

نقش واسطه‌ای حرمت خود و خودنظم‌جویی در رابطه بین نیازهای اساسی روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی

مریم ناطقی*^۱ و محترم نعمت طاووسی^۲

چکیده

هدف این پژوهش تعیین شناخت رابطه نیازهای اساسی روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی، با توجه به نقش واسطه‌گری حرمت خود و خودنظم‌جویی بود. ۴۶۴ دانشجوی دانشگاه آزاد اسلامی شهر تهران (۳۵۰ دختر، ۱۱۴ پسر) در سال تحصیلی ۹۷-۹۶ به روش تصادفی چندمرحله‌ای به‌عنوان نمونه انتخاب شدند و به فرم کوتاه مقیاس بهزیستی روان‌شناختی، سیاهه چندبعدی حرمت خود، فرم کوتاه پرسشنامه خودنظم‌جویی و مقیاس رضایت و ناکامی از نیازهای اساسی روان‌شناختی پاسخ دادند. نتایج تحلیل مسیر نشان داد که رضایت از نیازهای اساسی روان‌شناختی بر بهزیستی روان‌شناختی اثر مستقیم مثبت و ناکامی از نیازها بر بهزیستی روان‌شناختی اثر مستقیم منفی داشت. همچنین رضایت از نیازهای روان‌شناختی به‌طور غیرمستقیم و از طریق حرمت خود و خودنظم‌جویی بر بهزیستی روان‌شناختی اثر مثبت و ناکامی از نیازهای روان‌شناختی به‌طور غیرمستقیم و از طریق حرمت خود و خودنظم‌جویی بر بهزیستی روان‌شناختی اثر منفی داشت. بر اساس نتایج پژوهش می‌توان دریافت که حرمت خود و خودنظم‌جویی در رابطه بین رضایت و ناکامی از نیازهای اساسی روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی نقش واسطه‌ای ایفا می‌کنند و افزایش حرمت خود و خودنظم‌جویی در افراد می‌تواند نقش مؤثری در افزایش مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی داشته باشد.

کلیدواژه‌ها: بهزیستی روان‌شناختی، حرمت خود، خودنظم‌جویی، نیازهای اساسی روان‌شناختی

۱. نویسنده مسئول: کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی تهران جنوب، تهران، ایران

maryamnatoghi2370@gmail.com

۲. استادیار دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی تهران جنوب، تهران، ایران
- این مقاله برگرفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد در رشته روان‌شناسی بالینی است.
تاریخ ارسال: ۱۳۹۷-۱۲-۰۷ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸-۰۳-۲۲

DOI: 10. 22051/psy. 2019. 24941. 1853

http://psychstudies.alzahra.ac.ir

مقدمه

مفهوم سلامت روانی در سال‌های اخیر توسط گروهی از پژوهشگران حوزه روان‌شناسی مثبت‌نگر^۱ بررسی شده است. آن‌ها با توجه به نظریه‌هایی مانند نظریه خودشکوفایی^۲ مازلو، کنش‌وری کامل^۳ راجرز و انسان بالغ یا نمو یافته^۴ آلپورت و با تأکید بر وجود ویژگی‌های مثبت و توانایی‌های فردی، روی‌آورد نظری و پژوهشی متفاوتی برای تبیین و مطالعه این مفهوم برگزیده‌اند و به جای اصطلاح سلامت روانی از بهزیستی روان‌شناختی^۵ استفاده کرده‌اند (ریان و دسی^۶، ۲۰۰۱ و ریف و سینگر^۷، ۱۹۹۸ نقل از ریف، سینگر و لاو^۸، ۲۰۰۴). در دهه گذشته ریف و سینگر (۱۹۸۹)، نقل از ریف و همکاران، (۲۰۰۴) براساس مبانی فلسفی و با نگاه تحولی به توانایی‌های انسان الگوی بهزیستی روان‌شناختی ارائه داده‌اند که شش عامل پذیرش خود^۹، رابطه مثبت با دیگران^{۱۰}، استقلال عمل^{۱۱}، زندگی هدفمند^{۱۲}، رشد شخصی^{۱۳} و تسلط بر محیط^{۱۴} را دربرمی‌گیرد (ریف و همکاران، ۲۰۰۴).

شواهد تجربی این نکته را آشکار کرده‌اند که بهزیستی روان‌شناختی با عوامل مختلف ارتباط مستقیم دارد. یکی از این عوامل حرمت خود^{۱۵} است. با افزایش حرمت خود، احساس توانمندی و ارزشمندی و تغییرات مثبت مانند افزایش تلاش برای کسب موفقیت، اعتماد به خویش و تمایل به برخورداری از سلامت و بهزیستی روان‌شناختی بیشتر در فرد پدیدار

-
1. positive psychology
 2. self-actualization
 3. full functioning
 4. maturity
 5. psychological well-being
 6. Ryan and Deci
 7. Ryff and Singer
 8. Ryff, Singer and Love
 9. self-acceptance
 10. positive relation with other
 11. autonomy
 12. purpose in life
 13. personal growth
 14. environmental mastery
 15. self-esteem

می‌شود (اورث، روبینز و ویدمن^۱، ۲۰۱۲؛ مرادی و چراغی، ۱۳۹۴). حرمت خود، ارزیابی کلی فرد از ارزش خود و رضایت از خود در برابر نارضایتی از خود (روزنبرگ^۲، ۱۹۶۵ نقل از اومت^۳، ۲۰۱۵)، احساسات فردی مانند پذیرش خود، قدردانی شخصی^۴ و خوددوستداری^۵ را نشان می‌دهد (ادامز و گوللاتا^۶، ۱۹۸۹ نقل از اومت، ۲۰۱۵).

خودنظم‌جویی^۷ از دیگر عواملی است که بهزیستی روان‌شناختی را پیش‌بینی می‌کند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که افراد خودنظم‌جو با مهار آگاهانه رفتار، نتایج اعمال خود را ارزیابی می‌کنند. استانداردها (برای مثال انتظارات ارزش محور^۸)، انگیزش (برای مثال پایبندی به استانداردها^۹) و قدرت اراده^{۱۰} (برای مثال مهار برانگیختگی^{۱۱}) عوامل اصلی تعیین‌کننده خودنظم‌جویی هستند. نارسایی در خودنظم‌جویی به رفتارهای نامطلوب یا خطرناک منجر می‌شود و تأثیرات مهم اجتماعی، اقتصادی یا بهداشتی دارد. در مقابل، افزایش توانایی‌های خودنظم‌جویی مانند مهارت‌های خودکارآمدی^{۱۲} و خودتعیین‌گری^{۱۳} با تسهیل جنبه‌های روند تغییر رفتار، در بهبود وضعیت بهزیستی، سازش‌یافتگی^{۱۴} مشارکت دارند (گرین^{۱۵}، ۲۰۱۴).

