

Research Paper



The Relationship Between Basic Psychological Needs and Psychological Distress with the Mediating Role of Psychological Capital



AliAsghar Hafez¹, Maziar Younesian², Fatemeh Rashidpour^{*3}

1. Bachelor of Psychology, Faculty of Education and Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran.
2. M.Sc. of General Psychology, Faculty of Education and Psychology, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran.
3. Ph.D in Educational Psychology, Department of Educational Psychology, Shahid Beheshti University, Tehran, Iran.



DOR: [20.1001.1.27173852.1401.17.65.17.5](https://doi.org/20.1001.1.27173852.1401.17.65.17.5)

URL: https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_15081.html



ARTICLE INFO

Keywords:
Basic Psychological Needs, Psychological Distress, Psychological Capital

Received: 2021/10/27
Accepted: 2021/12/30
Available: 2022/06/10

ABSTRACT

The present study was conducted with the aim of examining the mediating role of psychological capital in the relationship between basic psychological needs and three main aspects of psychological distress, namely depression, anxiety and stress. The research method was correlational (path analysis). The statistical population included all students of Shahid Beheshti University in the year 1399-1400, of which 370 individuals were selected using convenience sampling and responded online to the Basic Psychological Needs Satisfaction Scale (General scale), the Psychological Capital Questionnaire of Luthans (PCQ), and the Depression-Anxiety-Stress Questionnaire (DASS-21). Data analysis was performed using path analysis. The results showed a significant positive relationship between basic psychological needs and psychological capital ($r=0/665$), a significant negative relationship between basic psychological needs and depression ($r=-0/707$), stress ($r=-0/510$), and anxiety ($r=-0/469$) and also between psychological capital and depression ($r=-0/566$), stress ($r=-0/352$), and anxiety ($r=-0/321$). Also, the findings showed that the assumed mediation model of psychological capital in the relationship between basic psychological needs and depression, anxiety, and stress had a good fitness (CFI= 0/933, IFI=0/933, RMSEA=0/061). Therefore, the results of this study showed that basic psychological needs have an important role in reducing psychological distress and preventing mental health problems in students through the prediction of psychological capital increase. Thus, the practical implications of the results are possible for the study population.



* Corresponding Author: Fatemeh Rashidpour

E-mail: rashidi.psychologist@yahoo.com

مقاله پژوهشی



رابطه نیازهای اساسی روان‌شناختی و آسفتگی روان‌شناختی با توجه به نقش واسطه‌ای سرمایه روان‌شناختی



علی‌اصغر حافظ^۱، مازیار یونسیان^۲، فاطمه رشیدی‌پور^{۳*}

۱. کارشناس روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران.
۲. کارشناس ارشد روانشناسی عمومی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.
۳. دکترای روانشناسی تربیتی، گروه روانشناسی تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید بهشتی، تهران، ایران.



DOR: [20.1001.1.27173852.1401.17.65.17.5](https://doi.org/10.27173852.1401.17.65.17.5)

URL: https://psychologyj.tabrizu.ac.ir/article_15081.html



چکیده

مشخصات مقاله

پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش واسطه‌ای سرمایه روان‌شناختی در رابطه نیازهای اساسی روان‌شناختی با سه جنبه اصلی آسفتگی روان‌شناختی یعنی افسردگی، اضطراب و استرس انجام شد. روش این پژوهش همبستگی (از نوع تحلیل مسیر) بود. جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان همه مقاطع دانشگاه شهیدبهشتی تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۰-۱۳۹۹ بودند که از بین آن‌ها ۳۷۰ نفر با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شده و به صورت آنلاین به مقیاس برآورده‌شدن نیازهای اساسی روان‌شناختی (نسخه عمومی)، پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی (PCQ) و پرسشنامه افسردگی-اضطراب-استرس (DASS-21) پاسخ دادند. تحلیل داده‌ها با روش تحلیل مسیر انجام شد. یافته‌ها رابطه مثبت معنادار بین نیازهای اساسی روان‌شناختی و سرمایه روان‌شناختی (۰/۶۶۵) $r=$ ، رابطه منفی معنادار بین نیازهای اساسی روان‌شناختی با افسردگی (۰/۷۰۷) $r=$ ، استرس (۰/۵۱۰) $r=$ و اضطراب (۰/۴۶۹) $r=$ و همچنین سرمایه روان‌شناختی با افسردگی (۰/۵۶۶) $r=$ ، استرس (۰/۳۵۲) $r=$ و اضطراب (۰/۳۲۱) $r=$ را نشان دادند. همچنین یافته‌ها نشان داد که مدل مفروض واسطه‌مندی سرمایه روان‌شناختی در رابطه نیازهای اساسی روان‌شناختی با افسردگی، اضطراب و استرس از برازش مطلوبی برخوردار بود (RMSEA= ۰/۰۶۱، IFI= ۰/۹۳۳، CFI= ۰/۹۳۳). بنابراین نتایج این مطالعه نشان داد که نیازهای اساسی روان‌شناختی از طریق پیش‌بینی افزایش سرمایه روان‌شناختی در تبیین کاهش آسفتگی روان‌شناختی و پیشگیری از مشکلات روانی در دانشجویان از نقش مهمی برخوردارند. از این رو تلویحات کاربردی این نتایج برای جامعه مورد مطالعه محتمل است.

کلیدواژه‌ها:

