مجله علوم پزشکی رازی دوره ۳۱، شماره پیوسته ۱۸، ۹ اردیبهشت ۱۴۰۳ https://doi.org/10.47176/rjms.31.18

مقاله پژوهشی

رابطه تاب آوری، عزت نفس و رضایت از مدرسه با شادکامی با واسطه گری خودکارآمدی در دانش آموزان دختر

زهرا حسین مردی: دانشجوی دکتری، گروه روانشناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

علی اصغر نژاد فرید: دانشیار، گروه روانشناسی دانشکده علوم رفتاری و سلامت روان، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران (* نویسنده مسئول)
asgharnejad.ali@gmail.com

افسانه طاهری: استادیار، گروه روانشناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

چکیده

زمینه و هدف: عوامل متعددی با افزایش سطح خودکارآمدی در دانش آموزان ارتباط دارد که افزایش خودکارآمدی منجر به بهبود و ضعیت تحصیلی دانش آموزان می شود و با توجه به اهمیت خودکارآمدی هدف این پژوهش تعیین رابطه تاب آوری، عزت نفس و رضایت از مدرسه با شادکامی با واسطه گری خودکارآمدی در دانش آموزان دختر بود.

روش کار: این مطالعه تو صیفی از نوع همبستگی بود. جامعه پژوهش دانش آموزان دختر دوره متو سطه دوم مناطق ۲ و ۵ شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۲- ۱۴۰۱ بودند. حجم نمونه ۴۰۰ نفر در نظر گرفته شد که با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تک مرحله‌ای انتخاب شدند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه‌های شادکامی آکسفورد، تاب آوری کانر و دیویدسون، عزت نفس کوپر اسمیت، خودکارآمدی نوجوانان موریس و خرده مقیاس رضایت از مدرسه مربوط به مقیاس چند بُعدی رضایت از زندگی دانش آموزان صورت گرفت که ضریب آلفای کرونباخ پر سشنامه‌ها به ترتیب ۰/۹۳، ۰/۹۱، ۰/۸۹ و ۰/۸۸ و ۰/۸۸ به د ست آمد و روایی صوری و محتوایی آنها با استفاده از نظر متخصصان تأیید شد. داده‌ها با روش‌های ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر در نرم افزارهای SPSS و AMOS تحلیل شدند.

یافته‌ها: یافته‌ها ن شان داد که مدل رابطه تاب آوری، عزت نفس و ر ضایت از مدر سه با شادکامی با وا سطه گری خودکارآمدی برازش مناسبی داشت. همچنین، هر سه متغیر تاب آوری، عزت نفس و رضایت از مدرسه بر شادکامی اثر مستقیم و معنادار داشت (P<۰/۰۵). علاوه بر آن، تاب آوری، عزت نفس و ر ضایت از مدر سه با وا سطه گری خودکارآمدی بر شادکامی اثر غیرمستقیم و معنادار داشتند (P<۰/۰۵).

نتیجه‌گیری: با توجه به نتایج برای افزایش و ارتقای شادکامی دانش آموزان می‌توان زمینه را برای بهبود تاب آوری، عزت نفس، رضایت از مدرسه و خودکارآمدی فراهم کرد.

تعارض منافع: گزارش نشده است.

منبع حمایت‌کننده: حامی مالی ندارد.

کلیدواژه‌ها

شادکامی دانش آموزان،
تاب آوری،
عزت نفس،
رضایت از مدرسه،
خودکارآمدی

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۸/۰۶
تاریخ چاپ: ۱۴۰۳/۰۲/۰۹

شیوه استناد به این مقاله:

Hosseinmardi Z, Asgharnejad Farid AA, Taheri A. The Relationship between Resilience, Self-Esteem and School Satisfaction with Happiness through the Mediation of Self-Efficacy in Female Students. Razi J Med Sci. 2024(28 Apr);31.18.

Copyright: ©2024 The Author(s); Published by Iran University of Medical Sciences. This is an open-access article distributed under the terms of the CC BY-NC-SA 4.0 (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.en).

*انتشار این مقاله به‌صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC-SA 4.0 صورت گرفته است.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.47176/rjms.31.18]

Razi Journal of Medical Sciences. 2024(28 Apr);31.18. https://doi.org/10.47176/rjms.31.18

Original Article

The Relationship between Resilience, Self-Esteem and School Satisfaction with Happiness through the Mediation of Self-Efficacy in Female Students

Zahra Hosseinmardi: PhD Student Department of Psychology, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudehen, Iran
Ali Asghar Asgharnejad Farid: Associate Professor, Faculty of Behavioral Sciences and Mental Health, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran (* Corresponding Author) asgharnejad.ali@gmail.com0000-0002-2345-5265
Afsaneh Taheri: Assistant Professor, Department of Psychology, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudehen, Iran

Abstract

Background & Aims: Feeling happy has positive consequences on the lifestyle and academic success of students and increases the desire to perform behaviors that are related to academic success. Happiness makes a person express his positive abilities and becomes a driving force for a person's movement on the path to success. One of the variables related to happiness is resilience, which refers to a person's ability to establish his biological and psychological balance in dangerous conditions and positive adaptation in response to challenges threats, and adverse conditions. Resilience can reduce stress and disability in stressful situations and increase happiness. Another factor related to happiness is self-esteem, defined as the degree of approval and approval and value that a person feels about himself or the judgment that a person has about his value. Self-esteem is a product of social life and its values, and it is manifested in all daily human activities, in this way, it is one of the most important aspects of personality and determining human behavioral characteristics. Empirical studies indicate that self-esteem is an important psychological factor that affects people's health, happiness, and quality of life. On the other hand, satisfaction with school is one of the most important areas to ensure that students are happy. The review of the research literature shows that the happiness of teenagers increases with the increase of their interest in school, and vice versa, the happiness of teenagers increases with the increase of interest of teenagers in school. Self-efficacy is also one of the characteristics that can effectively predict students' happiness. According to the stated contents, since the variable of self-efficacy is related to each of the predictor variables of the current research and can influence them, in the model of the current research, the role of the variable of self-efficacy is a mediator in the relationship between each of the variables of the current research. It was studied and investigated with the happiness variable.

