مقاله پژوهشی
مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان
دوره ۱۸، مهر ۱۳۹۸، ۶۷۴-۶۵۷

پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی دانش‌جویان دانشگاه محقق اردبیلی در سال ۱۳۹۷ بر اساس ابعاد چشم انداز زمان (نقش میانجی امید به زندگی): یک مطالعه توصیفی

سعید رحیمی[۱]، نادر حاجلو[۲]، سجاد بشرپور[۳]

دریافت مقاله: ۹۷/۸/۱۴ ارسال مقاله به نویسنده جهت اصلاح: ۹۷/۹/۷ دریافت اصلاحیه از نویسنده: ۹۷/۱۲/۱۳ پذیرش مقاله: ۹۷/۱۲/۲۰

چکیده

زمینه و هدف: بهزیستی روان‌شناختی به عنوان یکی از عوامل مهم در رشد و پیشرفت فردی و اجتماعی در ادبیات پژوهشی مطرح است که تحت تأثیر عوامل مختلفی از قبیل چشم انداز زمان و امید به زندگی قرار دارد. این پژوهش با هدف پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی دانش‌جویان بر اساس ابعاد چشم انداز زمان از طریق نقش متغیر میانجی امید به زندگی صورت گرفت.

مواد و روش‌ها: در این مطالعه توصیفی، جامعه آماری شامل کلیه دانش‌جویان دانشگاه محقق اردبیلی در سال ۱۳۹۷ بودند. نمونه پژوهش ۳۸۴ نفر از این دانش‌جویان بودند که به روش تصادفی خوشه ای چند مرحله ای انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از مقیاس های بهزیستی روان‌شناختی Ryff، چشم انداز زمان Zimbardo و امیدواری Snyder استفاده شد. داده‌ها توسط روش آماری هم‌بستگی Pearson تجزیه و تحلیل شدند.

یافته‌ها: نتایج حاکی از برازش مناسب مدل بوده و ضرایب مسیر غیر مستقیم بین ابعاد چشم انداز زمان گذشته منفی (p=۰/۰۰۲، β= -۰/۴۳)، گذشته مثبت (p=۰/۰۰۴، β= ۰/۳۸)، آینده (p=۰/۰۱۲، β= ۰/۲۲)، حال لذت‌گرا (p=۰/۰۰۳، β= ۰/۴۱)، حال معتقد به سرنوشت (p=۰/۰۰۱، β= -۰/۲۹) و آینده متعالی (p=۰/۰۴۲، β= ۰/۲۴) و بهزیستی روان‌شناختی معنی‌دار است. نتایج نقش میانجی‌گری امید به زندگی را در رابطه بین ابعاد چشم انداز زمان و بهزیستی روان‌شناختی دانش‌جویان نشان داد.

نتیجه‌گیری: نتایج حاکی از آن بود که ابعاد چشم انداز زمان هم به طور مستقیم و هم با واسطه امید به زندگی با بهزیستی روان‌شناختی رابطه دارند. به نظر می‌رسد برای بهبود بهزیستی روان‌شناختی دانش‌جویان، تقویت چشم انداز زمان و امید به زندگی می‌تواند دارای اهمیت باشد.

واژه‌های کلیدی: ابعاد چشم انداز زمان، امید به زندگی، بهزیستی روان‌شناختی، دانش‌جویان، اردبیل

۱-کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشکده علوم‌تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران
۲- (نویسنده مسئول) استاد گروه آموزشی روان‌شناسی، دانشکده علوم‌تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران
تلفن: ۳۱۵۰۱۱۱۱-۰۴۵، دورنگار: ۳۳۵۲۰۴۵۷-۰۴۵، پست الکترونیکی: hajloo53@gmail.com
۳- دانشیار گروه آموزشی روان‌شناسی، دانشکده علوم‌تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی، اردبیل، ایران

مقدمه

دانش‌جویان در هر کشور، آینده‌سازان پرشوری هستند که لازم است نه تنها خود از سلامت جسمانی و روانی بالایی برخوردار باشند، بلکه عهده‌دار تأمین و ارتقاءِ سطح سلامت جامعه نیز خواهند بود [۱]. یکی از شاخص‌های مهم در ارتقاءِ سلامت دانش‌جویان، بهزیستی روان‌شناختی است. بهزیستی روان‌شناختی به معنای تلاش برای ارتقاء است که در تحقق یافتن استعدادها و توانایی‌های فرد نمایان می‌شود [۲]. بهزیستی روان‌شناختی شش مؤلفه پذیرش خود، زندگی هدف‌مند، تسلط بر محیط، روابط مثبت با دیگران، خودمختاری و رشد فردی را شامل می‌شود [۳].

یکی از عوامل تأثیرگذار بر بهزیستی روان‌شناختی که می‌تواند در آموزش‌های بهداشت روانی مورد توجه قرار گیرد، مفهوم چشم انداز زمان (Time perspective) می‌باشد [۴]. چشم انداز زمان نفوذی را که ملاحظات گذشته، حال و آینده در طیف وسیعی از رفتارهای انسانی دارند، توصیف می‌کند و از شش بُعد گذشته منفی، گذشته مثبت، حال لذت‌گرایانه، حال معتقد به سرنوشت، آینده و آینده متعالی تشکیل شده است [۵]. پژوهش‌ها نشان داده‌اند که ابعاد چشم انداز زمان با بهزیستی روان‌شناختی رابطه معنی‌داری دارد [۷-۶].

از عوامل دیگری که می‌تواند بر بهزیستی روان‌شناختی تأثیرگذار باشد، امید به زندگی است. Snyder امیدواری را یک شیوه تفکر شناختی هدف‌گرا تعریف و دو مؤلفه برای آن معرفی می‌کند: ۱) تفکر عامل (thinking Agency) باور این‌که که فرد قادر به اجرای مقاصد برای رسیدن به اهداف مورد نظر است و ۲) قدرت راهیابی (Pathways thinking) باور این‌که فرد قادر است اهدافی را برای خود ایجاد کند [۸]. امیدواری افراد را برای رسیدن اهداف دشوارشان متعهد می‌سازد، اما ناامیدی نه تنها منجر می‌شود که افراد از اهداف‌شان اجتناب کنند بلکه گاهی اوقات پیامدهای منفی و ویرانگری مانند افسردگی و خودکشی را در پی دارد [۹]. Davis و Hicks در مطالعه خود به این نتیجه دست یافتند که افراد با چشم انداز زمانی کوتاه‌مدت امیدواری کم‌تری را تجربه می‌کنند [۱۰]. Mohammadi و همکاران نیز نشان دادند که بین ابعاد چشم انداز زمان و امیدواری رابطه معنی‌داری وجود دارد [۱۱].

بررسی مسائل خاص دانش‌جویان از جمله تحصیل موفق و تأمین سلامت جسمی و روان‌شناختی آن‌ها از مهم‌ترین اهداف برنامه‌ریزان آموزشی دولت‌ها می‌باشد [۱۲]. از طرفی نیز با توجه به اهمیت بهزیستی روان‌شناختی در دانش‌جویان و نیاز به شناسایی عوامل تأثیرگذار برآن، هدف اصلی پژوهش حاضر، تعیین نقش مستقیم و با واسطه ابعاد چشم انداز زمان در پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی با میانجی‌گری امید به به زندگی می‌باشد.