نیازهای اساسی روان‌شناختی،
آسفتگی روان‌شناختی،
سرمایه روان‌شناختی

دریافت شده: ۱۴۰۰/۰۸/۰۵

پذیرفته شده: ۱۴۰۰/۱۰/۰۹

منتشر شده: ۱۴۰۱/۰۳/۲۰

* نویسنده مسئول: فاطمه رشیدی‌پور

رایانامه: rashidi.psychologist@yahoo.com

همواره اختلالات روان‌شناختی از جمله افسردگی، اضطراب و استرس و مسیرهای محتمل برای کاهش این آشفستگی‌های روان‌شناختی در کانون توجه متخصصان حوزه سلامت روان بوده است. آشفستگی روان‌شناختی، به ندرت به صورت مفهومی مجزا تعریف شده و در واقع اصطلاحی است بیانگر حالاتی مشابه افسردگی، اضطراب و استرس (ریدنر^۱، ۲۰۰۴؛ ایگان، دالی و دلانی^۲، ۲۰۱۶). این سه جنبه اصلی آشفستگی روان‌شناختی، که نوعی درد و رنج روانی و عاطفی را ایجاد می‌کنند، در نهایت کاهش سلامت روان را به دنبال داشته، در موارد قابل توجهی با علائم جسمانی همراهند و تاثیرات منفی عمده‌ای بر عملکرد افراد می‌گذارند (نچو و همکاران^۳، ۲۰۲۱؛ حیدری و همکاران، ۲۰۲۱). افسردگی، نه تنها انگیزه ادامه‌دادن به فعالیت‌های اساسی را از بین برده و کیفیت زندگی را بسیار پایین می‌آورد؛ تاثیر ناخوشایندی هم بر توانایی تصمیم‌گیری و سازگاری با دیگران می‌گذارد (کری و کیسک^۴، ۲۰۲۱). اضطراب، به عنوان جنبه دیگری از آشفستگی روان‌شناختی، واکنش هیجانی ناخوشایند به موقعیت‌ها و شرایط است و کارآمدی فردی، شکوفایی استعداد، شکل‌گیری شخصیت و هویت اجتماعی افراد، را شدیداً تحت‌تأثیر قرار می‌دهد (مک‌فرسون و همکاران^۵، ۲۰۲۱؛ فردافشاری و همکاران، ۱۳۹۶). استرس، به عنوان سومین جنبه آشفستگی روان‌شناختی مجموعه‌ای از واکنش‌های فیزیکی، ذهنی و عاطفی در پاسخ به تنش‌ها و فشارهای مختلف را در بر می‌گیرد که تجربه زیاد آن، پیامدهای ناخوشایند روانی و جسمانی ایجاد می‌کند (مک‌فرسون و همکاران، ۲۰۲۱). ارتباط معناداری بین افزایش سطح آشفستگی روان‌شناختی و احتمال ابتلاء بیشتر به سایر اختلالات روانی وجود دارد (استوکبریج، ویلسون و پاگان^۶، ۲۰۱۴) و به‌عنوان یک عامل خطر مهم برای دوره‌های نامطلوب بیماری‌های پزشکی شناخته شده و با کیفیت زندگی پایین‌تر و هزینه‌های بالاتر مراقبت‌های بهداشتی همبستگی دارد (هاورکامپ و همکاران^۷، ۲۰۱۵).

به دلیل اثرات چندگانه و نامطلوب این آشفستگی‌ها بر سرنوشت انسانی و خصوصاً سبک زندگی دانشجویان، همواره محققان حوزه سلامت تحصیلی، به دنبال تشریح عوامل پیشاینده مؤثر بر این آشفستگی‌ها بوده، شیوه‌های مؤثر و پایدار برای کاهش این آلام در محیط‌های آکادمیک را جستجو کرده‌اند. یکی از این نظریه‌های معاصر، نظریه خودتعیین‌گری است. مبتنی بر نظریه خودتعیین‌گری، نیازهای اساسی روان‌شناختی - نیاز به خودمختاری، نیاز به شایستگی و نیاز به ارتباط - به‌عنوان سه نیاز بنیادی و ذاتی هر انسانی، بر کیفیت زندگی و تأمین بهزیستی روان‌شناختی اثرگذار است (آن و ریو^۸، ۲۰۲۱؛ نواک و همکاران^۹، ۲۰۲۱؛ رایان و دسی^{۱۰}، ۲۰۱۷؛ رایان و همکاران^{۱۱}،

۲۰۱۹؛ چن و جانگ^{۱۲}، ۲۰۱۰؛ یونانو و همکاران^{۱۳}، ۲۰۱۷؛ بشارت، جعفری و غلامعلی لواسانی، ۱۴۰۰). خودمختاری به تجربه اراده و خودتأییدی رفتار فرد اشاره داشته و به عبارت دیگر، احساس انتخاب و عاملیت در آغاز، نگهداری، و تنظیم فعالیت‌ها را شامل می‌شود (یانگ، ژانگ و شلدن^{۱۴}، ۲۰۱۸). نیاز به شایستگی، بیانگر نیاز به موثر بودن فرد در تعاملات مطلوب با محیط اجتماعی و کسب فرصت برای تمرین و ابراز توانایی‌های خویش، توانایی تولید پیامدهای مطلوب، احساس قابلیت‌تأثیرگذاری و به‌انجام‌رساندن و تسلط بر وظایف چالش برانگیز و خلق اثرات مثبت در محیط می‌باشد (پیلوت و همکاران^{۱۵}، ۲۰۲۱؛ رایان و همکاران، ۲۰۱۹؛ جانستون و فینی^{۱۶}، ۲۰۱۰). سرانجام نیاز به ارتباط با حس تعلق و مجاورت با دیگران مرتبط است و با اقناع، احترام و مراقبت تسهیل می‌شود (رایان و دسی، ۲۰۲۰؛ وینستین، خباز و لگات^{۱۷}، ۲۰۲۰؛ سیمونس و آلاکائو^{۱۸}، ۲۰۱۴). ناکامی در ارضای هر یک از این سه نیاز به انگیزش فردی و اجتماعی و همچنین سلامتی و بهزیستی آسیب می‌زند؛ چراکه فرد یک ادراک شکننده، منفی، بیگانه و انتقادی از خود خواهدپروراند (کاستا و همکاران^{۱۹}، ۲۰۱۶؛ چن و جانگ، ۲۰۱۰). در نتیجه‌ی این خود شکننده، عملکرد ناسالم و بدعملکردی در جوه مختلف زندگی فردی و اجتماعی به چشم خواهد خورد (رایان و دسی، ۲۰۱۷؛ وانستینکیست و رایان^{۲۰}، ۲۰۱۳؛ مهدی‌پور مارالانی، غلامعلی لواسانی و حجازی، ۲۰۱۶). درمقابل برآورده شدن نیازهای بنیادین روان‌شناختی، به رشد احساس عاملیت فردی، خودباوری و خودارزشمندی در افراد منجر شده و رضایت بیشتر از زندگی (یونانو و همکاران، ۲۰۱۷) و بهزیستی روان-شناختی بالاتر را در پی دارد (جانگ، هوانگ و لین^{۲۱}، ۲۰۱۵). پژوهش‌های گذشته نشان داده‌اند دانشجویانی که از احساس خودمختاری، شایستگی و ارتباط و تعلق بیشتری برخوردارند، در مقابله با چالش‌های احتمالی تاب‌آوری بیشتری از خود نشان می‌دهند و سبک اسنادی مثبت‌تری که خوش‌بینی فردی را در پی دارد، برمی‌گزینند (قندی و قندی، ۱۳۹۶؛ میرزایی و همکاران، ۱۳۹۵؛ امینی، زارع و علوی، ۱۳۹۵).

