

The Relationship between Optimism and Resilience through the Mediating Role of Self-efficacy in Adolescence

Fatemeh Nemati*
Seyed Mousa Golestaneh**
Mahnaz Jokar***

Introduction

Adolescence is a challenging developmental stage in which adolescents experience significant changes in their academic and work life due to the mismatch between developmental needs and the learning environment during puberty. Self-efficacy in adolescence is considered one of the most important factors for positive development. In Bandura's social-cognitive theory, this concept means an individual's confidence in their abilities to control their thoughts, feelings, actions, and perform effectively in stressful situations. Self-efficacy, as a predictive personality trait, can be influential in various aspects of adolescents' personal, social, and academic life. Among the important abilities in adolescence is a set of psychological abilities known as positive psychological capital. Psychological capital is the positive aspect of human life and is defined based on personal understanding, having a goal to achieve success and stability against problems. Psychological capital is an integrated and interconnected structure of which resilience is a part. Resilience is defined as the process of optimal adaptation in the face of problems, traumatic events, threats, or any stressful situation that may occur in life.

Resilience is an ability and skill that enables a person to adapt to problems and challenges. This factor contributes to the positive development process of adolescence. This study examined the effect of the

* MA Student in Educational Psychology, Persian Gulf University, Boushehr, Iran.

** Associate Professor, Faculty of Humanities, Department of Psychology, Persian Gulf University, Boushehr, Iran. *Corresponding Author:* mgolestaneh@yahoo.com

*** Assistant Professor, Faculty of Humanities, Department of Psychology, Persian Gulf University, Boushehr, Iran.

relationship between optimism with resilience with the mediation of self-efficacy in adolescence.

Method

The aim of the present study is applied research and correlational data collection which is done through structural equation modeling. The participants are male and female sixth graders and first and second high school students who were studying in Bushehr in 1400-1401. 12 schools were randomly selected from each Bushehr elementary, first, and second high school. To test the research hypothesis, 600 students were selected through using a multi-stage cluster sampling method. Due to the conditions and limitations of the coronavirus disease, questionnaires were provided to students via social media such as Shad, Telegram, and WhatsApp, and eventually, out of 600 distributed questionnaires, 97 questionnaires were rejected and 503 questionnaires with valid information were identified and used in the analysis. Instruments included were a questionnaire Muris's (2001) Self-Efficacy Scales (SEQ-C), DeCaroli John and Sagon's (2014) Resilience Questionnaire, and Sher and Carver's (1985) optimism questionnaire. Analysis with the help of structural equation modeling was performed using SPSS and AMOS-24. In this study for the final assessment of questionnaires to measure Self-Efficacy, Resilience, and optimism Cronbach's alpha was used, and its values, respectively, were 0.90, 0.91, and 0.62.

Results

Based on the presented model, the relationship between optimism and resilience was confirmed with the mediation of self-efficacy in adolescence; The results showed there was a positive and significant relationship between optimism, self-efficacy with resilience. There was a positive and significant relationship between optimism and self-efficacy directly. There was a positive and significant relationship between self-efficacy and resilience directly. Furthermore, the results of the Bootstrap test showed that the path of optimism is significant indirectly through self-efficacy with resilience ($p < 0.01$). Based on the presented model, the relationship between optimism by comparing the parameters of the proposed model with the final model, it can be concluded that the final model has a better fit than the data. The model's CFI fit index was above 0.92, and the RMSEA was equal to 0.09, indicating that the model was a good fit for the data. Considering the moderating role of gender in the

structural equation model and the resilience variable, a separate model was drawn for girls and boys, and the results show that all relationships are positive and significant, and the relationship between self-efficacy and resilience is better in boys than in girls.

Discussion

According to the findings of this research, it can be concluded that the closer we get to adolescence, the effect of optimism decreases and also there is a positive and significant relationship between optimism and resilience through the mediation of self-efficacy. Optimism can have a significant impact on adolescents' self-efficacy and self-assertiveness, making them to feel more empowered when facing challenges. Highly optimistic adolescents have more resilience characteristics than adolescents with low optimism; High self-efficacy teenagers have higher resilience than people with low self-efficacy; The more optimistic the teenagers were, the more self-efficacy they had. One quality that distinguishes resilient people is optimism. These people are not psychologically harmed and have a positive outlook on life's challenges, which makes them more resilient to adversity even in the face of risk and difficulty. Resilient people have plans and goals for the future, find meaning in life, and, because of their high level of optimism, do not give up easily and instead put in more effort when they fail.

Keywords: adolescence, optimism, psychological needs, resilience, self-efficacy

Author Contributions: Seyed Mousa Golestaneh was responsible for leading the overall research process. Fatemeh Nemati was responsible for research plan design, data collection, and analysis and all authors discussed the results and reviewed and approved the final version of the manuscript.

Acknowledgments: The authors thank all dear teachers who have helped us in this research.

Conflicts of interest: The authors declare there is no conflict of interest in this article.

Funding: This research is not sponsored by any institution and all costs have been borne by the authors

رابطه بین خوش‌بینی با تاب‌آوری از طریق نقش میانجی‌گری خودکارآمدی در دوره نوجوانی

فاطمه نعمتی *

سید موسی گلستانه **

مهناز جوکار ***

چکیده

تاب‌آوری به‌عنوان توانایی و مهارتی است که فرد را قادر می‌سازد خود را با مشکلات و چالش‌ها سازگار کند و این عامل کمک‌کننده فرآیند تحول مثبت نوجوانی است. هدف از پژوهش حاضر تعیین رابطه خوش‌بینی با تاب‌آوری از طریق نقش میانجی‌گری خودکارآمدی در دوره نوجوانی است. این پژوهش به روش تحقیق توصیفی و از نوع همبستگی در قالب مدل معادلات ساختاری انجام شد. جامعه آماری شامل دانش‌آموزان دختر و پسر پایه‌های ششم ابتدایی، متوسطه اول و دوم بوشهر در سال ۱۴۰۱-۱۴۰۰ بودند که از بین جامعه تعداد ۶۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. پرسشنامه‌ها از طریق شبکه‌های اجتماعی مانند شاد، تلگرام و واتس‌آپ در اختیار دانش‌آموزان قرار داده شد که در نهایت ۵۰۳ پرسشنامه قابل تحلیل بود. از مقیاس‌های خودکارآمدی Muris، پرسش‌نامه تاب‌آوری De Caroli and John Sagon و پرسش‌نامه خوش‌بینی Scheier and Carver استفاده شده است. تحلیل داده‌ها با روش آمار توصیفی و مدل معادلات ساختاری از نرم‌افزارهای SPSS-24 و AMOS-24 استفاده شد. نتایج تجزیه و تحلیل داده‌ها در مدل معادلات ساختاری نشان داد که مدل کلی تحقیق و شاخص‌های برازش مدل اصلاح شده از برازش بهتری برخوردارند. این مدل در نمونه دختران و پسران از برازش مطلوبی برخوردار بود. مسیرهای خوش‌بینی و خودکارآمدی به

* دانش‌آموخته کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه خلیج فارس، بوشهر، ایران.

** دانشیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه خلیج فارس، بوشهر، ایران. (نویسنده مسئول)
mgolestaneh@yahoo.com

*** استادیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه خلیج فارس، بوشهر، ایران.

تاب‌آوری در دوره نوجوانی معنی‌دار بودند. همچنین، مسیر خوش‌بینی به‌صورت غیرمستقیم از طریق خودکارآمدی با تاب‌آوری معنی‌دار است. با توجه به یافته‌های این تحقیق، می‌توان نتیجه گرفت که هر چه به اواخر نوجوانی نزدیک می‌شویم تأثیر خوش‌بینی کمتر شده و همچنین بین خوش‌بین با تاب‌آوری از طریق میانجی‌گری خودکارآمدی رابطه مثبت و معنی‌داری هست.

واژه‌های کلیدی: تاب‌آوری، خودکارآمدی، خوش‌بینی، نوجوانی، نیازهای روان‌شناختی

مقدمه

خودکارآمدی در نوجوانی به عنوان یکی از مهم‌ترین موضوعات تعدیل مثبت سن رشد در نظر گرفته شده‌است (Sagone et al., 2020). خودکارآمدی یکی از سازه‌های مهم در نظریه‌ی شناختی- اجتماعی بندورا است و به معنی اطمینان و باور فرد نسبت به توانایی‌های خود در کنترل افکار، احساس‌ها، فعالیت‌ها و نیز عملکرد مؤثر او در موقعیت‌های استرس‌زاست و به عنوان یک ویژگی شخصیتی پیش‌بینی‌کننده در نوجوانان می‌تواند در موقعیت‌های مختلف زندگی شخصی، اجتماعی و تحصیلی عاملی مؤثر باشد (Alghamdia et al., 2020).

