

فصلنامه علمی - پژوهشی روانشناسی دانشگاه تبریز

سال پنجم شماره ۲۰ زمستان ۱۳۸۹

## رابطه‌ی سخت‌رویی، رضایت از زندگی و امید با عملکرد تحصیلی دانشجویان

لیلا شیرمحمدی - دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه پیام نور تهران

دکتر فرزانه میکائیلی منبع - استادیار دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه ارومیه

دکتر حسین زارع - دانشیار روانشناسی دانشگاه پیام نور تهران

### چکیده

هدف این پژوهش مطالعه‌ی رابطه‌ی سخت‌رویی، رضایت از زندگی و امید با عملکرد تحصیلی بود. برای رسیدن به این مهم ۳۵۸ نفر (۱۷۱ مرد و ۱۸۷ زن) دانشجوی مقطع کارشناسی با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای از دانشگاه ارومیه انتخاب شدند. برای سنجش سخت‌رویی از پرسشنامه دیدگاه‌های شخصی، رضایت از زندگی از مقیاس داینر و امید از مقیاس امید بزرگسالان اسنایدر استفاده گردید. جهت تحلیل نتایج، آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون سلسله‌مراتبی به کار گرفته شد. یافته‌ها نشان دادند که میان متغیرهای سخت‌رویی و امید و میان مؤلفه‌های تعهد و کنترل سخت‌رویی با مؤلفه‌های امید (کارگزار و گذرگاه) رابطه‌ی مثبت و معنی‌دار وجود دارد. علاوه بر این، بین سخت‌رویی و رضایت از زندگی و امید و رضایت از زندگی رابطه‌ی مثبت و معنی‌دار به دست آمد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد، مؤلفه‌ی

کارگزار امید به تنهایی ۳۱ درصد از تغییرات مربوط به رضایت از زندگی را تبیین می‌کند پس از آن متغیرهای تعهد و گذرگاه به ترتیب بیشترین سهم را داشتند. علاوه بر این رضایت از زندگی به تنهایی قوی‌ترین پیش‌بین در تبیین عملکرد تحصیلی می‌باشد.

واژگان کلیدی: سخت‌رویی، رضایت از زندگی، امید، عملکرد تحصیلی.

پژوهش‌های بسیاری در طول سال‌های گذشته نشان داده‌اند که رویدادهای تنش‌زا در ظهور بیماری‌های جسمی و ذهنی مؤثر هستند (کوباسا<sup>۱</sup>، ۱۹۷۹؛ هولمز و راهه ۱۹۷۶<sup>۲</sup>؛ به نقل از کیامرثی، ۱۳۷۶). کوباسا (۱۹۷۹) از اولین محققانی است که بر مبنای نظریه‌ی سلیه<sup>۳</sup> (۱۹۵۷) سعی کرده است متغیرهای تعدیل‌کننده‌ی عوامل تنش‌زا را، مشخص نماید. وی در اولین مطالعه‌ی خود، این فرضیه را بررسی کرد که ساختار شخصیتی افرادی که درجه بالایی از تنیدگی را بدون بیماری تجربه می‌کنند، متفاوت از افرادی است که در شرایط تنیدگی‌زا بیمار می‌شوند و این تمایز شخصیتی در ساختاری قابل نام‌گذاری می‌باشد که وی آن را «سخت‌رویی»<sup>۴</sup> نامید. در واقع سخت‌رویی مجموعه‌ای از ویژگی‌های شخصیتی است که به عنوان منبع مقاومت در برابر وقایع فشارزای زندگی عمل می‌کند و از سه مؤلفه‌ی تعهد<sup>۵</sup>، کنترل<sup>۶</sup> و مبارزه‌جویی<sup>۷</sup> تشکیل شده است (کوباسا و همکاران، ۱۹۸۲). شخصی که از تعهد بالایی برخوردار است، بر اهمیت، ارزش و معنای اینکه چه کسی است و چه فعالیتی انجام می‌دهد، باور دارد و بر همین مینا قادر است در مورد هر آنچه که انجام می‌دهد، معنایی بیابد و کنجکاوی خود را برانگیزد. افرادی که در مؤلفه‌ی کنترل قوی هستند، رویدادهای زندگی را قابل پیش‌بینی و کنترل می‌دانند و بر این باورند که قادرند با تلاش هر آنچه را که در اطرافشان رخ می‌دهد، تحت تأثیر قرار دهند. مبارزه‌جویی نیز باور به این امر است که تغییر، جنبه‌ی طبیعی زندگی است. افراد مبارزه‌جو

---

1- Kobasa

3- Selye

5- commitment

7- challeng

2- Holms & Rahe

4- hardiness

6- control

موقعیت‌های مثبت و یا منفی را که به سازگاری مجدد نیاز دارند، فرصتی برای یادگیری و رشد بیشتر می‌دانند تا تهدیدی برای امنیت و آسایش خویش (کوباسا، ۱۹۸۸؛ مدی، ۱۹۹۰).

رضایت از زندگی<sup>۲</sup> یک مفهوم ذهنی و منحصر به فرد برای هر انسان است که به همراه عاطفه‌ی مثبت و عاطفه‌ی منفی، سه جزء اساسی بهزیستی ذهنی<sup>۳</sup> را تشکیل داده و عموماً به ارزیابی‌های شناختی یک شخص از زندگی‌اش اشاره دارد (داینر<sup>۴</sup> و همکاران، ۱۹۸۵). این مفهوم، یک ارزیابی کلی از زندگی بوده و فرآیندی مبتنی بر قضاوت فردی است، یعنی فرد بر اساس معیارهای شخصی خود، کیفیت زندگی‌اش را می‌سنجد (شین و جانسون<sup>۵</sup>، ۱۹۷۸ به نقل از پاتر<sup>۶</sup> و داینر، ۱۹۹۳). عوامل مختلفی از قبیل سلامت جسمی و روانی، ویژگی‌های شخصیتی و فاکتورهای جمعیت‌شناختی شامل جنسیت، گروه سنی، ازدواج، موقعیت اقتصادی-اجتماعی و فرهنگ می‌توانند بر میزان رضایت افراد از زندگی‌شان تأثیرگذار باشند (ونهورن<sup>۷</sup>، ۱۹۹۶). سخت‌رویی نیز به عنوان یک ویژگی شخصیتی می‌تواند بر میزان رضایت از زندگی تأثیر بگذارد. نتایج مطالعه‌ی پاتریک<sup>۸</sup> و همکاران (۱۹۹۹) نشان داد که سخت‌رویی پیش‌بینی‌کننده مهمی برای رضایت از زندگی و افسردگی در امدادگران است. یافته‌های پژوهش کروی<sup>۹</sup> و همکاران (۲۰۰۳) نیز حاکی از ارتباط سخت‌رویی با راهبردهای سازگاری و رضایت از زندگی می‌باشد.

