

## نقش سرمایه های روانشناختی در پیش بینی احساس انسجام روانی دختران نوجوان بی سرپرست و بد سرپرست

آرزو نمازی<sup>۱</sup>، محمد جواد اصغری ابراهیم آباد<sup>۲\*</sup>، سید علی کیمیایی<sup>۳</sup>

1- دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره ی خانواده دانشگاه فردوسی مشهد [Email: arezoonamazi5@gmail.com](mailto:arezoonamazi5@gmail.com)

2- استادیار گروه روانشناسی دانشگاه فردوسی مشهد [Email: mjasghari@um.ac.ir](mailto:mjasghari@um.ac.ir)

3- دانشیار گروه علوم تربیتی دانشگاه فردوسی مشهد [Email: kimiaee@um.ac.ir](mailto:kimiaee@um.ac.ir)

### خلاصه

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش سرمایه های روانشناختی در پیش بینی احساس انسجام روانی دختران نوجوان بی سرپرست و بد سرپرست صورت گرفت. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه ی مطالعه ی حاضر شامل کلیه ی دختران نوجوان بی سرپرست و بد سرپرستی است که در زمان پژوهش در مراکز شبانه روزی تحت نظارت بهزیستی مشهد نگهداری می شدند که از میان آن ها 75 نفر از طریق نمونه گیری داوطلبانه انتخاب شدند. ابزار مورد استفاده شامل پرسشنامه ی سرمایه های روانشناختی و مقیاس تجدید نظر شده ی احساس انسجام فلنسبرگ بود. داده ها با بهره گیری از روش همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه و با استفاده از نرم افزار SPSS21 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتایج به دست آمده نشان داد که بین سرمایه های روانشناختی با احساس انسجام روانی رابطه ی مستقیم و معناداری وجود دارد، علاوه بر این تحلیل رگرسیون نشان داد که سرمایه های روانشناختی قادر به پیش بینی احساس انسجام است. بنا بر این می توان گفت که سرمایه های روانشناختی عاملی موثر در احساس انسجام روانی است.

**کلمات کلیدی:** سرمایه های روانشناختی، احساس انسجام روانی، دختران نوجوان بی سرپرست و بد سرپرست

### 1. مقدمه

خانواده را می توان کانون اصلی رشد و تعالی انسان دانست. اولین تجربه های تربیتی از خانواده بر انسان تأثیر می گذارد و به مرور، همان تجربه ها و آموزه ها چارچوب شخصیتی هریک از افراد جامعه را شکل می دهد. با این حال مشکلات و دشواریهای عدیده ای بنیان خانواده ها را تهدید می کند و خانواده ها همواره در معرض آسیب های جدی و دشواریهای

\* نویسنده ی مسئول: استادیار گروه روانشناسی، دانشکده ی علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد، ایران

[Email: mjasghari@um.ac.ir](mailto:mjasghari@um.ac.ir)

سخت زندگی قرار می گیرند [1] که ماحصل سست شدن بنیان خانواده ها و از هم پاشیده شدن آن به وجود آمدن کودکان و نوجوانان بی سرپرست و بد سرپرست خواهد بود.

به طور کلی بر اساس ملاک یونیسف کودکان بی سرپرست، افراد زیر 18 سالی هستند که از حمایت های والدین و مزایای زندگی در خانواده محروم شده اند. این شرایط علاوه بر کودکان بی سرپرست شامل تمام کودکان بد سرپرست نیز می شود که یک یا هر دو والدین آنها دچار بیماری ها و یا مشکلاتی هستند که سبب می شود صلاحیت و کفایت لازم برای انجام وظایف والدینی را به صورت موقت یا دائمی از دست داده باشند [2]. ماسیسی<sup>1</sup> و همکاران [3] معتقدند که دانش آموزان بی سرپرست نسبت به جمعیت عادی دارای اختلالات عاطفی و رفتاری بیشتری برخوردار هستند. همچنین ماکام<sup>2</sup> و همکاران [4] بیان داشته اند که دختران بی سرپرست بیشتر از پسران دچار مشکلات روان شناختی می باشند. حال به نظر می رسد یکی از مشکلاتی که این نوجوانان با آن روبه رو هستند عدم احساس انسجام روانی است.