خودکارآمدی مهم‌ترین عامل در تبیین رفتار تلقی می‌شود. از آنجایی که باورهای خودکارآمدی کلید اصلی فعالیت‌های انسان به ویژه نوجوانان هست، این باورها نقش برجسته‌ای در جنبه‌های مختلف زندگی دارند. بنابراین، هر چه فرد خودکارآمدی بیشتری داشته باشد، امید و خوش‌بینی بیشتری را در زندگی تجربه خواهد کرد (Sayfipour Omshi & Abolghasem, 2022). نوجوانی^۱ مرحله رشدی منحصر به فرد و چالش‌برانگیزی است که در آن نوجوان علاوه بر تغییرات زیستی، شناختی و روانی مرتبط با بلوغ، به دلیل عدم تطابق بین نیازهای رشدی و محیط یادگیری در دوران بلوغ؛ یعنی هنگام عبور از دوره دبستان به متوسطه اول و دوم، تغییرات قابل توجهی را در زندگی تحصیلی و کاری خود تجربه می‌کنند (Wang & Kiefer, 2020).

ازجمله توانایی‌های مهم در دوره نوجوانی مجموعه‌ای از توانایی‌های روان‌شناختی است که به سرمایه‌های روان‌شناختی مثبت معروف هستند. سرمایه روان‌شناختی به عنوان خودارزیابی در رابطه با شرایط و احتمال درک موفقیت تعریف می‌شود (Howard, 2017). همچنین سرمایه روان‌شناختی جنبه مثبت زندگی انسان است و بر اساس درک شخصی خود، داشتن هدف برای

رسیدن به موفقیت و ثبات در برابر مشکلات تعریف می‌شود (Luthans et al., 2007). سرمایه روان‌شناختی ساختاری یکپارچه و به‌هم‌پیوسته است که شامل چهار مؤلفه شناختی؛ یعنی خوش‌بینی، تاب‌آوری، خودکارآمدی و امید^۱ است (Saadat et al., 2019).

خوش‌بینی، باورهای خودکارآمدی و تاب‌آوری در نوجوانان و دانش‌آموزان بیشتر در محیط مدرسه و در ارتباط با معلمان، مربیان و همسالان پرورش می‌یابد (Petzold et al., 2020). افرادی که به توانایی‌های خود ایمان دارند و در انجام فعالیت‌های آموزشی اعتماد به نفس دارند در مقایسه با دیگران تصور تحصیلی مثبتی دارند. طبیعتاً این تصور مثبت باعث ایجاد خوش‌بینی، شور و شوق، رشد و پیشرفت تحصیلی فرد می‌شود و او را از داشتن افکار منفی و بدبینانه نسبت به تحصیل باز می‌دارد (Javan Mojarad et al., 2019). برای رسیدن به مدارس بدون شکست، می‌توان با ایجاد موقعیت‌های مناسب‌تر برای غلبه بر مشکلات، تاب‌آوری مثبت را در دانش‌آموزان و نوجوانان جایگزین کرد تا انگیزه را نسبت به امور تحصیلی و زندگی افزایش داد. تاب‌آوری به عنوان منبعی مؤثر در نظر گرفته می‌شود که می‌تواند عملکرد مثبت را ارتقا دهد و از افکار و رفتارهای منفی جلوگیری کند (Petzold et al., 2020). تاب‌آوری به عنوان فرآیند سازگاری بهینه در مواجهه با مشکلات، رویدادهای آسیب‌زا، تهدیدها یا هر موقعیت اضطرابی که ممکن است در زندگی رخ دهد، شناخته می‌شود (Paredes et al., 2021).

Richardson and Glenn (2002) بیان داشتند که در حوزه تاب‌آوری بر سه رویکرد فردی، محیطی و تعاملی تأکید شده است. در رویکرد فردی بر اثربخشی ویژگی‌های فردی (خودکارآمدی، خودمختاری، خودپنداره مثبت و شایستگی) و در رویکرد محیطی بر عواملی مانند حمایت اجتماعی، خانواده، مدرسه و ویژگی‌های جامعه تأکید می‌شود. در رویکرد تعاملی به ویژگی‌های فردی و محیطی در تعامل با یکدیگر برای توانایی افراد در مواجهه با موقعیت‌های استرس‌زا توجه می‌گردد (Golestaneh & Teimoori, 2019).

خوش‌بینی به‌عنوان یکی از سازه‌های روان‌شناسی مثبت‌گرا، یکی دیگر از عوامل مؤثر دریافتن معنای زندگی است. این یک ویژگی آموختنی و واقعیتی است که فرد را در زندگی امیدوار نگه می‌دارد. خوش‌بینی باعث می‌شود که فرد در رویارویی با مشکلات به‌جای نتایج

1- optimism, resilience, self-efficacy & hope

منفی، نتایج مثبت را در نظر بگیرد (Oriol et al., 2020). در پژوهشی به این نتیجه رسیدند افراد خوش‌بین به دلیل استفاده از راهبردهای مقابله‌ای سازگارانه‌تر، از قابلیت سازگاری با رویدادهای تنش‌زای زندگی برخوردار بوده و به‌موجب عواطف مثبت و لذت در زندگی از بهزیستی روان‌شناختی بالایی برخوردارند و آموزش خوش‌بینی بر افزایش خودکارآمدی، تاب‌آوری و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان تأثیر مثبت دارد (Mashinchi Abbasi et al., 2017).

یافته پژوهشی که توسط Sagone and De Caroli, (2015) به دست آمد، نشان داد که نوجوانان بسیار خوش‌بین نسبت به نوجوانان کمتر خوش‌بین، تاب‌آورتر هستند، نوجوانان بسیار راضی و کارآمد نسبت به نوجوانان کمتر راضی و کمتر خودکارآمد، تاب‌آوری بیشتری نشان دادند؛ همچنین هر چه نوجوانان خوش‌بین‌تر بودند، خود را از زندگی، خود کارآمدتر و راضی‌تر می‌دانستند و همچنین از آنجایی که نوجوانان از زندگی خود رضایت بیشتری داشتند، در شرایط مختلف برای خود به عنوان خود کارآمدتر ارزش بیشتری قائل بودند.

بر اساس یافته‌های پژوهش Hamidi Nasab and Asgari (2017) می‌توان نتیجه گرفت که خوش‌بینی دانش‌آموز بر خودکارآمدی تحصیلی و انگیزه پیشرفت تأثیر مثبت و معنی‌دار دارد. اثر خودکارآمدی تحصیلی بر انگیزه پیشرفت مثبت و معنی‌دار بود.

همچنین Mashinchi et al. (2017) در مطالعه‌ای با هدف بررسی نقش خوش‌بینی، خودکارآمدی و تاب‌آوری در پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی نشان داد که خودکارآمدی می‌تواند تغییرات بهزیستی روان‌شناختی را به طور مثبت و معنی‌دار پیش‌بینی کند. بنابراین خودکارآمدی بهزیستی روان‌شناختی را بهبود می‌بخشد و افراد خوش‌بین به دلیل استفاده از راهبردهای انطباقی بیشتر، توانایی سازگاری با رویدادهای استرس‌زا زندگی را دارند و به دلیل هیجان‌های مثبت و لذت بردن از زندگی، از بهزیستی روانی بالایی برخوردارند.

از دیگر سرمایه‌های روان‌شناسی مثبت، خودکارآمدی است. نتایج پژوهش نقش واسطه‌ای خودکارآمدی در رابطه بین تاب‌آوری و عملکرد تحصیلی نشان داد که بین خودکارآمدی، تاب‌آوری و عملکرد تحصیلی همبستگی معنی‌داری وجود دارد (Usán et al., 2022). همچنین نتیجه پژوهش Kang and Shao (2022) رابطه تاب‌آوری را در مشارکت تحصیلی، نقش واسطه‌ای خودکارآمدی نشان داد که همسالان به‌صورت مستقیم با مشارکت یادگیری رابطه

داشت و به صورت غیرمستقیم از طریق خودکارآمدی و تاب آوری تحصیلی با مشارکت یادگیری رابطه معنی دار داشت.