مواد و روش‌ها

در پژوهش توصیفی حاضر، جامعه آماری مورد مطالعه شامل تمامی دانش‌جویان شاغل به تحصیل در دانشگاه

محقق اردبیلی در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ به تعداد ۱۰۶۹۰ نفر بودند. از آن‌جایی که روش‌شناسی تحلیل مسیر تاحدود زیادی به برخی جنبه‌های رگرسیون چندگانه شباهت دارد، می‌توان از اصول تعیین حجم نمونه در تحلیل رگرسیون چندگانه برای تعیین حجم نمونه در تحلیل مسیر استفاده کرده و به ازای هر متغیر اندازه‌گیری شده ۵ تا ۱۵ نمونه انتخاب کرد [۱۳].

از این رو با توجه به این‌که در مدل ارائه شده ۸ متغیر قابل اندازه‌گیری وجود دارد، حجم نمونه بین ۴۰ تا ۱۲۰ نفر برآورد شد. در این پژوهش به دلیل افزایش اعتبار بیرونی تعداد ۳۸۴ نفر به عنوان نمونه انتخاب شدند. برای اجرای این پژوهش، ابتدا هدف از اجرای تحقیق برای دانش‌جویان شرح داده شد و رضایت آن‌ها برای شرکت در ارزیابی‌ها جلب شد. هم‌چنین آزمودنی‌ها به جای نام خود در پرسش‌نامه‌ها شماره یا کد خاصی وارد می‌کردند تا اطلاعات آن‌ها کاملاً محرمانه باقی بماند. در کلیه مراحل انجام تحقیقات، ملاحظات اخلاقی رعایت شد. علاوه بر این مطالعه دارای کد اخلاق به شماره (IR. ARUMS.REC.1397.187) از کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی اردبیل می‌باشد.

معیارهای انتخاب نمونه شامل، دانش‌جوی دانشگاه محقق اردبیلی بودن، رضایت کامل و تمایل آگاهانه جهت شرکت در پژوهش و صحت کامل روان‌شناختی و جسمی و معیارهای خروج شامل عدم همکاری در تکمیل پرسش‌نامه‌ها و مصرف داروهای روان‌پزشکی (کلروپرومازین، هالوپرایدول، کلوزاپین) یا ابتلا به بیماری جسمانی (فشار خون بالا، بیماری قلبی، دیابت، زخم معده، روماتیسم) خاص بود.

نمونه‌گیری به صورت تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای از بین افراد صورت گرفت. از آن‌جایی که دانشگاه محقق اردبیلی دارای ۸ دانشکده (ادبیات و علوم انسانی، کشاورزی و منابع طبیعی مغان، فناوری‌های نوین نمین، علوم کشاورزی و منابع طبیعی اردبیل، علوم پایه، کشاورزی مشگین شهر، علوم تربیتی و روان‌شناسی، فنی و مهندسی) می‌باشد، ۴ دانشکده علوم‌تربیتی و روان‌شناسی، علوم کشاورزی و منابع طبیعی، علوم پایه و ادبیات و علوم انسانی از بین دانشکده‌ها به طور تصادفی انتخاب و با مراجعه به این دانشکده‌ها از هر دانشکده نیز ۵ کلاس به تصادف انتخاب شدند.

لازم به ذکر است جهت جمع‌آوری داده‌ها ابتدا با ارائه معرفی‌نامه از طرف معاونت پژوهشی دانشگاه، به آموزش دانشکده‌های مربوطه مراجعه و پس از این‌که برنامه زمانی کلاس‌ها از آموزش دانشکده‌ها گرفته شد، سؤالات پرسش‌نامه به تعداد افراد نمونه، تکثیر و با مراجعه به کلاس‌هایی که تصادفی انتخاب شده بودند و با هماهنگی‌های لازم با اساتید مربوطه، پرسش‌نامه‌های پژوهش به مدت ۲۰ دقیقه پس از کلاس توسط دانش‌جویانی که تمایل به انجام دادن پژوهش را داشتند که از طریق خودگزارش‌دهی تکمیل گردید.

در وهله اول ۴۴۰ پرسش‌نامه بین دانش‌جویان توزیع شد، اما پس از جمع‌آوری، پرسش‌نامه‌هایی که افراد به صورت

تصادفی یا ناقص پاسخ داده بودند، کنار گذاشته شد و در نهایت اطلاعات ۳۸۴ نفر وارد تحلیل نهایی شد. ویژگی‌های جمعیت شناختی ثبت شده از نمونه‌ها در پژوهش شامل سن، جنس، وضعیت تأهل، سطح تحصیلات می‌باشد. برای جمع‌آوری اطلاعات از ابزارهای زیر استفاده شد:

۱. پرسش‌نامه چشم انداز زمان Zimbardo (Zimbardo time Perspective inventory): این پرسش‌نامه دارای ۶۶ گویه می‌باشد که به منظور ارزیابی چشم انداز زمان در افراد از ابعاد مختلف (دیدگاه زمانی حال لذت‌گرا، آینده، آینده متعالی، گذشتهٔ مثبت، گذشتهٔ منفی و حال معتقد به سرنوشت) به کار می‌رود.

بُعد زمانی گذشته منفی را با سؤالات ۴، ۵، ۱۶، ۲۲، ۲۷، ۳۳، ۳۴، ۳۶، ۵۰ و ۵۴، بُعد حال لذت‌گرا را با سؤالات ۱، ۸، ۱۲، ۱۷، ۱۹، ۲۳، ۲۶، ۲۸، ۳۱، ۳۲، ۴۲، ۴۴، ۴۶، ۴۸ و ۵۵، بُعد آینده را با سؤالات ۶، ۹، ۱۰، ۱۳، ۱۸، ۲۱، ۲۴، ۳۰، ۴۰، ۴۳، ۴۵، ۵۱ و ۵۶، بُعد آینده متعالی را با سؤالات ۵۷، ۵۸، ۵۹، ۶۰، ۶۱، ۶۲، ۶۳، ۶۴، ۶۵ و ۶۶، بُعد گذشته مثبت را با سؤالات ۲، ۷، ۱۱، ۱۵، ۲۰، ۲۵، ۲۹، ۴۹ ،۴۱ و بُعد حال معتقد به سرنوشت را با سؤالات ۳، ۱۴، ۳۵، ۳۷، ۳۸، ۳۹، ۴۷، ۵۲ و ۵۳ در طیف از «بسیار درست = ۵» تا «بسیار نادرست = ۱» اندازه‌گیری می‌کند.

حداقل و حداکثر نمره آزمودنی به ترتیب در زیر مقیاس‌های گذشته منفی ۱۰ و ۵۰، حال لذت‌گرا ۱۵ و ۷۵، آینده ۱۴ و ۶۵، آینده متعالی ۱۰ و ۵۰، گذشته مثبت ۹ و ۴۵ و حال معتقد به سرنوشت ۹ و ۴۵ می‌باشد. لازم به ذکر است سؤالات ۹، ۲۴،۲۵، ۴۱، ۵۶ و۶۱ به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند. بازه نمرات این پرسش‌نامه بین ۶۶ تا ۳۳۰ می‌باشد که نمره ۱۹۸ نقطه برش پرسش‌نامه است، نمرات کم‌تر از آن پایین بودن سطح چشم انداز زمان فرد و بالاتر از آن بالا بودن آن را نشان می‌دهد.