احساس انسجام روانی یک سازه شخصیتی است که اریکسون<sup>3</sup> و لیندستروم<sup>4</sup> به نقل از حسینی [5] آن را به عنوان توانایی فرد برای پاسخ به موقعیت های استرس زا، معرفی می کند. این سازه به نظر آنتونوسکی<sup>5</sup> [6] شامل سه مولفه درک پذیری، توانایی مدیریت و معناداری می باشد. درک پذیری به توانایی فرد در فهم اینکه موقعیتی که در آن قرار گرفته قابل درک و یا قابل پیش بینی است اشاره دارد. مولفه توانایی مدیریت، به درک فرد از توانایی هایش برای مقابله با موقعیت های دشوار و استرس آمیز اشاره دارد و در نهایت، احساس معناداری توانایی یافتن معنا در زندگی روزمره و مشکلات پیش رو است. اشخاصی که به این سه توانایی مجهز باشند قابلیت سالم ماندن به هنگام مواجهه با مشکلات و بحران ها را دارند.

پژوهش ها نشانگر ارتباط بالای احساس انسجام با عزت نفس [7]؛ عاطفه ی مثبت و خوش بینی [8]؛ پیشرفت تحصیلی دانش آموزان [9]؛ یافتن راهبردهای مناسب برای مقابله با استرس [6] است. همچنین اریکسون و لیندستروم [10] معتقدند احساس انسجام و خود کار آمدی به عنوان متغیر های مجزا، سازه های نگرشی مشابهی دارند و با سلامت کلی در ارتباط هستند.

یکی از مسائلی که می تواند در احساس انسجام روانی تاثیرگذار باشد موضوع سرمایه های روانشناختی است. به نظر لوتانز<sup>6</sup>، یوسف<sup>7</sup>، اوولیو<sup>8</sup> به نقل از نورالدین وند، ییلاق، پاشا شریفی [11] سرمایه های روان شناختی، یک حالت روانشناختی مثبت و رویکرد واقع گرا و انعطاف پذیر نسبت به زندگی است که از چهار سازه امید (داشتن پشتکار در دنبال کردن اهداف و پیگیری راههای لازم برای رسیدن به موفقیت)، خوش بینی (ایجاد اسنادهای مثبت در مورد موفقیت در حال و آینده)، تاب آوری (تحمل مشکلات و بازگشت به سطح نرمال در عملکرد و ارتقا آن برای رسیدن به موفقیت) و خودکارآمدی (باور به توانایی ها برای دستیابی به موفقیت در انجام وظایف معین) تشکیل می شود و هر کدام از آنها به عنوان یک ظرفیت روانشناختی مثبت در نظر گرفته می شود و دارای مقیاس اندازه گیری معتبر است. رابینز<sup>9</sup> و همکاران [12] معتقدند برخورداری از سرمایه های روانشناختی افراد را قادر می سازد تا در موقعیت های استرس زا مقابله ی بهتری داشته باشد، تنش کمتری را تجربه کنند و در برابر مشکلات توان مند تر باشند.