Methods: This was a descriptive correlational study. The research population was female students of the second secondary school in districts 2 and 5 of Tehran in the academic year 1402-1401. The sample size was considered to be 400 people who were selected by the one-stage cluster sampling method. The research tools include Oxford happiness questionnaires, Connor and Davidson resilience, Cooper Smith self-esteem, Morris adolescent self-efficacy, and school satisfaction subscale related to the multi-dimensional scale of students' life satisfaction. 0.93, 0.91, 0.89, 0.88, and 0.88 were obtained, and their face and content validity was confirmed using experts' opinions. The data were analyzed by Pearson's correlation coefficient and path analysis in SPSS and AMOS software.

Results: The findings showed that the model of the relationship between resilience, self-esteem, and school satisfaction with happiness mediated by self-efficacy had a

Keywords
Students' Happiness,
Resilience,
Self-Esteem,
School Satisfaction,
Self-Efficacy

Received: 28/10/2023
Published: 28/04/2024

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.47176/rjms.31.18]

good fit. Also, all three variables of resilience, self-esteem, and satisfaction with school had a direct and significant effect on happiness (P<0.05). In addition, resilience, self-esteem, and satisfaction with school had an indirect and significant effect on happiness through the mediation of self-efficacy (P<0.05).

Conclusion: According to the results, to increase and improve students' happiness, it is possible to provide the basis for improving resilience, self-esteem, satisfaction with school, and self-efficacy. In explanation, it can be said that students with higher self-efficacy compared to students without self-efficacy are more willing to participate in challenging assignments and have a positive evaluation of themselves. They spend more effort and time to work and study and show better academic performance. When these efforts are fruitful, these behavior patterns are established and bring satisfaction. Conversely, students with low self-efficacy have a negative evaluation of their academic abilities, and this threatens their school satisfaction. On the one hand, self-efficacy can influence the level of student satisfaction by influencing the choice of goals and outcome expectations, and on the other hand, by influencing academic performance. In addition, self-efficacy increases a person's ability to deal with problems and obstacles, which is associated with success and a sense of satisfaction, through influencing the sense of controllability of the environment and work and study conditions. In other words, high self-efficacy in students leads to higher school satisfaction and ultimately affects the level of happiness of students. In general, it can be said that self-efficacy beliefs in managing life situations cause realistic expectations and positive thoughts about oneself and life events, and a lack of trust and confidence in one's abilities will cause negative emotions. Therefore, people with weak self-efficacy will not always feel happy in life. Among the limitations of the current research, we can point out that the sample is single-sex and the research population is limited to female students of the 2nd and 11th grade of high school in Tehran's 2nd and 5th districts, which should be considered with caution in generalizing the results. Therefore, researching male students or students of other grades or other areas of Tehran and even other cities can help to make a general summary of the relationships of the variables. The results of the present research have practical implications for specialists, officials, and planners of educational systems, especially for specialists, officials, and planners of the education system. According to the results of the current research, they can provide the basis for improving resilience, self-esteem, satisfaction with school, and self-efficacy to increase and improve students' happiness and vitality.

Conflicts of interest: None
Funding: None

Cite this article as:
Hosseinmardi Z, Asgharnejad Farid AA, Taheri A. The Relationship between Resilience, Self-Esteem and School Satisfaction with Happiness through the Mediation of Self-Efficacy in Female Students. Razi J Med Sci. 2024(28 Apr);31.18.

Copyright: ©2024 The Author(s); Published by Iran University of Medical Sciences. This is an open-access article distributed under the terms of the CC BY-NC-SA 4.0 (https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.en).

*This work is published under CC BY-NC-SA 4.0 licence.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.47176/rjms.31.18]