Zimbardo و Boyd برای خرده مقیاس‌ها ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۴ تا ۰/۸۲ را گزارش کردند [۱۴]. در ایران Golestaneh و همکاران اعتبار آن را به روش تحلیل عاملی تأییدی مورد تأیید قرار دادند و مقدار آن را برابر ۰/۷۳ و نیز آلفای کرونباخ محاسبه شده برای هریک از زیر مقیاس‌های پرسش‌نامه ۶۶ سؤالی چشم انداز زمان را به شرح زیر اعلام کردند: برای عامل گذشته منفی ۰/۶۷، حال لذت‌گرا ۰/۵۸، آینده ۰/۵۹، گذشته مثبت ۰/۵۷، حال معتقد به سرنوشت ۰/۵۶و آینده متعالی ۰/۸۴ [۱۵]. ضریب آلفای کرونباخ نیز در این پژوهش برای عامل گذشته منفی ۰/۶۱، حال لذت‌گرا ۰/۵۳، آینده ۰/۵۱، گذشته مثبت ۰/۶۵، حال معتقد به سرنوشت ۰/۷۳و آینده متعالی ۰/۵۶ به دست آمد.

۲. مقیاس امیدواری Snyder (Snyder hope scale): این مقیاس توسط گروه Snyder ساخته شده و دارای ۱۲ سؤال است و هدف آن ارزیابی امید به زندگی در افراد می‌باشد. شیوه نمره‌گذاری آن بر اساس طیف لیکرت ۸ گزینه‌ای (۱ = کاملاً نادرست تا ۸ = کاملاً درست) است. این مقیاس در مورد همـه افـراد از جملـه بیماران روانی و برای

افراد ۱۵ سال و بالاتر کاربرد دارد. از ۱۲ عبارت، ۴ عبارت برای سنجش تفکر عاملی (سؤالات ۲، ۹، ۱۰ و ۱۲)، ۴ عبارت برای سنجش تفکر راهبردی (سؤالات ۱، ۴، ۷ و ۸) و ۴ عبارت انحرافی (سؤالات ۳، ۵، ۶ و ۱۱) است؛ بنابراین این پرسش‌نامه دو زیر مقیاس عامل و راهبرد را اندازه‌گیری می‌کند. مجموع نمره‌های خرده مقیاس‌های عامل و گذرگاه، نمره کل امید را تعیین می‌کند.

افراد در این پرسش‌نامه نمره‌ای بین ۸ تا ۶۴ به‌دست می‌آورند. در اینجا ۸ پایین‌ترین نمره و ۶۴ بالاترین نمره محسوب می‌شود. نمره‌گذاری سؤالات انحرافی که برای افزایش دقت آزمون است، حذف می‌شود. کسب نمره بالا در این مقیاس نشان دهنده امیدواری بیش‌تر است. روایی هم‌زمان، هم‌بستگی مثبت با خوش‌بینی و عزت نفس و رابطه منفی با ناامیدی و افسردگی را نشان داده است [۱۶]. Kermani و همکاران هم‌بستگی معنی‌داری بین این پرسش‌نامه با عاطفه مثبت و خوش‌بینی به دست آوردند. هم‌چنین آنان پایایی این پرسش‌نامه را با روش آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۶ و با روش بازآزمایی برابر با ۰/۸۱ به‌دست آورده‌اند [۱۷]. ضریب آلفای کرونباخ نیز در این پژوهش ۰/۷۳ به دست آمد.

۳. مقیاس بهزیستی روان‌شناختی (Psychological well-being scale): این مقیاس را Ryff در سال ۱۹۸۹ طراحی نمود [۱۸]. این پرسش‌نامه برای ارزیابی شش جنبه بهزیستی روان‌شناختی شامل زندگی هدف‌مند (سؤالات ۳، ۷ و ۱۰)، رابطه مثبت با دیگران (سؤالات ۶، ۱۳ و ۱۶)، رشد شخصی (سؤالات ۱۱، ۱۲ و ۱۴)، پذیرش خود (سؤالات ۱، ۲ و ۵)، خود مختاری (سؤالات ۱۵، ۱۷ و ۱۸) و تسلط بر محیط (سؤالات ۴، ۸ و ۹) است که بر اساس مقیاس ۶ درجه‌ای از کاملاً مخالف (نمره ۱) تا کاملاً موافق (نمره ۶) می‌باشد.

کم‌ترین نمره در این مقیاس ۱۸ و بیش‌ترین ۱۰۸ می‌باشد. نمره بالاتر در این مقیاس نشان دهنده بهزیستی روان‌شناختی بیش‌تر است. هم‌بستگی فرم کوتاه پرسش‌نامه بهزیستی روان‌شناختی Ryff با مقیاس اصلی از ۰/۷ تا ۰/۸۹ در نوسان بوده است [۱۹]. پایایی پرسش‌نامه در پژوهش kanani و همکاران به روش هم‌سانی درونی و با آزمون آلفای کرونباخ محاسبه و با میزان ۰/۸۷ تأیید شده است [۲۰]. ضریب آلفای کرونباخ نیز در این پژوهش ۰/۷۸ به‌دست آمد.

در پایان برای تحلیل داده‌ها از نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۴ به منظور محاسبه شاخص‌های آمار توصیفی از جمله میانگین و انحراف معیار و ضریب هم‌بستگی و به منظور تجزیه و تحلیل یافته‌ها از تحلیل مسیر به وسیله نرم‌افزار AMOSE نسخه ۲۰ استفاده شد. سطح معنی‌داری در آزمون‌ها ۰/۰۵ در نظر گرفته شد. قبل از تحلیل داده‌ها و برای اطمینان از این‌که داده‌های این پژوهش مفروضه‌های زیربنایی مدل‌یابی معادلات ساختاری را برآورد می‌کنند. چند مفروضه اصلی معادلات ساختاری شامل داده‌های گمشده

(Missing)، نرمال بودن (Normality) و هم‌خطی چندگانه (Multicollinearity) مورد بررسی قرار گرفتند. در پروهش حاضر از روش جایگزینی (Replacement) داده‌های گمشده با میانگین استفاده شد و جهت بررسی نرمال بودن متغیرها از آزمون آماری Kolmogorov -Smirnov استفاده گردید که نتایج آن نشان داد که داده‌ها دارای توزیع نرمال بودند (p>۰/۰۵). در پژوهش حاضر، هم‌خطی چندگانه بین متغیرها با استفاده از آماره تحمل (Tolerance) و عامل تورم واریانس (inflation factor Variance) مورد بررسی قرار گرفت.

نتایج نشان داد که ارزش‌های تحمل به دست آمده برای متغیرها بالای ۰/۱۰ هستند و نشان دهنده عدم وجود هم‌خطی چندگانه بین متغیرها است و هم‌چنین مقدار عامل تورم واریانس به دست آمده برای متغیرها کوچک‌تر از ۱۰ بودند که نشان دهنده عدم هم‌خطی چندگانه بین متغیرها است.

نتایج

نمونه پژوهش شامل ۳۸۴ نفر از دانش‌جویان دانشگاه محقق اردبیلی بود که در دامنه سنی ۴۶-۱۸ سال قرار داشتند. میانگین سنی افراد نمونه ۲۲/۵۲ و انحراف معیار آن ۳/۸۵ سال بود. از بین افراد شرکت‌کننده ۲۰۴ نفر زن (۵۱/۱ درصد)، ۱۸۰ نفر مرد (۴۶/۹ درصد) بود که ۳۳۰ نفر از آن‌ها مجرد (۸۵/۹ درصد) و ۵۴ نفر متأهل (۱۴/۱ درصد) بودند. سطح تحصیلات ۱۹۲ نفر (۵۰ درصد) از دانش‌جویان کارشناسی، ۱۷۶ نفر (۴۵/۸ درصد) کارشناسی ارشد و ۱۶ نفر (۴/۲ درصد) دکتری بود.