<sup>1</sup> Musisi

<sup>2</sup> Makame

<sup>3</sup> Eriksson

<sup>4</sup> Lindström

<sup>5</sup> Antonovsky

<sup>6</sup> Luthans

<sup>7</sup> Youssef

<sup>8</sup> Avolio

<sup>9</sup> Robbins

پژوهش ها در این زمینه نشان دهنده ی ارتباط سرمایه های روانشناختی با کاهش تمایل به خشونت در بین دانش آموزان [13]، سازگاری با مدرسه [14] و شادکامی و بهزیستی [15] می باشد. همچنین تحقیقات بیانگر همبستگی معنادار امید با نشاط و شادی، مسئله گشایی [16]، کنار آمدن موثر با مشکلات [17] و رابطه ی معنادار بین خوش بینی با تاب آوری [18]، کاهش اضطراب و بهبود رضایت از زندگی [19] و راهبرد های مقابله ای مثبت [20] می باشد. به علاوه دیگر مطالعات نشان دادند بین تاب آوری با بهبود توانایی حل مشکلات [21] و مقابله ی موثر با رویدادهای ناخوشایند [22] همبستگی وجود دارد. و رابطه ی معناداری بین خودکارآمدی با تاب آوری در نوجوانان ناسازگار [23]، بیماران دیابتی [24]، خوش بینی [25] وجود دارد.

با توجه به اینکه در صد بالایی از جمعیت کشورمان را نوجوانان تشکیل می دهند و این قشر نیروی تاثیر گذار در هر جامعه ای هستند و سلامت روان آن ها، پیامد های اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی به همراه دارد و از طرفی به دلیل افزایش روزافزون طلاق، اعتیاد و سایر آسیب هایی که باعث از بین رفتن بنیان خانواده می شود و ماحصل آن کودکان و نوجوانان بی سرپرست و بد سرپرست خواهد بود، در این راستا پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش سرمایه های روانشناختی در پیش بینی احساس انسجام روانی دختران نوجوان بی سرپرست و بد سرپرست می باشد.

## 2. روش

روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه ی مطالعه ی حاضر شامل کلیه ی دختران نوجوان بی سرپرست و بد سرپرست 15 تا 18 ساله است که در زمان پژوهش در مراکز شبانه روزی تحت نظارت بهزیستی مشهد نگهداری می شدند که از میان آن ها 75 نفر از طریق نمونه گیری داوطلبانه انتخاب شدند و پرسشنامه ها در اختیار آنها قرار گرفت.

## 3. ابزار پژوهش

پرسشنامه سرمایه های روانشناختی: این پرسشنامه شامل 24 سوال است و 4 خرده مقیاس دارد که هر خرده مقیاس شامل 6 گویه است و آزمودنی به هر گونه در مقیاس 6 درجه ای لیکرت (کاملاً مخالفم نمره 1 و کاملاً موافقم نمره 6) پاسخ می دهد. ضمن اینکه سوالات 13، 20 و 23 به صورت معکوس نمره گذاری می شوند. برای بدست آوردن نمره سرمایه روانی ابتدا نمره هر خرده مقیاس به صورت جداگانه بدست آمد و سپس مجموع آن ها به عنوان نمره کل سرمایه روانشناختی محسوب شد. نتایج تحلیل عاملی تأییدی حاکی از این بود که این آزمون دارای عوامل و سازه های مورد نظر سازندگان آزمون است. در حقیقت نتایج تحلیل عاملی روایی سازه آزمون را تایید کردند. همچنین در پژوهشی میزان پایایی این پرسشنامه بر اساس آلفای کرونباخ 0/85 به دست آمد [26].

مقیاس تجدید نظر شده ی احساس انسجام روانی: این پرسشنامه یک آزمون 35 سوالی است که به صورت 3 یا 5 گزینه ای است و گزینه ها با مقیاس لیکرت نمره گذاری می شوند. به این صورت که اگر آزمودنی به هر یک از دو گزینه ی اول پاسخ دهد، 3 که بالاترین امتیاز است به وی داده می شود و چنان چه به هر یک از دو گزینه ی آخر پاسخ دهد، 1 که پایین ترین امتیاز است را دریافت خواهد کرد. حداقل و حداکثر نمره ای که آزمودنی از این مقیاس می گیرد به ترتیب 35

و 105 خواهد بود. نسخه ی 29 سوالی و 13 سوالی این پرسشنامه توسط آنتونووسکی ساخته شده بود و توسط فلنسبرگ و همکاران در سال 2005 تجدید نظر شده است. طبق گزارش فلنسبرگ (2006) آلفای کرونباخ را 0/87 و در پژوهشی دیگر 0/86 گزارش شده است [27].