مقدمه

در د هه های اخیر شـــاد کامی به عنوان یکی از مهمترین مؤلفه‌های رفاه و توســـعه اجتماعی جایگاه ویژه‌ای در ادبیات توســـعه و ســـیاســـت‌گذاری‌های اجتماعی و رفاهی پیدا کرده است. در محیط شاد است که ذهن انســـان‌ها پویا، زبانشـــان گویا و اســـتعدادهای آن‌ها شکوفا می‌شود و جامعه به سوی تعالی و پیشرفت گام برمی‌دارد (۱). از ســـوی دیگر، شـــادی و نشـــاط در م یان جوا نان که نیروی فعّال جامعه را تشـــکیل می‌دهند، می‌تواند زمینه‌ی افزایش بهره‌وری را فراهم آورد (۲). احســـاس شـــادی پیامدهای مثبتی بر روی سبک زندگی و موفقیت تحصیلی دانش آموزان دارد و میل به انجام رفتارهایی که با موفقیت تحصیلی مرتبط هستند را افزایش می‌دهد. شادکامی باعث می شود که فرد توانمندی های مثبت خود را بروز د هد و نیروی محرکه‌ای برای حرکت فرد در م سیر موفقیت می شود (۳). امروزه مدارس به دلایل مختلف نمی‌توانند خواسته ها و نیازهای اغلب نوجوانان را برآورده ســـاخته و در آ نان ایجاد انگیزه کنند. به عبارتی دیگر مدارس به صـــورت تک بُعدی فقط به جنبه‌های آموزشـــی اهمیت می‌دهند و نیازهای عاطفی و احساسی و روحی و روانی نوجوا نان را در مرا تب پایین‌تر قرار می‌دهند. با این وجود، شادکامی می‌تواند از جمله اهداف اصلی آموزش و پرورش باشـــد چرا که آموزش و شـــادی ارتباط تنگاتنگی با هم داشـــته و آموزش می‌تواند به شـــادی فردی و جمعی کمک کند. مشـــکلی که امروزه در بین دانش آموزان مشـــاهده می‌گردد عدم وجود شـــادابی و نشاط است که این امر می‌تواند دلایل گوناگونی داشته و خود سبب به وجود آمدن مشکلات بیشتری گردد. به طوری که دانش آموزی که شـــادکامی را به اندازه‌ی مناســـب در رفتار و اعمال خود نداشـــته باشـــد در زمینه‌های دیگر نیز کارایی پایینی را خواهد داشت (۴). یکی از متغیر های مرتبط با شـــاد کامی تاب آوری می‌باشـــد که به توانمندی فرد در برقرار کردن تعادل زیســـتی روانی خود در شـــرایط خطرناک و ســـازگاری مثبت در واکنش به چالش‌ها و تهدیدها و شرایط ناگوار اشـــاره دارد. تاب آوری می‌تواند در شـــرایط اســـترس‌زا، موجب کاهش اســـترس و ناتوانی گردد و شـــادکامی را افزایش دهد. نتایج پژوهش‌ها نشـــان می‌دهد که بین تاب آوری و شادکامی همبستگی معنادار وجود دا شته و دانش آموزان با تاب آوری بالا شادتر و از زندگی خود رضایت بیشتری دارند (۵). دانش آموزانی که تاب آوری تحصـــیلی دارند، حتیّ با وجود رویدادهای فشـــارزا و شرایطی که می‌تواند آن‌ها را در خطر عملکرد ضعیف و نهایتاً در موقعیت رهاکردن مدر سه قراردهد، انگیزۀ بالا و عملکرد خوبی دار ند و با وجود قرارگرفتن در چنین موقعیت‌هایی به موفقیت می‌ر سند. یکی دیگر از عوامل مرتبط با شـــادکامی، عزت نفس اســـت که به صـــورت درجه ت صویب و تأیید و ارز شی که شخص ن سبت به خود احســـاس می‌کند و یا قضـــاوتی که فرد نســـبت به ارزش خود دارد تعریف می‌شـــود. عزت نفس زای یده زندگی اجتماعی و ارزش‌های آن اســـت و در تمامی فعالیت‌های روزانه انسان به نوعی جلوه‌گر بوده و به این شـــکل از مهمترین جنبه‌های شـــخصـــیت و تعیین ویژگی‌های رفتاری انســـان اســـت (۶). شـــخصـــی که از عزت نفس بالا بر خوردار است، خودش را به گونـــه‌ای مثبـــت ارزیـــابی کرده و برخورد مناسبی نسبت بـــه خـــود و دیگـــران دارد. عزت نفس پایین با پیشرفت تحصیلی کمتر، ا ضطراب و افسردگی و عزت نفس بالا با ســـلامت روانی همراه بوده و در فرد موجب احســـاس اعتماد به نفس می شود و او را قادر می سازد تا خود را با شرایط سخت تطبیق دهد. مطالعات تجربی حاکی از این ا ست که عزت نفس یک عامل روان‌شناختی مهم و اثرگذار بر سلامت، شادکامی و کیفیت زندگی افراد به شمار می‌رود (۷). از سوی دیگر، رضایت از مدرسه یکی از مهمترین زمینه‌های رضـــایت برای اطمینان از شـــاد بودن دانش آموزان در زندگی ا ست. ر ضایت از مدر سه یک متغیر مربوط به عملکرد مث بت و موفق یت در مدرســـه اســـت و از عوامل مهم برای به دســـت آوردن عملکرد بالاســـت و از عواملی اســـت که به افزایش بهره وری یادگیری دانش آموز منجر می‌شود (۸). رضایت از مدرسه با ارزیابی ذهنی و شناختی از زندگی مدرسه‌ای فرد ســـنجیده می‌شـــود و برای ارزیابی، اجرا، توســـعه، مشـــاهده و درک تجربیات مدرســـه دانش آموزان مهم اســـت و شـــامل ادراک دانش آموزان از بر نامه های آموز شی، شرایط لازم برای مطالعه و همچنین رفتار و راهنمایی‌های معلم می‌باشـــد. بررســـی ادبیات پژوهش ن شان می دهد که شادکامی نوجوانان با افزایش علاقه

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.47176/rjms.31.18]