Sagone et al. (2020) در تحقیقی به این نتیجه دست یافتند که عوامل تاب آوری (سازگاری، تعامل، حس شوخ طبعی و شایستگی) با خودکارآمدی رابطه مثبت وجود دارد و نوجوانانی که خود را در همدلی و حل مسئله بسیار کارآمد می دانستند، تاب آوری بیشتری نسبت به نوجوانانی داشتند که خود را در این حیطه ها کم کارآمد می دانستند. همچنین Syakila Jaeh and Madihie, (2019) در پژوهش خود نشان دادند که بین خودکارآمدی و تاب آوری نوجوانان در قالب های معنی داری، پشتکار، خودتکایی، متانت و تنهایی وجودی رابطه معنی داری وجود دارد.

با توجه به اهمیت دوره نوجوانی و نقش مهم خوش بینی و تأثیر آن بر خودکارآمدی و تاب آوری در این پژوهش به دنبال پاسخ به این پرسش هستیم که آیا مدل مفروض بین خوش بینی با تاب آوری از طریق نقش میانجی گری خودکارآمدی در دوره نوجوانی برازنده داده ها است؟ شکل ۱ الگوی پیشنهادی پژوهش حاضر را نشان می دهد.

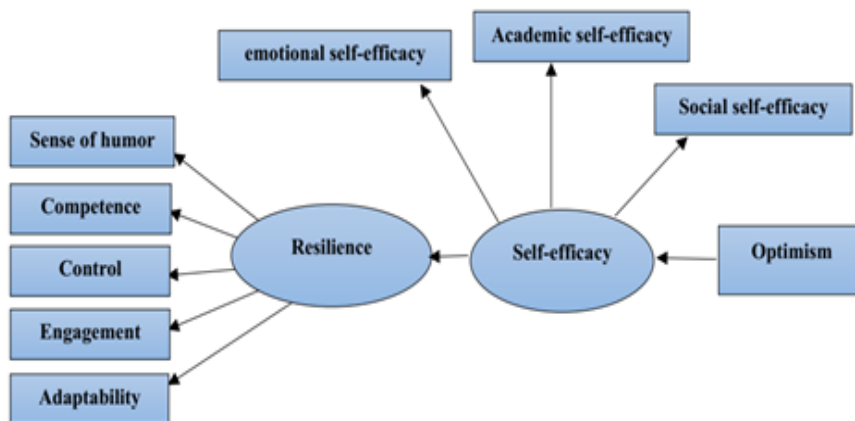


Figure 1. Proposed model of the present study

روش پژوهش

پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی است که از روش آماری مدل یابی معادلات ساختاری استفاده شده است.

جامعه آماری پژوهش شامل ۶۰۰ دانش‌آموز دختر و پسر سه مقطع مدارس متوسطه استان بوشهر در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۰ است. حجم نمونه بر اساس نرم‌افزار ماشین حساب اندازه نمونه A-priori برای مدل‌های معادلات ساختاری با در نظر گرفتن تعداد متغیرهای مشاهده شده و پنهان در مدل، اندازه اثر پیش‌بینی شده (۰,۲۵) و احتمال موردنظر (۰,۰۵) و سطوح توان آماری (۰,۹۵) و در دست داشتن جامعه آماری، ۵۰۳ (۳۰۴ نفر دختر و ۱۹۹ نفر پسر) دانش‌آموز تعیین شد. دانش‌آموزان دختر و پسر سه مقطع مدارس متوسطه اول، دوم و ششم ابتدایی به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب شدند. به این صورت که در ابتدا از کل مدارس بوشهر ۱۲ مدرسه، ۶ مدرسه دخترانه (۲ مدرسه ابتدایی، ۲ مدرسه متوسطه اول و ۲ مدرسه متوسطه دوم) و ۶ مدرسه پسرانه (۲ مدرسه ابتدایی، ۲ مدرسه متوسطه اول و ۲ مدرسه متوسطه دوم) که از هر مدرسه، ۳ کلاس به‌طور تصادفی انتخاب و سپس پرسشنامه‌های پژوهش به دلیل شرایط فعلی جامعه و محدودیت‌هایی که برای تردد و ارتباطات اجتماعی در مورد بیماری کرونا وجود داشت به شیوه در دسترس و اجرای اینترنتی (شبکه‌های ویژگی‌های جمعیت‌شناختی آزمودنی‌ها نشان داد که ۶۰/۴ درصد دختران و ۳۹/۶ درصد را پسران تشکیل داده‌اند. همچنین به ترتیب بیشترین فراوانی ۱۶ سال ۲۰/۹ درصد و به ترتیب ۱۵ سال ۱۸/۷ درصد، ۱۴ سال ۱۵/۷ درصد، ۱۷ سال ۱۴/۱ درصد، ۱۳ سال ۱۰/۷ درصد، ۱۸ سال ۱۰/۱ درصد و ۱۲ سال ۹/۷ درصد بود. فراوانی تحصیلات در پایه دهم ۲۰/۹ درصد، هشتم ۱۶/۳ درصد، نهم ۱۵/۵ درصد، یازدهم ۱۳/۷ درصد، هفتم ۱۱/۹ درصد، ششم ۱۱/۳ درصد و دوازدهم ۱۰/۳ درصد بودند پس از جمع‌آوری پرسش‌نامه، داده‌های خام مورد نیاز استخراج شد و با استفاده از نرم‌افزارهای آماری SPSS-24 و AMOS-24 متغیرها تعریف و اطلاعات وارد شد و با استفاده از روش آماری مدل معادلات ساختاری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. برای جمع‌آوری اطلاعات نیز از ابزارهای زیر استفاده شد.

پرسشنامه‌ی سنجش خودکارآمدی موریس (self-efficacy Questionnaire for

Children (SEQ-C): پرسشنامه خودکارآمدی کودکان و نوجوانان توسط (Muris 2001) و با اقتباس از پرسشنامه خودکارآمدی (Bandura et al. (1996 ساخته شده است. فرم ایرانی این پرسشنامه پس از ترجمه توسط (Habibi and Tahmasian (2014 تهیه و دارای ۲۳ ماده و ۳

زیرمقیاس خودکارآمدی اجتماعی، هیجانی و تحصیلی است. خرده آزمون خودکارآمدی اجتماعی که شامل هشت گویه اول پرسشنامه است، توانایی برقراری ارتباط با همسالان، ابراز وجود و دستیابی به استانداردهای اجتماعی را می‌سنجد. هر ماده بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای از نوع لیکرت (۱- خیلی کم، ۲- کم، ۳- تا حدودی، ۴- زیاد، ۵- خیلی زیاد) که ۸ سؤال اول خودکارآمدی اجتماعی، ۸ سؤال دوم خودکارآمدی تحصیلی و ۷ سال آخر پرسشنامه خودکارآمدی هیجانی را می‌سنجد. در مطالعه Muris (2001) علاوه بر بررسی روایی همگرا و اگرای مقیاسی، پایایی خرده مقیاس خودکارآمدی اجتماعی، ۰/۷۸، خودکارآمدی هیجانی ۰/۸۰ و خودکارآمدی تحصیلی ۰/۸۷ گزارش شده است. در مطالعه Tahmasian (2008) ضریب همسانی درونی کل مقیاس ۰/۷۳، خودکارآمدی اجتماعی ۰/۶۶، خودکارآمدی هیجانی ۰/۸۴ و خودکارآمدی تحصیلی ۰/۷۴ به دست آمد. پایایی به روش آزمون باز آزمون برای کل مقیاس ۰/۸۹، خودکارآمدی اجتماعی ۰/۸۱، خودکارآمدی هیجانی ۰/۸۸ و خودکارآمدی تحصیلی ۰/۸۷ گزارش شد. علاوه بر این، پایایی آن توسط Behnam Vashani et al. (2015) بررسی و مقادیر ۰/۶۰، ۰/۵۹، ۰/۸۷ به ترتیب برای زیرمعیارهای اجتماعی، هیجانی و تحصیلی؛ و ۰/۷۲ برای کل آزمون به دست آمد. اعتبار این آزمون در ایران از طریق باز آزمایی، به فاصله دو هفته توسط Tahmasian (2007) برابر ۰/۸۷ و مقدار آلفای کرونباخ ۰/۷۴ محاسبه شد. پایایی این پرسشنامه در این تحقیق با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۰ است.