جدول ۱، آماره‌های توصیفی و ضرایب هم‌بستگی Pearson بین متغیرهای ابعاد چشم انداز زمان، بهزیستی روان‌شناختی و امید به زندگی در دانش‌جویان دانشگاه محقق اردبیلی در سال ۱۳۹۷ را نشان می‌دهد. نتایج هم‌بستگی Pearson در این جدول نشان می‌دهد که بین ابعاد چشم انداز زمان گذشته مثبت (p=۰/۰۰۲، r= -۰/۴۳)، آینده (p=۰/۰۰۲، r= -۰/۴۳)، امید به زندگی (p=۰/۰۰۲، r= -۰/۴۳) و بهزیستی روان‌شناختی رابطه مثبت و معنی‌دار وجود دارد. هم‌چنین بین ابعاد چشم انداز زمان گذشته منفی (p=۰/۰۰۲، r= -۰/۴۳)، حال معتقد به سرنوشت (p=۰/۰۰۲، r= -۰/۴۳) و بهزیستی روان‌شناختی رابطه منفی و معنی‌دار وجود دارد.

جدول ۱- آماره‌های توصیفی و ضرایب هم‌بستگی Pearson بهزیستی روان‌شناختی دانش‌جویان دانشگاه محقق اردبیلی در سال ۱۳۹۷ بر اساس ابعاد چشم‌انداز زمان با نقش میانجی امید به زندگی (n =۳۸۴)

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱. گذشته منفی	-							
۲. گذشته مثبت	-۰/۰۵۳	-						
۳. حال لذت‌گرا	۰/۳۱۶**	۰/۲۲۵*	-					
۴. حال معتقد به سرنوشت	۰/۴۴۳**	۰/۰۸۸	۰/۴۷۱**	-				
۵. آینده	-۰/۰۳۵	۰/۲۷۰**	۰/۰۵۰	-۰/۲۲۵*	-			
۶. آینده متعالی	۰/۲۱۵*	۰/۲۲۴*	۰/۱۵۲	۰/۰۸۲	۰/۳۱۰**	-		
۷. بهزیستی روان‌شناختی	-۰/۴۲**	۰/۴۸**	۰/۱۸۹	-۰/۱۸۲*	۰/۲۲۶**	۰/۱۲۷	-	
۸. امید به زندگی	-۰/۳۷۴**	۰/۰۰۶	-۰/۳۸۴**	۰/۱۱۸*	۰/۲۵۳**	۰/۰۷۰	۰/۵۲۴**	-
میانگین	۳۴/۱۲	۳۰/۱۰	۳۲/۱۴	۳۷/۱۱	۳۰	۲۶/۸۴	۴۹/۱۲	۲۵/۵
انحراف استاندارد	۸/۵۴	۶/۵۰	۵/۴۹	۳/۶۰	۷/۴۳	۴/۴۹	۵/۲۲	۶/۱۹

آزمون هم‌بستگی پیرسون، ۰/۰۱>P ** ۰/۰۵>P * به عنوان سطح معنی‌دار

۱: گذشته منفی، ۲: گذشته مثبت، ۳: حال لذت‌گرا، ۴: حال معتقد به سرنوشت، ۵: آینده، ۶: آینده متعالی، ۷: بهزیستی روان‌شناختی، ۸: امید به زندگی

جهت تعیین کفایت برازش الگوی پیشنهادی با داده‌ها شاخص‌های کای اسکوئر بهنجار شده (Normed chi-square index; CMIN/DF)، نیکویی برازش اصلاح شده (Adjusted goodness-of-fix index; AGFI)، شاخص برازش مقتصد هنجار شده (Parsimonious normed fit index; PNFI)، شاخص نیکویی برازش (Goodness of fit index; GFI)، شاخص برازش افزایش (Incremental fit index; IFI)، شاخص برازندگی توکر-لویس (Tucker-Lewis index; TLI)، شاخص برازش مقایسه‌ای (Comparative fit index; CFI) و ریشه دوم میانگین مربعات خطای برآورد (Root mean squared error of approximation; RMSEA) مورد استفاده قرار گرفت. ذکر این نکته لازم است که مقادیر هر یک از این شاخص‌ها بین ۰ و ۱ قرار دارد و مقادیر نزدیک و یا بیش‌تر از ۰/۹۰ نشانه مطلوب بودن مدل می‌باشد. CFI برای این مدل ۰/۹۳ بوده که در بازه قابل قبول قرار می‌گیرد و IFI نیز مقدار ۰/۹۳ را نشان می‌دهد. شاخص بعدی برای تحلیل خوب بودن مدل شاخص ریشه دوم میانگین مربعات خطای برآورد است. از آن جا که ریشه دوم میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA) برای برای مدل ۰/۰۷ به‌دست آمده است، از طرفی بازه قابل قبول برای آن کم‌تر از ۰/۰۸ می‌باشد [۱۳]، پس می‌توان گفت که مدل برازش شده مدل مناسبی است شاخص‌های کای اسکوئر بهنجار شده (CMIN/DF) برازش مقتصد هنجار شده (PNFI) و شاخص برازندگی (Tucker-Lewis; TLI) در دامنه مورد قبول قرار

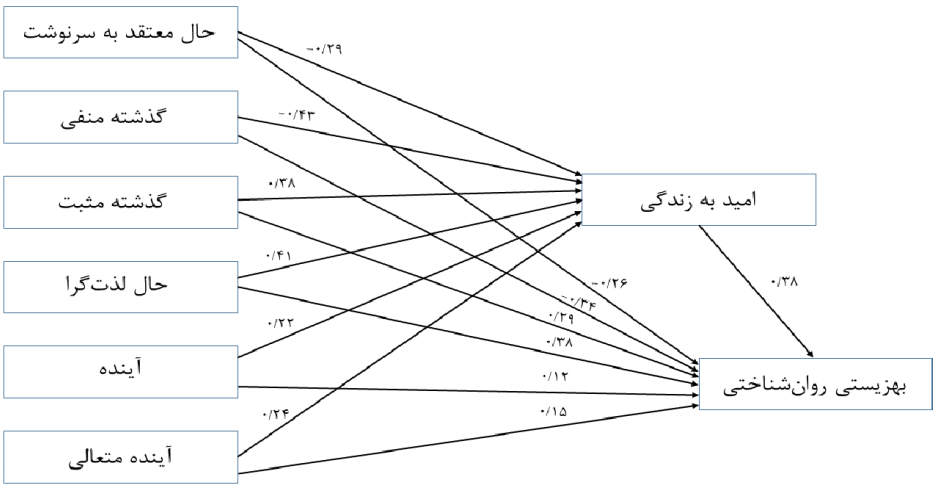
دارند. شـاخص‌هـای نیکویی برازش (GFI) و نیکـویی برازش اصلاح شده (AGFI) که دامنه قابل قبول آن‌هـا مقادیر نزدیک و یا بیش‌تر از ۰/۹۰ برای GFI و مقادیر نزدیک و یا بیش‌تر از ۰/۸۰ برای AGFI می‌باشد [۱۳]. در مدل مذکور مقدار GFI، ۰/۹۴ و مقدار AGFI، ۰/۹۱ به دست آمده که نزدیـک بـه دامنه قابل قبول بوده و مدل تدوین شده را مورد حمایت قرار می‌دهند. جدول ۲، شاخص‌های برازندگی مدل پژوهش را نشان می‌دهد.