روان‌شناسی مثبت نیز به عنوان رویکردی بدیع در دهه‌های اخیر، به جای تمرکز صرف بر اختلالات روان‌شناختی، مفاهیم منتج از رشد و تعالی انسان چون شادکامی، امید و بهزیستی روان‌شناختی را مورد توجه قرار داده‌اند (هفرون و بانی‌ول^{۲۲}، ۲۰۱۱). یکی از این مؤلفه‌های رشدنگر در این رویکرد، سازه سرمایه روان‌شناختی است. سرمایه روان‌شناختی، به منابع روان‌شناختی مثبتی از متغیرهای امیدواری، تاب‌آوری، خوش‌بینی و خودکارآمدی اطلاق می‌شود (لوتانز، یوسف و اولیو^{۲۳}، ۲۰۰۷؛ کارمونا و

1. Ridner
2. Egan, Daly & Delaney
3. Necho & et al
4. Ceri & Cicek
5. McPherson & et al
6. Stockbridge, Wilson & Pagán
7. Haverkamp & et al
8. Ann & Reeve
9. Novak & et al
10. Ryan & Deci
11. Ryan & et al
12. Chen & Jang

13. Unanue & et al
14. Yang, Zhang & Sheldon
15. Auclair-Pilote & et al
16. Johnston & Finney
17. Weinstein, Khabbaz & Legate
18. Simões & Alarcão
19. Costa & et al
20. Vansteenkiste & Ryan
21. Chang, Huang & Lin
22. Hefferon & Boniwell
23. Luthans, Youssef & Avolio

بر اساس آنچه که گذشت، کاهش آشفته‌گی‌های روان‌شناختی در سطوح درون‌فردی و میان‌فردی، قادر است ضمن تزریق شناخت‌ها و هیجان‌ات مثبت در محیط‌های آکادمیک، کاهش فرسودگی تحصیلی، افزایش خوش‌بینی، رضایت بالاتر از زندگی، بهزیستی روان‌شناختی و در یک کلام، اتخاذ سبک زندگی سلامت‌محور در میان دانشجویان (رشیدی‌پور و همکاران، ۱۳۹۹) را به همراه داشته باشد. با استناد به شواهد تجربی (یونانو و همکاران، ۲۰۱۷) برآورد نیازهای اساسی روان‌شناختی، به عنوان یک عامل پیش‌بینی اثرگذار، قادر است نیم‌رخ روان‌شناختی دانشجویان را پیش‌بینی کند. از طرفی سطوح بالای سرمایه روان‌شناختی در افراد هم، از پیش‌بین‌های مهم سلامت روان محسوب می‌گردد (بهات، ۲۰۱۷). بنابراین پژوهشگران مختلف به دلیل اثرات وافر و چندگانه این آشفته‌گی‌ها به ویژه افسردگی بر ابعاد گوناگون زندگی دانشجویان، به معرفی و توصیف پیش‌بین‌های این سازه مهم پرداخته و تلاش کرده‌اند از این طریق فهم محققان تربیتی از تمایز در نیم‌رخ روان‌شناختی دانشجویان را تعمیق بخشند. علی‌رغم این تلاش‌های پژوهشی، آنچه در اغلب پژوهش‌ها مغفول مانده است، شناسایی مسیرهای مفهومی و میانجی‌گرهای چنین ارتباطی است. به طور کلی ضرورت اطلاع از ظرفیت‌های تبیینی نیازهای اساسی روان‌شناختی و آشفته‌گی‌های روان‌شناختی با تاکید بر وزن واسطه‌مندی سرمایه‌های روان‌شناختی، محققان را برانگیخت که مدل مفروض زیر را توسعه داده و آزمون کنند (شکل یک). بنابراین پژوهش حاضر درصدد پاسخ‌گویی به این سؤال است که آیا متغیر میانجی‌گر سرمایه‌های روان‌شناختی، رابطه بین نیازهای اساسی روان‌شناختی و جنبه‌های آشفته‌گی روان‌شناختی را میانجی‌گری می‌کند؟

روش

پژوهش حاضر توصیفی و با طرح همبستگی از نوع تحلیل مسیر است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان همه مقاطع دانشگاه شهیدبهشتی تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۴۰۰ بودند که از بین آن‌ها ۳۷۰ نفر (۱۲۲ آقا و ۲۴۸ خانم) با روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شده و به صورت آنلاین در پژوهش مشارکت نمودند. در پژوهش حاضر برای برآورد حجم نمونه از منطق پیشنهادی کلاین^{۱۰} (۲۰۱۵) استفاده گردید. کلاین (۲۰۱۵) تاکید می‌کند که حداقل نسبت حجم نمونه برای هر پارامتر ۵ به ۱ و نسبت مناسب‌تر ۱۰ به ۱ و در نهایت نسبت مطلوب ۲۰ به ۱ است. با توجه به این که در مطالعه حاضر حدود ۱۳ پارامتر اندازه‌گیری می‌شد، با تاسی از منطق ۱ به ۱۰ کلاین (۲۰۱۵) به ازای هر پارامتر حداقل ۱۳۰ نفر لازم بود که به این تعداد اکتفا نشده و ۳۷۰ نفر در گروه نمونه قرار گرفتند. همچنین ملاک-های ورود شامل دانشجوی دانشگاه شهیدبهشتی بودن و در حال تحصیل بودن در یکی از مقاطع این دانشگاه بود. تنها ملاک خروج نیز شامل عدم پاسخ به

همکاران^۱، ۲۰۲۱). مبتنی بر روان‌شناسی مثبت، امید، انرژی و اراده محکم برای دنبال کردن خرده‌هدف‌ها و اهداف اصلی و کاربست راه‌های جایگزین در صورت نیاز، برای رسیدن به موفقیت را در بر می‌گیرد و سپس موجب برانگیختن فرد به استفاده از راه‌های چندگانه در صورت لزوم برای پیشرفت به سوی اهدافش می‌شود (فاولر و همکاران^۲، ۲۰۱۷). خوش‌بینی، سبک اسنادی مثبتی که فرد پیرامون توانایی‌های خود برای رسیدن به موفقیت در حال حاضر و در آینده اتخاذ می‌کند؛ خودکارآمدی به معنای داشتن اطمینان درباره تلاش‌های موردنیاز برای موفقیت در تکلیف‌های چالش‌زا و به‌کار بستن آن تلاش‌ها و در نهایت تاب‌آوری نیز به معنای مقاومت کردن در برابر مسائل سخت، شرایط ناخوشایند و مشکلات و مصیبت‌ها برای سازگار شدن با آن‌ها، گذراندن آن‌ها و سپس بازیابی کردن خود و رسیدن به موفقیت است (لوتانز و همکاران، ۲۰۰۷؛ شانک و دبندنتو^۳، ۲۰۲۰؛ کارمونا و همکاران، ۲۰۲۱). شواهد پژوهشی موجود از تأثیر مثبت سرمایه روان‌شناختی بر بهبود سلامت و بهزیستی روانی و همچنین از اثرات معکوس آن بر آشفته‌گی روان‌شناختی و متعاقباً کاهش سطوح افسردگی، اضطراب و استرس حکایت دارند (کراسیکووا، لستر و هارمس^۴، ۲۰۱۵؛ آوی و همکاران^۵، ۲۰۱۱).