امید<sup>۱۰</sup> متغیر دیگری است که رابطه‌ی آن با رضایت از زندگی در پژوهش‌ها تأیید شده است. به طوری که امیدوار بودن می‌تواند رضایتمندی و بهزیستی ذهنی فرد را به

1- Maddi

3- subjective well-being

5- Shin &amp; Johnson

7- Veenhoven

9- Crowley

2- life satisfaction

4- Diener

6- Pavot

8- Patrice

10- hope

اوج رساند (چبر و کارور<sup>۱</sup>، ۱۹۹۳؛ به نقل از داینر و همکاران، ۱۹۹۷). طبق مفهوم‌سازی اسنایدر<sup>۲</sup> (۱۹۹۱: ۵۷۱) امید یک ساختار شناختی - انگیزشی است که از تعامل دو مؤلفه کارگزار<sup>۳</sup> موفق (تصمیم هدف‌دار) و گذرگاه‌ها<sup>۴</sup> (قدرت برنامه‌ریزی راه‌های گوناگون برای رسیدن به هدف خویش) به وجود می‌آید. مؤلفه‌ی اول، این باور شخصی را می‌سازد که شخص می‌تواند حرکت در طول مسیرهای محتمل را برای رسیدن به اهداف خویش شروع و تحمل کند. این بعد جزء انگیزشی نظریه‌ی اسنایدر است که انرژی روانی برای استفاده از گذرگاه‌ها از آن به کار گرفته می‌شود. تفکر گذرگاهی مربوط به توانایی فرد برای غلبه بر موانع و شناخت راه‌های مختلف برای رسیدن به هدف می‌باشد، یعنی فرد راه‌های مؤثر و موجه رسیدن به اهداف مورد نظرش را می‌داند (اسنایدر و همکاران، ۱۹۹۱). همان طوری که اشاره گردید، امید متغیری است که می‌تواند میزان رضایتمندی افراد از زندگی‌شان را تحت تأثیر قرار دهد. در مطالعه‌ی آدامز و جاکسون<sup>۵</sup> (۲۰۰۰) میزان امید، تغییرات رضایت از زندگی افراد را در سال‌های بعدی زندگی پیش‌بینی کرد. در پژوهش بایلی<sup>۶</sup> و همکاران (۲۰۰۷) نیز خرده‌مقیاس کارگزار، در مقیاس امید بزرگسالان (اسنایدر و دیگران، ۱۹۹۱)، دارای بالاترین قدرت پیش‌بینی برای متغیر رضایت از زندگی بود. مطالعات دیگری از قبیل مطالعات دیویس<sup>۷</sup> (۲۰۰۵)، اسنایدر و تسوکاسا<sup>۸</sup> (۲۰۰۵) و اونگ<sup>۹</sup> و همکاران (۲۰۰۶) حاکی از ارتباط مثبت میان امید و میزان بهزیستی افراد می‌باشند.

در برخی از تحقیقات رابطه‌ی میان متغیرهای سخت‌رویی، رضایت از زندگی و امید با عملکرد تحصیلی بررسی شده است. یافته‌های مطالعات وردی (۱۳۸۰) و نریمانی و همکاران (۱۳۸۶) حاکی از ارتباط مثبت سخت‌رویی و عملکرد تحصیلی می‌باشد. در

1- Sheier & Carver

3- agency

5- Adams & Jackson

7- Davis

9- Ong

2- Snyder

4- pathways

6- Bailey

8- Tsukasa

همین راستا، نتایج پژوهش‌های گلایتلی<sup>1</sup> (۲۰۰۷) و شیرد و گولبی<sup>۲</sup> (۲۰۰۷) ارتباط مثبت سخت‌رویی با عملکرد و موفقیت تحصیلی را تأیید می‌کنند. هوبنر<sup>۳</sup> و همکاران (۱۹۹۹) دریافتند، دانش‌آموزانی که رضایتمندی بیشتری را گزارش کرده‌اند، نسبت به آنهایی که رضایتمندی کمتری داشتند، بیشتر احتمال داشت که میانگین نمرات بالاتری را نشان دهند، به علاوه دانش‌آموزان با رضایتمندی بیشتر، نگرش‌های بهتری نسبت به مدرسه و معلمان گزارش کردند. به طور مشابه، مطالعات چی یونگ<sup>۴</sup> (۲۰۰۰) و کیرکالدی<sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۰۴) رابطه‌ی مثبتی میان رضایت از زندگی و عملکرد تحصیلی را نشان دادند. تحقیق کوئین و داچورد<sup>۶</sup> (۲۰۰۶) نیز نشان داد که رابطه‌ی میان بهزیستی ذهنی و عملکرد تحصیلی شاید رابطه‌ی علی متقابل باشد. یافته‌های مطالعات دیگری از جمله اسنایدر و همکاران (۲۰۰۲)، اسنایدر و همکاران (۱۹۹۷) به نقل از جکسون و همکاران، (۲۰۰۳)، پترسون و لوتانس<sup>۷</sup> (۲۰۰۳) و کلی<sup>۸</sup> (۲۰۰۷) حاکی از ارتباط مثبت میان امید و عملکرد تحصیلی می‌باشند.

در بررسی پیشینه‌های تحقیقاتی در داخل و خارج از کشور، تحقیقی که ارتباط سخت‌رویی و امید را مورد بررسی قرار دهد یافت نشد. همچنین پژوهشی که به طور مستقیم ارتباط سخت‌رویی و رضایت از زندگی را بررسی کند، به دست نیامد. همین مسأله و توجه به اهمیت متغیر رضایت از زندگی و عملکرد تحصیلی به خصوص در جامعه‌ی دانشجویی با توجه به سرنوشت‌ساز بودن این دوران، بررسی این موضوع ضروری به نظر می‌رسد. بنابراین هدف پژوهش حاضر این است تا با بررسی رابطه‌ی میان سخت‌رویی، رضایت از زندگی و امید، تبیین روشن‌تری از رابطه‌ی سخت‌رویی، رضایت از زندگی، امید و همچنین رابطه‌ی این متغیرها با عملکرد تحصیلی ارائه شود. به طور کلی می‌توان گفت در این تحقیق هدف پاسخ دادن به این پرسش است که آیا میان

1- Golightly

3- Hubner

5- Kirkaldy

7- Peterson &amp; Luthans

2- Sheard &amp; Golby

4- Cheung

6- Quinn &amp; Duchworth

8- Kelli

میان سخت‌رویی، رضایت از زندگی و امید دانشجویان رابطه وجود دارد و آیا این متغیرها با عملکرد تحصیلی رابطه دارند؟

## روش‌شناسی

### جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه‌ی آماری پژوهش، کلیه‌ی دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه ارومیه را در بر می‌گرفت. در این پژوهش با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای از بین دانشکده‌های مختلف ۳۵۸ نفر دانشجو (۱۷۱ مرد و ۱۸۷ زن) به عنوان نمونه تحقیق انتخاب و مطالعه روی آنها انجام شد.