#### 4. یافته ها

در ابتدا ویژگی های جمعیت شناختی شامل سن و تحصیلات افراد نمونه مورد بررسی قرار می گیرد. وضعیت سنی شرکت کنندگان در جدول شماره ی 1 نشان داده شده است.

##### جدول 1. وضعیت سنی افراد نمونه

سن	فراوانی	درصد فراوانی
15	29	38/7
16	20	26/7
17	18	24/0
18	8	10/7
کل	75	100/0

همان گونه که مشاهده می شود درصد فراوانی افراد نمونه در سنین 15،16،17،18 به ترتیب 38/7، 26/7، 24/0، 10/7 می باشد.

وضعیت تحصیلی افراد نمونه در جدول 2 نشان داده شده است.

##### جدول 2. وضعیت تحصیلی افراد نمونه

تحصیلات	درصد	درصد فراوانی
نهم	46	61/3
دهم	14	18/7
یازدهم	15	20/0
کل	75	100/0

همان گونه که مشاهده می شود درصد فراوانی وضعیت تحصیلی افراد نمونه در مقاطع نهم، دهم، یازدهم به ترتیب 61/3، 18/7، 20/0 می باشد.

شاخص های آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار در رابطه با نمره های احساس انسجام روانی و سرمایه های روانشناختی در جدول 3 نشان داده شده است.

جدول 3. میانگین و انحراف معیار متغیر های پژوهش

متغیر ها	تعداد	میانگین	انحراف معیار
احساس انسجام روانی	75	64/04	10/303
سرمایه های روانشناختی	75	92/99	12/387
خودکارآمدی	75	23/79	6/077
امیدواری	75	24/97	4/408
تاب آوری	75	12/28	2/109
خوش بینی	75	22/13	3/818

همان گونه که ملاحظه می شود نمرات دختران نوجوان بی سرپرست در متغیرهای احساس انسجام ، سرمایه های روانشناختی و خرده مقیاس های آن یعنی خودکارآمدی، امیدواری، تاب آوری و خوش بینی به ترتیب به ترتیب 64/04، 92/99، 23/79، 24/97، 12/28، 22/13 است.

به منظور محاسبه ی همبستگی بین متغیر احساس انسجام روانی با سرمایه های روانشناختی و خرده مقیاس های آن، برای دختران نوجوان بی سرپرست ضریب همبستگی پیرسون انجام شد که نتایج آن در جدول 4 ارائه شده است.

جدول 4. ماتریس همبستگی بین سرمایه های روانشناختی با احساس انسجام

متغیر	1	2	3	4	5	6
احساس انسجام روانی	1					
سرمایه های روان شناختی	0/621**	1				
خودکارآمدی	0/476**	0/844**	1			
امیدواری	0/665**	0/780**	0/728**	1		
تاب آوری	0/755**	0/341**	0/225	0/316**	1	

1	0/266*	0/137	0/255*	0/502**	0/369**	خوش بینی
**p<0/01		*p<0/05				

همان گونه که مشاهده می شود بین احساس انسجام روانی با سرمایه های روان شناختی و خرده مقیاس های آن همبستگی مثبت و معناداری مشاهده می شود.

به منظور بررسی معناداری ضریب همبستگی به دست آمده ، نتایج تحلیل رگرسیون در جدول 5 ارائه شده است.