ارتقای سرمایه روان‌شناختی موجب افزایش خودباوری برای تکمیل وظایف، امیدواری بیشتر در شرایطی که کارها به‌خوبی پیش نمی‌روند، انتظار رخ‌دادن اتفاقات خوب، امکان بهتر شدن اوضاع و حرکت به سوی جلو می‌شود (شن و همکاران^۶، ۲۰۱۴). پژوهش بهات^۷ (۲۰۱۷) نشان می‌دهد که سرمایه روان‌شناختی از طریق دو مؤلفه امید و خوش‌بینی و به واسطه کاهش مشکلات روان‌شناختی و هیجانی، تأثیر مثبتی بر رضایت از زندگی اعمال می‌کند و بنابراین ناامیدی و بدبینی با افسردگی و نارضایتی ارتباط دارد. اسمیچ و اسمیچ^۸ (۲۰۱۵) در پژوهش خود دریافته‌اند که تاب‌آوری همبستگی منفی قدرتمندی با اضطراب و افسردگی دارد. همچنین، امید که به لحاظ مفهومی سازه‌ای معطوف به آینده است (آلارکن، بولینگ و کازون^۹، ۲۰۱۳؛ فاولر و همکاران، ۲۰۱۷) با عزت‌نفس، کاهش تجربه علائم اضطراب و افسردگی، کاهش افکار و نشخوارهای ذهنی مربوط به خودکشی و افزایش میزان سلامت روان‌شناختی، همراه می‌باشد (آهرنز و هاگا^{۱۰}، ۱۹۹۳؛ کروک^{۱۱}، ۲۰۱۵؛ ساتیسی^{۱۲}، ۲۰۱۶؛ تاکر و همکاران^{۱۳}، ۲۰۱۳). افراد امیدوارتر ارزیابی مثبت بیشتری انجام می‌دهند و از سطوح عزت‌نفس بالاتری بهره‌مند هستند (گوردون، چسنی و ریتر^{۱۴}، ۲۰۱۶؛ کاپیکران و آکون-کاپیکران^{۱۵}، ۲۰۱۶). در همین راستا میکس^{۱۶} و همکاران (۲۰۱۶) با مطالعه-ای طولی، نشان دادند امید در طی زمان، با کیفیت بالاتر زندگی و کاهش اضطراب و استرس همراه است.

10. Ahrens & Haaga
11. Krok
12. Satici
13. Tucker & et al
14. Gordon, Chesney & Reiter
15. Kapikiran & Acun-Kapikiran
16. Meeks & et al
17. Kline

1. Carmona-Halty & et al
2. Fowler & et al
3. Schunk & DeBendento
4. Krasikova, Lester & Harms
5. Avey
6. Shen & et al
7. Bhat
8. Smith & Hollinger-Smith
9. Alarcon, Bowling & Khazon

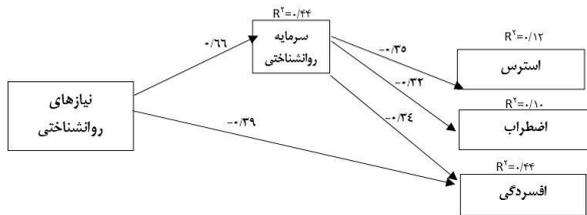
بیش از پنج درصد از کل سوالات بسته سنجش بود. علاوه بر این، در پژوهش حاضر جهت تامین ملاحظات اخلاقی پژوهش بر رضایت آگاهانه مشارکت-کنندگان و محرمانه بودن استفاده از داده‌های جمع‌آوری شده تاکید شد. ابزار به کار برده شده در این پژوهش شامل موارد زیر بود:

مقیاس برآورده شدن نیازهای اساسی روانشناختی (نسخه عمومی). این مقیاس توسط گانیه^۱ (۲۰۰۳) تدوین گردیده و دارای ۲۱ ماده و سه خرده-مقیاس می باشد. هرکدام از خرده‌مقیاس‌ها، برآورده شدن یکی از سه نیاز استقلال (۷ ماده)، شایستگی (۶ ماده) و ارتباط (۸ ماده) را می‌سنجند. پاسخ‌ها با طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از ۱ (بسیار مخالفم) تا ۵ (بسیار موافقم) مشخص می‌شوند. جمع نمره هر خرده‌مقیاس، نمره آن خرده‌مقیاس و نیز جمع نمره همه ماده‌ها، نمره کل را تشکیل می‌دهد. ملزومات روان‌سنجی این مقیاس در پژوهش‌های خارجی به‌طور قدمت‌مندی تایید شده است (جانستون و فینی، ۲۰۱۰، گانیه، ۲۰۰۳). وی و همکاران^۲ (۲۰۰۵) اعتبار خرده‌مقیاس‌های نیاز استقلال، شایستگی و ارتباط را به ترتیب ۰/۷۵، ۰/۸۵ و ۰/۸۱ و کل مقیاس را ۰/۹۰ گزارش نموده‌اند. بشارت (۱۳۹۱) در نمونه‌ای از جامعه ایرانی ($n = 312$; زن، ۱۹۲، مرد، ۱۲۰) ضرایب آلفای کرونباخ نمره زیر مقیاس‌های خودمختاری، شایستگی و ارتباط یا همان تعلق را به ترتیب ۰/۷۸، ۰/۸۱ و ۰/۹۰ به‌دست آورد که حاکی از همسانی درونی خوب مقیاس است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های تعدادی از آزمودنی‌های این نمونه ($n = 78$) در دو نوبت اجرا با فاصله چهار تا شش هفته، جهت سنجش پایایی بازآزمایی نیز مورد محاسبه قرار گرفت که برای خرده‌مقیاس‌های خودمختاری، شایستگی و ارتباط/تعلق به ترتیب $r = 0.72$ ، $r = 0.78$ و $r = 0.78$ در سطح $P < 0.001$ معنادار بودند. علاوه بر این، در مورد روایی همگرا و افتراقی، نتایج ضرایب همبستگی پیرسون نشان داد که بین نمره آزمودنی‌ها در خرده‌مقیاس‌های این مقیاس با شاخص‌های برون‌گرایی، عاطفه مثبت و روان‌درستی همبستگی مثبت معنادار ولی با شاخص‌های نوروزگرایی، عاطفه منفی و درماندگی روان‌شناختی همبستگی منفی معنادار وجود دارد که این نتایج روایی همگرا و افتراقی نسخه عمومی مقیاس نیازهای اساسی روانشناختی را تایید می‌کنند. همچنین، بشارت و رنجبر کلاگری (۱۳۹۲) در نمونه‌ای متشکل از دانشجویان ($n = 584$; دختر، ۳۱۱، پسر، ۲۷۳) ضرایب آلفای کرونباخ نمره زیر مقیاس‌های خودمختاری، شایستگی و ارتباط یا همان تعلق را برای دانشجویان به ترتیب ۰/۸۷، ۰/۸۳ و ۰/۹۱ به‌دست آوردند که حاکی از همسانی درونی خوب مقیاس است. ضرایب همبستگی بین نمره‌های تعدادی از دانشجویان ($n = 127$) در دو نوبت اجرا با فاصله دو تا چهار هفته، جهت سنجش پایایی بازآزمایی هم مورد محاسبه قرار گرفت که برای خرده‌مقیاس‌های خودمختاری، شایستگی و ارتباط/تعلق به ترتیب $r = 0.77$ ، $r = 0.71$ و $r = 0.67$ در سطح $P < 0.001$ معنادار بودند که حاکی از پایایی بازآزمایی مطلوب مقیاس است. به‌علاوه، در مورد روایی همگرا و افتراقی نتایج