### ابزارهای اندازه‌گیری

پرسشنامه‌ی دیدگاه‌های شخصی: برای سنجش سخت‌رویی، از پرسشنامه دیدگاه‌های شخصی استفاده شده است. این مقیاس توسط کوباسا (۱۹۸۶)، به نقل از قربانی، (۱۳۷۳) ساخته شده و شامل ۵۰ ماده با سه خرده‌مقیاس تعهد، کنترل و مبارزه‌جویی می‌باشد که به ترتیب هر کدام از آنها ۱۶، ۱۷ و ۱۷ ماده از مقیاس را به خود اختصاص داده‌اند. قربانی (۱۳۷۳) در یک مطالعه‌ی مقدماتی بر روی ۱۱۰ زن ایرانی، پایایی را برای ۵۰ آیتم کل مقیاس ۰/۷۴ و برای تعهد ۰/۷۰ برآورد کرده است. برآورد پایایی نیز برای مبارزه‌جویی و کنترل ۰/۶۵ و ۰/۶۸ به دست آمد.

مقیاس رضایت از زندگی: در این پژوهش از مقیاس رضایت از زندگی داینر، برای سنجش میزان رضایت از زندگی استفاده شده است. مقیاس رضایت از زندگی توسط داینر و همکاران (۱۹۸۵) ساخته شده و توسط پاتوت و داینر (۱۹۹۳) تجدیدنظر شده است. این مقیاس از ۵ آیتم تشکیل شده و رضایت کلی از زندگی را می‌سنجد. پایایی مقیاس رضایت از زندگی توسط بیانی و همکاران (۱۳۸۶) در جامعه‌ی آماری متشکل از ۱۰۹ نفر

از دانشجویان مورد بررسی قرار گرفت. در این مطالعه، پایایی این مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ  $0/83$  و با روش بازآزمایی  $0/69$  به دست آمد.

مقیاس امید: این مقیاس جهت تعیین میزان امید بزرگسالان توسط اسنایدر (1991) ساخته شده است. مقیاس امید دارای 12 آیتم می باشد که 6 آیتم آن مربوط به مؤلفه کارگزار و 6 آیتم نیز مربوط به مؤلفه گذرگاه است. پایایی این مقیاس توسط شیرین زاده و میرجعفری (1385) بر روی 100 نفر از دانشجویان محاسبه گردید. در این مطالعه ضریب آلفا برای مؤلفه کارگزار  $0/71$  و برای مؤلفه گذرگاه  $0/67$  به دست آمد.

### یافته‌ها

جدول (1) ضرایب همبستگی بین سخت‌رویی و مؤلفه‌های آن با میزان امیدواری دانشجویان

مؤلفه‌های امیدواری		امیدواری	مشخصه آماری		
گذرگاه	کارگزار				
** $0/451$	** $0/409$	** $0/502$	ضریب همبستگی	سخت‌رویی	
$0/0001$	$0/0001$	$0/0001$	سطح معنی‌داری		
** $0/465$	** $0/447$	** $0/528$	ضریب همبستگی	تعهد	مؤلفه‌های سخت‌رویی
$0/0001$	$0/0001$	$0/0001$	سطح معنی‌داری		
** $0/522$	** $0/465$	** $0/568$	ضریب همبستگی	کنترل	مؤلفه‌های سخت‌رویی
$0/0001$	$0/0001$	$0/0001$	سطح معنی‌داری		
$0/041$	$0/01$	$0/043$	ضریب همبستگی	مبارزه‌جویی	مؤلفه‌های سخت‌رویی
ns $0/44$	ns $0/844$	ns $0/421$	سطح معنی‌داری		

\*\* همبستگی معنی‌دار در سطح  $0/01$

\* همبستگی معنی‌دار در سطح  $0/05$

ns همبستگی غیر معنی‌دار

نتایج مندرج در جدول 1 نشان می‌دهند که بین سخت‌رویی و امید رابطه‌ی مثبت معنی‌دار در سطح  $0/01$  وجود دارد. از مؤلفه‌های سخت‌رویی فقط بین مؤلفه‌های تعهد و کنترل سخت‌رویی با مؤلفه‌های امید (کارگزار و گذرگاه) رابطه‌ی مثبت و معنی‌دار وجود دارد.

جدول (۲) ضرایب همبستگی بین امید و رضایت از زندگی دانشجویان

رضایت از زندگی	مشخصه آماری	
./۴۹۱**	ضریب همبستگی	امیدواری
./۰۰۰۱	سطح معنی‌داری	
./۵۵۷**	ضریب همبستگی	کارگزار
./۰۰۰۱	سطح معنی‌داری	
./۲۸۱**	ضریب همبستگی	گذرگاه
./۰۰۰۱	سطح معنی‌داری	

\*\* همبستگی معنی‌دار در سطح ۰/۰۱  
\* همبستگی معنی‌دار در سطح ۰/۰۵  
ns همبستگی غیرمعنی‌دار

بر طبق نتایج مندرج در جدول ۲، بین امیدواری کل و رضایت از زندگی و مؤلفه‌های کارگزار و گذرگاه امید رابطه‌ی مثبت و معنی‌دار وجود دارد.

جدول (۳) ضرایب همبستگی بین سخت‌رویی و رضایت از زندگی دانشجویان

رضایت از زندگی	مشخصه آماری	
**./۳۴۶	ضریب همبستگی	سخت‌رویی
./۰۰۰۱	سطح معنی‌داری	
**./۳۶۹	ضریب همبستگی	تعهد
./۰۰۰۱	سطح معنی‌داری	
**./۳۱۸	ضریب همبستگی	کنترل
./۰۰۰۱	سطح معنی‌داری	
*./۱۱۱	ضریب همبستگی	مبارزه جویی
./۰۳۷	سطح معنی‌داری	

\*\* همبستگی معنی‌دار در سطح ۰/۰۱  
\* همبستگی معنی‌دار در سطح ۰/۰۵  
ns همبستگی غیرمعنی‌دار



اطلاعات جدول ۳ نشان می‌دهند بین سخت‌رویی و مؤلفه‌های تعهد، کنترل و مبارزه‌جویی آن با رضایت از زندگی رابطه‌ی مثبت و معنی‌دار وجود دارد. به عبارت دیگر با افزایش ویژگی سخت‌رویی و مؤلفه‌های آن، میزان رضایت از زندگی افزایش می‌یابد.