برخی از پژوهشگران با تأکید بر نیازهای اساسی روان‌شناختی^{۱۶} (رضایت/ناکامی) نشان داده‌اند ارضای نیازهای اساسی روان‌شناختی با احساس بهزیستی و سلامت روان‌شناختی در ارتباط است (الن و اندرسون^{۱۷}، ۲۰۱۸؛ لامباس و استبان^۱، ۲۰۱۸؛ ونستینکیس^۲ و ریان، ۲۰۱۳).

-
1. Orth, Robins and Widaman
 2. O'Brien
 3. Ümmet
 4. personal appreciation
 5. self-love
 6. Adams and Gullota
 7. self-regulation
 8. value-driven expectancies
 9. adherence to standards
 10. willpower
 11. impulse control
 12. self-efficacy
 13. self-determination
 14. adaptation
 15. Garrin
 - 16.. basic psychological needs
 17. Allen and Anderson

نظریه خودتعیین‌گری یکی از جدیدترین نظریه‌هایی است که نیازهای روان‌شناختی افراد را توضیح می‌دهد (اومت، ۲۰۱۵). این نظریه سه نیاز صلاحیت^۳، استقلال عمل^۴ و وابستگی (ارتباط)^۵ را به‌عنوان نیازهای روان‌شناختی اولیه می‌داند. خودتعیین‌گری از ظرفیت‌های جهان شمولی است که مبنای اعمال و رفتارهای ارادی است و زمانی تحقق می‌یابد که شخص احساس می‌کند توانایی انتخاب رفتارها و تعیین هدف‌های خود را دارد (دسی و ریان، ۲۰۰۰ نقل از دسی و ریان، ۲۰۱۱).

از منظر نظریه خودتعیین‌گری، ارضای نیازهای اساسی روان‌شناختی (رضایت/ناکامی) توسط عوامل اجتماعی‌کننده همچون والدین، صلاحیت و رفتارهای مطلوب اجتماعی و بهزیستی را به‌دنبال دارد (دسی و همکاران، ۲۰۰۰). پژوهش‌های طولی^۶ حاکی از آن است کودکانی که در خانواده‌های مهارگر^۷ زندگی می‌کنند، بیشتر به بازخوردهای کمال‌گرایی خودخواهانه دست می‌یابند که با علائم افسردگی بالاتری در ارتباط است. یکی از سبک‌های والدگری مهارکننده، توجه مشروط^۸ نامیده می‌شود که باعث افزایش دخالت رفتاری والدین و در نتیجه کاهش سلامتی^۹ می‌شود (آسور، روث^{۱۰} و دسی، ۲۰۰۴). پیامد این روش والدگری، حرمت خود مشروط^{۱۱} است (دسی و همکاران، ۱۹۹۵ نقل از وستینکیس و همکاران، ۲۰۱۳). در سطح بین‌فردی^{۱۲} رضایت از نیازهای اساسی روان‌شناختی، سطوح بالای حرمت خود و افزایش رضایت از زندگی^{۱۳} را در پی دارد (اومت، ۲۰۱۵، سوننس^{۱۴} و ونستینکیس، ۲۰۱۰) و در سطح

-
1. Lombas and Esteban
 2. Vansteenkiste
 3. competence
 4. autonomy
 5. relatedness
 6. longitudinal research
 7. controlling families
 8. conditional regard
 9. wellness
 10. Roth and Assor
 11. contingent self-esteem
 12. interindividual
 13. life satisfaction
 14. Soenens

درون‌فردی^۱ تغییرات روزانه در رضایت از نیازهای روان‌شناختی نوسانات روزانه بهزیستی را به دنبال دارد (ونستینکیس و همکاران، ۲۰۱۳).

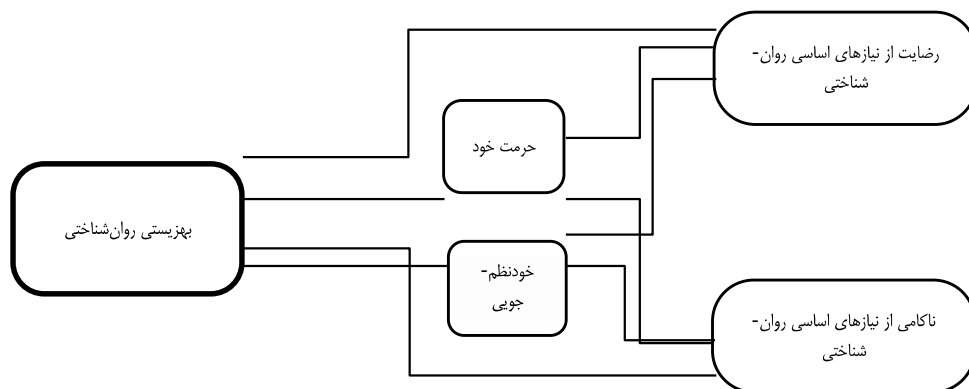
همچنین بسیاری از پژوهش‌ها نشان می‌دهد که زمینه‌های اجتماعی و روابط شخصی که از ارضای نیازهای اساسی حمایت می‌کنند، انگیزه‌های ذاتی، خودنظم‌جویی و سلامتی را تسهیل می‌کنند (دسی و ریان، ۲۰۱۲) بی‌توجهی به وضعیت بهزیستی روان‌شناختی در جامعه سبب اختلال‌های روانی و عصبی می‌شود که زندگی شخصی و اجتماعی افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد و سبب کاهش عملکرد جامعه خواهد شد، در نتیجه باید توجه ویژه‌ای به این موضوع شود. مطالعات انجام شده در کشور حاکی از آن است که حدود ۲۴ درصد از جمعیت کشور از اختلال‌های سلامت روان رنج می‌برند که شایع‌ترین آن افسردگی و اضطراب است. همچنین براساس گزارش جهانی خوشبختی که سال ۲۰۱۷ منتشر شد، بین ۱۵۵ کشور، ایران در رتبه ۱۰۸ قرار دارد^۲. این شاخص نشان‌دهنده سطح شادمانی و احساس خوشبختی است و به‌نظر می‌رسد کشور ما وضعیت مطلوبی ندارد. با توجه به این موضوع و اینکه بهزیستی روان‌شناختی از موضوع‌های مورد توجه سیاست‌گذاران در هر جامعه است، به‌ویژه در مورد جوانان که به‌عنوان سرمایه‌های هر کشور شناخته می‌شوند، شناسایی عوامل مؤثر بر بهزیستی روان‌شناختی به‌منظور افزایش رضایت از زندگی و کارآمدی آن‌ها ضروری به‌نظر می‌رسد.

با توجه به مطالب ذکر شده و براساس رابطه حرمت خود و بهزیستی روان‌شناختی (اورث و همکاران، ۲۰۱۲)، نیازهای اساسی روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی (الن و همکاران، ۲۰۱۸؛ دسی و همکاران، ۲۰۱۱؛ لامباس و همکاران، ۲۰۱۸؛ ونستینکیس و همکاران، ۲۰۱۳)، خودنظم‌جویی و بهزیستی روان‌شناختی (گرین، ۲۰۱۴)، نیازهای اساسی روان‌شناختی و حرمت خود (اومت، ۲۰۱۵؛ وستینکیس و همکاران، ۲۰۱۳)، نیازهای اساسی روان‌شناختی و خودنظم‌جویی (دسی و همکاران، ۲۰۱۲)، هدف این پژوهش تعیین نقش واسطه‌ای حرمت خود و خودنظم‌جویی در رابطه بین رضایت و ناکامی از نیازهای اساسی روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی است (شکل ۱).