آنها به مدرسه افزایش می‌یابد و بالعکس با افزایش علاقه نوجوانان به مدرسه، شادکامی در نوجوانان افزایش می‌یابد (۹). خودکارآمدی نیز یکی از ویژگی‌هایی است که می‌تواند شادکامی دانش آموزان را به طور مؤثر پیش بینی کند. مطالعات انجام شده نیز رابطه بین شادکامی و خود کارآمدی را از طریق مکانیسم‌هایی مانند احساس مثبت و خوش بینی نشان داده‌اند. خود کارآمدی قضاوت های فرد در مورد توانایی‌ها، ظرفیت‌ها و قابلیت‌هایش برای انجام تکالیف خاص است و به دلیل نقش مهمی که در رشد انگیزش درونی دارد، از اهمیت و حساسیت زیادی برخوردار است. افرادی که از نظر خودکارآمدی قوی هستند، معتقدند که قادرند به طور مؤثری از عهدهٔ کنترل رویدادهای زندگی خود برآیند. در واقع، این افراد به دلیل احساس توانایی در انجام امور، زندگی فعال‌تری دارند که این موضوع موجبات زندگی شادتر و لذت بخش‌تری را برای ایشان فراهم می‌آورد (۱۰). نتایج حاصل از پژوهش‌ها نشان می‌دهد که بین تاب آوری با خودکارآمدی دانشجویان رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. همچنین خود کارآمدی، توان پیش بینی معناداری برای عزت نفس دانش‌آموزان داشته است. با توجه به مطالب بیان شده، از آنجایی که متغیر خودکارآمدی با هر یک از متغیرهای پیش بین پژوهش حاضر در ارتباط بوده و می تواند آنهارا تحت تأثیر قرار دهد، در مدل پژوهش حاضر نقش واسطه ای متغیر خودکارآمدی در رابطه بین هریک از متغیرهای پژوهش حاضر با متغیر شادکامی مورد مطالعه و بررسی قرار گرفت (۱۱). پژوهش های معدودی درباره روابط تاب آوری، عزت نفس و رضایت از مدرسه با خود کارآمدی و شادکامی انجام شده و عمده پژوهش‌های انجام شده که به بررسی ارتباط بین متغیرهای پژوهش با یکدیگر پرداخته‌اند از جامعه آماری دانشجویان انتخاب شده و پژوهش‌های کمی در جامعه دانش آموزان انجام شده است که علیرغم اهمیت موضوع در این زمینه خلاء تحقیقاتی جدی در ایران وجود دارد. به طور نمونه یافته‌های پژوهشی با موضوع سطح عزت نفس، انگیزه و استرس نسبت به شادکامی در میان نوجوانان: یک مدل پیش بینی کننده، نشان داد که به نظر می‌رسد عزت نفس قوی ترین پیش بینی کننده شادکامی نوجوانان است (۱۲). همچنین نتایج پژوهش در همین راستا یافته های پژوهش توس (Tus) و همکاران (۲۰۲۱) با موضوع ارتباط بین تاب آوری روانشناختی، صبر و شادکامی در میان دانشجویان فیلیپینی در زمان همه گیری کویید ۱۹، نشان داد که بین شادکامی و تاب آوری روانشناختی رابطه مثبتی وجود دارد. همچنین یافته های پژوهشی با موضوع رضایت و شادکامی از مدرسه در کودکان ۱۰ ساله هفت کشور اروپایی، نشان داد که معیار کلی رضایت از مدرسه و همچنین شاخص‌های مختلف آن با سطوح شادکامی ارتباط مثبت دارد (۱۳). از آنجایی که دانش آموزان هر جامعه نیروی انسانی و سازندگان فردای آن کشور تلقی می‌گردند، سلامت روانی آن‌ها از اهمیت زیادی برخوردار است. بنابراین مدرسه به عنوان یک نهاد می‌تواند با به وجود آوردن زمینه‌ها و برنامه‌هایی باعث هر چه شاداب کردن جامعه شود (۱۴). عوامل فردی و محیطی بسیاری در شادکامی دانش آموزان نقش دارند که در این میان، متغیرهای تاب آوری، عزت نفس و رضایت از مدرسه به عنوان عوامل فردی می‌توانند بر شادکامی دانش آموزان تأثیر گذار باشند. در ایران پژوهش های معدودی در خصوص متغیرهای پژوهش به صورت مجزا انجام شده است. در نتیجه، عوامل فوق باعث شد که پژوهشگران برای جمع‌بندی درباره روابط متغیرهای مذکور اقدام به پژوهشی با هدف تعیین اثر متغیرهای تاب آوری، عزت نفس و رضایت از مدرسه بر شادکامی به طور مستقیم و با واسطه گری خودکارآمدی به طور غیرمستقیم در دانش آموزان دختر انجام دهند.

روش کار

این مطالعه توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه پژوهش دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم پایه یازدهم مناطق ۲ و ۵ شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۲- ۱۴۰۱ بود ند. این مطالعه مصوب کمیته تخصصی اخلاق در پژوهش‌های زیست پزشکی دانشگاه

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.47176/rjms.31.18]

آزاد اسلامی واحد رودهن است و با کد IR.IAU.R.REC.1402.043 ثبت شده است. حجم نمونه ۴۰۰ نفر در نظر گرفته شد که با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تک مرحله‌ای انتخاب شدند. در این روش نمونه‌گیری ابتدا لیست مدارس هر یک از دو ناحیه تهیه و از هر ناحیه تعدادی مدرسه و سپس از هر مدرسه تعدادی کلاس در رشته‌های تحصیلی متفاوت انتخاب و همه دانش‌آموزان کلاس در صورت داشتن شرایط ورود به مطالعه شامل تمایل جهت شرکت در پژوهش، امضای رضایت‌نامه شرکت آگاهانه در پژوهش، زندگی همراه با پدر و مادر و عدم وقوع رخدادهای تنش‌زا مانند مرگ نزدیکان در سه ماه گذشته به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. پس از هماهنگی با مسئولان اداره آموزش و پرورش مناطق ۲ و ۵ و تهیه لیست مدارس و آمار آنها، اقدام به نمونه‌گیری شد و بعد از هماهنگی لازم با کادر اجرایی مدرسه برای دانش‌آموزان کلاس‌های منتخب رعایت نکات اخلاقی و اهمیت و ضرورت پژوهش بیان و از آن‌ها خواسته شد تا بعد از موافقت جهت شرکت در پژوهش به ابزارهای پژوهش به صورت صادقانه و کامل پاسخ دهند و هیچ آیتم یا گویه‌ای را بدون پاسخ نگذارند. ابزارهای پژوهش شامل پرسشنامه‌های زیر بود:

پرسشنامه شادکامی آکسفورد (Oxford) که در سال ۱۹۸۹ تدوین شده و دارای ۲۹ گویه بود. آیتم‌ها به صورت مقیاس چهار گزینه‌ای لیکرت از صفر (الف) تا سه (د) نمره‌گذاری می‌شوند. نمره ابزار با مجموع نمره گویه‌ها محاسبه و به این ترتیب حداقل نمره در آن صفر و حداکثر نمره در آن ۸۷ است و نمره بیشتر نشان‌دهنده میزان شادکامی بالاتر می‌باشد. روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد (به روش تحلیل عوامل و روایی همگرا و واگرا) توسط سازندگان آزمون و همچنین توسط محققین در داخل کشور مورد تأیید قرار گرفته است. در پژوهشی که توسط علی پور و نوربالا (۱۳۷۸) صورت گرفت، ضریب همسانی درونی برای گروه مردان و زنان به ترتیب برابر ۰/۹۴ و ۰/۹ و اعتبار بازآزمایی پس از هفت هفته ۰/۷۸ و ضریب پایایی بازآزمایی با فاصله زمانی سه هفته در یک نمونه ۲۵ نفری ۰/۷۹ به دست آمد. در پژوهش حاضر بر روی ۴۰۰ نفر از دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ محاسبه شد.