جدول (۴) خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون رضایت از زندگی بر متغیرهای پیش‌بین

مدل	شاخص آماری	مجموع مجذورات	f	میانگین مجذورات	F	Sig	R	R2	SE
۱	رگرسیون باقیمانده	۴۳۷۱/۶۵۷	۱	۴۳۷۱/۶۵۷	۱۵۹/۸۱۵	۰/۰۰۱	۰/۵۵۷	۰/۳۱۰	۵/۲۳۰
۲	رگرسیون باقیمانده	۹۷۳۸/۱۹۸	۳۵۶	۲۷/۳۵۴	۸۶/۵۸۰	۰/۰۰۰۱	۰/۵۷۳	۰/۳۲۸	۵/۱۶۹
۳	رگرسیون باقیمانده	۴۶۲۵/۹۷۸	۲	۲۳۱۲/۹۸۹	۵۹/۶۳۴	۰/۰۰۰۱	۰/۵۷۹	۰/۳۳۶	۵/۱۴۶
	رگرسیون باقیمانده	۹۴۸۳/۸۷۷	۳۵۵	۲۶/۷۱۵					
	رگرسیون باقیمانده	۴۷۳۶/۸۶۶	۳	۱۵۷۸/۹۵۵					
	رگرسیون باقیمانده	۹۳۷۲/۹۸۹	۳۵۴	۲۶/۴۷۷					

\*\* همبستگی معنی‌دار در سطح ۰/۰۱

\* همبستگی معنی‌دار در سطح ۰/۰۵

مدل ۱ - متغیر پیش‌بین: کارگزار

مدل ۲ - متغیر پیش‌بین: کارگزار، تعهد

مدل ۳ - متغیر پیش‌بین: کارگزار، تعهد، گذرگاه

براساس نتایج مندرج در جدول ۴ می‌توان نتیجه گرفت در تبیین میزان رضایت از زندگی از روی سخت‌رویی و امید، مجموع متغیرهای پیش‌بین  $R^2=0/336$  واریانس متغیر ملاک را تبیین و پیش‌بینی می‌کنند، یعنی متغیرهای پیش‌بین حدود ۳۳ درصد واریانس نمره‌ی رضایت از زندگی را تبیین می‌کنند. میزان F مشاهده شده برای مؤلفه کارگزار معنی‌دار است (P/۰/۰۱) و این متغیر به تنهایی ۳۱ درصد از تغییرات واریانس مربوط به رضایت از زندگی را تبیین می‌کند. اضافه شدن متغیر تعهد موجب افزایش قدرت

پیش‌بینی به میزان  $0/018$  گردیده که این مقدار از لحاظ آماری معنی‌دار است. پس از آن متغیر گذرگاه می‌تواند متغیر ملاک را پیش‌بینی نماید.

جدول (۵) ضرایب تاثیر، بتا و  $t$  رگرسیون سلسله‌مراتبی متغیرهای پیش‌بین

مدل	شاخص	B	SEB	Beta	T	Sig
۱	کارگزار	$0/629$	$0/050$	$0/557$	$12/642$	$***0/001$
۲	کارگزار	$0/554$	$0/055$	$0/490$	$10/066$	$***0/001$
	تعهد	$0/125$	$0/040$	$0/150$	$3/085$	$0/002$
۳	کارگزار	$0/612$	$0/062$	$0/541$	$9/913$	$***0/001$
	تعهد	$0/149$	$0/042$	$0/179$	$3/554$	$***0/001$
	گذرگاه	$-0/120$	$0/058$	$-0/113$	$-2/046$	$*0/041$

\*\* همبستگی معنی‌دار در سطح  $0/01$

\* همبستگی معنی‌دار در سطح  $0/05$

مندرجات جدول (۵) نشان می‌دهد که متغیر کارگزار با بتای  $b=0/541$  نیرومندترین متغیر در پیش‌بینی و تبیین رضایت از زندگی است و پس از آن متغیرهای تعهد با  $b=0/179$  و گذرگاه با  $b=-0/113$  به ترتیب بیشترین سهم را دارند. علامت منفی بتا و نسبت  $t$  مؤلفه گذرگاه نشانگر اثر معکوس آن بر رضایت از زندگی است. به عبارتی بالا بودن گذرگاه با سطح پایین رضایت از زندگی همراه خواهد بود. بررسی ضرایب بتا نشان می‌دهد با افزوده شدن متغیرهای پیش‌بین به صورت پیوسته از مقدار ضریب بتا کاسته می‌شود که حاکی از توان بیشتر متغیرهای نخست در پیش‌بینی و تبیین نمره رضایت از زندگی و کاهش این توان با افزوده شدن سایر متغیرهاست که این امر موجب حذف متغیرهای کنترل و مبارزه‌جویی شده است.

جدول (۶) خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون

عملکرد تحصیلی بر متغیرهای پیش‌بین

مدل	شاخص آماری	مجموع مجزورات	df	میانگین مجزورات	f	Sig	R	R2	SE
۱	رگرسیون	۲۵/۹۷۶	۱	۲۵/۹۷۶	۱۰/۴۵۵	۰/۰۰۱	۰/۱۶۹	۰/۰۲۹	۱/۵۷۶۲۴
	باقیمانده	۸۸۴/۴۸۹	۳۵۶	۲/۴۸۵					

براساس نتایج جدول ۶ می‌توان نتیجه گرفت در تبیین عملکرد تحصیلی از روی مؤلفه‌های سخت‌رویی، امید و رضایت از زندگی، مجموع متغیرهای پیش‌بین  $R^2=0/029$  واریانس متغیر ملاک را تبیین و پیش‌بینی می‌کنند، یعنی متغیرهای پیش‌بین حدود ۲/۹ درصد واریانس نمره‌ی عملکرد تحصیلی را تبیین کنند.

جدول (۷) ضرایب تأثیر، بتا و t رگرسیون سلسله‌مراتبی متغیرهای پیش‌بین

مدل	شاخص	B	SEB	Beta	T	Sig
۱	رضایت از زندگی	۰/۰۴۳	۰/۰۱۳	۰/۱۶۹	۳/۲۳۳	۰/۰۰۱

مندرجات جدول (۷) نشان می‌دهد که رضایت از زندگی با بتای  $b=0/169$  نیرومندترین و تنها متغیر در پیش‌بینی و تبیین عملکرد تحصیلی است. بررسی ضرایب بتا حاکی از توان بیشتر متغیر نخست در پیش‌بینی و تبیین نمره‌ی عملکرد تحصیلی و حذف متغیرهای تعهد، کنترل، مبارزه‌جویی، کارگزار و گذرگاه شده است.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف این پژوهش مطالعه‌ی رابطه‌ی سخت‌رویی، رضایت از زندگی و امید و ارتباط آنها با عملکرد تحصیلی بود. بر مبنای نتایج حاصل از این پژوهش، میان امید و سخت‌رویی