ضرایب همبستگی پیرسون نشان داد که بین نمره آزمودنی‌ها در خرده-مقیاس‌های این مقیاس با شاخص‌های برون‌گرایی، عاطفه مثبت و بهزیستی روان‌شناختی همبستگی مثبت معنادار و با شاخص‌های نوروزگرایی، عاطفه منفی و درماندگی روان‌شناختی همبستگی منفی معنادار وجود دارد که این نتایج نیز روایی همگرا و افتراقی نسخه عمومی مقیاس نیازهای اساسی روانشناختی را در آزمودنی‌های دانشجویان تایید می‌کنند.

پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی لوتانز (PCQ). برای سنجش سرمایه روان‌شناختی، از پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی لوتانز و همکاران (۲۰۰۷) استفاده گردید. این پرسشنامه دارای ۲۴ سوال و ۴ خرده‌مقیاس خودکارآمدی، تاب‌آوری، خوش‌بینی و امیدواری است. آزمودنی به هر سوال در طیف لیکرت ۶ درجه‌ای از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۶ (کاملاً موافقم) پاسخ می‌دهد. سوالات ۱ تا ۶ مربوط به خرده‌مقیاس خودکارآمدی، سوالات ۷ تا ۱۲ مربوط به خرده‌مقیاس امید، سوالات ۱۳ تا ۱۸ مربوط به خرده‌مقیاس تاب‌آوری و سوالات ۱۹ تا ۲۴ مربوط به خرده‌مقیاس خوش‌بینی می‌باشد. جهت به‌دست آوردن نمره این پرسشنامه، ابتدا نمره هر خرده‌مقیاس به‌طور جداگانه به دست می‌آید و سپس جمع آن‌ها به عنوان نمره کلی سرمایه روان‌شناختی محسوب می‌شود. بهادری خسروشاهی، هاشمی نصرت‌آباد و باباپورخیرالدین (۱۳۹۱) روایی خرده‌مقیاس‌های پرسشنامه را اثبات شده دانسته و میزان پایایی آن را بر اساس آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آورده‌اند.

پرسشنامه افسردگی-اضطراب-استرس (DASS-21). برای سنجش سه جنبه آشفته‌گی روان‌شناختی از پرسشنامه افسردگی، اضطراب، استرس که توسط لایباند و لایباند^۳ (۱۹۹۵) تدوین شده استفاده گردید. هرکدام از این خرده‌مقیاس‌ها ۷ سوال را شامل می‌شوند که شیوه نمره‌گذاری آن‌ها به این صورت است که به هر ماده در طیف لیکرت از ۰ (اصلاً در مورد من صدق نمی‌کند) تا ۳ (خیلی زیاد در مورد من صدق می‌کند) پاسخ داده می‌شود و نمره نهایی هرکدام از طریق مجموع نمرات سوال‌های آن به‌دست می‌آید و از آنجا که DASS-21، فرم کوتاه‌شده مقیاس اصلی (۴۲ سوالی) است، نمره نهایی هر یک از خرده‌مقیاس‌ها باید دو برابر شود. لایباند و لایباند (۱۹۹۵) میزان روایی پرسشنامه DASS-21 را ۰/۷۷ اعلام کرده و همچنین پایایی مقیاس‌های افسردگی، اضطراب و استرس و نیز پایایی کل پرسشنامه را به روش آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۸۴، ۰/۸۲ و ۰/۸۳ به‌دست آورده‌اند. صاحبی، سالاری و اصغری (۱۳۸۴) نیز پایایی این مقیاس‌ها را با استفاده از آلفای کرونباخ محاسبه نمودند که مقدار آن برای مقیاس افسردگی ۰/۷۷، مقیاس اضطراب ۰/۷۹ و مقیاس استرس یا تنیدگی ۰/۷۸ به‌دست آمد. همچنین برای بررسی اعتبار ملاک از اجرای همزمان پرسشنامه‌های افسردگی بک، اضطراب زانگ و تنیدگی ادراک‌شده استفاده نمودند که