مقیاس تاب آوری کانر و دیویدسون (Conner-Davidson) در سال ۲۰۱۶ با ۲۵ آیتم ساخته شد. آیتم‌ها به‌صورت مقیاس پنج گزینه‌ای لیکرت از صفر (کاملاً نادرست) تا چهار (همیشه درست) نمره‌گذاری می‌شوند. نمره ابزار با مجموع نمره گویه‌ها محاسبه و به این ترتیب حداقل نمره در آن صفر و حداکثر نمره در آن ۱۰۰ است و نمره بیشتر نشان‌دهنده تاب آوری بالاتر می باشد. روایی مقیاس تاب آوری کانر و دیویدسون توسط سازندگان آزمون در گروه‌های مختلف عادی و در خطر احراز گردید. کانر و دیویدسون (۲۰۰۳)، پایایی پرسشنامه تاب آوری را توسط ضریب آلفای کرونباخ محاسبه و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۹ را گزارش کرده‌اند. در پژوهش حاضر بر روی ۴۰۰ نفر از دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم پایه یازدهم پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۱ محاسبه شد.

پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت (Cooper Smith) در سال ۱۹۶۷ با ۵۸ آیتم ساخته شد. آیتم‌ها به صورت صفر و یک نمره‌گذاری می شوند بدین معنا که در برخی سوالات به پاسخ بلی، نمره یک و به پاسخ خیر نمره صفر تعلق می گیرد و بقیه عبارات به صورت معکوس نمره گذاری می‌شود، یعنی به پاسخ خیر، نمره یک و به پاسخ بلی، نمره صفر تعلق می‌گیرد. نمره ابزار با مجموع نمره گویه‌ها (به استثنای نمرات دروغ سنج) محاسبه و به این ترتیب حداقل نمره در آن صفر و حداکثر نمره در آن ۵۰ است و نمره بیشتر نشان‌دهنده عزت نفس بالاتر می‌باشد. در بررسی روایی آزمون کوپر اسمیت در ایران، ثابت (۱۳۷۵) و نایبی فرد (۱۳۸۲) روایی همگرای مثبت بین آزمون کوپر اسمیت و آزمون عزت نفس آیزنک به دست آوردند. در پژوهش حاضر بر روی ۴۰۰ نفر از دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم پایه یازدهم پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۹ محاسبه شد.

پرسشنامه خودکارآمدی نوجوانان موریس (Muris) در سال ۲۰۰۱ با ۲۳ آیتم ساخته شد. آیتم‌ها به‌صورت

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.47176/rjms.31.18]

مقیاس پنج گزینه‌ای لیکرت از یک (اصلاً) تا پنج (بسیار زیاد) نمره‌گذاری می شوند. نمره ابزار با مجموع نمره گویه‌ها محاسبه و به این ترتیب حداقل نمره در آن ۲۳ و حداکثر نمره در آن ۱۱۵ است و نمره بیشتر نشان‌دهنده خودکارآمدی بالاتر می‌باشد. طهماسیان (۱۳۸۶) پایایی این پرسشنامه در جامعه ایران را توسط ضریب آلفای کرونباخ محاسبه و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۴ را گزارش کرد. در پژوهش حاضر بر روی ۴۰۰ نفر از دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه پایه یازدهم دوم پایایی با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۸ محاسبه شد.

مقیاس چند بُعدی رضایت از زندگی دانش آموزان توسط هابنر (Huebner) و همکاران در سال ۱۹۹۴ با ۴۰ آیتم ساخته شد. آیتم‌ها به‌صورت مقیاس شش گزینه‌ای لیکرت از یک (کاملاً مخالفم) تا شش (کاملاً موافقم) نمره‌گذاری می‌شوند. برخی از عبارات پرسشنامه به صورت معکوس نمره گذاری می شوند. در پژوهش حاضر به منظور مطالعه متغیر رضایت از مدرسه از زیرمقیاس مدرسه مقیاس چند بُعدی رضایت از زندگی دانش آموزان استفاده شده است. برای بدست آوردن میزان رضایت از مدرسه دانش آموزان، مجموع امتیازات سوالات زیرمقیاس مدرسه با یکدیگر جمع شد. به این ترتیب حداقل نمره در آن ۱ و حداکثر نمره در آن ۴۸ است و نمره بیشتر نشان‌دهنده میزان رضایت از مدرسه بالاتر می‌باشد. در پژوهش داودی و همکاران (۱۳۹۲) میزان پایایی مقیاس چند بُعدی رضایت از زندگی دانش آموزان از روش آلفای کرونباخ ۰/۹۴ به دست آمد. در پژوهش حاضر بر روی ۴۰۰ نفر از دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم پایه یازدهم میزان پایایی مقیاس چند بُعدی رضایت از زندگی دانش آموزان از طریق آلفای کرونباخ برابر ۰/۹۰۹ و میزان پایایی زیر مقیاس رضایت از مدرسه ۰/۸۸۹ بدست آمد. داده‌های پژوهش حاضر با روش‌های ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر در نرم‌افزارهای SPSS و AMOS تحلیل شدند.

یافته‌ها

در این پژوهش ۴۰۰ نفر از دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم در رشته‌های مختلف تحصیلی حضور داشتند. میانگین، انحراف معیار، کجی، کشیدگی و ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش در دانش‌آموزان دختر در جدول ۱ ارائه شد. طبق نتایج جدول ۱ فرض نرمالیتی به دلیل مقدار کجی و کشیدگی در دامنه ۱+ تا ۱- تأیید و فرض همبستگی کافی بین همه متغیرهای تاب آوری، عزت نفس، رضایت از مدرسه، شادکامی و خودکارآمدی تأیید شد ($P<۰/۰۰۱$). بنابراین، شرایط استفاده از روش تحلیل مسیر وجود داشت.