با توجه به الگوی مفهومی شکل ۱، فرضیه‌های زیر تدوین شده است:

1. intrapersonal
2. World Happiness Report 2017

- بهزیستی روان‌شناختی با رضایت از نیازهای اساسی روان‌شناختی رابطه مثبت و با ناکامی از نیازها رابطه منفی دارد.
- حرمت خود با رضایت از نیازهای اساسی روان‌شناختی رابطه مثبت و با ناکامی از نیازها رابطه منفی دارد.
- خودنظم‌جویی با رضایت از نیازهای اساسی روان‌شناختی رابطه مثبت و با ناکامی از نیازها رابطه منفی دارد.
- حرمت خود و خودنظم‌جویی در رابطه بین نیازهای اساسی روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی نقش واسطه‌ای ایفا می‌کنند.



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش

روش

طرح تحقیق پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری آن شامل دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی شهر تهران در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ بود. حجم نمونه پژوهش براساس تعداد گویه‌های پرسشنامه‌ها به توصیه کلاین (۲۰۱۱) ۴۷۲ نفر تعیین شد که برای پژوهش‌های همبستگی مناسب است. براساس روش نمونه‌برداری تصادفی چند مرحله‌ای، نخست سه واحد دانشگاهی از دانشگاه آزاد اسلامی شهر تهران و در مرحله بعد از بین آن‌ها چهار دانشکده (دانشکده مدیریت تهران شمال، دانشکده فنی تهران غرب، دانشکده فنی تهران جنوب، دانشکده روان‌شناسی تهران جنوب) به شیوه تصادفی انتخاب و از بین دانشجویان آن دانشکده‌ها، دانشجویان داوطلب به روش در دسترس انتخاب شدند. از این تعداد ۸ پاسخ‌نامه

به دلیل مخدوش بودن کنار گذاشته شد، نمونه‌ای به حجم ۴۶۴ نفر شامل ۳۵۰ دختر و ۱۱۴ پسر به دست آمد.

در این پژوهش از ابزارهای زیر استفاده شد:

مقیاس بهزیستی روان‌شناختی فرم کوتاه^۱ (RSPWB-18): این مقیاس را ریف (۱۹۸۹) طراحی کرده بود و در سال ۲۰۰۲ مورد تجدید نظر قرار گرفت. فرم کوتاه ۱۸ گویه‌ای و برگرفته از فرم ۱۲۰ گویه‌ای است که ۶ عامل استقلال عمل، تسلط بر محیط، رشد شخصی، رابطه مثبت با دیگران، زندگی هدفمند، پذیرش خود را می‌سنجد. شرکت‌کنندگان در این مقیاس بر اساس یک مقیاس طیف لیکرت ۶ درجه‌ای از نمره کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۶) به گویه‌ها پاسخ می‌دهند. مجموع نمره‌های این ۶ عامل به عنوان نمره کلی بهزیستی روان‌شناختی محاسبه می‌شود. ۸ گویه به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. ریف و سینگر (۲۰۰۶) همبستگی این مقیاس را با مقیاس ۸۴ گویه‌ای از ۰/۷۹ تا ۰/۸۹ گزارش کرده‌اند. در ایران سفیدی و فرزاد (۱۳۹۱) در هنجاریابی فرم ۱۸ گویه‌ای مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف، همسانی درونی کل آزمون و زیرمقیاس‌ها را از ۰/۶۵ تا ۰/۷۵ گزارش کردند. در این پژوهش پایایی این مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۲ به دست آمد.

سیاه چندبعدی حرمت خود^۲ (MSEI): یک ابزار ۱۱۶ گویه‌ای است که به ارزیابی حرمت خود کلی و ۱۰ زیرمقیاس صلاحیت، قدرت بدنی^۳، عشق‌پذیری^۴، محبوبیت اجتماعی^۵، خودمهارگری^۶، تأیید اخلاقی خود^۷، کنش‌وری بدنی^۸، انسجام هویت^۹، خودافزایی مقابله‌ای^{۱۰} و ظاهر بدنی^{۱۱} اقدام می‌کند (ابراین و اپستاین^{۱۲}، ۱۹۸۸). گویه‌های ۱ - ۶۱ از کاملاً مخالفم (۱) تا

1. Ryff Psychological Well-Being Scale
2. Multidimensional Self-Esteem Inventory (MSEI)
3. personal power
4. lovability
5. likability
6. self-control
7. moral self-approval
8. body functioning
9. Identity integration
10. defensive self enhancement
11. body appearance
12. O'Brien and Epstein

کاملاً موافقم (۵) و گویه‌های ۶۱ - ۱۱۶ از هرگز (۱) تا خیلی مواقع (۵) در یک مقیاس لیکرت پنج درجه ای نمره‌گذاری می‌شوند. ۱۸ گویه به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. روایی درونی این سیاهه با مقیاس حرمت خود روزنبرگ^۱ (۱۹۶۵) و همچنین مقیاس افسردگی بک^۲ (یک، ۱۹۶۷) به ترتیب ۰/۸۷ و ۰/۶۹ - گزارش شده است (ابراین و همکاران، ۱۹۸۸). این ابزار برای اولین بار در ایران در این پژوهش ترجمه و استفاده شده است. برای بررسی روایی، همبستگی این سیاهه با مقیاس افسردگی، اضطراب، تنیدگی^۳ (لاویباند و لاویباند^۴، ۱۹۹۵) بررسی شد. ضریب همبستگی حرمت خود کلی با افسردگی و اضطراب به ترتیب ۰/۶۸ - و ۰/۴۸ - به دست آمد. پایایی این سیاهه با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آمد.

فرم کوتاه پرسشنامه خودنظم‌جویی^۵ (SSRQ): این پرسشنامه ۳۱ گویه‌ای را کری، نیل و کالینز^۶، ۲۰۰۴، بر اساس پرسشنامه ۶۳ گویه‌ای خودنظم‌جویی (SRQ؛ براون، میلر و لاندوسکی، ۱۹۹۹) تدوین کرده‌اند که توانایی تنظیم رفتار توسط فرد برای رسیدن به هدف را می‌سنجد. در این پرسشنامه در یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای از نمره کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) به گویه‌ها پاسخ می‌دهند. ۱۳ گویه به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. نیل و کری (۲۰۰۵) پایایی فرم کوتاه را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ و دامنه ضرایب همبستگی گویه‌ها با نمره کل پرسشنامه از ۰/۳۸ - ۰/۶۹ گزارش کردند. در ایران فاتحی و فولادچنگ^۷ (۱۳۹۵) پایایی این فرم را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۲ گزارش کرده‌اند. به علاوه، ضرایب همبستگی گویه‌ها با نمره کل پرسشنامه از ۰/۲۰ - ۰/۵۸ بود. در این پژوهش پایایی این پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۹۰ به دست آمد.