پرسشنامه تاب آوری دی کارولی و جان ساگون (De Caroli & Sagone Questionnaire)

(RASP): یک پرسشنامه خود گزارش با ۲۸ عبارت بود که در یک مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت از بازه (۱ مطابق با کاملاً مخالف) تا (۶ مورد مطابق کاملاً موافق) مورد قضاوت قرار گرفت و به پنج بُعد که معمولاً به افراد تاب آور مربوط می‌شود، گروه‌بندی شد و بررسی پایایی پرسشنامه از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شده است. در مطالعات De Caroli and John (2014) پایایی این پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ، برای مقیاس کل ۰/۸۵ و برای هر زیر مقیاس رضایت‌بخش بود. در این تحقیق برای اولین بار این پرسشنامه در ایران مورد اعتباریابی و پایاسنجی قرار گرفت. پایایی این پرسشنامه در این تحقیق با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۱ به دست آمد. در پژوهش حاضر همچنین به منظور اعتباریابی (روایی) این

مقیاس در بین نوجوانان، از روش آماری تحلیل عامل تأییدی استفاده شد. نتایج تحلیل عامل تأییدی شاخص‌های برازش در جدول ۱ ارائه شده است:

Table 1.
Fitness indicators of resilience questionnaire

χ^2	df	χ^2/df	GFI	AGFI	NFI	CFI	IFI	TLI	RMR	RMSEA	P
850.99	340	2.50	0.88	0.86	0.80	0.87	0.87	0.86	0.05	0.05	0.0001

معیارهای برازش جدول ۱ نشان‌دهنده برازش خوب داده‌ها با ساختار عاملی این مقیاس است. نتایج نشان می‌دهند که ماده‌ها روی عامل‌های مربوط به خود بار معنی‌دار داشته‌اند. بقیه ضرایب مسیر الگوهای عاملی از لحاظ آماری معنی‌دارند ($p \leq 0.001$). به‌طورکلی، نتایج تحلیل عاملی تأییدی ساختار عاملی آن را تأیید کرد.

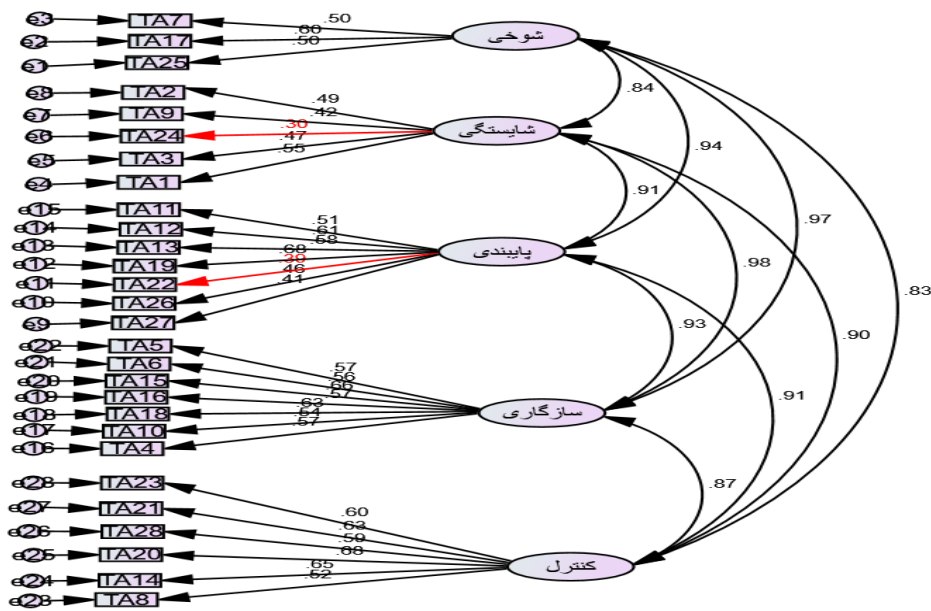


Figure 2. Results of confirmatory factor analysis of resilience questionnaire

پرسشنامه خوش‌بینی شیبر و کارور (Scheier & Carver Optimism Questionnaire):

خوش‌بینی به‌وسیله پرسشنامه جهت‌یابی زندگی^۱ (Scheier and Carver (1985) سنجیده شده

1- Life Orientation Test

است. این پرسشنامه را که (Scheier and Carver (1985) به منظور ارزیابی معتبر و کارآمد سبک‌های تبیینی خوش‌بینانه و بدبینانه ساختند، دارای ۱۰ سؤال است و جواب هر سؤال به صورت طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم هست. سازندگان این مقیاس معتقدند که پرسشنامه از درجه اعتبار بالایی برخوردار است و اساساً انتظارات و پیامدهای کلی فرد را در مورد مطلوبیت پیامدهای آتی اعمال خود، مورد ارزیابی قرار می‌دهد. این آزمون توسط (Khodabakhshi (2004) در ایران اعتباریابی شده است. نتایج به دست آمده نشان داد ضریب روایی همزمان بین مقیاس خوش بینی با افسردگی و خودتسلط یابی ۰/۶۴ و ۰/۷۲ به دست آمد. (Smith et al. (1989) در بررسی پایایی با روش باز آزمایی با فاصله زمانی ۴ هفته ضریب ۰/۷۹ را به دست آوردند و همچنین ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۶ به دست آمد. (Hassan Shahi (2003) در بررسی خصوصیات روان‌سنجی این مقیاس، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۴ و ضریب باز آزمایی ۰/۶۵ را به دست آورده است. پایایی به روش آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه در این تحقیق ۰/۶۲ محاسبه شد.

یافته‌های پژوهش

در جدول ۲ شاخص‌های توصیفی متغیرها شامل میانگین، انحراف استاندارد، چولگی و کشیدگی گزارش شده است.

Table 2.

Mean and standard deviation, skewness and kurtosis of the research variables

Variables	Mean	Std. Deviation	Skewness	Kurtosis
Social self-efficacy	26.53	5.16	-0.088	0.443
Academic self-efficacy	28.96	6.072	-0.040	0.138
Emotional self-efficacy	22.43	5.99	0.052	-0.190
Self-efficacy	77.93	14.55	-0.092	0.422
Self-efficacy in girls	76.89	13.62	-0.094	0.421
Self-efficacy in boys	79.52	15.76	-0.092	0.420
Sense of humour	11.33	2.33	-0.531	0.149
Competence	20/09	2.66	-0.992	2.361
Control	22.74	5.02	-0.777	0.737
Engagement	27.30	3.86	-0.712	1.715
Adaptability	26.37	4.64	-0.599	1.599
Resilience	107.8	15.89	-0.996	3.096
Resilience in girls	110.36	12.97	-0.995	3.087
Resilience in boys	103.96	18.92	-0.870	2.98
Optimism	24.10	4.33	-0.052	0.496
Optimism in girls	24.21	4.35	-0.058	0.499
Optimism in boys	23.92	4.31	-0.055	0.458

Kline (2011) پیشنهاد می‌کند که در مدل‌بایی ساختاری، توزیع متغیرها باید نرمال باشد. او پیشنهاد می‌کند که قدر مطلق چولگی (Skewness) و کشیدگی (kurtosis) متغیرها به ترتیب نباید از ۳ و ۱۰ بیشتر باشد. با توجه به جدول ۲، قدر مطلق ضریب چولگی کمتر از ۳ و ضریب کشیدگی کمتر از ۱۰ است که نشان‌دهنده بهنجار بودن متغیرهاست.

Table 3.
Correlation coefficient between optimism, self-efficacy and resilience in adolescenc

Variables	1	2	3	4	5	6
Optimism	1					
Social Self- efficacy	.279**	1				
Emotional Self- efficacy	.297**	.457**	1			
Emotional Self- efficacy	.375**	.520**	.593**	1		
Self- efficacy	.385**	.769**	.847**	.863**	1	
Resilience	.541**	.138	.334**	.304**	.323**	1

*<0.05 **<0.01

مطابق با نتایج جدول ۳، نتایج همبستگی بین متغیرهای پژوهش دوره نوجوانی همگی به جز تاب‌آوری با خودکارآمدی اجتماعی در سطح $p < 0/01$ و $p < 0/05$ مثبت و معنی‌دار است.