جدول ۲- شاخص‌های برازندگی مدل پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی دانش‌جویان دانشگاه محقق اردبیلی در سال ۱۳۹۷ بر اساس ابعاد چشم انداز زمان با نقش میانجی امید به زندگی (n =۳۸۴)

شاخص‌های برازش مدل	IFI	CMIN/DF	TLI	GFI	AGFI	PNFI	CFI	RMSEA
بازه قابل قبول	>۰/۹۰	۱ تا ۵	>۰/۹۰	>۰/۹۰	>۰/۸۰	>۰/۵۰	>۰/۹۰	<۰/۰۸
مقادیر شاخص‌ها	۰/۹۳	۲/۴۷	۰/۹۲	۰/۹۴	۰/۹۱	۰/۶۸	۰/۹۳	۰/۰۷
وضعیت برازش	برازش	برازش	برازش	برازش	برازش	برازش	برازش	برازش

Normed chi-square index= CMIN/DF Adjusted goodness-of-fix index= AGFI Parsimonious normed fit index= PNFI Goodness-of-fit index= GFI
Incremental fit index= IFI Tucker-Lewis index= TLI Comparative fit index= CFI Root mean squared error of approximation= RMSEA

نمودار ۲، بارهای استاندار شده مدل پژوهش را نشان می‌دهد. در این مطالعه تمام روابط ابعاد چشم انداز زمان و امید به زندگی با بهزیستی روان‌شناختی دانش‌جویان معنی‌دار می‌باشد (P<۰/۰۵).



نمودار ۲- بارهای استاندار شده مدل پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی دانش‌جویان دانشگاه محقق اردبیلی در سال ۱۳۹۷ بر اساس ابعاد چشم انداز زمان با نقش میانجی امید به زندگی (n =۳۸۴)

جدول ۳- ضرایب رگرسیونی و سطوح معنی‌داری مدل پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی دانش‌جویان دانشگاه محقق اردبیلی در سال ۱۳۹۷ بر اساس ابعاد چشم انداز زمان با نقش میانجی امید به زندگی (n =۳۸۴)

رابطه	ضریب تأثیر	مقدار P	تأثیرگذاری
امید به زندگی ← بهزیستی روان‌شناختی	۰/۳۸	۰/۰۰۱	مستقیم
گذشته منفی ← بهزیستی روان‌شناختی	-۰/۳۴	۰/۰۰۳	مستقیم
گذشته مثبت ← بهزیستی روان‌شناختی	۰/۲۹	۰/۰۰۵	مستقیم
آینده ← بهزیستی روان‌شناختی	۰/۱۲	۰/۰۰۲	مستقیم
حال لذت‌گرا ← بهزیستی روان‌شناختی	۰/۳۸	۰/۰۰۰	مستقیم
حال معتقد به سرنوشت ← بهزیستی روان‌شناختی	-۰/۲۶	۰/۰۰۳	مستقیم
آینده متعالی ← بهزیستی روان‌شناختی	۰/۱۵	۰/۰۰۶	مستقیم
گذشته منفی ← امید به زندگی ← بهزیستی روان‌شناختی	-۰/۴۳	۰/۰۰۲	غیر مستقیم
گذشته مثبت ← امید به زندگی ← بهزیستی روان‌شناختی	۰/۳۸	۰/۰۰۴	غیر مستقیم
آینده ← امید به زندگی ← بهزیستی روان‌شناختی	۰/۲۲	۰/۰۱۲	غیر مستقیم
حال لذت‌گرا ← امید به زندگی ← بهزیستی روان‌شناختی	۰/۴۱	۰/۰۰۳	غیر مستقیم
حال معتقد به سرنوشت ← امید به زندگی ← بهزیستی روان‌شناختی	-۰/۲۹	۰/۰۰۱	غیر مستقیم
آینده متعالی ← امید به زندگی ← بهزیستی روان‌شناختی	۰/۲۴	۰/۰۴۲	غیر مستقیم

آزمون تحلیل مسیر، P<۰/۰۵ به عنوان سطح معنی‌دار

جدول ۳، ضرایب رگرسیونی و سطوح معنی‌داری مدل پژوهش را نشان می‌دهد. ضرایب استاندارد مسیرها در جدول ۳، حاکی از آن است که چشم انداز زمان گذشته منفی (p=۰/۰۰۲، β= -۰/۴۳)، گذشته مثبت (p=۰/۰۰۴، ۰/۳۸ =β)، آینده (p=۰/۰۱۲، β= ۰/۲۲)، حال لذت‌گرا (p=۰/۰۰۳، β= ۰/۴۱)، حال معتقد به سرنوشت (p=۰/۰۰۱، β= -۰/۲۹) و آینده متعالی (p=۰/۰۴۲، β= ۰/۲۴) از طریق امید به زندگی تأثیر غیر مستقیم بر بهزیستی روان‌شناختی دارند.

برای تعیین معنی‌داری روابط میانجی از Bootstrap استفاده شد. Preacher و Hayes با روش Bootstrap و فاصله اطمینان حاصل از آن، نقش میانجی را به صورت مستقیم ارزیابی می‌کنند. در آزمون‌های دیگر، مشکل مربوط به توزیع غیر نرمال اثر غیر مستقیم نمونه وجود دارد. چون این روش بازنمود تجربی توزیع اثر غیر مستقیم نمونه را فراهم می‌آورد، دیگر پژوهش‌گر با چنین مشکلی روبرو نیست و به علاوه روش Bootstrap توان آماری بیش‌تری دارد [۲۱]. در روش Bootstrap برای سنجش اثر غیر مستقیم متغیر مستقل، از طریق متغیر میانجی بر متغیر وابسته، حداقل هزار مرتبه از نمونه، به طور تصادفی (با جای‌گذاری) نمونه‌گیری می‌شود و در هر نمونه‌گیری مجدد، اندازه اثر غیر مستقیم محاسبه می‌گردد. اندازه اثرهای غیر مستقیم از کوچک‌ترین به بزرگ‌ترین مقادیر مرتب

می‌شود. اگر در فاصله اطمینان مورد نظر، کران بالا و پایین اندازه اثر غیر مستقیم، صفر نباشد، فرضیه پژوهش‌گر مبنی بر اثر غیر مستقیم متغیر مستقل از طریق متغیر میانجی بر متغیر وابسته، تأیید می‌شود [۲۲]. بنابراین، در این پژوهش از Bootstrap استفاده شد و نتایج آن نشان داد که حد پایین (۰/۰۸۳-) و حد بالا (۰/۷۴۳) آزمون میانجی با فاصله اطمینان ۹۵ درصد و تعداد نمونه‌گیری مجدد ۲۰۰۰ بوده و صفر درون فاصله اطمینان قرار می‌گیرد و این رابطه میانجی معنی‌دار می‌باشد.

بحث

هدف پژوهش حاضر پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی دانش‌جویان بر اساس ابعاد چشم انداز زمان از طریق متغیر میانجی امید به زندگی بود. نتایج این پژوهش نشان داد که ابعاد چشم انداز زمان گذشته منفی و حال معتقد به سرنوشت با امید به زندگی ارتباط منفی و معنی‌دار و ابعاد گذشته مثبت، حال لذت‌گرا، آینده و آینده متعالی، با امید به زندگی ارتباط مثبت و معنی‌داری دارد. این امر همسو با پژوهش‌هایی است که به بررسی ارتباط ابعاد چشم انداز زمان و امیدواری پرداخته‌اند [۲۴-۲۳، ۱۱-۱۰]. در پژوهش Mohammadi و همکاران نیز از میان ابعاد چشم انداز زمان، بُعد حال لذت‌گرا و آینده به صورت مثبت و بُعد گذشته منفی و حال معتقد به سرنوشت به صورت منفی امیدواری را پیش‌بینی کردند [۱۱].

