بر دارا بودن ارتباط با یکدیگر، بهزیستی روان شناختی را نیز که از جمله مهم ترین سازه های مثبت روان شناختی است، تحت تأثیر قرار می دهند.

کلید واژگان: خوش بینی، منبع کنترل، خود کارآمدی، بهزیستی روان شناختی، میان سالان.

مقدمه

میان سالی^۴ به منزله مرحله ای از تحول روان شناختی در گستره زندگی یا دوره ای انتقالی تعریف شده است که تغییرهای زیست شناختی، روان شناختی و اجتماعی را در برمی گیرد. این دوره سنی که با عنوان انتقالی میان سالی از آن نام می برند یک رویداد طبیعی و برهنه بهنجار از فرایند تحول در گستره زندگی است و عموماً در اواخر دهه 30 تا آغاز دهه 40 روی می دهد. میان سالی را دوره بازنگری و ارزیابی مجدد گذشته و بازنگری آینده، [1].

با جنبش روان شناسی مثبت نگر^۵ تعریف سلامتی یا بهزیستی روان شناختی تغییر کرده است و سلامتی فقط عدم بیماری نیست بلکه داشتن مؤلفه های مثبت روان شناختی از اهمیت بالایی برخوردار است از مؤلفه های مثبت روان شناختی می توان به خود کارآمدی، منبع کنترل و خوش بینی اشاره کرد [2]. که در این تحقیق به

⁴ Middle age

⁵ Positive psychology