مدل برازش شده تاب آوری، عزت نفس و رضایت از مدرسه با شادکامی با واسطه گری خودکارآمدی به همراه ضرایب استاندارد مسیرها در دانش‌آموزان دختر در شکل ۱ ارائه شد. در شکل ۱ مدل برازش شده اثر متغیرهای تاب آوری، عزت نفس و رضایت از مدرسه بر شادکامی با واسطه گری خودکارآمدی به همراه ضرایب استاندارد مسیرها در دانش‌آموزان دختر قابل مشاهده است. نتایج شاخص‌های مدل برازش‌شده رابطه تاب آوری، عزت نفس و رضایت از مدرسه با شادکامی با واسطه‌گری خودکارآمدی در دانش‌آموزان دختر در جدول ۲ ارائه شد. طبق نتایج جدول ۲ مدل رابطه تاب

جدول ۱- شاخص های توصیفی متغیرهای اصلی پژوهش در دانش‌آموزان دختر

متغیر	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی	حداقل	حداکثر	۱	۲	۳	۴	۵
تاب آوری	۵۵/۰۳۸	۱۷/۰۷	۰/۱۰۸	-۰/۱۶	۱۱	۱۰۰	۱				
عزت نفس	۳۲/۷۱۴	۹/۱۲۵	-۰/۴۶۶	-۰/۳۹	۵	۴۹	۰/۶۰۲**	۱			
رضایت از مدرسه	۲۴/۷۴۶	۹/۶۷	۰/۱۶۴	-۰/۷۱۹	۸	۴۸	۰/۳۷۲**	۰/۳۳۳**	۱		
خودکارآمدی	۷۳/۹۰۸	۱۳/۲۱۱	۰/۰۲۲	۰/۷۸۳	۲۵	۱۱۵	۰/۳۷۴**	۰/۶۸۴**	۰/۳۷۴**	۱	
شادکامی	۳۸/۲۴۴	۱۳/۷۹۶	۰/۴۶۶	۰/۸۱۱	۷	۸۷	۰/۶۶۹**	۰/۶۸۱**	۰/۴۰۵**	۰/۶۴۹**	۱

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]

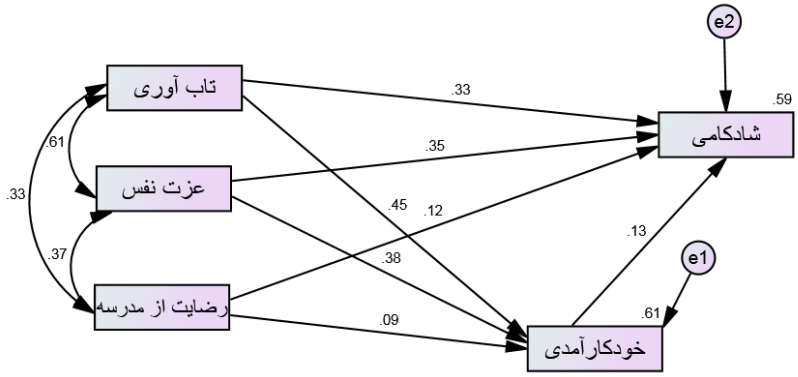
[DOI: 10.47176/rjms.31.18]

آوری، عزت نفس و رضایت از مدرسه با شادکامی با واسطه‌گری خودکارآمدی برازش مناسبی داشت.

نتایج اثرهای مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای پژوهش در دانش‌آموزان دختر در جدول ۳ ارائه شد. طبق نتایج جدول ۳ هر سه متغیر تاب آوری، عزت نفس و رضایت از مدرسه بر متغیر شادکامی اثر مستقیم و معنادار داشتند (P<۰/۰۰۱). علاوه بر آن، هر سه متغیر تاب آوری، عزت نفس و رضایت از مدرسه بر شادکامی با واسطه گری خودکارآمدی اثر غیرمستقیم و معنادار داشتند (P<۰/۰۵).

بحث

یافته‌ها نشان داد که متغیر تاب آوری بر شادکامی اثر مستقیم و معنادار دارد. نتایج حاصل از آزمون فرضیه با یافته‌های پژوهش‌های وایت (White) و همکاران (۲۰۲۳) (۹)، شارما (Sharma) و همکاران (۲۰۱۹) همسو می‌باشد (۱۲). دلایل تأیید این فرضیه را می‌توان اینگونه مطرح نمود که افراد تاب‌آور، مهارت‌ها و نگرش‌های خاص از جمله سخت کوشی و کنترل دارند. سخت کوشی به افراد کمک می‌کند تا در رویارویی با تغییرات تنش زا، دشواری‌ها را به فرصت‌هایی مغتنم تبدیل کنند (۹). شیوه‌های سازگاری فرد و ویژگی‌های خانوادگی، او را یاری می‌دهند تا فشارها و شرایط نامساعد زندگی را تحت تسلط خود درآورده و در نتیجه در رویارویی با فشارها و تنش‌های زندگی آشفته و پریشان نشود. به علاوه مقصود از کنترل، آن است که فرد به توانایی‌های خود برای اثرگذاری بر نتایج رویدادها ایمان داشته باشد.