شکل ۱. مدل ارائه شده در این پژوهش

جدول ۲. شاخص‌های نیکویی برازش مدل مفروض

RMSEA	CFI	IFI	GFI	χ^2 / df	df	χ^2
۰/۰۶۱	۰/۹۳۳	۰/۹۳۳	۰/۹۳۶	۲/۰۱	۲	۴/۰۲۴

به منظور بررسی برازش مدل، شاخص‌های مجذور خی بر درجات آزادی، نیکویی برازش (GFI)، برازش افزایشی (IFI)، برازش تطبیقی (CFI) و ریشه میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA) برآورد گردید که نتایج آن در جدول شماره ۲ آمده است. اگرچه در پژوهش حاضر شاخص کای اسکوتر برای ارزیابی برازش کلی مدل به کار رفت ولی این شاخص به شدت تحت تاثیر اندازه نمونه است و در نمونه‌های بالا عموماً برازش خوب مدل را نشان می‌دهد (ریکاو و مارکولیدس^۲، ۲۰۰۶). با توجه به این محدودیت معمولاً شاخص نسبت کای اسکوتر به درجه آزادی نیز گزارش می‌شود که تاثیر مقدار نمونه را در شاخص کای اسکوتر به حداقل می‌رساند. اگرچه توافق جمعی بر سر مقدار قابل قبول بودن این شاخص وجود ندارد ولی مقادیر کمتر از ۳ (کلاين، ۲۰۱۵) معمولاً بیانگر برازش خوب مدل است. RMSEA و SRMR نیز جزو اصلی‌ترین شاخص‌های برازش مدل هستند. برای برازش مطلوب مدل ارزش RMSEA باید کوچکتر از ۰/۱ و بهتر است کوچکتر از ۰/۰۸ باشد. همچنین مقدار SRMR بهتر است کوچکتر از ۰/۰۸ باشد (کلاين، ۲۰۱۵). برای شاخص‌های CFI و IFI نیز مقادیر بالای ۰/۹ نشان دهنده پذیرش مدل و مقادیر بالای ۰/۹۵ نشان از برازش خوب مدل دارد (کلاين، ۲۰۱۵). بنابراین در مجموع می‌توان نتیجه گرفت که مدل مفروض برازش خوبی با داده‌ها دارد.

برای ارزیابی معنی داری آماری اثر واسطه‌ای از آزمون بوت استرپ استفاده شد. در این روش معناداری زمانی اتفاق می‌افتد که حدود بوت استرپ، هم علامت باشند؛ یعنی یا هر دوی آن‌ها مثبت و یا هر دوی آن‌ها منفی باشند و در این صورت اثر واسطه‌ای بررسی شده معنادار خواهد بود. نتایج مربوط به این آزمون در جدول شماره ۳ نشان داده شده است.

جدول ۳. نتایج آزمون بوت استرپ برای اثرات واسطه‌ای

همبستگی زیرمقیاس افسردگی با آزمون افسردگی بک ۰/۷۰، همبستگی زیرمقیاس اضطراب با آزمون اضطراب زانگ ۰/۶۷ و همبستگی زیرمقیاس استرس با آزمون تنیدگی ادراک شده ۰/۴۹ بود که همه آن‌ها در سطح $p < ۰/۰۰۱$ معنادار بودند.

نتایج

در جدول (۱) میانگین و انحراف استاندارد و همچنین ضریب همبستگی پیرسون متغیرها ارائه شده است.

جدول ۱. یافته‌های توصیفی و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیر	M	SD	نیازهای روانشناختی	سرمایه روانشناختی	افسردگی	استرس	اضطراب
نیازهای روانشناختی	۸۶/۷۷۰۳	۱۳/۱۴۲۶۹	۱				
سرمایه روانشناختی	۱۰۰/۲۲۴۳	۱۵/۳۰۱۷۰	۰/۶۶۵۰۰	۱			
افسردگی	۶/۵۷۳۰	۴/۹۵۵۷۷	-۰/۷۰۷۰۰	-۰/۵۶۶۰۰	۱		
استرس	۸/۹۹۷۳	۴/۷۰۶۸۵	-۰/۵۱۰۰۰	-۰/۳۵۲۰۰	۰/۶۶۱۰۰	۱	
اضطراب	۵/۵۷۰۳	۴/۴۹۷۱۲	-۰/۴۶۹۰۰	-۰/۳۲۱۰۰	۰/۷۲۶۰۰	۰/۶۱۶۰۰	۱

محاسبه ضرایب همبستگی بین متغیرها نشان داد که در سطح $\alpha = ۰/۰۱$ رابطه نیازهای اساسی روانشناختی و سرمایه روانشناختی ($r = ۰/۶۶۵$) مثبت و معنادار است و رابطه نیازهای اساسی روانشناختی با افسردگی ($r = -۰/۷۰۷$)، استرس ($r = -۰/۵۱۰$) و اضطراب ($r = -۰/۴۶۹$) منفی و معنادار است. همچنین، رابطه سرمایه روانشناختی با افسردگی ($r = -۰/۵۶۶$)، استرس ($r = -۰/۳۵۲$) و اضطراب ($r = -۰/۳۲۱$) منفی و معنادار است. به علاوه رابطه افسردگی با استرس ($r = ۰/۶۶۱$) و اضطراب ($r = ۰/۶۱۶$) و رابطه اضطراب و استرس ($r = ۰/۷۲۶$) نیز مثبت و معنادار می‌باشد.

با توجه به جدول قبل و معناداری ضرایب امکان تحلیل‌های بعدی فراهم می‌شود. همچنین شاخص‌های کجی و کشیدگی برای بررسی مفروضه‌ی نرمال بودن توزیع مورد بررسی قرار گرفت. چو و بنتلر^۱ (۱۹۹۵) نقطه برش ± ۳ را برای مقدار چولگی مناسب می‌دانند. برای شاخص کشیدگی نیز به طور کلی مقادیر بیش از ± ۱۰ در پژوهش چندمتغیری مسئله آفرین است (کلاين، ۲۰۱۵). مقادیر به دست آمده برای چولگی و کشیدگی متغیرها حاکی از تحقق پیش فرض نرمال بودن دارد. علاوه بر این، چون در این مطالعه فقط دو متغیر پیش‌بین (نیازهای روانشناختی و سرمایه روانشناختی) وجود دارد، بنابراین، مقادیر آماره‌های تحمل و عامل تورم واریانس برابر با یک به دست می‌آید. بنابراین، ضمن رعایت مفروضه خطی بودن، مفروضه هم خطی چندگانه نیز برقرار است. بنابراین به منظور آزمون مدل مفروض پژوهش از روش آماری تحلیل مسیر با رویکرد برازاندن مدل استفاده شد. مدل ارائه شده در این پژوهش در شکل (۲) به این صورت آورده شده است.