#### جدول 5. نتایج رگرسیون چندگانه برای متغیر سرمایه های روان شناختی بر انسجام روانی

منبع تغییرات	مجموع مجذوات	df	میانگین مجذورات	F	معناداری
پیش بین	3031/457	1	3031/457	45/804	000
باقی مانده	4831/423	73	66/184		
کل	7662/880	74			

همان گونه که جدول نشان می دهد میزان F مشاهده شده معنادار است. ( $F = 45/804$  ,  $P < 0/001$ ). بنا بر این متغیر سرمایه های روانشناختی به طور کلی قادر به پیش بینی احساس انسجام روانی می باشد.

به منظور بررسی دقیق تر رابطه ی بین سرمایه های روانشناختی با احساس انسجام روانی و تعیین سهم این متغیر در پیش بینی متغیر ملاک از تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان استفاده شد که نتایج آن در جدول 6 آمده است.

#### جدول 6. ضرایب همبستگی

مدل	R	R2	R2 تنظیم شده	خطای استاندارد
1	۰/۶۲۱	۰/۳۸۶	۰/۳۷۷	۸/۱۳۵

بر اساس یافته های جدول 3 مقدار ضریب همبستگی بین متغیر های پیش بین و ملاک  $r = 0/621$  و میزان  $R^2 = 0/386$  به دست آمده است. یعنی 38 درصد از میزان احساس انسجام روانی از طریق سرمایه های روانشناختی قابل تبیین است.

جدول 7 اطلاعات رگرسیون چندگانه در مورد متغیر پیش بین که در مدل وارد شده است را ارائه می کند.

جدول 7. نتایج مربوط به ضرایب رگرسیون

معناداری	ضریب رگرسیون $\beta$	SEb	b	متغیر پیش بین
000	0/621	0/076	0/517	سرمایه های روانشناختی

متغیر ملاک: احساس انسجام روانی

نتایج نشانگر این است که متغیر سرمایه های روانشناختی با  $\beta = 0/621$  و  $p < 0/001$  پیش بینی کننده ی معناداری برای متغیر احساس انسجام روانی بوده است.

## 5. بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف تعیین نقش سرمایه های روانشناختی در پیش بینی احساس انسجام روانی دختران نوجوان بی سرپرست و بد سرپرستی که در مراکز تحت نظارت بهزیستی در مشهد نگهداری می شدند انجام شد. نتایج نشان داد که سرمایه های روان شناختی پیش بینی کننده ی معناداری برای احساس انسجام است. از سویی نتایج تحلیل رگرسیون همزمان نشان داد که سرمایه های روانشناختی قادر است میزان زیادی از تغییرات احساس انسجام را پیش بینی کنند.

این نتایج با یافته های پژوهش های آنتونوسکی (1998) [6]؛ اریکسون و لیندستروم (2005) [10]؛ وارد (2006) [16]؛ وای چانگ و همکاران (2008) [17]؛ کرایپل و کینگ (2010) [20]؛ سگرستروم (2012) [19]؛ والپ و دافینو (2012) [18]؛ اوشیو و همکاران (2012) [22] همسو است.

همان گونه که گفته شد متغیر سرمایه های روانشناختی شامل تاب آوری، امید، خوش بینی و کارآمدی است و احساس انسجام نیز توانایی فرد برای مقابله با موقعیت های استرس زا می باشد که در بر گیرنده ی درک پذیری، معناداری و توانایی مدیریت است. همچنین سرمایه های روان شناختی می تواند احساس انسجام روانی را پیش بینی کند. در تبیین این ارتباط و پیش بینی می توان گفت، چون سرمایه های روانشناختی شامل خودکارآمدی، تاب آوری، خوش بینی و امید است و این مفاهیم مثبت احساس توانمندی در افراد ایجاد می کند و شخص دید مثبتی نسبت به خود پیدا می کند، از طرفی احساس انسجام روانی یک ویژگی شخصی است و افزایش آن می تواند افراد را برای مقابله با موقعیت های استرس زا توانمند کند، بنابر این طبیعی است که بین این دو متغیر ارتباط مثبت معنادار وجود داشته باشد.