مقیاس رضایت و ناکامی از نیازهای اساسی روان‌شناختی^۸ (BPNSFS): این مقیاس بر اساس نظریه خودتعیین‌گری و با ۲۴ گویه، ۶ عامل رضایت از نیاز استقلال عمل^۸، رضایت از

-
1. Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES)
 2. Beck Depression Inventory (BDI)
 3. Depression, Anxiety, Stress Scale (DASS)
 4. Lovibond and Lovibond
 5. Short Self-Regulation Questionnaire
 6. Carey, Neal and Collins
 7. Basic Psychological Need Satisfaction and Frustration Scale
 8. autonomy satisfaction

نیاز صلاحیت^۱، رضایت از نیاز ارتباط^۲، ناکامی از نیاز استقلال عمل^۳، ناکامی از نیاز صلاحیت^۴، ناکامی از نیاز ارتباط^۵ را می‌سنجد (چن، ونستینکیس، بایرز، بون^۶ و همکاران، ۲۰۱۵). هر گویه براساس یک مقیاس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) نمره‌گذاری می‌شود. پایایی این مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۸۰ و همسانی درونی همه زیرمقیاس‌ها با آلفای کرونباخ ۰/۶۴ - ۰/۸۹ گزارش شده است. همچنین ضرایب روایی همگرا و واگرایی رضایت از نیازها و ناکامی از نیازها با مقیاس رضایت از زندگی^۷ (دینر، امانس، لارسن و گریفین^۸، ۱۹۸۵) به ترتیب ۰/۵۱ و ۰/۶۰ - گزارش شده است. همچنین رضایت از نیازها با ناکامی از نیازها دارای همبستگی منفی با ضریب ۰/۸۴ - است (چن و همکاران، ۲۰۱۵). این مقیاس برای اولین بار در ایران در این پژوهش ترجمه و استفاده شده است و روایی همگرا و واگرایی این مقیاس با زیرمقیاس‌های صلاحیت و محبوبیت اجتماعی از سیاهه چندبعدی حرمت خود بررسی شد که ضرایب همبستگی برای رضایت از نیازها ۰/۵۹ و ۰/۵۱ و برای ناکامی از نیازها ۰/۴۸ - و ۰/۵۷ - به دست آمد. پایایی این مقیاس با استفاده از آلفای کرونباخ برای رضایت از نیازهای اساسی ۰/۸۰ و برای ناکامی ۰/۷۹ به دست آمد.

یافته‌ها

میانگین، انحراف استاندارد و ضرایب همبستگی بین متغیرهای مورد مطالعه در جدول ۱ آمده است. با توجه به تأیید ارتباط معنادار بین متغیرهای پژوهش (بهزیستی روان‌شناختی، حرمت خود، خودنظم‌جویی و نیازهای روان‌شناختی) با یکدیگر امکان بررسی نقش واسطه‌ای حرمت خود و خودنظم‌جویی در ارتباط نیازهای روان‌شناختی (رضایت و ناکامی) با بهزیستی روان‌شناختی فراهم است.

1. competence satisfaction
2. relatedness satisfaction
3. autonomy frustration
4. competence frustration
5. relatedness frustration
6. Chen, Vansteenkiste, Beyers, Boone, et al
7. Satisfaction with Life Scale
8. Diener, Emmons, Larsen and Griffin

جدول ۱: میانگین، انحراف استاندارد و ضرایب همبستگی متغیرهای مورد بررسی

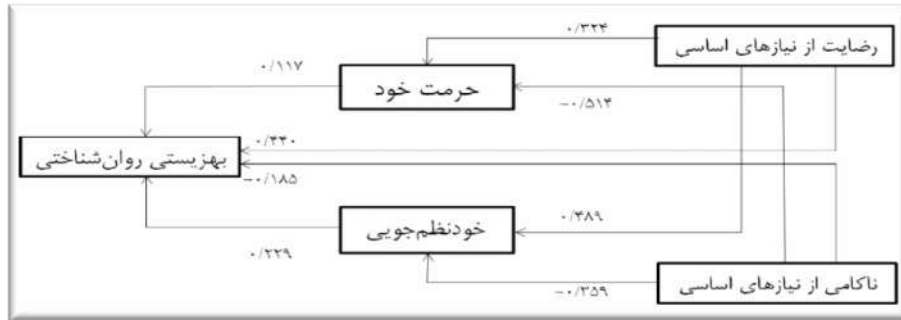
| متغیرها | <u>M</u> | <u>SD</u> | ۱ | ۲ | ۳ | ۴ |
|----------------------------------|----------|-----------|---------|---------|---------|---------|
| ۱. بهزیستی روان‌شناختی | ۷۹/۸۳ | ۱۰/۲۸۹ | - | | | |
| ۲. حرمت خود | ۳۲/۹۹ | ۷/۰۸۱ | ۰/۵۹۸* | - | | |
| ۳. خودنظم‌جویی | ۱۰۶/۰۴ | ۱۶/۰۶۸ | ۰/۶۵۲* | ۰/۶۶۴* | | |
| ۴. رضایت از نیازهای روان‌شناختی | ۴۶/۲۸ | ۷/۰۷۵ | ۰/۷۰۳* | ۰/۵۷۳* | ۰/۶۳۸* | |
| ۵. ناکامی از نیازهای روان‌شناختی | ۳۰/۹۲ | ۸/۲۷۶ | -۰/۶۰۷* | -۰/۶۴۵* | -۰/۵۹۰* | -۰/۵۹۱* |

* $p < 0.001$

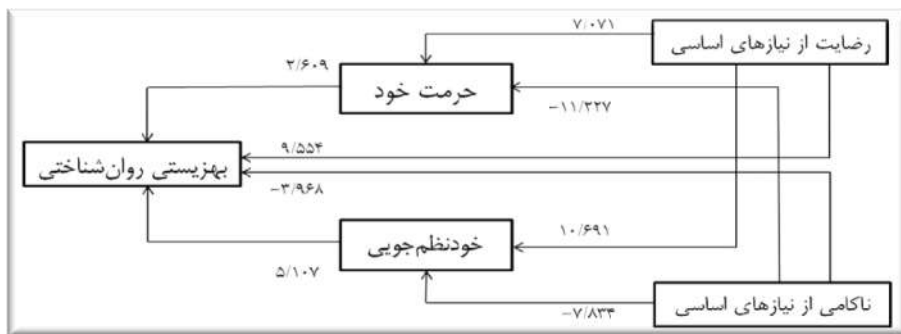
برای واری فرضیه پژوهش مبنی بر «نقش واسطه‌ای حرمت خود و خودنظم‌جویی در رابطه بین نیازهای اساسی روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی»، یک مدل مفهومی تدوین و با روش تحلیل مسیرآزمون شد. پیش از اجرای این آزمون از برقراری مفروضه‌های اساسی آن (حجم نمونه، بهنجاری توزیع داده‌ها، داده‌های پرت، آزمون کرویت و هم‌خطی چندگانه) اطمینان حاصل شد.