قبل از تحلیل داده‌ها، پیش‌فرض‌های لازم جهت تأیید نرمال بودن توزیع متغیرها مورد بررسی قرار گرفت. از روش ترسیم نمودارهای پراکنندگی برای تأیید مفروضه خطی بودن استفاده گردید. همچنین هم خطی چندگانه از طریق تحمل (Tolerance) و عامل افزایش واریانس (VIF) inflation factor (variance) شناسایی می‌شود. مقدار تحمل کمتر از $0/10$ بیانگر هم خطی چندگانه بین متغیرها است. از سوی دیگر، عامل افزایش واریانس بزرگ‌تر از 10 نیز نشان می‌دهد که بین متغیرها هم خطی چندگانه وجود دارد. با توجه به این‌که ارزش‌های تحمل متغیرها، بیشتر از $0/10$ و عامل افزایش واریانس کوچک‌تر از 10 که نشان‌دهنده عدم هم خطی چندگانه بود. بنابراین، با توجه به تأیید نرمال بودن توزیع متغیرها و محاسبه همبستگی میان متغیرهای پژوهش، امکان بررسی مدل فراهم گردید. در این راستا، شاخص‌های برازش مدل محاسبه گردید که نتایج آن در جدول ۴ گزارش شده است.

Table 4.
Fitness indicators of the proposed and final model of the present study

Model	X ²	df	χ^2/df	GFI	AGFI	NFI	CFI	IFI	TLI	RMR	RMSEA	P
Proposed Model	199.43	26	7.67	0.92	0.86	0.91	0.92	0.92	0.89	1.50	0.11	0.0001
Final Model	82.78	14	5.9	0.96	0.89	0.96	0.97	0.97	0.91	0.70	0.09	0.0001

با توجه به مدل پیشنهادی در دوره نوجوانی همه روابط مثبت و معنی‌دار هستند. رابطه خوش‌بینی و خودکارآمدی ۰/۵۵، خودکارآمدی و تاب‌آوری ۰/۵۸ است که رابطه بسیار خوبی است. همه مسیرهای مؤلفه‌های متغیر تاب‌آوری معنی‌دار هستند؛ ولی مهم‌ترین آن مؤلفه سازگاری با مقدار ۰/۸۵ است و بعد به ترتیب پایداری، شایستگی، کنترل و شوخ‌طبعی است. مؤلفه‌های خودکارآمدی نیز همگی معنی‌دار بوده و از لحاظ اهمیت آن به ترتیب خودکارآمدی هیجانی، خودکارآمدی تحصیلی و خودکارآمدی اجتماعی است. در مدل ساختاری اصلاح‌شده در دوره نوجوانی، تمامی ضرایب مسیر بین متغیرهای مکنون و آشکار، از لحاظ آماری معنی‌دار بودند و شاخص‌های برازش بهتر شده‌اند.

بر اساس جدول ۴ نشان‌دهنده شاخص‌های برازندگی مدل پیشنهادی (و مدل اصلاح‌شده)، شامل مقدار شاخص برازش مجذور خی دو (χ^2) ۱۹۹/۴۳ (و ۸۲/۷۸) با درجه آزادی ۲۶ (و ۱۴) در سطح $p \leq 0.0001$ معنی‌دار است. شاخص نیکویی برازش (GFI) ۰/۹۲ (و ۰/۹۶) شاخص نیکویی برازش تعدیل‌یافته (AGFI) ۰/۸۶ (و ۰/۸۹)، شاخص برازندگی هنجار شده (NFI) ۰/۹۱ (و ۰/۹۶)، شاخص برازش تطبیقی (CFI) ۰/۹۲ (و ۰/۹۷)، شاخص برازندگی افزایشی (IFI) ۰/۹۲ (و ۰/۹۷)، شاخص توکر لویس (TLI) ۰/۸۹ (و ۰/۹۱)، شاخص میانگین مجذور باقی‌مانده (RMR) ۱/۵۰ (و ۰/۷۰) و خطای ریشه مجذور میانگین تقریب (RMSEA) ۰/۱۱ (و ۰/۰۹) دارای برازش قابل قبول هست. با مقایسه پارامترهای مدل پیشنهادی با مدل اصلاح‌شده به این نتیجه می‌توان رسید که مدل اصلاح‌شده برازش بهتری نسبت به داده‌ها دارد. در شکل ۳ مدل پیشنهادی در دوره نوجوانی و ضرایب استاندارد آن و شکل ۴ مدل اصلاح‌شده در دوره نوجوانی و ضرایب استاندارد آن نشان داده شده است.

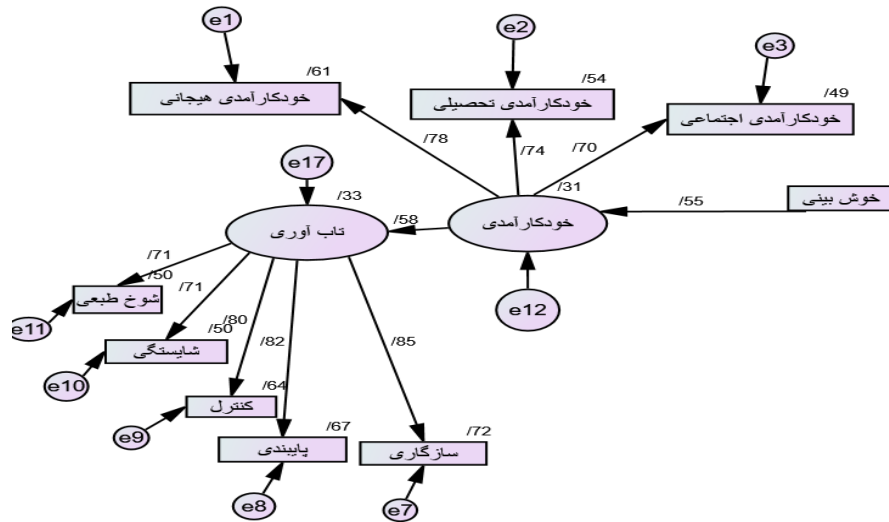


Figure 3. The proposed model in the standard

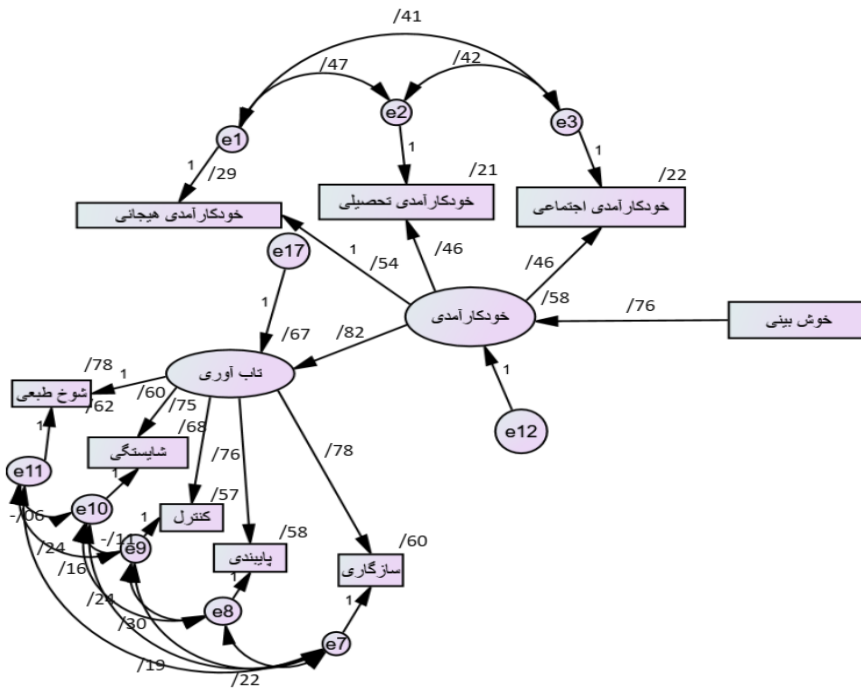


Figure 4. The final model in standard

همان طور که در جدول ۵ مشاهده می شود، ضرایب مسیرهای خوش بینی با خودکارآمدی ($p \leq 0/001$, $\beta = 0/55$) و خودکارآمدی با تاب آوری ($p \leq 0/001$, $\beta = 0/58$) معنی دار هستند.