نتایج پژوهش Latifi نیز نشان داد امیدواری با ابعاد چشم انداز زمان گذشته منفی و حال معتقد به سرنوشت رابطه منفی و با بُعد آینده رابطه مثبتی دارد [۲۳]. Milfont و همکاران نیز گزارش کردند که بُعد حال معتقد به سرنوشت با ناامیدی هم‌بستگی مثبت دارد [۲۵]. در واقع حالت مطلوب چشم انداز زمان فرد، شامل بالا بودن نمره‌های ابعاد گذشته مثبت، حال لذت‌گرا و آینده به صورت هم‌زمان و نیز پایین بودن نمره‌های ابعاد حال معتقد به سرنوشت و گذشته منفی است و این چشم انداز زمان مطلوب و متعادل، مهم‌ترین عامل سلامت روان‌شناختی و عملکرد اجتماعی موفق است [۲۶].

هم‌چنین نتایج پژوهش در خصوص ارتباط بهزیستی روان‌شناختی و امید به زندگی با یافته‌های [۳۱-۲۷] و در خصوص ارتباط ابعاد چشم انداز زمان و بهزیستی روان‌شناختی با یافته‌های [۳۵-۳۲، ۷-۶] هم‌خوان است. پژوهشی که Boniwell و همکارانش انجام دادند نشان داد که در دانش‌جویان روسی و انگلیسی بین ابعاد چشم انداز زمان گذشته مثبت، گذشته منفی و حال معتقد به سرتوشت با بهزیستی روان‌شناختی و معیارهای سلامتی ارتباط معنی‌داری وجود دارد [۳۲].

بخشی از نتایج این پژوهش با نتایج پژوهش Sailer و همکاران که عنوان کردند رابطه معنی‌داری بین چشم انداز زمان آینده و بهزیستی روان‌شناختی وجود ندارد ناهمسو است، دلیل این ناهمسویی می‌تواند تفاوت‌های فرهنگی باشد [۳۵]. Desmyter و همکارش نیز ابعاد چشم انداز زمان را در بهبود کیفیت زندگی و بهزیستی روان‌شناختی افراد مؤثر دانستند [۳۴].

در تبیین این نتایج می‌توان بیان کرد که کسی که نمره‌های بالا و متعادل در هر دو بُعد آینده و حال لذت‌گرا دارد، برای آینده برنامه‌ریزی می‌کند، اما در آینده زندگی نمی‌کند، در واقع می‌تواند در عین حال که به عواقب رفتارهای خود می‌اندیشد و سنجیده عمل می‌کند، در لحظه حال نیز حضور داشته باشد و با بهره‌مندی از لذت‌های سالم و بی‌خطر، شرایطی پر از شور و انرژی برای خود فراهم کند. آینده‌نگری، زندگی در حال، سنجیده عمل کردن و بررسی کردن همه جانبه موقعیت‌ها باعث دیدن ابعاد مختلف یک مسأله می‌شود و راه غلبه بر مشکل‌ها و چالش‌های پیش روی فرد را باز می‌کند و فردی که پرشور و انرژی است با انگیزه، راه رسیدن به خواسته‌هایش را طی می‌کند که این‌ها همان دو بُعد راهیابی و اراده هستند که متغیر امیدواری را می‌سنجند [۳۶].

گذشته منفی به معنی دیدگاه آزارنده و منفی نسبت به گذشته و احساس پشیمانی است. در این حالت فرد گذشته را سرشار از اشتباه‌های فردی، فقدان‌ها، اتفاق‌های بد و رفتارهای بد دیگران می‌بیند و هم نسبت به خود و هم دیگران نگاهی منفی دارد که این موجب ترس، نا امیدی، کاهش عزت نفس و استرس و اضطراب در فرد می‌شود و بهزیستی روان‌شناختی فرد را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد [۳۷]. نتایج پژوهش‌های Bruehlman-Senecal و همکاران، Garcia و همکاران نیز نشان دهنده ارتباط چشم انداز زمان گذشته منفی با افسردگی و اضطراب و چشم انداز زمان گذشته مثبت با شادی و رضایت از زندگی می‌باشد [۳۹-۳۸].

از طرفی نیز حال معتقد به سرنوشت نشان دهنده دیدگاه درمانده و ناامید نسبت به زندگی حال و آینده است. فردی که نمره بالا در این بُعد دارد احساس می‌کند قدرت اختیار و انتخاب چندانی در زندگی ندارد و اتفاق‌های خوب و بد زندگی و سرنوشت خود را از پیش تعیین شده می‌داند غالباً احساس درماندگی دارد و گمان می‌کند کاری از دستش برنمی‌آید؛ اعتقادی به این ندارد که برای حل مشکلات و رقم زدن سرنوشت خویش کوشش کند و مسئولیت‌پذیر باشد. هم‌چنین نسبت به برخورداری از نتیجه کار و تلاش مأیوس است و با توجه به تعریف امیدواری که تلاش برای یافتن راه‌های گوناگون و نیز انگیزه و انرژی برای پیمودن آن راه‌ها است، چنین فردی میزان امیدواری‌اش کاهش می‌یابد [۳۶].

به عقیده Staats امید، دو مؤلفه شناختی (انتظار روی دادن وقایعی در آینده) و عاطفی (برای مثال امید به این که این رویدادها رویدادهایی مثبت و دارای پیامدهای مطلوبی باشند) دارد که مؤلفه عاطفی آن می‌تواند پیش‌بینی کننده وقوع رویدادهای مثبت در آینده و در نتیجه افزایش سلامت روانی باشد. داشتن تفکر امیدوارانه، سبب بهزیستی روانی در افراد می‌شود به عبارت دیگر، بین این دو یک رابطه تعاملی به وجود می‌آید که افزایش امید، باعث بهزیستی روانی بیش‌تر در زندگی می‌شود [۴۰].

امید نقش مهمی در دوران جوانی دارد، زیرا این دوره فرد با فرصت‌های فراوانی برای انتخاب روبرو است که گاهی

اوقات پیچیده و گیج‌کننده به نظر می‌رسند. نتایج پژوهش Thakre نیز نشان می‌دهد که افرادی که امیدوار هستند، در عین حال که از زندگی خود رضایت دارند، می‌توانند چالش‌ها را بپذیرند و قادرند بهتر برای آینده آماده شوند [۴۱].

Story و همکاران در پژوهش خود بیان می‌کنند که امید نه تنها باعث ایجاد تغییرات مثبت در جسم انسان می‌شود، بلکه به کاهش فشارهای روانی، پریشانی و اضطراب فرد نیز می‌انجامد [۴۲]. از سوی دیگر افراد امیدوار به جای تمرکز بر رویدادهای ناگوار، از آن‌ها درس می‌گیرند و در پیگیری اهداف آینده از آن استفاده می‌کنند [۴۳]. Soenens و Duriez در پژوهش خود عنوان می‌کنند که افرادی با امیدواری بالاتر، عزت نفس بیش‌تری را نیز تجربه می‌کنند [۴۴].

هم‌چنین Dezutter و همکاران امیدواری بالا را با تعهد بیش‌تر نسبت به انجام فعالیت‌هایی که به بهداشت و سلامتی بیشتر منجر می‌شوند مرتبط می‌دانند [۴۵]. King و همکاران نیز در پژوهش خود امیدواری بالاتر را با شادی و رضایت از زندگی بیشتر در افراد مرتبط می‌دانند [۴۶]. در واقع برخوردار بودن از یک تفکر امیدوارانه و داشتن منابع کافی برای تفکر هدف‌مدار و آشنایی با مسیرهای لازم برای رسیدن به اهداف، سبب بهزیستی روانی در افراد می‌شود [۲۸].