نتایج حاصل از اجرای تحلیل مسیر برای تعیین نقش واسطه‌ای حرمت خود و خودنظم‌جویی در رابطه بین نیازهای اساسی روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی در شکل ۲ با مدل استاندارد و در شکل ۳ با مدل معناداری به نمایش درآمده است.

طبق داده‌های شکل ۲ اثر مستقیم رضایت از نیازهای روان‌شناختی بر حرمت خود ($R=0/324$)، خودنظم‌جویی ($R=0/489$) و بهزیستی روان‌شناختی ($R=0/440$) مثبت معنادار است. همچنین اثر مستقیم ناکامی از نیازهای روان‌شناختی نیز بر حرمت خود ($-0/514$)، خودنظم‌جویی ($R=-0/359$) و بهزیستی روان‌شناختی ($R=-0/185$) منفی معنادار است. اثر مستقیم حرمت خود ($R=0/117$) و خودنظم‌جویی ($R=0/229$) نیز بر بهزیستی روان‌شناختی معنادار مثبت است. این یافته‌ها نشان می‌دهد حرمت خود و خودنظم‌جویی امکان داشتن نقش واسطه‌ای در ارتباط بین نیازهای روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی را دارند.



شکل ۲: نمودار مسیرهای برازش یافته با مدل استاندارد (ضرایب مسیر)



شکل ۳: نمودار مسیرهای برازش یافته با مدل معناداری (مقدار تی)

به‌منظور تعیین شاخص‌های برازش مدل، پژوهشگران نسبت‌های دو به دو به درجه آزادی کمتر از ۳، شاخص برازندگی تطبیقی^۱، شاخص برازندگی^۲ و شاخص برازندگی تعدیل یافته^۳ بزرگ‌تر یا مساوی ۰/۹۰، ریشه دوم واریانس خطای تقریب^۴ کم‌تر از ۰/۰۸ و شاخص برازندگی غیرتطبیقی^۵ بزرگ‌تر از ۰/۹۰ را از نشانه‌های برازش مناسب و از شاخص‌های مطلوب برای ارزیابی مدل می‌دانند. با توجه به شاخص‌های به‌دست‌آمده در مدل ارائه شده

1. Comparative Fit Index(CFI)
2. Goodness of Fit Index(GFI)
3. Adjusted Goodness of Fit Index(AGFI)
4. Root Mean Square Error of Approximation(RMSA)
5. Non-Normed Fit Index(NFI)

(NFI=۰/۹۰۹, RMSA=۰/۰۵۸, AGFI=۰/۹۳۱, GFI=۰/۹۳۶, CFI=۰/۹۰۷, $\chi^2/df=۲/۷۷۶$)

مدل از برازش مناسبی برخوردار است.

جدول ۲: شاخص‌های برازش مدل

| شاخص | χ^2/df | CFI | GFI | AGFI | NFI | RMSA |
|-------|-------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| بrazش | ۲/۷۷۶ | ۰/۹۰۷ | ۰/۹۳۶ | ۰/۹۳۱ | ۰/۹۰۹ | ۰/۰۵۸ |

با توجه به برازش مناسب مدل ضرایب تخمین استاندارد نشده و استاندارد شده مسیرهای مدل ارائه شده در جدول ۳ منعکس شده است. نتایج حاصل از آزمون تحلیل مسیرهای مدل ارائه شده در جدول ۳ نشان می‌دهد اثر مستقیم رضایت از نیازهای روان‌شناختی بر حرمت خود ($\beta=۰/۳۲۴$, C.R.=۷/۰۷۱ و $P<۰/۰۰۱$)، خودنظم‌جویی ($\beta=۰/۴۸۹$, C.R.=۱۰/۶۹۱ و $P<۰/۰۰۱$) و بهزیستی روان‌شناختی ($\beta=۰/۴۴۰$, C.R.=۹/۵۵۴ و $P<۰/۰۰۱$) به صورت مثبت معنادار است. همچنین اثر مستقیم ناکامی از نیازهای روان‌شناختی نیز بر حرمت خود ($\beta=-۰/۵۱۴$, C.R.=۱۱/۲۲۷ و $P<۰/۰۰۱$)، خودنظم‌جویی ($\beta=-۰/۳۵۹$, C.R.=۷/۸۳۴ و $P<۰/۰۰۱$) و بهزیستی روان‌شناختی ($\beta=-۰/۱۸۵$, C.R.=۳/۹۶۸ و $P<۰/۰۰۱$) به صورت منفی معنادار است. همچنین این جدول نشان می‌دهد اثر مستقیم حرمت خود ($\beta=۰/۱۱۷$, C.R.=۲/۶۰۹ و $P<۰/۰۰۱$) و خودنظم‌جویی ($\beta=۰/۲۲۹$, C.R.=۵/۱۰۷ و $P<۰/۰۰۱$) نیز بر بهزیستی روان‌شناختی مثبت معنادار است.

جدول ۳: خلاصه یافته‌های آزمون تحلیل مسیر

| فرضیه‌ها (مسیرها) | تخمین استاندارد نشده | خطای استاندارد | مقدار t | ضریب مسیر |
|---|----------------------|----------------|-----------|-----------|
| رضایت از نیازهای روان‌شناختی \rightarrow حرمت خود | ۰/۲۹۶ | ۰/۰۴۲ | ۷/۰۷۱** | ۰/۳۲۴ |
| ناکامی از نیازهای روان‌شناختی \rightarrow حرمت خود | -۰/۴۰۲ | ۰/۰۳۶ | -۱۱/۲۲۷** | -۰/۵۱۴ |
| رضایت از نیازهای روان‌شناختی \rightarrow خودنظم‌جویی | ۱/۰۱۲ | ۰/۰۹۵ | ۱۰/۶۹۱** | ۰/۴۸۹ |
| ناکامی از نیازهای روان‌شناختی \rightarrow خودنظم‌جویی | -۰/۶۳۴ | ۰/۰۸۱ | -۷/۸۳۴** | -۰/۳۵۹ |
| رضایت از نیازهای روان‌شناختی \rightarrow بهزیستی روان‌شناختی | ۰/۵۷۵ | ۰/۰۶۰ | ۹/۵۵۴** | ۰/۴۴۰ |
| ناکامی از نیازهای روان‌شناختی \rightarrow بهزیستی روان‌شناختی | -۰/۲۰۷ | ۰/۰۵۲ | -۳/۹۶۸** | -۰/۱۸۵ |
| حرمت خود \rightarrow بهزیستی روان‌شناختی | ۰/۱۶۷ | ۰/۰۶۴ | ۲/۶۰۹* | ۰/۱۱۷ |
| خودنظم‌جویی \rightarrow بهزیستی روان‌شناختی | ۰/۱۴۴ | ۰/۰۲۸ | ۵/۱۰۷** | ۰/۲۲۹ |

** $P<۰/۰۰۱$ * $P<۰/۰۱$

با اطمینان از برازش مناسب مدل، ضرایب استاندارد کل مسیر، اثر مسیرهای مستقیم و غیرمستقیم موجود در مدل مربوط به رابطه نیازهای روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی با واسطه حرمت خود و خودنظم‌جویی دانشجویان در جدول ۴ آمده است.