رابطه‌ی مثبت و معنی‌دار وجود داشت، لذا با توجه به بنیان‌های نظری می‌توان گفت شاید ویژگی سخت‌رویی با ایجاد توانایی مقاومت در برابر تنیدگی (کوباسا، ۱۹۷۹ و ۱۹۸۸) و راهبردهای مقابله‌ای مناسب (مدی، ۱۹۹۰) باعث افزایش میزان امید در افراد شود. تحقیقات اسنایدر (۲۰۰۲) و اونگ و همکاران (۲۰۰۶) هر کدام به نوعی مبین سازگاری بیشتر افراد امیدوار با تنیدگی و توانایی تعدیل رویدادهای تنش‌زا هستند. مطالعات شیرین‌زاده و میرجعفری (۱۳۸۵)، هرث<sup>۱</sup> (۱۹۸۹) و اسنایدر (۲۰۰۰) نیز به توانایی مقابله و استفاده از راهبردهای مقابله‌ای مؤثر در افراد امیدوار اشاره دارند. مؤلفه تعهد، اعتقاد به مهم، جالب و معنی‌دار بودن فعالیت‌های زندگی است. در واقع فرد متعهد از احساس در آمیختگی عمیق نسبت به فعالیت‌هایی که انجام می‌دهد برخوردار است (کوباسا، ۱۹۸۸؛ مدی، ۱۹۸۲) و همین موضوع می‌تواند با انگیزش بالا جهت پیگیری اهداف (کارگزار) و برنامه‌ریزی جهت دستیابی به آنها (گذرگاه) در رابطه باشد.

رابطه‌ی مثبت میان مؤلفه کنترل سخت‌رویی با میزان امیدواری کل و مؤلفه‌های آن، یافته‌ی دیگر این پژوهش بود. می‌توان گفت، احساس داشتن کنترل به این باور منجر می‌شود که فرد رویدادهای زندگی را نتیجه طبیعی اعمال خود بداند و آنها را نتیجه‌ی عوامل خارجی و ناخواسته از قبیل شانس و یا سرنوشت قلمداد نکند. همین باور می‌تواند منجر به این شود که چون فرد بیشتر خود را مسؤول زندگی خویش می‌داند، انگیزش بیشتری جهت تعقیب اهداف مورد نظر خود داشته باشد (اوریل<sup>۲</sup>، ۱۹۷۳؛ به نقل از کوباسا، ۱۹۷۹). لازم به ذکر است در فرد سخت‌رو داشتن احساس کنترل، امکان ترسیم و دسترسی به مجموعه‌ای از راهبردهای مفید را می‌دهد همین امر با مفهوم گذرگاه امید که اشاره به قدرت تفکر به راهکارها و مسیرهای گوناگون معطوف به هدف اشاره می‌کند، همپوشی دارد (کوباسا و همکاران، ۱۹۸۱؛ به نقل از پارکر و رندال<sup>۳</sup>، ۱۹۸۸).

1- Herth

2- Avril

3- Parker &amp; Rendall

نتایج به دست آمده نشان دادند که میان امید و مؤلفه‌های آن (کارگزار و گذرگاه) و رضایت از زندگی رابطه‌ی مثبت و معنی‌دار وجود دارد. این یافته همسو با یافته‌های تحقیق بایلی و همکاران (۲۰۰۷) می‌باشد. در این تحقیق مؤلفه کارگزار دارای بالاترین قدرت پیش‌بینی برای رضایت زندگی بود. نتایج تحقیق آدامز و جاکسون (۲۰۰۰) نیز یافته فوق را تأیید می‌کند و بیانگر ارتباط مثبت میان امید و رضایت از زندگی می‌باشد. مطالعه‌ی اسنایدر و تسوکاسا (۲۰۰۵) نیز حاکی از ارتباط مثبت امید و بهزیستی ذهنی می‌باشد.

در تبیین ارتباط امید و رضایت از زندگی می‌توان گفت که امید نیروی مثبتی است که انگیزش، پیشبرد اهداف و سازگاری را افزایش می‌دهد (پیزا<sup>۱</sup> و همکاران، ۱۹۹۱؛ رالی<sup>۲</sup>، ۱۹۹۲) و قدرت نگهداری انرژی افراد در زندگی و ایجاد آن، جزء طبیعت امید می‌باشد (بایز<sup>۳</sup>، ۱۹۹۵). افرادی که خیلی امیدوار هستند ممکن است محرک‌های قوی‌تر و انرژی بیشتری برای پیگیری اهداف خود داشته باشند و این به انگیزش آنها برای شرکت فعالانه در فرایند حل مسأله و رفتارهایی که موجب رشد و بالندگی می‌شود، برمی‌گردد. در واقع می‌توان گفت که امید منبع مهمی برای انعطاف‌پذیری افراد در زندگی می‌باشد (اونگ و همکاران، ۲۰۰۶). مطالعه‌ی بلول و فورد گیلبو<sup>۴</sup> (۲۰۰۴) در مورد افراد سکنه کرده، نشان داد که تفکر امیدوارانه در این افراد باعث می‌شود که آنها احساس کنند که بر کل جنبه‌های زندگی خود کنترل و تسلط دارند. بنابراین دور از انتظار نیست که این افراد به زندگی خویش ارزش مثبت بدهند.

یافته‌های پژوهش حاضر حاکی از این بود که بین سخت‌رویی و مؤلفه‌های آن (تهدید، کنترل، مبارزه‌جویی) و رضایت از زندگی ارتباط مثبت وجود دارد که این یافته در راستای مطالعه‌ی پاتریک و همکاران (۱۹۹۹) می‌باشد که نشان دادند سخت‌رویی

1- Piazza

3- Bays

2- Raleigh

4- Bluvol &amp; Ford-Gilboe

تعیین‌کننده‌ی میزان سلامت روانشناختی و رضایت از زندگی می‌باشد. نتایج مطالعه‌ی کرولی و همکاران (۲۰۰۳) نیز حاکی از ارتباط مثبت میان سخت‌رویی، راهبردهای سازگاری و رضایت از زندگی است. محققان دریافته‌اند افراد سخت‌رو به علت استفاده از روش‌های مقابله‌ای فعال و مؤثر، بهزیستی بالاتری دارند (داینر و همکاران، ۱۹۹۷؛ مدی، ۱۹۹۹). برودسکی<sup>۱</sup> (۱۹۸۸؛ به نقل از اسمیت<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۰۴) نیز به این نتیجه رسید که افراد سخت‌رو، ممکن است حالت بهزیستی را بیشتر از افراد غیرسخت‌رو داشته باشند و سه مؤلفه بهزیستی شامل عاطفه‌ی مثبت و عاطفه‌ی منفی و رضایت از زندگی عمدتاً با ادراکات حاصل از مبارزه‌جویی شخصی رابطه دارد.