محدودیت‌های پژوهش حاضر عبارت بودند از استفاده از ابزارهای خودگزارش‌دهی که امکان سوءِگیری در آن وجود دارد. اجرا بر روی نمونه دانش‌جویی که نیازمند تکرار در نمونه‌های مختلف جامعه است و این خود محدودیت‌هایی را در تعمیم‌پذیری نتایج به همراه دارد که باید مد نظر قرار گیرد. به دلیل آزمایشی نبودن طرح پژوهشی، استنباط رابطه علی با احتیاط صورت گیرد. از سوی دیگر اثرپذیری روش‌های رگرسیون از تغییر در نمونه‌ها و از نمونه‌ای به نمونه دیگر، احتیاط در تعمیم نتایج را ضروری می‌سازد، یعنی نتایج را به آسانی نمی‌توان به تمام افراد مشابه تعمیم داد.

با تکیه بر نتایج این تحقیق می‌توان برنامه‌های پیش‌گیرانه مبتنی بر ابعاد چشم انداز زمان، امید به زندگی در گروه‌های دانش‌جویی فراهم آورد و راهکارهای افزایش بهزیستی روان‌شناختی را به دانش‌جویان آموزش داد.

پیشنهاد می‌گردد با استفاده از مطالعات طولی و در نمونه‌های بزرگ‌تر (در گروه‌های مختلف) به بررسی رابطه این متغیرها پرداخته شود تا اطلاعات جامع‌تری درباره آن‌ها به دست آورد. پیشنهاد می‌شود که برای ارتقاءِ هرچه بیش‌تر بهزیستی روان‌شناختی دانش‌جویان، به برگزاری کلاس‌ها و همایش‌های مربوط به اهمیت زمان و امید به زندگی پرداخته شود و چشم انداز زمان گذشته مثبت و آینده نیز تقویت گردد.

نتیجه‌گیری

در یک نتیجه‌گیری کلی می‌توان بیان کرد که ابعاد چشم انداز زمان از طریق امید به زندگی با بهزیستی روان‌شناختی دانش‌جویان ارتباط مثبت و معنی‌داری دارند. بنابراین شاید بتوان با آموزش‌های مستمر چشم انداز زمان مطلوب و تلاش

در جهت ترغیب دانش‌جویان به امید به زندگی که نقش مؤثری در سلامت افراد دارد، بهزیستی روان‌شناختی را در آنان بهبود بخشید.

تشکر و قدردانی

از تمامی مسئولان دانشگاه که در اخذ مجوز جهت اجرای پژوهش و جمع‌آوری داده‌ها ما را یاری نموده‌اند و از تمامی دانش‌جویانی که به عنوان شرکت‌کننده در این پژوهش در انجام آن همکاری داشته‌اند، تشکر و قدردانی می‌گردد.

Refernces

[1] Monajem A, Sadat Ebrahimi, M. The Relationship between Meta-cognitive Beliefs and Mindfulness and Acceptance and Practice with General Health of Students. *Journal of Police Medicine* 2017; 6 (1): 24-31. [Farsi]

[2] Ryff CD. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Pers Soc Psychol* 2002; 57 (6): 1069-81.

[3] Friborg O, Barlaug D, Martinussen M, Rosenvinge JH, Hjemdal O. Resilience in relation to personality and intelligence. *Int J Methods Psychiatri Res* 2005; 14 (1): 29-42.

[4] Hassangholipour J, Roshan R, Heidari Nasab L. «Investigating Relationship between Last Positive and Negative Past Perspective with Psychological Well-being in Tehran University Students», The 4th International Conference on Recent Innovations in Psychology, Counseling and Behavioral Sciences, Tehran, Nikan University; 2017. [Farsi]

[5] McKay M T, Worrell F C, Temple E C, Perry J L, Cole J C, Mello Z R. Less is not always more: The case of the 36-item short form of the Zimbardo Time Perspective Inventory. *Personality and Individual Differences 2015*; *72*: 68-71.

[6] Sobol-Kwapinska M. Calm down — It's only neuroticism. Time perspectives as moderators and mediators of the relationship between neuroticism and well-being. *Personality and Individual Differences* 2016; 94: 64-71.

[7] Hassangholipour Yasori H A. Study of Simple and Multiple Relationships in the Perspective of Time and Psychological Well-being in

undergraduate students of Tehran University. [Dissertation]. Tehran; Faculty of Psychology and Educational Sciences: Shahed University; 2017. [Farsi]

[8] Snyder C R. Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry* 2002; 13(4): 249-75.

[9] Staudacher Diana: Die ersehnte Hoffnung. Das Grundbedurfnis der Hoffnung in der palliative care. In: NOVAcura, 2017: 21-3.

[10] Davis W E, Hicks J A. Maintaining hope at the 11th hour: Authenticity buffers the effect of limited time perspective on hope. *Personality and Social Psychology Bulletin* 2013; 39(12): 1634-46.

[11] Mohammadi M, Danesh E, Taghiloo S. Predicting hope based on religious orientation and time perspective. *Journal of Applied Psychology* 2016; 10 (38): 157-4. [Farsi]

[12] Forster M, Grigsby T J, Bunyan A, Unger J B, Valente T W. The protective role of school friendship ties for substance use and aggressive behaviors among middle school students. *Journal of School Health* 2015; 85(2): 82-9.

[13] Homan H A. Structural Equation Modeling Using LaserL Software. *Samt* 2014; 6: 90-105. [Farsi]

[14] Zimbardo P G, Boyd J N. Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology* 2015; 77(6): 1271-88.

[15] Golestaneh S M, Afshin S A, Dehghani Y. The Relationship between the Time Perspective and Achievement Goal, the Academic Procrastination and Academic Achievement of Students in Various Colleges of the University of the Gulf. *Social Cognition* 2016; 5 (10): 50-69. [Farsi]

[16] Kohsarian P. Effectiveness of hope therapy on depression in women with diabetes in Semnan Diabetes Research Center. [Dissertation]. Tehran; Faculty of Psychology and Educational Sciences: Allameh Tabatabai University; 2008. [Farsi]

[17] Kermani Z, Khoda Panahi M, Heydari M. Psychometric characteristics of Schneider hope. *Journal of Applied Psychology* 2011; 5(3): 7-23. [Farsi]

[18] Ryff C.D. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology* 1989; 57(6): 1069-81

[19] Ryff C D, Singer B. Psychological well-being: Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics 1996*; *65*(1): 14-23.

[20] Kanani K, hadi S, Soleimani M, Arman Panah A. Examining the effect of hope therapy on the improvement of life quality, hope and psychological well-being in mothers of mentally retarded children. *Journal of Pediatric Nursing* 2015; 1 (3): 34-47. [Farsi]

[21] Preacher K J, Hayes A F. SPSS and SAS procedures for estimating indirect effectsin simple mediation models. *Behavior Research Methods* 2004; 36: 717-31.

[22] Rezaei Badafshani F, Nouri A, Oreyzi H M. Workplace Incivility and Turnover Intention: The Mediating Role of Organizational Justice. *Knowledge & Research in Applied Psychology* 2017; 12(46): 40-50. [Farsi]

[23] Latifi H. Mediator role of hope in the relationship between time perspective and psychological distress in students. [Dissertation]. Boroujerd; Department of Clinical Psychology, Faculty of Psychology: Islamic Azad University Boroujerd Branch; 2014. [Farsi]

[24] Adeli Tirabadi Z. The role of mediator of problem-solving skills in the relationship between the perspective of time and the expectations of adolescents. [Dissertation]. Karaj; Faculty of Psychology and Educational Sciences: Islamic Azad University Karaj Branch; 2016. [Farsi]

[25] Milfont T L, Andrade P R, Belo R. P, Pessoa V S. Testing zimbardo time perspective inventory in a Brazilian sample. *Inter-American Journal of Psychology* 2008; 42(1): 49-58.