از این رو می توان گفت وقتی فرد در شرایط زندگی احساس خود کارآمدی می کند و تحمل و تاب آوری بالایی دارد، می تواند بر استرس های زندگی غلبه نموده و به توانمندی های خود برای مقابله با موقعیت استرس زا باور داشته باشد و به جای اینکه در مواجه با چالش های زندگی دچار تزلزل و فروپاشی گردد، خودکارآمدی باعث می شود که موقعیت های استرس زا نقطه ی عطفی برای رسیدن به موقعیت تلقی شود.



از طرفی وقتی افراد احساس خوش بینی دارند، باعث می شود که فرد شکست های خود را مطلق تلقی ننماید و با خوش بینی که برای بقیه ی امور و از جمله آینده دارد، تلاش خود را ادامه دهد و زمینه ی غلبه بر استرس را برای خود فراهم می نماید. همچنین امیدواری که یک ویژگی انرژی بخش و برانگیزاننده ی انسان می باشد، باعث می شود فرد تلاش خود را متوقف نکرده و حتی مضاعف نماید. بدین ترتیب این ویژگی ها می توانند باعث انسجام روانی فرد گشته و این انسجام، یکپارچگی و هماهنگی سیستم روان به نوبه ی خود مقاومت در مقابل استرس و مدیریت آن را تسهیل می نماید. از این رو طبیعی است که ادعا گردد فردی که در سرمایه های روانشناختی جایگاه بالایی دارد از انسجام روانی بالایی نیز برخوردار می باشد. و هنگامی که این وضعیت بر شخص حاکم می گردد می تواند با مشکلات زندگی به صورت منطقی و رشد یافته برخورد نماید.

## 6. منابع

1. نانکلی، م. (1394)، "نگاهی نو به معضل کودکان بی سرپرست و بد سرپرست". تابش نیوز [tabeshnews.ir](http://tabeshnews.ir)
2. خدادادی، ط. (1392)، " بررسی اثر بخشی برنامه ی آموزش TAME بر کاهش پرخاشگری و بهبود نظم جویی شناختی هیجان در نوجوانان پسر بی سرپرست"، پایان نامه ی کارشناسی ارشد، دانشگاه فردوسی، مشهد.
3. Musisi, S. Kinyanda, E. Nakasujja, N. and Nakigudde, J. (2007), " A comparison of the behavioral and emotional disorders of primary school-going orphans and nonorphans in Uganda", *African Health Sci*, 7(4): 202-13.
4. Makame, v. Ani, C. and Grantham-MCGregor, P. (2002), "*Psychological Well-beng of orphans in dar El Salam, Tanzania*", *Actapadiatr*, 91(4), 65-459.
5. حسینی، م. (1393)، " نقش طول مدت و تعداد عوارض جسمانی دیابت بر اساس احساس انسجام روانی و میزان سلامت روان افراد دیابتی نوع 2"، پایان نامه ی کارشناسی ارشد، دانشگاه فردوسی، مشهد.
6. Antonovsky, A. (1996), " The salutogenic model as a theory to guide health promotion", *health promotion international*. 11(1), 11-18.
7. Vinson, J. A. (2002), "Children with asthma: Initial development of the child resilience model", *Pediatr Nurs*, 28(2), 149-58.
8. Bothmer von, M. and Fridlund, B. (2003), "Self-rated health among university students in relation to sense of coherence and other personality traits", *Scand J Caring Sci*, 17(4), 347-57.
9. Grayson, j. (2008), " Sense of Coherence and Academic Achievement of Domestic and International Students: A Comparative Analysis", *Higher Education*, 56(4), 473-492.