Table 5.
Parameters of direct relationships in the proposed model of in adolescence

Direction	Model			
	Estimate	S. E	C.R	P
Optimism to self-efficacy	0.55	0.051	11.68	0.001
Self-efficacy to resilience	0.58	0.020	10.01	0.001
Self-efficacy to social self-efficacy	0.77	0.054	14.26	0.001
Self-efficacy to academic self-efficacy	0.74	0.064	14.86	0.001
Self-efficacy to emotional self-efficacy	0.78	-	-	0.001
Resilience to a sense of humor	0.71	-	-	0.001
Resilience to competence	0.71	0.091	14.85	0.001
Resilience to control	0.80	0.128	16.70	0.001
Resilience to Engagement	0.82	0.131	16.95	0.001
Resilience to Adaptability	0.85	0.136	17.56	0.001

Table 6.
Parameters of direct relationships in the final model of in adolescence

Direction	Model			
	Estimate	S. E	C.R	P
Optimism to self-efficacy	0.76	0.055	10.31	0.001
Self-efficacy to resilience	0.82	0.052	8.86	0.001
Self-efficacy to social self-efficacy	0.46	0.083	10.46	0.001
Self-efficacy to academic self-efficacy	0.46	0.066	10.95	0.001
Self-efficacy to emotional self-efficacy	0.54	0.077	12.18	0.001
Resilience to a sense of humor	0.78	-	-	0.001
Resilience to competence	0.75	-	-	0.001
Resilience to control	0.68	0.115	9.88	0.001
Resilience to Engagement	0.76	0.163	12.23	0.001
Resilience to Adaptability	0.78	0.154	12.77	0.001

همان طور که در جدول ۶ مشاهده می شود ضرایب مسیر متغیرها، خطای معیار، نسبت بحرانی و سطح معنی دار را در مدل اصلاح شده نشان می دهند که ضرایب مسیرهای خوش بینی با خودکارآمدی ($p \leq 0/001$, $\beta = 0/76$) و خودکارآمدی با تاب آوری ($p \leq 0/001$, $\beta = 0/82$)

معنی‌دار هستند.

باتوجه به نقش تعدیل‌کنندگی جنسیت در مدل معادلات ساختاری و متغیر تاب‌آوری لذا به صورت جداگانه یک مدل برای دختران و پسران رسم شده و نتایج نشان می‌دهد که همه روابط مثبت و معنی‌دار هستند و همچنین رابطه خودکارآمدی و تاب‌آوری در پسران بهتر از دختران می‌باشد.

Table 7.

Multiple mediation tests of indirect relationships using the bootstrap method in the final model

Direction	Effect	Boot	lower	upper
Optimism to resilience through self-efficacy	0.36	0.13	0.13	0.67

همان‌طور که در جدول ۷ مشاهده می‌شود مسیر خوش‌بینی به صورت غیرمستقیم از طریق خودکارآمدی با تاب‌آوری معنی‌دار است، به عبارتی این مسیر، صفر را در بر نمی‌گیرد؛ یعنی به صورت غیرمستقیم معنی‌دار است.

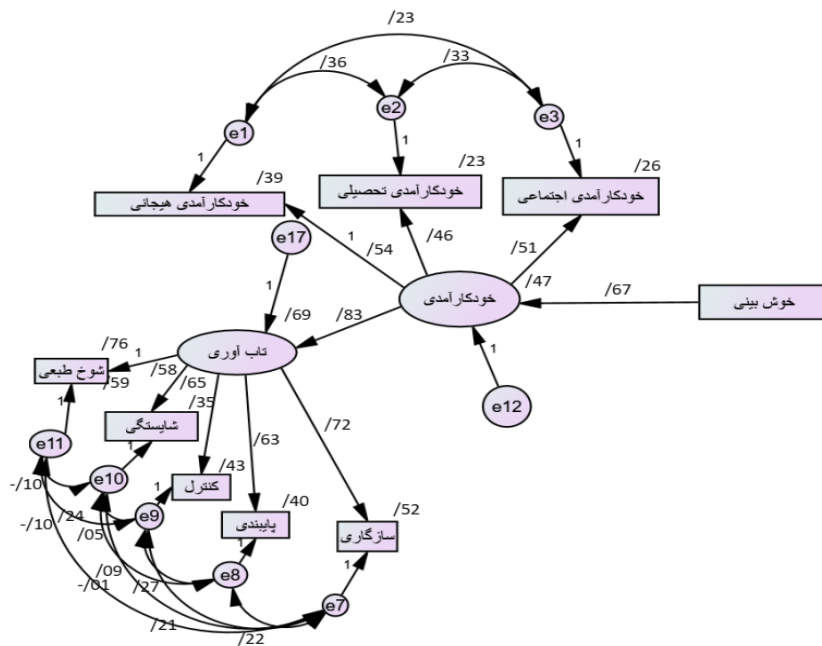


Figure 5. Modified model in girls in the standard

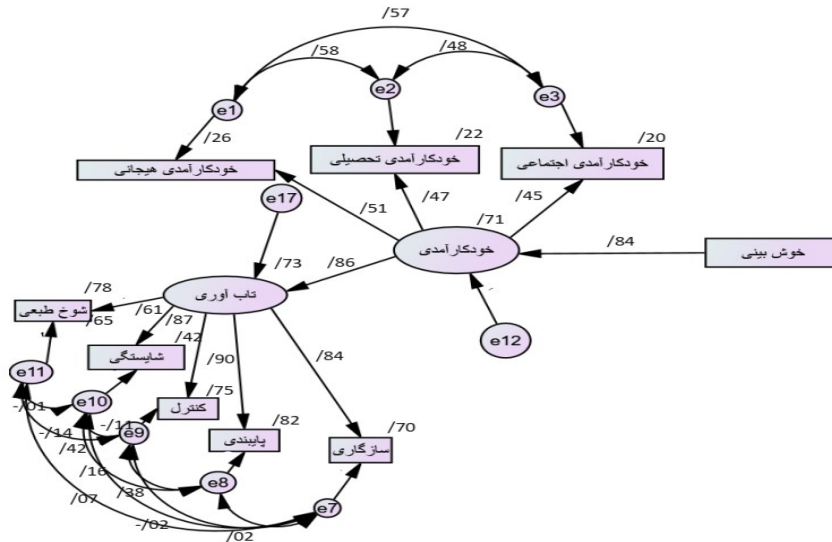


Figure 6. Modified model in boys in the standard

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف تعیین رابطه خوش‌بینی با خودکارآمدی و تاب‌آوری در دوره نوجوانی بود. نتایج تحلیل نشان‌دهنده این است که خوش‌بینی رابطه مثبت و معنی‌داری با خودکارآمدی در اوایل تا اواخر نوجوانی دارد. همچنین خوش‌بینی با تاب‌آوری از طریق نقش میانجی‌گری خودکارآمدی در اوایل تا اواخر نوجوانی رابطه دارد. یافته‌های این پژوهش با یافته‌های پژوهش‌ها Usan et al. (2022)، Mashinchi et al. (2017)، Hamidi Nasab and Asgari (2017)، Sagone and De Caroli (2015)، Sagone et al. (2020)، Shao and Kang (2022) همخوان و هم‌راستا است.

یافته‌های این پژوهش، رابطه بین خوش‌بینی با خودکارآمدی در دوره نوجوانی را بیان می‌کند. نتایج نشان داد خوش‌بینی رابطه مثبت و معنی‌داری با خودکارآمدی در دوره نوجوانی دارد. با توجه به تحقیقات Sagone and De Caroli (2015) که به بررسی رابطه میان خوش‌بینی، رضایت از زندگی و باورهای خودکارآمدی تعمیم‌یافته با تاب‌آوری در سنین نوجوانی پرداختند. نتایج نشان داد که نوجوانان بسیار خوش‌بین، مشخصات تاب‌آوری بیشتری را نسبت به نوجوانان با

خوش‌بینی کم دارند؛ نوجوانان بسیار خودکار آمد از تاب‌آوری بالاتری نسبت به افراد با خودکارآمدی پایین برخوردار هستند؛ هر چه نوجوانان خوش‌بین‌تر بودند، خود را به شدت کارآمدتر می‌دانستند (Sagone et al., 2020).

با توجه به نتایج این پژوهش، خوش‌بینی در افراد می‌تواند تأثیر بسزایی در ابراز وجود و خودکارآمدی آن‌ها داشته باشد و با آن‌ها رابطه معنی‌داری دارند. افرادی که باور دارند با اعمال خود می‌توانند به نتایج مطلوب برسند، در مواجهه با مشکلات احساس صلاحیت بیشتری می‌کنند؛ بنابراین، با خوش‌بینی و خودکارآمدی، نوجوانان این ظرفیت را دارند که حتی زمانی که با شرایط نامطلوب و سخت مواجهه می‌شوند با قدرت و باور بر کارآمدی خود ادامه دهند؛ زمانی که خوش‌بینی افراد بالا باشد، این افراد با وجود قرار گرفتن در موقعیت‌های ویژه و دشوار، از نظر روانی آسیب نمی‌بینند و با دیدی مثبت به مشکلات زندگی نگاه می‌کنند و این نگاه مثبت، تحمل آن‌ها را در برابر موقعیت‌های خاص و سخت افزایش می‌دهد. افراد خوش بین دیدگاه مثبتی نسبت به اهداف و برنامه‌هایی آینده خود دارند، زندگی برایشان معنی‌دار است و به دلیل خوش‌بینی بالا و باورهای مثبت، پس از شکست ناامید نمی‌شوند و تلاش خود را افزایش می‌دهند و این خوش‌بینی باعث افزایش خودکارآمدی آن‌ها در رویدادها و موقعیت‌های خاص می‌گردد. افراد خوش‌بین نسبت به زندگی دیدگاه مثبت و بهتری دارند و تمرکز خود را بر بخش‌های مثبت و رضایت‌بخش حوادث و رویدادها می‌گذارند. افراد خوش‌بین با دید باز و مثبت به تحولات آینده می‌نگرند (Kealy et al., 2020).