نتایج (جدول ۴) نشان می‌دهد اثر غیرمستقیم رضایت از نیازهای روان‌شناختی ($\beta=0/150$) و ناکامی از نیازهای روان‌شناختی ($\beta=0/142$) با واسطه حرمت خود و خودنظم‌جویی بر بهزیستی روان‌شناختی معنادار است. همچنین این جدول نشان می‌دهد که نیازهای روان‌شناختی (رضایت و ناکامی) توانایی تبیین ۳۷ درصد از واریانس حرمت‌خود و خودنظم‌جویی را دارند. همچنین نیازهای روان‌شناختی، حرمت خود و خودنظم‌جویی ۵۰ درصد از واریانس بهزیستی روان‌شناختی را تبیین می‌کنند.

جدول ۴: ضرایب مسیر اثرهای مستقیم، غیرمستقیم و کل در مدل

| مسیرها | اثرهای مستقیم | اثرهای غیرمستقیم | اثرهای کل | واریانس تبیین شده |
|-------------------------------|---------------|------------------|-----------|-------------------|
| بر حرمت خود از: | | | | ۰/۳۶۹ |
| رضایت از نیازهای روان‌شناختی | ۰/۳۲۴ | - | ۰/۳۲۴ | |
| ناکامی از نیازهای روان‌شناختی | -۰/۵۱۴ | - | -۰/۵۱۴ | |
| بر خودنظم‌جویی از: | | | | ۰/۳۶۸ |
| رضایت از نیازهای روان‌شناختی | ۰/۴۸۹ | - | ۰/۴۸۹ | |
| ناکامی از نیازهای روان‌شناختی | -۰/۳۵۹ | - | -۰/۳۵۹ | |
| بر بهزیستی روان‌شناختی از: | | | | ۰/۴۹۷ |
| رضایت از نیازهای روان‌شناختی | ۰/۴۴۰ | ۰/۱۵۰* | ۰/۵۹۰ | |
| ناکامی از نیازهای روان‌شناختی | -۰/۱۸۵ | -۰/۱۴۲* | -۰/۳۲۷ | |
| حرمت خود | ۰/۱۱۷ | - | ۰/۱۱۷ | |
| خودنظم‌جویی | ۰/۲۲۹ | - | ۰/۲۲۹ | |

* $P < 0/001$

بحث و نتیجه‌گیری

هدف این پژوهش تعیین نقش واسطه‌ای حرمت خود و خودنظم‌جویی در رابطه بین نیازهای اساسی روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی بود. در ادامه درباره یافته‌های به‌دست‌آمده در این پژوهش بحث قرار می‌شود.

یافته‌ها با تأیید فرضیه اول نشان داد بهزیستی روان‌شناختی با رضایت از نیازهای اساسی روان‌شناختی رابطه مثبت معنادار و با ناکامی نیازها رابطه منفی معنادار دارد. این نتایج همسو با پژوهش‌های دیگر در این قلمرو (الن و همکاران، ۲۰۱۸؛ دسی و همکاران، ۲۰۱۱؛ ریان و همکاران، ۲۰۱۰؛ لامباس و همکاران، ۲۰۱۸؛ ونستینکیس و همکاران، ۲۰۱۳؛ مرادی و همکاران، ۱۳۹۴) نشان داد که بر اساس نظریه خودتعیین‌گری رضایت از نیازهای روان‌شناختی با تقویت منابع درونی، موجب انعطاف‌پذیری و افزایش بهزیستی می‌شود. در سطح درون‌فردی، پژوهش‌ها حاکی از نوسانات روزانه بهزیستی با توجه به تغییرات روزانه در رضایت از نیازهای روان‌شناختی است (ریان و همکاران، ۲۰۱۰؛ ونستینکیس و همکاران، ۲۰۱۳). به نظر می‌رسد با ارضای نیازهای اساسی روان‌شناختی و شکل‌گیری احساس ارزشمندی در فرد، بهزیستی نیز افزایش می‌یابد. نیازهای اساسی روان‌شناختی دارای ماهیت جهان‌شمول است و مبنای اعمال و رفتارهای ارادی است و افراد را به تلاش برای ارضای نیازها تحریک می‌کند. فرد برای ارضای نیازها با جامعه ارتباط برقرار می‌کند و می‌تواند توانایی‌ها و صلاحیت خود را به اثبات برساند. امری که موجب افزایش سطح بهزیستی روان‌شناختی می‌شود (الن و همکاران، ۲۰۱۸؛ ونستینکیس و همکاران، ۲۰۱۳). بدیهی است برای تحقق بهزیستی روان‌شناختی باید هر سه نیاز برآورده شوند، و ارضای هر یک از این نیازها به تنهایی، سلامت روانی را تضمین نمی‌کند (دسی و همکاران، ۲۰۱۲).

یافته‌های آزمون فرضیه دوم مبنی بر رابطه مثبت معنادار حرمت خود با رضایت از نیازهای اساسی روان‌شناختی و رابطه منفی با ناکامی از نیازها، از نتایج پژوهش‌های پیشین در این قلمرو حمایت می‌کند (آسور و همکاران، ۲۰۰۴؛ اومت، ۲۰۱۵؛ وستینکیس و همکاران، ۲۰۱۳). در این زمینه می‌توان گفت در سطح بین‌فردی رضایت از نیازهای اساسی روان‌شناختی با احساس رضایت افراد از خود (سطوح بالای حرمت خود) و افزایش رضایت از زندگی همراه است (دسی و همکاران، ۲۰۰۰ نقل از اومت ۲۰۱۵). همان‌طور که پیش‌تر بیان شد حرمت خود مشروط پیامد توجه مشروط والدین است (آسور و همکاران، ۲۰۰۴). وقتی حرمت خود مشروط است، فرد حس می‌کند که باید ارزش خود را به دست آورد. زندگی کردن با استانداردهای خاص موجب افزایش احساس ارزش می‌شود و عدم انجام‌دادن چنین کاری به تعدیل حرمت خود منجر می‌شود. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که مهار والدین به ناکامی از نیازها و

به تبع آن ستیزه‌جویی منجر می‌شود که سطوح پایین حرمت خود را در پی دارد (وستینکیس و همکاران، ۲۰۱۳). در مقابل روابط خانوادگی و محیط‌های اجتماعی پاسخگو و حمایت‌کننده، استقلال عمل را تقویت می‌کند. استقلال عمل، به سازگاری بهتر و سطوح بالاتر حرمت خود منجر خواهد شد (سوننس و همکاران، ۲۰۱۰). در توجیه این یافته می‌توان بیان کرد زمانی که روابط والدین با فرزندان مبتنی بر مراقبت و حمایت باشد، نیازها برآورده می‌شود و در چنین فضایی فرزندان احساس استقلال، صلاحیت و ارتباط مناسب می‌کنند که این مسأله اثر مثبت بر حرمت خود آن‌ها خواهد داشت.