شکل ۱- مدل برازش‌شده متغیرهای پژوهش حاضر در دانش‌آموزان دختر

جدول ۲- نتایج شاخص‌های مدل برازش‌شده اثر تاب آوری، عزت نفس و رضایت از مدرسه بر شادکامی با واسطه گری خودکارآمدی به همراه ضرایب استاندارد مسیرها در دانش‌آموزان دختر

شاخص‌های برازندگی	(χ^2)	df	χ^2/df	RMSEA	GFI	IFI	NFI	CFI
مقدار تحلیل‌ها	۰	۰	۰	۰/۰۰۰	۱	۱	۱	۱
مقدار قابل قبول	نزدیک به صفر	-	زیر ۳	<۰/۰۸	>۰/۹۰	>۰/۹۰	>۰/۹۰	>۰/۹۰

جدول ۳- نتایج اثرهای مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای پژوهش در دانش‌آموزان دختر

اثرهای مستقیم و غیرمستقیم	ضرایب استاندارد	معناداری
تاب آوری بر شادکامی دانش آموزان اثر مستقیم دارد.	۰/۳۲۸	۰/۰۰۱
عزت نفس بر شادکامی دانش آموزان اثر مستقیم دارد.	۰/۳۴۵	۰/۰۰۱
رضایت از مدرسه بر شادکامی دانش آموزان اثر مستقیم دارد.	۰/۱۱۶	۰/۰۰۱
تاب آوری بر شادکامی دانش آموزان با واسطه گری خودکارآمدی اثر غیر مستقیم دارد.	۰/۰۶۰	۰/۰۱۲
عزت نفس بر شادکامی دانش آموزان با واسطه گری خودکارآمدی اثر غیر مستقیم دارد.	۰/۰۵۱	۰/۰۰۹
رضایت از مدرسه بر شادکامی دانش آموزان با واسطه گری خودکارآمدی اثر غیر مستقیم دارد.	۰/۰۱۲	۰/۰۴

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.47176/rjms.31.18]

این خود مو جب احســـاس کارآ مدی و در پی آن شـادکامی می‌شـود. به نظر می رسـد تاب آوری عوامل محافظتی را تحریک می کند که هم از جنبه روانی و هم از جنبه اجتماعی خوش‌بینی افراد را نســبت به وقایع و تسلط بر محیط افزایش می دهد و در نتیجه به بهبود عملکرد فرد و بهداشـت روانی و شـادکامی او در آینده می‌انجامد (۴). افراد تاب‌آور دارای ویژگی‌هایی از جمله احســاس ارزشــمندی و اعتماد به نفس (که به افراد اجازه می‌دهد چالش های زندگی را با موفقیت پشــت ســر بگذرانند)، مهارت در حل مســئله (نگاه به مشــکل به عنوان یک مســئله)، صــلاحیت و توانمندی اجتماعی (داشــتن مهارت‌های ارتباطی، شــوخ طبعی، رابطه صــمیمی با دیگران، حمایت و جلب حمایت اجتماعی از دیگران در وضــعیت بحرانی، داشــتن مهــارت‌هــای گفتگو و جرأت منــدی و گوش دادن)، خوش بینی، همدلی (توانایی برقراری رابطه توأم با احترام متقابل با دیگران که به پیوستگی اجتماعی و به عبارتی احســاس تعلق به افراد و گروه‌ها و نهادهای اجتماعی منجر می شود) هستند که رشد و ارتقاء آنها موجب افزایش شــادکامی آن‌ها می‌شــود (۱۰). دیگر یافته‌ها نشــان داد که متغیر عزت نفس بر شــادکامی دانش آموزان اثر مستقیم و معنادار داشته است. دلایل تأیید را می‌توان اینگونه مطرح نمود که از آنجا عزت نفس درجه تأیید و ارزشمندی است که شخص نسبت به خود احساس می‌کند، کسی که عزت نفس بالایی دارد، به طور معمول احساس شادکامی بیشتری خواهد داشت. شادی نیز از پیامدهای عزت نفس بالاست. بدین ترتیب، افراد با عزت نفس بالا از راهبردهای خودتنظیمی سازگارتری نسبت به افراد با عزت نفس پایین استفاده می‌کنند. این افراد، برای جلوگیری از ایجاد خلل در توانایی‌شان، پاسخ‌های مؤثرتری به شکست می‌دهند که این امر به نوبه خود منجر به گزارش سطوح بالاتری از شادی در آن ها می‌شود (۲). اســتدلال دیگر در مورد علت اثر متغیر عزت نفس بر شادکامی، احساس امید به آینده است. افرادی که خود را با ارزش تصور کرده و برای خویش احترام زیادی قائل هســتند، هیچ‌گاه در برابر ناملایمات زندگی و مشکلات و مسائل پیش آمده در مسیر دستیابی به اهداف خویش، دچار نگرانی و یأس نشده و همواره با شادکامی و امید به آینده به سوی پیشرفت گام برمی‌دارد. به عبارتی فردی که عزت نفس بالایی دارد، هرگز نا امید نشده و همواره با شادمانی و نشاط به سوی پیشرفت حرکت می‌کند. عزت نفس از جمله داشتن احساس شایستگی، داشتن احساس با ارزش بودن، دوست داشتن خویش، اعتماد به توانمندی‌های خود، داشتن نگرش مثبت به دیگران، رضایت از عملکرد خود، داشتن احساس پیروزی در امورات مختلف زندگی، داشتن احساس احترام بیشتر نسبت به خویش و مثمرثمر بودن در زندگی باعث می شود که شادکامی در نزد افراد بیشتر شود (۶). یافته دیگر پژوهش حاضــر نشــان داد که رضایت از مدرسه بر شادکامی دانش آموزان با واسطه گری خودکارآمدی اثر غیر مســتقیم دارد. در تبیین می‌توان گفت دانش آموزان داری خودکارآمدی بالاتر در مقایســه با دانش آموزان فاقد خودکارآمدی تمایل بیشــتری دارند تا در تکالیف چالش برانگیز شــرکت نمایند و ارزیابی مثبتی از خود دارند. آنها تلاش و زمان بیشــتری برای کار و مطالعه صــرف نموده و عملکرد تحصیلی بهتری را نشان می‌دهند. زمانی که این تلاش ها نتیجه بخش باشد، این الگوهای رفتاری تثبیت شده و رضــایتمندی را با خود به همراه می‌آورند. بالعکس، دانش آموزان دارای خودکارآمدی پایین، ارزیابی منفی از توانایی‌های تحصیلی خود دارند و این امر رضایت از مدرســه آن‌ها را تهدید می‌کند (۷). خودکارآمدی از یکســو با تأثیر بر انتخاب اهداف و انتظارات پیامد و از ســوی دیگر با تأثیر بر عملکرد تحصــیلی می تواند بر میزان رضایت دانش آموزان تأثیر بگذارد. علاوه بر این، خودکارآمدی از طریق تأثیر بر احســاس کنترل پذیری محیط و شرایط کار و تحصیل، توان فرد برای مقابله با مشــکلات و موانع را افزایش می دهد که با توفیق و احســاس خشــنودی همراه اســت. به عبارت دیگر، خودکارآمدی بالا در دانش آموزان، رضــایت از مدرســه بالاتری را به همراه داشــته و در نهایت بر میزان شــادکامی دانش آموزان تأثیرگذار اســت. به طور کلی می توان گفت که باورهای خودکارآمدی در مدیریت