به علاوه، نتایج این پژوهش رابطه بین خوش‌بینی به‌طور غیرمستقیم از طریق خودکارآمدی در دوره نوجوانی با تاب‌آوری را تأیید و نشان داد. نتایج تحلیل نشان داد که بین خوش‌بینی با تاب‌آوری از طریق نقش میانجی‌گری خودکارآمدی در دوره نوجوانی رابطه وجود دارد. نوجوانان برای غلبه بر بحران‌های منفی علاوه بر سرمایه‌های مثبت روان‌شناختی مانند خوش‌بینی، خودکارآمدی و امیدواری، عملکرد خانواده و دیگران، به‌عنوان متغیری مؤثر در این زمینه، نقش بسیار برجسته‌ای در تجربه هیجان‌های مثبت و حالات روانی اعضای آن بویژه نوجوانان دارد (Freed et al., 2016). در دو دهه اخیر، خودکارآمدی به‌عنوان یک سازه مهم در آموزش و تربیت نوجوانان مورد بحث و توجه اساتید، معلمان و والدین قرار گرفته است. این سازه جدید می‌تواند

نقش مؤثری را به‌عنوان یک پیش‌بینی‌کننده بسیار مؤثر در یادگیری و انگیزه نوجوانان ایفا کند. اگر نوجوان از فرآیندهای خودکارآمدی استفاده کنند، می‌توانند به‌طور مؤثرتری مطالعه و زندگی کرده و بر نحوه زندگی خود نظارت کنند (Marino et al., 2018). نتایج پژوهش Mashinchi et al., (2017) نشان دادند که خودکارآمدی سبب ارتقا بهزیستی روان‌شناختی می‌شود و همچنین افراد خوش‌بین به دلیل استفاده از راهبردهای مقابله‌ای سازگارانه‌تر، از قابلیت سازگاری با رویدادهای تنش‌زای زندگی برخوردار بودند. (Hamidi Nasab and Asgari (2017) خوش‌بینی علمی دانش‌آموزان و نوجوانان به‌واسطه خودکارآمدی تحصیلی اثر غیرمستقیم بر انگیزه پیشرفت تحصیلی دارد. از طرف دیگر بر اساس پژوهش‌های (Sagon and De Caroli (2015 هر چه نوجوانان خوش‌بین‌تر باشند، خود را از زندگی، خود کارآمدتر و راضی‌تر می‌دانند و همچنین از آنجایی که نوجوانان از زندگی خود رضایت بیشتری داشته باشند، در شرایط مختلف برای خود به‌عنوان یک فرد خود کارآمدتر ارزش قائل هستند و این نتایج برای تاب‌آوری هم صدق می‌کند؛ زیرا افراد تاب‌آور از انعطاف‌پذیری لازم برای رویارویی با چالش‌های زندگی خود بهره‌مندند و می‌توانند به‌خوبی از عهده مشکلات بریبایند و خود را ارزشمند می‌دانند (Soltani et al., 2016).

به طور کلی می‌توان گفت خوش‌بینی با تاب‌آوری از طریق نقش میانجی‌گری خودکارآمدی در دوره نوجوانی رابطه مثبت و معنی‌داری دارد. در تبیین این یافته می‌توان توضیح داد، خوش‌بینی یکی از ویژگی‌های افراد تاب‌آور است. این افراد با وجود قرار گرفتن در موقعیت‌های خطرناک و سخت، از نظر روحی آسیب نمی‌بینند و با دیدی مثبت به مشکلات زندگی با خوش‌بینی نگاه می‌کنند و این نگاه مثبت، تحمل آن‌ها را در برابر مشکلات افزایش می‌دهد. افراد تاب‌آور اهداف و برنامه‌هایی برای آینده خوددارند، زندگی برایشان معنی‌دار است و به دلیل خوش‌بینی بالا، پس از شکست ناامید نمی‌شوند تلاش خود را افزایش می‌دهند.

در کنار ذکر نتایج به‌دست‌آمده از پژوهش حاضر، نیاز است که به محدودیت‌های این پژوهش نیز اشاره شود. با توجه به اینکه آزمودنی‌های این پژوهش دانش‌آموزان متوسطه اول، دوم و ابتدایی بوشهر بودند، لذا در تعمیم نتایج این تحقیق به دانش‌آموزان سایر شهرهای کشور، جانب احتیاط را باید رعایت نمود. همچنین، در این تحقیق برای به آوردن یافته‌ها فقط از پرسشنامه استفاده شده است و همچنین برخی پرسشنامه‌ها از جمله پرسشنامه خوش‌بینی به دلیل

پایایی متوسط آن پیشنهاد می‌شود در مطالعات بعدی از پرسشنامه‌های جدیدتر و از ابزارهایی مانند مشاهده و مصاحبه استفاده شود. در پژوهش حاضر داده‌ها به صورت آنلاین جمع‌آوری شده است لذا، در تعمیم نتایج بایستی احتیاط کرد. طرح تحقیق حاضر توصیفی است و روابط علت و معلولی نیست و احتیاط لازم در تفسیر و تعمیم نتایج به عمل آورد. پیشنهاد می‌گردد در پژوهش‌های آتی قسمت‌هایی از مدل حاضر در تحقیق آزمایشی اجرا گردد.

بنابر نتایج به دست آمده پیشنهاد می‌شود معلمان مدرسه با طرح مسائل چالش‌برانگیز، خودکارآمدی و تاب‌آوری دانش‌آموزان دوره متوسطه اول تا دوم را بالا ببرند. دوره‌ها و جلسات آموزش‌های زندگی به‌منظور ارتقا میزان تاب‌آوری و مؤلفه‌های آن (شوخ‌طبعی، شایستگی، سازگاری، کنترل و پایبندی) در نوجوانان که به اهداف تحصیلی و زندگی خود دست یابند، برگزار شود. از طرفی شرایطی در محیط خانه و مدرسه فراهم شود که باعث افزایش احساس خوش‌بینی، مثبت و رضایت از زندگی در اوایل تا اواخر نوجوانی شود. در این صورت احتمالاً کارایی دانش‌آموزان افزایش می‌یابد و می‌توان از کاهش خوش‌بینی، تاب‌آوری آن‌ها در طول سال‌های آینده جلوگیری کرد.

سهم مشارکت نویسندگان: در پژوهش حاضر سید موسی گلستانه، به‌عنوان استاد راهنما، نظارت و راهبردی روند کلی پژوهش و تدوین و نهایی‌سازی اصلاحات مقاله را بر عهده داشته‌اند. فاطمه نعمتی در تدوین طرح تحقیق، فرآیند گردآوری، تحلیل و تفسیر یافته‌ها و نگارش متن مقاله را بر عهده داشته و در مجموع نتیجه‌گیری از یافته‌ها و بسط و تفسیر به‌صورت مشترک و با بحث و تبادل نظر کلیه همکاران و با همراهی مهناز جوکار، به‌عنوان استاد مشاور پایان‌نامه، انجام شد.

تضاد منافع: نویسندگان اذعان دارند که در این مقاله هیچ‌گونه تعارض منافی وجود ندارد.

منابع مالی: پژوهش حاضر از هیچ مؤسسه و نهادی حمایت مالی دریافت نکرده و کلیه هزینه‌ها در طول فرآیند اجرای پژوهش بر عهده پژوهشگران بوده است.

تشکر و قدردانی: پژوهش حاضر بدون همکاری مشارکت‌کنندگان امکان‌پذیر نبود؛ بدین‌وسیله از کلیه مشارکت‌کنندگان تقدیر و تشکر به عمل می‌آید.