10. Eriksson, M. and Lindström, B. (2005), " Validity of Antonovsky's sense of coherence scale—a systematic review", *J Epidemiol Community Health*, **59**(6), 460-6.
11. نورالدین وند، م؛ شهینی بیلاق، م؛ پاشا شریفی، ح. (1393). رابطه سرمایه روانشناختی (امید، خوش بینی، تاب آوری و خودکارآمدی) با هدفهای پیشرفت و عملکرد تحصیلی دانشجویان سال اول، پژوهش در برنامه ریزی درسی، 13، 61-79.
12. Robbins S, Millet B, Caccioppe R, Waters-Marsh T. Organisational behaviour, 2ndEdn. Australia: Prentice Hall; 1998.
13. Aliyev, R. and Karakus, M. (2015), " The effects of positive psychological capital and negative feelings on students' violence tendency", *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, **190**, 69 – 76.
14. Liu, C. Zhao, Y. Tian, X. Zou, G and Li, P. (2015), "Negative life events and school adjustment among Chinese nursing students: The mediating role of psychological capital", *Nurse Education Today*, **35**, 754–759.
15. Ucol-Ganiron T. (2012), "The additive value of psychological capital in predicting structural project success and life satisfaction of structural engineers", *International Journal of Social Science and Humanity*; **2** (4): 291-295.
16. Ward, D. B. (2006). Moving up the continuum of hope: A qualitative study of hope and its influence in couples therapy. Unpublished doctoral dissertation, Texas Tech University, Lubbock.
17. Whi-chung, L. B. Giovanni, M and Chatherine, M. C. (2008), "think positively and feel positively: optimism and life satisfaction in late life", *International journal of aging and human development*, **61**(4), 335-365.
18. Vulpe, A. and Dafinoiu, I. (2012), "Positive emotions, coping strategies and ego-resiliency: A mediation model", *Social and Behavioral Sciences*, **33**, 308 – 312.
19. Segerstrom, S. C., and Sephton, S. E. (2010), " Optimistic expectancies and cell-mediated immunity: The role of positive affect", *Psychological Science*, **21**, 448–455.
20. Krypzel, M. N and King, H. D. (2010), "Stress, coping style and optimism: Are they related to meaning of education in students lives?", *Soc Psychol Educ*, **13**: 409-24.
21. Dent, M. (2009). *Real kids in an unreal world: building resilience and self-esteem in today's children*, Australia, Murwillumbah, Pennington Publications, and N.S.W.

22.Oshio, A., Kaneko, H., Nagamine, S. and Nakaya, M. (2003)," Construct validity of the Adolescent Resilience Scale", *Psychological Reports*, **93**(1), 1217-1222.

23.Hamill. K. (2004)," Resslerience And Self-Efficacy. Colgate University Journal of the Sciences:115-130.

24.Rebecca P.Winsett, Sarah R.Stender, Gayle Gower and George A.Burghen. (2010),"Adolescent Self-Efficacy and Resilience in Participants Attending A Diabetes Camp",*PEDIATRICNURSING*.**36**/No.P293-297.

۲۵. بیرامی، م؛ اسدی مجزه، س؛ حسینی اصل، م. (1393)، "پیش‌بینی تغییرات رفتارهای بهداشتی بر اساس متغیرهای احساس انسجام، خودکارآمدی کلی، خوش‌بینی و بد‌بینی در جمعیت دانشجویی". فصلنامه‌ی پژوهش‌های نوین روانشناختی، سال نهم، شماره‌ی 36، 20-36.

۲۶. بهادری خسروشاهی، ج؛ هاشمی نصرت‌آبادی، ت؛ بیرامی، م. (1391)، "رابطه‌ی سرمایه‌های روانشناختی و ویژگی‌های شخصیتی با رضایت شغلی در کتابداران کتابخانه‌های عمومی شهر تبریز"، مجله‌ی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی 312، 6-318.

27. صبری نظری زاده، ر. (1389)، "رابطه‌ی احساس انسجام و سخت‌کوشی روانشناختی با سلامت روان"، پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشد، دانشگاه فردوسی، مشهد.