نتایج مربوط به آزمون فرضیه سوم نشان داد خودنظم‌جویی با ارضای نیازها رابطه مثبت معنادار و با ناکامی نیازها رابطه منفی معنادار دارد. براساس نظریه خودتعیین‌گری، خودنظم‌جویی به صورت یک پیوستار مفهوم‌سازی شده است. فرد با توجه به هر رفتار می‌تواند دارای سطوح مختلف خودنظم‌جویی (بالا یا پایین) باشد. بالاترین سطح خودنظم‌جویی مربوط به اقداماتی است که آزادانه انجام می‌شود، زیرا شخص آن‌ها را جالب یا مهم می‌داند، و پایین‌ترین سطح مربوط به انجام فعالیت‌هایی است که فرد احساس می‌کند که توسط یک عامل خارجی اجباری شده است. همچنین زمینه‌های اجتماعی و روابط شخصی که از ارضای این نیازهای اساسی حمایت می‌کنند، انگیزه‌های ذاتی، خودنظم‌جویی و سلامتی را تسهیل می‌کنند. در نظریه خودتعیین‌گری هر اقدام خاص دارای درجه‌ای از استقلال عمل است. مرکز این نظریه، زنجیره‌ای از سبک‌های انگیزشی یا نظم‌جویی است که پیروی از قانون دیگران (نظم‌جویی کنترل‌شده) را به استقلال عمل یا خودنظم‌جویی واقعی تغییر می‌دهد. براساس پژوهش‌های مبتنی بر نظریه خودتعیین‌گری مبنی بر مزایای حمایت از استقلال عمل در زمینه‌هایی نظیر خانواده‌ها، مدارس، محل‌های کار، می‌توان نتیجه گرفت استقلال عمل مسأله‌ای مهم در زمینه توسعه، زندگی و فرهنگ‌ها است و از هسته‌های مرکزی برای عملکرد شخصیت و سلامتی است (دسی و همکاران، ۲۰۱۲). براساس یافته‌های این پژوهش نیز به نظر می‌رسد در برخی از فرهنگ‌ها و زیرگروه‌های فرهنگی مانند خانواده، گروه‌های حرفه‌ای و انجمن‌های مختلف که با فراهم کردن فعالیت‌هایی، امکان ارضای نیازهای اساسی روان‌شناختی و ایجاد احساس اراده و انتخاب و ارتباط با دیگران را تسهیل می‌کنند؛ فرد مهارت‌های خودکارآمدی و خودتعیین‌گری و در نتیجه خودنظم‌جویی بالاتری دارد، اگر این ارزش‌ها و اهداف به خوبی

انسجام نیابند، به‌عنوان مثال بافت فرهنگی به صورت آشفته و فشارزا باشد و نتواند چالش‌های بهینه را فراهم کند، انتظار می‌رود فرد نتواند مهارت‌های خودنظم‌جویی را به‌دست آورد. در بررسی فرضیه اصلی پژوهش یافته‌ها با تأیید این فرضیه نشان داد حرمت خود و خودنظم‌جویی به‌عنوان واسطه نیازهای اساسی روان‌شناختی و بهزیستی روان‌شناختی ایفای نقش می‌کنند. از منظر نظریه خودتعیین‌گری، ارضای نیازهای اساسی روان‌شناختی توسط عوامل اجتماعی‌کننده همچون والدین، افزایش انگیزش درونی و در پی آن درونی‌سازی بهینه ارزش‌های والدینی و توانمندی در ارزیابی و خودنظم‌جویی، و در نهایت صلاحیت و رفتارهای مطلوب اجتماعی و بهزیستی را به‌دنبال دارد (دسی و همکاران، ۲۰۰۰). زمانی که فرد احساس استقلال عمل، ارتباط و صلاحیت می‌کند و نیازهای روان‌شناختی او ارضا می‌شود انگیزه قوی در انجام فعالیت دارد و به‌عبارتی هدفمند است، از سلامت، بهزیستی و شادکامی نیز برخوردار می‌شود و همین حس شادکامی و رضایت باعث انگیزه برای فعالیت بعدی می‌شود، به‌عبارت دیگر خودنظم‌جویی می‌تواند در تمام مراحل فعالیت‌های زندگی دانشجویان اعم از فرایند تحصیلی، انجام کار و نتیجه کار دخیل باشد؛ بنابراین، دانشجویان خودنظم‌جو که احساس کنترل بیشتری بر فعالیت‌های خود دارند و می‌توانند برای مسائل خود برنامه‌ریزی کنند، از لحاظ روانی احساس بهزیستی بیشتری دارند. ادراک خودکارآمدی و صلاحیت منبع مهمی برای خودنظم‌جویی رفتار و عملکرد مطلوب است و بهزیستی را به‌دنبال دارد (گرین، ۲۰۱۴).

در مورد نقش واسطه‌ای حرمت خود در این مدل می‌توان گفت که حرمت خود عامل روان‌شناختی مهم و اثرگذار بر سلامت و کیفیت زندگی و از نیرومندترین پیش‌بین‌های رضایت از زندگی است. بنابراین، با افزایش حرمت خود، باور فرد مبنی بر در اختیار داشتن مهارت درونی سلامت خود افزایش می‌یابد و بالطبع به بروز رفتارهای سازش‌یافته با بهزیستی و دوری از رفتارهای تنیده می‌انجامد. داشتن سطوح بالای حرمت خود، با تلاش برای کسب موفقیت و داشتن اعتماد به خویش همراه است، امری که فرد را به سوی رشد، بالندگی، تبدیل توانایی‌های بالقوه به بالفعل و رضایت‌مندی از زندگی و در نهایت بهزیستی سوق می‌دهد (اورث و همکاران، ۲۰۱۲).

این پژوهش با کاستی‌هایی مواجه بود؛ از جمله می‌توان به جامعه آماری آن اشاره کرد که

دانشجویان بودند و نوع پژوهش که همبستگی بود، که محدودیت‌هایی را در زمینه تعمیم یافته‌ها، تفسیرها و اسنادهای علت‌شناختی متغیرهای مورد بررسی ایجاد می‌کند. لذا پیشنهاد می‌شود برای انجام پژوهش‌هایی با قدرت تعمیم بالاتر و تدوین برنامه‌های کلی، پژوهشگران آتی طرح پژوهشی خود را برای جامعه‌های گوناگون به اجرا درآورند. همچنین در این پژوهش رابطه هر یک از سه نیاز اساسی روان‌شناختی به صورت جداگانه با بهزیستی روان‌شناختی بررسی نشد. بنابراین، پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی نقش هر نیاز به صورت مجزا بر حرمت خود و خودنظم‌جویی و در نهایت بهزیستی روان‌شناختی بررسی شود.

تشکر و قدردانی

از تمامی عزیزانی که در انجام پژوهش حاضر مشارکت کردند، تشکر و قدردانی می‌شود.