سخت‌رویی موجب انعطاف‌پذیری شده و عاملی برای حفظ سلامت عمومی می‌باشد (مدی، ۱۹۹۹). سخت‌رویی ارزیابی تهدیدآمیز یک رویداد را کاهش و در مقابل تلاش‌های فرد را برای سازگاری موفق افزایش می‌دهد. توانایی مقابله با تنیدگی و تفسیر مجدد تجارب آزارنده برای کاهش یا تعدیل اثرات مخرب آنها، از خصوصیات افراد سخت‌رو می‌باشد (مدی، ۱۹۹۹؛ پترسون و همکاران، ۱۹۸۲، به نقل از اسدی صادقی‌آذر و همکاران، ۲۰۰۶). به علاوه شواهد تجربی زیادی وجود دارد که سخت‌رویی باورها و رفتارهای فعالانه را ایجاد می‌کند. به عنوان مثال، افراد سخت‌رو از راهبردهای مقابله‌ای فعال مثل مقابله مسأله‌مدار استفاده می‌کنند (ویبه<sup>۳</sup>، ۱۹۹۱؛ ویبه و ویلیامز<sup>۴</sup>، ۱۹۹۲). در نهایت به علت تمام دلایل فوق این افراد از لحاظ جسمی و روانی سالم باقی می‌مانند و این موضوع باعث می‌شود که آنها از زندگی خود احساس رضایت بیشتری داشته باشند، چنان که مطالعات زیادی نشان داده‌اند که افراد سالم از لحاظ جسمی و روانی رضامندی بیشتری دارند (راسک<sup>۵</sup>، ۲۰۰۲، به نقل از پیکو<sup>۶</sup>، ۲۰۰۳؛ پیکو، ۲۰۰۶). در ضمن، احتمال بیشتری وجود دارد که افراد سخت‌رو موقعیت‌های تنش‌زا را مثبت ارزیابی

1- Brodsky  
3- Wiebe  
5- Williams

2- Smith  
4- Rask  
6- Piko

کرده (پاگنا<sup>۱</sup>، ۱۹۹۰؛ مدی، ۱۹۹۹) و به اتفاقات مثبت زندگی اهمیت بیشتری دهند (تارتاسکی<sup>۲</sup>، ۱۹۹۳ به نقل از اسدی صادقی آذر و همکاران، ۲۰۰۶). بنابراین می‌توان انتظار داشت که این افراد زندگی خود را مثبت ارزیابی کرده و احساس رضایت بیشتری از جنبه‌های مختلف آن داشته باشند.

از یافته‌های دیگر پژوهش این بود که امیدواری نیرومندترین متغیر در پیش‌بینی و تبیین رضایت از زندگی است و پس از آن متغیر سخت‌رویی قرار دارد که قبلاً به تبیین روابط این متغیرها با رضایت از زندگی پرداخته شد. در تبیین میزان رضایت از زندگی از روی مؤلفه‌های امید و سخت‌رویی، نتایج حاکی از این است کارگزار نیرومندترین متغیر در پیش‌بینی و تبیین رضایت از زندگی است و پس از آن متغیرهای تعهد و گذرگاه به ترتیب بیشترین سهم را دارند. ضمناً مؤلفه گذرگاه با رضایت از زندگی رابطه‌ی معکوس دارد. به عبارتی بالا بودن گذرگاه با سطح پایین رضایت از زندگی همراه خواهد بود. در تحقیق بایلی و همکاران (۲۰۰۷) مؤلفه کارگزار، در مقیاس امید بزرگسالان (اسنایدر و دیگران، ۱۹۹۹) دارای بالاترین قدرت پیش‌بینی برای متغیر رضایت از زندگی بود که یافته فوق را تأیید می‌کند. به نظر می‌رسد برای افزایش بهزیستی ذهنی، باور کلی فرد به توانایی خویش در رسیدن به اهداف خود، مهم‌تر از باور او به توانایی در برطرف ساختن موانع می‌باشد. با توجه به بنیان‌های نظری مربوط به متغیر امید، مؤلفه‌ی کارگزار بعد انگیزشی مفهوم امید (اسنایدر، ۱۹۹۱) را تشکیل می‌دهد و به معنی وجود انگیزش و باورهایی است که فرد برای رسیدن به اهداف خویش دارد. می‌توان گفت افرادی که تفکر کارگزار بالاتری دارند ممکن است از انگیزش و انرژی روانی زیادی برای پیگیری اهداف خود برخوردار بوده و احساس کنند که به اهداف مورد نظر خود دست می‌یابند. مؤلفه‌ی گذرگاه نیز به قدرت برنامه‌ریزی راه‌های گوناگون برای رسیدن به هدف، با وجود

---

1- Pagna  
3- Esterlin

2- Tartasky

موانع مختلف اشاره دارد. به بیان دیگر این مؤلفه بیانگر توانایی فرد برای غلبه بر موانع و شناخت راهکارهای رسیدن به اهداف است. بنابراین شاید بالا بودن افکار گذرگاهی مبین این موضوع باشد که در روال زندگی فرد، موانع حل نشده‌ی زیادی وجود دارد که در جهت رسیدن به اهداف باید به آنها غلبه شود و وجود همین موانع باعث می‌شود که شخص از زندگی خود رضایت کمتری داشته باشد. بعد از مؤلفه کارگزار، مؤلفه تعهد سخت‌رویی، بیشترین سهم را در تبیین رضایت از زندگی به خود اختصاص داده است. کوباسا (۱۹۷۹) بر این اعتقاد است که تعهد، اساسی‌ترین عامل حفظ بهداشت روانی بوده و به مفهوم توانایی شناخت ارزش‌ها، اهداف و اولویت‌های خاص، قدرت تصمیم‌گیری و هدفمند بودن در زندگی می‌باشد. به نظر می‌رسد اعتقاد به مهم، جالب و معنی‌دار بودن فعالیت‌های زندگی (کوباسا و همکاران، ۱۹۸۲) و احساس در آمیختگی عمیق نسبت به فعالیت‌هایی که فرد انجام می‌دهد (کوباسا، ۱۹۸۸) بیشتر از اعتقاد به کنترل محیط و آمادگی مقابله با تغییرات زندگی، موجب رضامندی افراد در زندگی می‌شود.

در تبیین میزان عملکرد تحصیلی از روی متغیرهای سخت‌رویی، رضایت از زندگی و امید و مؤلفه‌های آنها نتایج حاکی از این می‌باشند که از بین متغیرهای مذکور رضایت از زندگی نیرومندترین و تنها متغیر در پیش‌بینی و تبیین عملکرد تحصیلی است. همسو با این یافته همسو با تحقیقات چی یونگ (۲۰۰۰)، کیر کالدی و همکاران (۲۰۰۴) قرار دارد، به طوری که نتایج این مطالعات حاکی از ارتباط مثبت عملکرد تحصیلی با رضایت از زندگی می‌باشند. در تحقیق کوئین و داچورد (۲۰۰۶) نیز رابطه‌ی بهزیستی ذهنی (مؤلفه‌های رضایت از زندگی و عاطفه‌ی مثبت و منفی) با موفقیت تحصیلی و جهت‌گیری در این رابطه بررسی شده است. در این مطالعه افرادی که بهزیستی بالایی را گزارش کرده بودند با کنترل متغیرهای هوش، سن و میانگین نمرات قبلی، نمرات بالاتری به دست آوردند. به علاوه دانش‌آموزانی که نمرات بالاتری را به دست آورده بودند، با وجود کنترل هوش، سن و میزان بهزیستی، بهزیستی و رضایت‌مندی بیشتری را



گزارش کردند. این مطالعه نشان می‌دهد که رابطه‌ی میان بهزیستی ذهنی و عملکرد تحصیلی شاید رابطه‌ی علی متقابل باشد.