متغیر مستقل	متغیر واسطه	متغیر وابسته	حد بالا	حد پایین	ضریب استاندارد	سطح معناداری
نیازهای اساسی روانشناختی	سرمایه‌ی روانشناختی	افسردگی	-۰/۰۵۴	-۰/۱۱	-۰/۲۲۵	۰/۰۰۱
نیازهای اساسی روانشناختی	سرمایه‌ی روانشناختی	استرس	-۰/۰۵۸	-۰/۱۱	-۰/۲۳۴	۰/۰۰۱
نیازهای اساسی روانشناختی	سرمایه‌ی روانشناختی	اضطراب	-۰/۰۴۵	-۰/۰۹۹	-۰/۲۱۳	۰/۰۰۱

طبق نتایج به دست آمده از آزمون بوت استراپ حد بالا و حد پایین مسیر اثر غیرمستقیم نیازهای اساسی روانشناختی از طریق سرمایه روانشناختی بر افسردگی، اضطراب و استرس با یکدیگر هم‌علامت بودند، که می‌توان نتیجه گرفت که متغیر سرمایه روانشناختی، در رابطه بین نیازهای اساسی روانشناختی با افسردگی، اضطراب و استرس نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج این پژوهش نشان داد نیازهای اساسی روانشناختی با متغیرهای افسردگی، استرس و اضطراب که سه جنبه آشفته‌گی روانشناختی هستند به طور مستقیم رابطه منفی معناداری دارد. همچنین متغیر سرمایه روانشناختی، در رابطه بین نیازهای اساسی روانشناختی با افسردگی، اضطراب و استرس نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند. در راستای رابطه منفی معنادار متغیر نیازهای اساسی روانشناختی با آشفته‌گی روانشناختی نتایج این پژوهش، همسو با پژوهش‌های نواک و همکاران (۲۰۲۱)، پیلوت و همکاران (۲۰۲۱)، وینستین و همکاران (۲۰۲۰)، کوردریو و همکاران (۲۰۱۶)، کاستا و همکاران (۲۰۱۶)، بشارت و همکاران (۱۴۰۰)، مهدی‌پور مارالانی و همکاران (۲۰۱۶)، وی و همکاران (۲۰۰۵) و مرادی و چراغی (۱۳۹۳) همسو است. پژوهش‌های متمرکز بر نیازهای بنیادین روانشناختی از ارتقای انگیزش درونی و بهزیستی روانشناختی در سایه برآورد این نیازها حمایت کرده‌اند (ونتزل و همکاران^۲، ۲۰۱۹). برای مثال وینستین و همکاران (۲۰۲۰) نشان دادند که تجارب ارضاکنده نیازهای اساسی روانشناختی می‌توانند به محافظت در برابر استرس کمک کنند. در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت ناکامی نیازهای بنیادین روانشناختی، احساس عدم کنترل بر امور و عدم توانمندی برای خلق موقعیت‌های خوشایندتر را در پی دارد. در چنین حالتی فرد تصور می‌کند نه تنها توانایی خلق پیامدهای مطلوب را ندارد، برای حمایت شدن از سوی دیگران ارزشی نداشته و قادر به جهت‌دهی و تنظیم زندگی خود هم نیست. این ادراکات منفی موجب احساس درماندگی شده و عامل خطر برجسته‌ای برای جنبه‌های گوناگون آشفته‌گی روانشناختی و

به‌خصوص افسردگی است (لی و همکاران^۳، ۲۰۲۱). در اثر این احساس عدم کنترل بر شرایط و ادراک ضعف و ناتوانی، خودی شکننده و انتقادی پرورش خواهدیافت که بهزیستی را کاهش داده و درمقابل نشانگان بدعملکردی روان‌شناختی ظاهر خواهدشد (رایان و دسی، ۲۰۱۷؛ چن و جانگ، ۲۰۱۰). همچنین مبتنی بر نتایج این پژوهش و همسو با نتایج مطالعه‌های پیشین (ورلیسن، لمبرچتس و ون آکر^۴، ۲۰۱۴؛ پیرمادی و همکاران، ۲۰۱۹؛ پورحسین و همکاران، ۱۳۹۷) نیازهای اساسی روانشناختی با سرمایه روانشناختی رابطه مثبت و معنادار دارد. مبتنی بر نظریه خودتعیین‌گری، خودمختاری با حس اعمال مبتکرانه و مالکیت بر این اعمال مرتبط است. شایستگی با احساس تسلط - احساس اینکه من می‌توانم موفق شوم و رشد یابم - همراه است. سرانجام نیاز به ارتباط با حس تعلق و مجاورت با دیگران مرتبط است و با اقناع و احترام و مراقبت تسهیل می‌شود (رایان و دسی، ۲۰۲۰؛ رشیدی‌پور و همکاران، ۱۳۹۹). بنابراین وجود پیوندهای کافی با دیگران و دریافت حمایت از آن‌ها در شرایط دشوار زندگی، منجر به بالارفتن مقاومت در برابر استرس شده و در نتیجه تاب‌آوری را ارتقا می‌دهد. حال آن‌که ناکامی این نیاز به احساس تنهایی، گوشه‌گیری و بدبینی منجر خواهدشد. به این ترتیب تامین این نیازهای اساسی تاب‌آوری و از طریق آن دیگر مؤلفه‌های سرمایه روانشناختی را هم به‌شدت تحت تأثیر قرار می‌دهد (رشیدی‌پور و همکاران، ۱۳۹۹). ناکامی در ارضای هر یک از این سه نیاز به انگیزش فردی و اجتماعی آسیب می‌زند. از طرفی بی‌انگیزگی غیرخود جهت‌دهنده‌ترین نوع انگیزش است و به طور منفی پیش‌بینی‌کننده قوی امید، سرزندگی، خوش‌بینی و بهزیستی است (رایان، وانستینکیست و سونس^۵، ۲۰۱۹). بی‌انگیزگی (یا فقدان هرگونه قصدی برای عمل‌گری) به اخذ دیدگاهی منفعلانه و فقدان احساس کفایت و شایستگی دامن زده و پیامدهای نامطلوبی بر عملکرد فردی دارد.