منابع

- سفیدی، فاطمه و فرزاد، ولی‌اله (۱۳۹۱). رواسازی آزمون بهزیستی روان‌شناختی ریف در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی قزوین (۱۳۸۸). *مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی قزوین*، ۱۶(۱): ۶۵-۷۱.
- فاتحی، امیرعباس و فولادچنگ، محبوبه (۱۳۹۵). نقش واسطه‌ای خودنظم‌جویی رفتاری در رابطه بین سبک‌های هویت و ابراز وجود. *مجله روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی*، ۱۳(۴۹): ۲۹-۴۲.
- مرادی، مرتضی و چراغی، اعظم (۱۳۹۴). رابطه حمایت‌های اجتماعی با بهزیستی روان‌شناختی و افسردگی: نقش واسطه‌ای حرمت خود و نیازهای اساسی روان‌شناختی. *فصلنامه روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی*، ۱۱(۴۳): ۲۹۷-۳۱۲.
- Allen, J. J. and Anderson, C. A. (2018). Satisfaction and frustration of basic psychological needs in the real world and in video games predict internet gaming disorder scores and well-being. *Computers in Human Behavior*, 84: 220-229. DOI: 10.1016/j.chb.2018.02.034.
- Carey, K. B. Neal, D. J. and Collins, S. E. (2004). A psychometric analysis of the Self-Regulation Questionnaire. *Psychology of Addictive Behaviors*, 29(2): 253-260.
- Chen, B., Vansteenkiste, M., Beyers, W., Boone, L., Deci, E. L., Duriez, B., Lens, W., Matos, L., Corno, L. Mouratidis, A., Ryan, R. M., Sheldon, K. M., Soenens, B., Van Petegem, S., Van der KaapDeeder, J. and Verstuyf, J (2015). Basic psychological need satisfaction, need frustration, and need strength across four cultures. *Motivation and Emotion*, 39(2): 216-236.
- Deci, E. L. and Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4): 227-268.
- Deci, E. L. and Ryan, R. M. (2011). Levels of analysis, regnant causes of behavior and well-being: The role of psychological needs. *Psychological Inquiry*, 22(1): 17-22.
- Deci, E. L. and Ryan, R. M. (2012). Motivation, personality, and development within embedded social contexts: An overview of self-determination theory. In R. M. Ryan (Ed.), *Oxford handbook of human motivation*, (pp. 85-107). USA: Oxford University Press. DOI:10.1093/oxfordhb/9780195399820.013.0006.
- Fatehi, A. and Fouladchang, M. (2016). The Mediating Role of Behavioral Self-Regulation in Relation of Identity Styles and Assertiveness. *Journal of Developmental Psychology Iranian Psychologists*, 11(43): 29-42 (Text in Persian).

- Garrin, J. M. (2014). Self-efficacy, self-determination, and self-regulation: The role of the fitness professional in social change agency. *Journal of Social Change*, 6(1): 41-54.
- Lombas, A. S. and Esteban, M. Á. (2018). The confounding role of basic needs satisfaction between self-determined Motivation and well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 19(5): 1305-1327.
- Moradi, M. and Cheraghi, A. (2014). The relationship of social supports to psychological well-being and depression: The mediating roles of self-esteem and basic psychological needs. *Journal of Developmental Psychology Iranian Psychologists*, 13(49): 297-312 (Text in Persian).
- Neal, D. J. and Carey, K. B. (2005). A Follow-Up Psychometric Analysis of the Self-Regulation Questionnaire. *Psychological Addictive Behaviors*, 19(4): 414-422.
- O'Brien, E. J. and Epstein, S. (1988). *MSEI: The Multidimensional Self-esteem Inventory*. Odessa, FL. Psychological Assessment Resources, Inc.
- Orth, U., Robins, R. W. and Widaman, K. F. (2012). Lifespan development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(6): 1271-1288.
- Ryan, R. M. and Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic Well-being. *Annual Review of Psychology*, 52(1): 141-166.
- Ryff, C. D., Singer, B. H. and Love, G. D. (2004). Positive health: connecting well-being with biology. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London*, 359(1449): 1383-1394.
- Ryff, C. D. and Singer, B. H. (2006). Best news yet on the six-factor model of well-being. *Social Science Research*, 35(4): 1103-1119.
- Sefidi, F. and Farzad, V. (2012). Validated measure of ryff psychological well-being among students of Qazvin University of Medical Sciences (2009). *Journal of Qazvin University Medical Science*, 16(1): 65-71 (Text in Persian).
- Soenens, B. and Vansteenkiste, M. (2010). A theoretical upgrade of the concept of parental psychological control: Proposing new insights on the basis of self-determination theory. *Developmental Review*, 30(1): 74-99.
- Ummet, D. (2015). Self-esteem among college students: a study of satisfaction of basic psychological needs and some variables. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 174, 1623-1624. DOI: 10.1016/j.sbspro.2015.01.813.
- Vansteenkiste, M. and Ryan, R. M. (2013). On psychological growth and vulnerability: Basic psychological need satisfaction and need frustration as a unifying principle. *Journal of Psychotherapy Integration*, 23(3): 263-280.

Abstracts

Psychological Studies
Faculty of Education and Psychology,
Alzahra University

Vol.15, No.2
Summer 2019

**The Mediating Role of Self-esteem and Self-regulation in
Relation of Basic Psychological Needs and Psychological Well-
being**

Maryam Nateghi*¹ and Mohtaram Nemattavousi²

Abstract

The purpose of present study was to investigate the mediating roles of self-esteem and self-regulation in the relationship between basic psychological needs and psychological well-being. 464 students (350 females, 114 males) were selected from Islamic Azad University of Tehran, using convenience multistage method. The participants completed the Ryff Psychological Well-Being Scale, the Multidimensional Self-Esteem Inventory, the Short form of Self-Regulation Questionnaire, and the Basic Psychological Needs Satisfaction and Frustration Scale. The hypothetical model was tested by path analysis. The results indicated that needs satisfaction had direct and positive effect on the psychological well-being, and needs frustration had direct and negative effect on the psychological well-being. The findings showed that basic psychological needs satisfaction indirectly related to more psychological well-being through self-esteem and self-regulation. Also, basic psychological needs frustration indirectly related to less psychological well-being through self-esteem and self-regulation. Accordingly, self-esteem and self-regulation played mediating roles in relationship between basic psychological needs Satisfaction and Frustration and psychological well-being. Increasing self-esteem and self-regulation can play an important role in increasing the components of psychological well-being.

Keywords: *basic psychological needs, psychological well-being, self-esteem, self-regulation.*

1. Corresponding Author: Master of Clinical Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, South Islamic Azad University, Tehran, Iran
maryamnateghi2370@gmail.com

2. Assistant Professor of Faculty of Psychology and Education, Islamic Azad University of South of Tehran, Tehran, Iran.

Submit Date: 2019-02-26 Accept Date: 2019-06-12

DOI: 10.22051/psy.2019.24941.1853

<http://psychstudies.alzahra.ac.ir>