افرادی که از زندگی خود رضایت بیشتری دارند، احساس می‌کنند که حیطه‌های مختلف زندگی خوب پیش می‌رود. بنابراین، این افراد رویکرد مثبتی نسبت به زندگی داشته (داینر، ۲۰۰۰) و دارای عزت‌نفس و خود باوری بیشتری هستند (استراک<sup>۱</sup> و همکاران، ۱۹۹۱) که می‌تواند عاملی برای موفقیت آنها در حیطه‌های مختلف از جمله تحصیل باشد. چنان که مطالعه‌ی هوبنر و همکاران (۱۹۹۹) و لی یونگ<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۰۴) نیز نشان داده است افرادی که رضامندی بیشتری دارند از احساس کفایت تحصیلی بیشتری نیز برخوردار می‌باشند.

با توجه به مباحث فوق می‌توان گفت میان ویژگی‌های مثبت شخصیتی مثل سخت‌رویی با میزان امید و رضایت از زندگی ارتباط مثبت وجود دارد که به نوبه‌ی خود می‌تواند در میزان عملکرد تحصیلی و بروز عملکردهای مثبت روانی افراد تأثیرگذار باشد. لذا نتایج این تحقیق، متولیان بهداشت روانی جامعه را در راستای تهیه‌ی برنامه‌های آموزشی مناسب جهت پرورش صفات مثبت شخصیتی همچون سخت‌رویی در میان دانشجویان به عنوان نیروهای فعال و آینده‌ساز جامعه یاری خواهد نمود.

---

1- Strack

2- Leung

References

منابع

بیانی، علی‌اصغر؛ محمد کوچکی، عاشور؛ گودرزی، حسنیه (۱۳۸۶). اعتبار و روایی مقیاس رضایت از زندگی، فصلنامه روانشناسان ایرانی، سال سوم، شماره ۱۱.

شیرین‌زاده، صمد؛ میرجعفری، سیداحمد (۱۳۸۵). بررسی رابطه‌ی بین امیدواری با راهبردهای مقابله با استرس در بین دانشجویان دانشگاه شیراز، سومین سمینار بهداشت روانی دانشجویان .

قربانی، نیما (۱۳۷۳). بررسی ارتباط الگوی رفتاری تیپ A، رفتار مستعد بیماری کرونر قلب و سخت‌رویی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه تربیت مدرس.

کیامرثی، آذر (۱۳۷۷). ساخت و اعتباریابی مقیاسی برای سنجش سرسختی روان‌شناختی و بررسی رابطه آن با تیپ شخصیتی الف، کانون مهار، عزت‌نفس، شکایات جسمانی و عملکرد تحصیلی در دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد اهواز.

نریمانی، محمد؛ محمدامینی، زرار؛ برهمند، اوشا ابوالقاسمی، عباس (۱۳۸۶). ارتباط سرسختی روان‌شناختی، سبک‌های تفکر و مهارت‌های اجتماعی با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان، فصلنامه علمی پژوهشی روانشناسی دانشگاه تبریز، سال دوم، شماره ۵.

وردی، مینا (۱۳۸۰). رابطه‌ی کمال‌گرایی و سرسختی روان‌شناختی با سلامت روانی و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر مراکز پیش دانشگاهی اهواز، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه شهید چمران اهواز.

Adams, V.H., & Jackson, J.s., (2000). The Contribution of Hope to the Quality of Life among Aging African Americans: 1980-1992, *The International Journal of Aging and Human Development*, Vol.30, No.4, pp. 279-295.

Asadi Sadeghi Azar, I., Vasudeva, P., & Abdollahi, A. (2006). Relationship between Quality of Life, Hardiness, Self-efficacy and Self-esteem

- amongst Employed and Unemployed Married Women in Zabol, *Iranian J Psychiatry*, Vol.1, No. 3, pp. 104-111.
- Bailey, T., Winnieeng, Frisch, M.B., & Snyder, C.R., (2007). Hope and Optimism as Related to Life Satisfaction, *The Journal of Positive Psychology*, Vol .2, No.3, pp. 168-175.
- Bays, C., (1995). *Older Adults Descriptions of Hope Aafter Strok*, PhD Thesis, Cincinnati, Cincinnati, University of Houisville School of Nursing.
- Bluvol, A., & Ford-Gilboe, M., (2004). *Hope, Health Work and Quality of Life in Families of Stroke Survivors*, *Journal of Advanced Nursing*, Vol. 48, No. 4, pp. 322-332.
- Cheung, C.K., (2000). Studying as a Source of Life Satisfaction among University Student-statistical Data Included, *College Student Journal*.
- Crowley, B.J., Hayslip, J.R., & Hobby, J., (2003). Psychological Hardiness and Adjstment to Life Events in Adulthood, *Journal of Adult Development*, Vol. 10, No.4, pp.273.
- Davis, B., (2005). Mediators of the Relationship between Hope and Well-being in Older Adults, *Clinical Nursing Research*, Vol. 14, No. 3, pp. 253-272.
- Diener, E., Emmons, R., Larsen, R., & Griffin, S., (1985). The Satisfaction with Life Scale, *Journal of Personality Assessment*, Vol. 49, pp. 71-750.
- Diener, E. Suh, E., & Oishi, S., (1997). Recent Finding on Subjective Well-being, Indian, *Journal of Clinical Psychology*, Vol. 24, pp.25-41.
- Diener, E., Gohm, C.L., Suh, M., & Oishi, S., (2000). Similarity of the Relation between Marital Status and Subjective Well-being across Cultures, *Journal of Cross-Cultural Psychology*, Vol. 31, pp.419-436.
- Esterlin, R.A. (2003). *Explaining Happiness*, *Procedings of the National Academy of Sciences*, Vol. 100, pp. 11176-11183.
- Golately, T., (2007). *Defining the Component of Academic Self-efficacy in NAVAJO American Indian High School Students*, Department of Counseling Psychology and Special Education, Brigham Young University.