[26] Benthuysen R V. Time Perspective: a new construct for motivation in second language learning. *Journal of Bunkyo Gakuin University* 2008; 8(1): 49-55.

[27] Keshavarz, S. Relationship between lifestyle and life expectancy with psychological well-being of elderly people in Darab city. [Dissertation]. Marvdasht; Faculty of Psychology and Educational Sciences: Azad University of Marvdasht Branch; 2012. [Farsi]

[28] Bahadori Khosroshahi j, Hashemi Nosrat Abadi T. Relation of hope and resilience with students psychological well-being. *Thought & Behavior*

in Clinical Psychology 2012; 6 (22): 41-50. [Farsi]

[29] George L K. Still happy after all these years: Research frontiers on subjective well-being in later life. Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences 2009; 65(3): 331-39.

[30] Afkari Shahrastani Z, Alizadeh A. «The relationship between life expectancy, positive attitude to death and psychological well-being among women and men over 30 in Tehran», the second national conference on sustainable development in education and psychology, social and cultural studies, Tehran, Islamic Studies and Research Center, Soroush Hekmat Mortazavi, Mehrdad Ararat Higher Education Institution, Center for Sustainable Development. 2015. [Farsi]

[31] Tarshizi, S. Investigating the relationship between positive thinking, hope and spiritual intelligence with psychological well-being in primary school teachers in Shahrood. [Dissertation]. Shahrood; Faculty of Humanitie: Islamic Azad University of Shahrood Branch; 2018. [Farsi]

[32] Boniwell I, Osin E, Alex Linley P, Ivanchenko G V. A question of balance: Time perspective and well-being in British and Russian samples. *The Journal of Positive Psychology* 2010; 5(1): 24-40.

[33] Mohammadnia M. The model is a dimension of the perspective of time and marital satisfaction with regard to the mediating effects of psychological well-being, happiness and passing. [Dissertation]. Tehran; Faculty of Humanitie: South Tehran Center; 2015. [Farsi]

[34] Desmyter F, De Raedt R. The relationship between time perspective and subjective well-being of older adults. *Psychologica Belgica* 2012; 52(1): 19-38.

[35] Sailer U, Rosenberg P, Nima A A, Gamble A, Gärling T, Archer T, et al. A happier and less sinister past, a more hedonistic and less fatalistic present and a more structured future: time perspective and well-being. *Peer J* 2014; 2: e303.

[36] Crockett R A, Weinman J, Hankins M, Marteau T. Time orientation and health-related behaviour: Measurement in general population samples. *Psychology and Health* 2009; 24(3): 333-50.

[37] Oyanadel C, Buela-Casal G. Time perception and psychopathology: influence of time perspective on quality of life of severe mental illness. *Actas Españolas De Psiquiatría* 2014; 42(3): 99-107.

[38] Bruehlman-Senecal E, Ayduk O. This too shall pass: temporal distance and the regulation of emotional distress. *Journal of Personality and Social Psychology* 2015; 108(2): 356–75.

[39] Garcia D, Drugge A, Blixt Samuelsson H, Storm U, Archer T, Cloninger K M. The need of holistic interventions in schools: the promotion of healthy and sustainable personality development among children. *Clinical and Experimental Psychology* 2016; 2: 129.

[40] Staats S. Hope: Expected positive affect in an adult sample. *The Journal of genetic psychology* 1987; 148(3): 357-364.

[41] Thakre N. Satisfaction with life and hope in youth. *Indian Journal of Positive Psychology* 2013; 4(2): 347–49.

[42] Story S P, Youssef C M, Luthans F, Barbuto J E, Bovaird J. The contagion effect of global leader's positive psychological capital on follower. *International Journal of Human Resource Management* 2013; 24 (13): 2534-53.

[43] Kavradim S T, Ozer Z C, Bozcuk H. Hope in people with cancer: a multivariate analysis from Turkey. *Journal of Advanced Nursing* 2013; 69 (5): 1183-96.

[44] Dezutter J, Casalin S, Wachholtz A, Luyckx K, Hekking J, Vandewiele W. Meaning life: An important factor for the psychological well-being of chronically ill patients? *Journal of Rehabilitation Psychology* 2013; 58 (4): 334-41.

[45] Soenens B, Duriez B. Does conservatism have a self-esteem enhancing function? An examination of associations with contingent selfworth and ill-being in late adults. *Journal of Personality and Individual Differences* 2012; 52 (6): 728-32.

[46] King L A, Hicks J A, Krull J, Del Gaiso A K. Positive affect and the experience of meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology* 2006; 90 (1): 179– 96.

The Prediction of Psychological Well-Being Among Students of Mohaghegh Ardebili University in 2018 Based on the Perspective of Time Dimensions (The Mediator Role of Life Expectancy): A Descriptive Study

S. Rahimi[1], **N. Hajloo**[2], **S. Basharpoor**[3]

Received: 05/11/2018 Sent for Revision: 28/11/2018 Received Revised Manuscript: 04/03/2019 Accepted: 11/03/2019

Background and Objectives: Psychological well-being is considered as one of the important factors in the development of personal and social development in research literature, which is influenced by various factors such as the time perspective and life expectancy. This study aimed to predict the psychological well-being of students based on the time perspective dimensions through the mediator role of life expectancy.

Materials and Methods: In this descriptive study, the statistical population included all students of Mohaghegh Ardebili University in 2018. The sample consisted of 384 students selected through multi-stage cluster random sampling. Data was collected using Ryff's Psychological Well-Being Scales, the Zimbardo's Time Perspective, and the Snyder's Hope. Data were analyzed using Pearson's correlation.

Results: The results indicated that the model was suitable for fitting the model and the coefficients of the indirect path between the dimensions of the negative past time perspective ($p=0.002$, $\beta=-0.43$), positive past ($p=0.004$, $\beta=0.38$), future ($p=0.012$, $\beta=0.22$), present hedonistic ($p=0.003$, $\beta=0.41$), present-fatalist ($p=0.001$, $\beta=-0.29$), and transcendental-future ($p=0.042$, $\beta=0.24$) and psychological well-being were significant. The results showed the mediating role of life expectancy in the relationship between the time perspective dimensions and the psychological well-being of students.

Conclusion: The results indicated that the dimensions of the time perspective are both directly and with life expectancy mediation related to psychological well-being. It seems that to improve the psychological well-being of students, strengthening the time perspective and life expectancy can be important.

Key words: Time perspective dimensions, Life expectancy, Psychological well-being, Students, Ardabil

Funding: This study did not have any funds.

Conflict of interest: None declared.

Ethical approval: The Ethics Committee of Ardabili University of Medical Sciences approved the study (IR. ARUMS.REC.1397.187).

How to cite this article: Rahimi S, Hajloo N, Basharpoor S. The Prediction of Psychological Well-Being Among Students of Mohaghegh Ardebili University in 2018 Based on the Perspective of Time Dimensions (The Mediator Role of Life Expectancy): A Descriptive Study. *J Rafsanjan Univ Med Sci* 2019; 18 (7): 657-74. [Farsi]

1- *MSc in General Psychology, Dept. of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran, ORCID: 0000-0002-8976-9312*

2- *Prof., Dept. of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran, ORCID: 0000-0002-2935-7455*

(*Corresponding Author*) *Tel: (045) 31501111, Fax: (045) 33520457, E.mail: Hajloo53@gmail.com*

3- *Associate Prof., Dept. of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, University of Mohaghegh Ardabili, Ardabil, Iran, ORCID: 0000-0002-2920-2605*