References

- Alghamdi, A., Karpinski, A. C., Lepp, A., & Barkley, J. (2020). Online and face-to-face classroom multitasking and academic performance: Moderated mediation with self-efficacy for self-regulated learning and gender. *Computers in Human Behavior, 102*, 214–222. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.08.018>
- Bandura, A., Barbaranelli, C., Caprara, G. V., & Pastorelli, C. (1996). Multifaceted impact of self-efficacy beliefs on academic functioning. *Child Development, 67*(3), 1206–1222. <https://psycnet.apa.org/doi/10.2307/1131888>
- Behnam Vashani H., Hekmati pour N., Vaghee S., & Asghari Nekah S. (2015). Survey of social, emotional and academic self-efficacy in 7- 12 aged children with major thalassemia in Mashhad (2013). *Journal of Pediatric Nursing, 2* (2), 49-57. [Persian]
- De Caroli, M. E., & Sagone, E. (2014b). Resilient Profile and Creative Personality in Middle and Late Adolescents: A Validation Study of the Italian-RASP. *American Journal of Applied Psychology, 2*, 53-58. Doi: [10.12691/ajap-2-2-4](https://doi.org/10.12691/ajap-2-2-4)
- Freed, R. D., Rubenstein, L. M., Daryanani, I., Olino, T. M., & Alloy, L. B. (2016). The relationship between family functioning and adolescent depressive symptoms: The role of emotional clarity. *Journal of youth and adolescence, 45*, 505-519. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10964-016-0429-y>
- Golestaneh, M., & Teimoori, E. (2019). Examining some antecedents and important consequences of teachers' resilience. *Psychological Achievements, 26*(1), 169-190. Doi: [10.22055/psy.2019.17795.1527](https://doi.org/10.22055/psy.2019.17795.1527) [Persian]
- Habibi, M., Tahmasian, K., & Ferrer-Wreder, L. (2014). Self-efficacy in Persian adolescents: Psychometric properties of a Persian version of the Self-Efficacy Questionnaire for Children (SEQ-C). *International Perspectives in Psychology, 3*(2), 93-105. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0036059> [Persian]
- Hamed Nasab, S., Askari, A., & Poor Shafai, H. (2017). Investigating the mediating Role of Students' Academic Optimism on the Relationship between School Academic Optimism and Students Self-Efficacy. *Positive Psychology Research, 3*(3), 47-60. <https://doi.org/10.22108/pppls.2018.100361.1000> [Persian]
- Hasan Shahi, M. (2003). Investigating the relationship between optimism and stress coping strategies in university students. *Quarterly Journal of Principles of Mental Health, fourth year, number (15 and 16)*, 86-98. [Persian]
- Howard, M. C. (2017). The empirical distinction of core self-evaluations, psychological capital, and the identification of negative core self-evaluations and negative psychological capital. *Personality and Individual Differences, 114* (Supplement C): 108-118. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2017.03.061>

- Javan Mojarrad, A. N., Sheikhi Fini, A. A., Zeinipour, H., & Abolghasemi, A. (2019). The relationship between curriculum quality and students' academic motivation: Examining the mediating role of psychological self-efficacy. *Psychological Achievements*, 27(2), 155-170. Doi: [10.22055/psy.2020.31966.2463](https://doi.org/10.22055/psy.2020.31966.2463) [Persian]
- Kealy, D., Ben-David, S., & Cox, D. W. (2020). Early parental support and meaning in life among young adults: the mediating roles of optimism and identity. *Current Psychology*, 4(2), 1-8. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00907-w>
- Khodabakhshi, M. (2004). Normative assessment, reliability and validity of the optimism scale in Isfahan city. Master's thesis in general psychology, *University of Isfahan*. [Persian]
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling*. Guilford publications.
- Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2006). Psychological capital: Developing the human competitive edge. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195187526.001.0001>
- Marino, P., Sirey, J. A., Raue, P. J., & Alexopoulos, G. S. (2008). Impact of social support and self-efficacy on functioning in depressed older adults with chronic obstructive pulmonary disease. *International Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease*, 3(4), 713-718. <https://doi.org/10.2147/COPD.S2840>
- Mashinchi Abbasi, N., Habibi, M., Nouri, F., Hashemi, T. (2017). The role of optimism, self-efficacy and resilience in predicting psychological well-being, *the 6th Scientific Research Conference of Educational Sciences and Psychology, Social and Cultural Damages of Iran*, Tehran. <https://civilica.com/doc/759604/>. [Persian]
- Muris, P. (2001). A Brief Questionnaire for Measuring Self-Efficacy in Youths. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23, 145-149. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1023/A:1010961119608>
- Oriol, X., Miranda, R., Bazán, C., & Benavente, E. (2020). Distinct routes to understand the relationship between dispositional optimism and life satisfaction: Self-control and grit, positive affect, gratitude, and meaning in life. *Frontiers in Psychology*, 11, 907. <https://psycnet.apa.org/doi/10.3389/fpsyg.2020.00907>
- Paredes, M. R., Apaolaza, V., Fernandez-Robin, C., Hartmann, P., & Yañez-Martinez, D. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on subjective mental well-being: The interplay of perceived threat, future anxiety and resilience. *Personality and Individual Differences*, 170, 110455. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1016/j.paid.2020.110455>
- Petzold, M. B., Bendau, A., Plag, J., Pyrkosch, L., Mascarell Maricic, L., Betzler, F., ... & Ströhle, A. (2020). Risk, resilience, psychological distress, and anxiety at the beginning of the COVID-19 pandemic in Germany. *Brain and behavior*, 10(9), e01745. <https://doi.org/10.1002/brb3.1745>

- Richardson, G. E. (2002). The Metatheory of Resilience and Resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58, 307-321. <https://doi.org/10.1002/jclp.10020>
- Saadat, S., Davarpanah, S.H., Saeedpour, F., & Samiee, F. (2019). The Role of Psychological Capital (i.e., Hope, Optimism, Self-efficacy, Resilience) in Student's Academic Commitment. *Education Strategies in Medical Sciences*, 12, 1-11. DOI: 10.22038/jhl.2019.36772.1019 [Persian]
- Sagone, E., & De Caroli, M. E. (2015). Positive personality as a predictor of high resilience in adolescence. *Journal of Psychology and Behavioral Science*, 3(2), 45-53. <http://dx.doi.org/10.15640/jpbs.v3n2a6>
- Sagone, E., De Caroli, M. E., Falanga, R., & Indiana, M. L. (2020). Resilience and perceived self-efficacy in life skills from early to late adolescence. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 882-890. <https://doi.org/10.1080/02673843.2020.1771599>
- Sayfipour Omshi, Neda, & Abolghasemi, Abbas. (2022). the mediating role of general self-efficacy and distress tolerance in the relationship between life expectancy and corona anxiety in adults. *Psychological Achievements*, 30(1), 183-204. DOI: 10.22055/psy.2022.40075.2796 [Persian]
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health psychology*, 4(3), 219. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0278-6133.4.3.219>
- Shao, Y., & Kang, S. (2022). The association between peer relationship and learning engagement among adolescents: The chain mediating roles of self-efficacy and academic resilience. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.938756>
- Smith, T. W., Pope, M. K., Rhodewalt, F., & Poulton, J. L. (1989). Optimism, neuroticism, coping, and symptom reports: an alternative interpretation of the Life Orientation Test. *Journal of personality and social psychology*, 56(4), 640. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.56.4.640>
- Soltani, Z., Jamali, N., Khojaste Niam, A., Dargahi, S. (2016). The role of self-efficacy and psychological resilience in students' academic procrastination. *Journal of Education Strategies in Medical Sciences*, 9(4), 284-277. [Persian]
- Syakila Jaeh, N., & Madihie, A. (2019). Self-efficacy and resilience among late adolescents. *Journal of Counseling and Educational Technology*, 2(1), 27-32. <https://doi.org/10.32698/0411>
- Tahmassian, K. (2007). Validation and Standardization of Persian Version of Self-Efficacy Questionnaire- Children. *Journal of Applied Psychology*, 4(1), 373-390 [Persian]
- Usán Supervía, P., Salavera Bordás, C., & Quílez Robres, A. (2022). The Mediating Role of Self-Esteem in the Relationship Between Resilience and Satisfaction with Life in Adolescent Students. *Psychology Research and Behavior Management*, 1121-1129. <http://dx.doi.org/10.2147/PRBM.S361206>

Wang, J. H., & Kiefer, S. M. (2020). Joint implications of teachers and classroom peers for adolescents' aggression and engagement. *Journal of Applied Developmental Psychology, 71*, 101199.