- Herth, K.A. (1989). The Relationship between Level of Hope and Level of Coping Response and Other Variables in Patients with Cancer, *Oncol Nurs Forum*, Vol. 16, pp. 67-72.
- Huebner, E.S., Gilman, R., & Laughlin, J.E. (1999). A Multimethod Investigation of the Multidimensionality of Children's Well-being Reports: Discriminant Validity of Life Satisfaction and Self-esteem, *Social Indicators Research*, Vol. 46, pp. 1-22.
- Jackson, Todd, Weiss, Lundquist, Jesse, J., Hopper, & Denise, (2003). Impact of Hope, Procrastination and Social Activity on Academic Performance of Midwestern College Student, *Journal Article Excerpt*, Vol. 124.
- Kelli, S. (2007). *The Relationship between Hope, Executive Function, Behavioral/Emotional Strengths and School Functioning in 5th and 6th Grade Students*, OhioLINK Electronic Thesis and Dissertation Center.
- Kirkcaldy, B., Furnham, A., & Siefen, G., (2004). The Relationship between Health Efficacy, Educational Attainment, and Well-being among 30 Nations, *European Psychologist*, Vol. 9, pp. 19-107.
- Kobasa, S.C., (1979). Stressful Life Events, Personality, and Health: An Inquiry into Hardiness, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.37, pp.1-11.
- Kobasa, S.C., Maddi, S.R. & Puccetti, M.C., (1982). Personality and Exercise as Buffers in the Stress Illness Relationship, *Journal of Behavioral Medicine*, Vol.5, pp. 391-404.
- Kobasa, S.C., (1988). *Hardiness*, In Lindzey, Thapson, and Spring (Eds.) *Psychology* (3<sup>rd</sup>ed), Newyork: Worth Publishers.
- Leung, C.Y., McBride-Chang, C., & Lai, B.P. (2004). The Relationship among Maternal Parenting Style, Academic Competence, and Life Satisfaction in Chinese Early Adolescents, *Journal of Early Adolescence*, Vol. 24, pp. 43-113.
- Maddi, S.R. (1990). *Issues and Intervention in Stress Mastery*, In H.S. Fridman (Ed.), *Personality and Disease* (pp.121-154), Newyork: Wiley.

- Maddi, S.R., Hover, M., Kobasa, S.C. & Zola, M.A., (1982). Alienation and Exporatory Behavior, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 42, No. 5, pp.884-89.
- Maddi, S.R., (1999). The Personality Construct of Hardiness: Effects on Experiencing, Coping and Strain, *Consulting Psychology Journal*, Vol. 51, pp.83-95.
- Ong, A.D., Edwards, L.M., & Bergeman, C.S., (2006). Hope as Asource of Resilience in Later Adulthood, *Journal of Personality and Individual Differences*, Vol. 41, pp. 1263-1273.
- Pagna, K.D., (1990). The Relationship of Hardiness and Social Support, Student Appraisal of Stress in an Initial Clinical Narsing Situation, *Nursing Education*, Vol. 29, pp.255-261.
- Parkers, K.R., & Rendall, D., (1988). The Hardy Personality and Its Relationship to Extraversion and Neuroticism, *Personality and Individual Differences*, Vol. 9, pp. 785-790.
- Patrice, K., Nicholas, T., Leuner, D. (1999). *Hardiness, Social Supprt and Health Status, Are There Difference in Older Afircan- American*, Holistic Nursing Practice Fredrick, pp.53-61.
- Pavot,W.,&Diener,E.(1993). Review of Satisfaction with Life Scale, *Psychological Assessment*, Vol .5, No. 2, pp. 164-172.
- Peterson, S.J., & Luthans, F. (2003). The Positive Impact and Development of Hopeful Leaders, *Leadership and Organization Development Journal*, Vol. 24, pp. 26-31.
- Piazza, D., Holcombe, J., Foote, A., Paul, P., Love, S., & Daffin, P.(1991). Hope, Social Support and Self-steem of Patients with Spinal Cord Injuries, *Journal of Neuroscience Nursing*, Vol .23, pp. 224-230.
- Piko, B.F., (2006). Satisfaction with Life, Psychosocial Health and Materialism among Hungarian Youth, *Journal of Health Psychology*, Vol. 11, pp. 827-831.
- Quinn, D.P., & Duchworth, A.I., (2006). *Happiness and Academic Achivment: Evidence for Reciprocal Causality*, Time and Location Postersession VII-Board: VII-021sunday.

- Raleigh, E., (1992). Sources of Hope in Chronic Illness, *Oncology Nursing Forum*, Vol. 19, pp. 443-448.
- Sheard, M., & Golby, J., (2007). Hardiness and Undergraduate Academic Study: The Moderating Role of Commitment, *Journal of Personality and Individual Differences*, Vol. 43, No. 35, pp. 579-588.
- Smith, N., Young, A., & Lee, L. (2004). Optimism, Health-Related Hardiness and Well-being among Older Australian Women, *Journal of Health Psychology*, Vol. 9, No. 6, pp.741-752.
- Snyder, C.R., Harris, J.R. Hollerson, S.A., Irving, L.M., Sigmon, S.T., Yoshinobo, L., Gibb, J., Langelle, C., & Harney, P. (1991). The Eill and Eay: Development and Validation of an Individual Difference Measure of Hope, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 64, No. 4, pp. 570-758.
- Snyder, C.R., Irving, L., & Anderson, J.R., (1991). *Hope and Health: Measuring the will and the Ways*, in C.R. Snyder & D.R. Forsyth (Eds.), *Handbook of Social and Clinical Psychology: The Health Perspective*, pp. 285-305., Elmsford: Pergamon.
- Snyder, C.R., Cheavens, J., & Michael, S.T., (1999). *Hoping*, In C.R. Snyder (Eds.), *Coping: The Psychology of What Works*, pp. 205-231, New York: Oxford University Press.
- Snyder, C.R., (2000). *Hand Book of Hope: Theory, Measur, and Applications*, New York: Academic Press.
- Snyder, C.R. (2002). Hope Theory Rainbows in the Mind, *Psychological Inquiry*, Vol. 13, No. 4, pp. 249-275.
- Snyder, C.R., Shrey, H., Cheavens, J., Pulvers, K.M., Adams, V., & Wiklund, C., (2002). Hope and Academic Success in College, *Journal of Educational Psychology*, Vol. 94 , No. 4, pp. 820-826.
- Snyder, C.R., Tsukasa, K. (2005). The Relationship between Hope and Subjective Well-being: Reliability and Validity of the Dispositional Hope Scale, *Japanese Version, Japanese Journal of Psychology*, Vol. 76, No.3, pp.227-23.

- Strack, F., Argyle, M., & Schwarz, M., (1991). *Subjective Well-being: An Interdisciplinary Perspective*.
- Veenhoven, R. (1996). *The Study of Life Satisfaction*, In: Saris, W.E., Veenhoven, R., Scherpenzeel, A.C. & Bunting, B., (eds) *A Comparative Study of Sathsfaction with Life in Europe*. Eotvots University Press, pp. 11-48.
- Wiebe, D.J. (1991). Hardiness and Stress Moderation: A Test of Proposed Mechanism, *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 60, No.1, pp.89-99.
- Wiebe, D.J., & Williams, P.G., (1992). Hardiness and Health: A Social Psychological Perspective on Stress and Adoption, *Journal of Social and Clinical Psychology*, Vol.11, pp.262-283.