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.47176/rjms.31.18]

موقعیتهای زندگی سبب ایجاد انتظارات واقع بینانه و تفکرات مثبت در مورد خود و رویدادهای زندگی می‌شود و فقدان اعتماد و اطمینان نسبت به توانایی های خود باعث بروز عواطف منفی خواهد شد. لذا افراد دارای خودکارآمدی ضعیف، همواره در زندگی احساس شادکامی نخواهند داشت.

محدودیت‌های پژوهش: از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به تک جنسیتی بودن نمو نه و محدودشدن جامعه پژوهش به دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم پایه یازدهم مناطق ۲ و ۵ شهر تهران اشاره کرد که با توجه به آنها باید در تعمیم نتایج احتیاط کرد. بنابراین، انجام پژوهش بر روی دانش‌آموزان پسر یا دانش‌آموزان سایر مقاطع یا سایر مناطق شهر تهران و حتی سایر شهرها می‌تواند به یک جمع‌بندی کلی درباره روابط متغیرها کمک شایانی کند.

پیشنهادات پژوهش: نتایج پژوهش حاضر برای متخصصان، مسئولان و برنامه‌ریزان نظام‌های آموزشی به‌ویژه برای متخصصان، مسئولان و برنامه‌ریزان نظام آموزش و پرورش تلویحات کاربردی دارد. آنان با توجه به نتایج پژوهش حاضر، برای افزایش و ارتقای شادکامی و نشاط دانش آموزان می‌توانند زمینه را برای بهبود تاب آوری، عزت نفس، رضایت از مدرسه و خودکارآمدی فراهم کنند.

نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج برای افزایش و ارتقای شادکامی دانش آموزان می‌توان زمینه را برای بهبود تاب آوری، عزت نفس، رضایت از مدرسه و خودکارآمدی فراهم کرد.

References

1. Joy GV, Alomari AMA, Singh K, Hassan N, Mannethodi K, Kunjavara J, Al Lenjawi B. Nurses' self-esteem, self-compassion and psychological resilience during pandemic. Nurs Open. 2023;10(7):4404-4412.
2. Choi Y, Choi SH, Yun JY, Lim JA, Kwon Y, Lee HY, Jang JH. The relationship between levels of self-esteem and the development of depression in young adults with mild depressive symptoms. Medicine (Baltimore). 2019;98(42):e17518.
3. Catelan RF, Saadeh A, Lobato MIR, Gagliotti DAM, Nardi HC, Costa AB. Depression, Self-Esteem, and Resilience and its Relationship with Psychological Features of Sexuality among Transgender Men and Women from Brazil. Arch Sex Behav. 2022;51(4):1993-2002.
4. Chung JOK, Li WHC, Cheung AT, Ho LLK, Xia W, Chan GCF, Lopez V. Relationships among resilience, depressive symptoms, self-esteem, and quality of life in children with cancer. Psychooncology. 2021;30(2):194-201.
5. Paulson S, Azzarelli KK, McMahon DM, Schwartz B. A new science of happiness: the paradox of pleasure. Ann N Y Acad Sci. 2016;1384(1):12-31.
6. Hirose J, Kotani K. How does inquisitiveness matter for generativity and happiness? PLoS One. 2022;17(2):e0264222.
7. Li C, Ning G, Xia Y. Does exercise participation promote happiness?: Mediations and heterogeneities. Front Public Health. 2023;11:1033157.
8. Warria A. Child Marriages, Child Protection and Sustainable Development in Kenya: Is Legislation Sufficient? Afr J Reprod Health. 2019;23(2):121-133.
9. White JD, Goldman PS, Shriberg J, Hillis SD, Yun K, Allison S, Light E. Systems, strategies, and interventions for sustainable long-term care and protection of children with a history of living outside of family care. Child Abuse Negl. 2023;36(10):722-31.
10. Svevo-Cianci KA, Hart SN, Rubinson C. Protecting children from violence and maltreatment: a qualitative comparative analysis assessing the implementation of U.N. CRC Article 19. Child Abuse Negl. 2010;34(1):45-56.
11. Bjegovic-Mikanovic V, Wenzel H, Laaser U. Data Mining Approach: What Determines the Wellbeing of Women in Montenegro, North Macedonia, and Serbia? Front Public Health. 2022;10:873845.
12. Sharma MS, Leslie LK, Landsverk J, Barth RP, Burns BJ, Gibbons RD, Slymen DJ, Zhang J. Contextual predictors of mental health service use among children open to child welfare. Arch Gen Psychiatry. 2019;61(12):1217-24.
13. Tus M, Dłuski DF, Winkler I, Kotarski J, Rechberger T, Gogacz M. The State of Health and the Quality of Life in Women Suffering from Endometriosis. J Clin Med. 2021;11(7):2059.
14. Jackson JL. The Pursuit and Maintenance of Happiness. N Engl J Med. 2021;385(14):1327-1328.

[Downloaded from rjms.iums.ac.ir on 2026-11-29]

[DOI: 10.47176/rjms.31.18]