همچنین سرمایه روانشناختی به طور معناداری با هر کدام از جنبه‌های آشفته‌گی روانشناختی یعنی افسردگی، استرس و اضطراب، رابطه منفی دارد. این یافته نیز با پژوهش‌های پیشین همسو است (بهات، ۲۰۱۷؛ میکس و همکاران، ۲۰۱۶؛ کارور، اسپیر و سگستروم^۶، ۲۰۱۰؛ آوی، لوتانز و جنسن^۷، ۲۰۰۹؛ لوتانز و همکاران، ۲۰۰۷؛ نجد، مصاحبی و آتش‌پور، ۱۳۹۲؛ هاشمی نصرت‌آباد، بهادری خسروشاهی و باباپورخیرالدین، ۱۳۹۱). از آن‌جاکه برخورداری از سرمایه روانشناختی، از مهمترین منابع مدیریت استرس و اضطراب است (کارور و همکاران، ۲۰۱۰) چنین نتایجی قابل پیش‌بینی و تبیین است. چنین منبعی، افراد را قادر می‌سازد تا علاوه بر مقابله بهتر در برابر استرس، کمتر دچار تنش و غم بشوند و به دیدگاه روشنی درباره خود برسند. طبق مطالعه بهات (۲۰۱۷) خوش‌بینی با رضایت از زندگی بالاتر ارتباط دارد و بالعکس بدبینی با افسردگی و کج خلقی در ارتباط است. افراد خوش‌بین، هنگام رویارویی با فشار روانی از روش‌های مقابله‌ای بهتر استفاده می‌کنند، از زندگی خود لذت بیشتری می‌برند و در نتیجه خوشحال‌ترند و نیز

1. Cordeiro & et al
2. Wentzel & et al
3. Li & et al
4. Verleysen, Lambrechts & Van Acker

5. Ryan, Vansteenkist, Soenes
6. Carver, Scheier & Segerstrom
7. Avey, Luthans & Jensen

می‌سازد که در موقعیت‌های استرس‌زا بهتر مقابله کنند و کمتر دچار تنش شوند، در برابر مشکلات توان بالایی از خود نشان دهند و اضطراب کمتری را تجربه کنند، دیدگاه روشنی در مورد خود و زندگی خود شکل دهند و کمتر تحت تاثیر وقایع منفی روزمره قرار گرفته و در نتیجه افسردگی کمتری را تجربه کنند (لوتانز و همکاران، ۲۰۰۷).

به طور کلی یافته‌های این پژوهش همسو با پیشینه پژوهشی مرور شده در این مطالعه، دلالت بر اهمیت تأمین نیازهای اساسی روان‌شناختی و در نتیجه ارتقای سرمایه روان‌شناختی میان دانشجویان دارند. چراکه ارتقای سلامت روانی و جسمانی و کاهش جنبه‌های مختلف آشفتگی روانی از جمله افسردگی در دانشجویان نیازمند میزان مطلوبی از سرمایه روان‌شناختی است که دستیابی به آن منوط به ایجاد محیطی حمایت‌کننده از نیازهای اساسی روان‌شناختی است. این پژوهش مانند هر پژوهش دیگری با محدودیت‌هایی روبه‌رو بوده است؛ که از جمله این محدودیت‌ها می‌توان به طرح پژوهش یعنی همبستگی اشاره نمود که امکان نتیجه‌گیری علی در مورد متغیرها را غیرممکن می‌کند. علاوه بر این، متغیرهای دیگری از جمله سن، جنس و وضعیت جغرافیایی و اقتصادی می‌توانند نقش تعدیل‌گر بین متغیرهای مطالعه حاضر را ایفا کنند که در پژوهش حاضر بررسی نشده‌اند. بنابراین تعمیم نتایج آن به سایر گروه‌های سنی باید با احتیاط صورت گیرد و بهتر است در پژوهش‌های آتی از سایر نمونه‌های جامعه نیز استفاده شود، تا امکان تعمیم نتایج با اطمینان بیشتر فراهم گردد. همچنین، به دلیل محدودیت‌های ناشی از شیوع کووید ۱۹ و عدم دسترسی حضوری، نمونه‌گیری انجام شده به روش دردسترس انجام شده و افراد به صورت مجازی در پژوهش مشارکت نمودند.

در مواجهه با رویدادهای استرس‌زا ثبات بیشتری نشان داده و تمایل بیشتری هم به در نظر گرفتن احتمال‌های مثبت دارند. افراد امیدوارتر نیز، ارزیابی‌های مثبت‌تری انجام می‌دهند و از سطوح عزت‌نفس محافظت‌کننده بیشتری بهره‌مند هستند (گوردون و همکاران، ۲۰۱۶؛ کاپیکران و آکون-کاپیکران، ۲۰۱۶). همچنین تاب‌آوری، با ایجاد نوعی احساس بنیادی کنترل‌داشتن، به فرد امکان دسترسی به فهرست بهتری از راهبردهای مقابله و کنار آمدن را می‌دهد، که این خود نقش به‌سزایی در مقابله با عوامل و رویدادهای فشارزای زندگی به عنوان منبع مقاومت و محافظت از خود در برابر تنش و آشفتگی روانی دارد (ماستن^۱، ۲۰۰۱). افراد تاب‌آور از انعطاف‌پذیری و مقاومت بیشتری برخوردار بوده و درصدد یافتن و به‌اجرا درآوردن راه‌حل برمی‌آیند و خود را با تغییرات محیطی وفق می‌دهند و بعد از برطرف شدن فشارها به‌سرعت به حالت بهبود برمی‌گردند. اما افراد با تاب‌آوری پایین، خودشان را به گونه‌ای کارآمد و مفید با موقعیت‌های جدید وفق نمی‌دهند، به‌کندی خود را از موقعیت‌های فشارزا خارج و به حالت عادی و طبیعی برمی‌گردند و از این‌رو به تنش و آشفتگی روانی بیشتری دچار می‌شوند (سیبرت^۲، ۲۰۰۷). بنابراین، بسیاری از پژوهشگران بین تاب‌آوری و مشکلات روان‌شناختی یک رابطه منفی و معنادار گزارش کرده و بیان می‌کنند که این متغیر می‌تواند متغیر میانجی بین برخی متغیرها و سلامت روانی قرار گیرد و با ارتقای آن افراد می‌توانند از نیروی بیشتری برای مقاومت نشان‌دادن در برابر استرس‌زاهای موقعیت‌ها و رویدادهای مضطرب‌کننده و عوامل مسبب مشکلات روان‌شناختی برخوردار شوند و بر آن‌ها غلبه کنند (بشارت، ۱۳۸۶؛ کانر^۳، ۲۰۰۶).

در نهایت، مهم‌ترین یافته‌های پژوهش حاضر یعنی تایید برازش خوب مدل با داده‌ها مؤید این مطلب است که سرمایه روان‌شناختی در رابطه نیازهای اساسی روان‌شناختی با افسردگی، اضطراب و استرس نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند. به این صورت که نیازهای اساسی روان‌شناختی با میانجی‌گری سرمایه روان‌شناختی رابطه منفی معناداری با افسردگی، اضطراب و استرس برقرار می‌کند. این یافته، با پژوهش‌های پیشین که از تاثیر نیازهای اساسی روان‌شناختی بر سرمایه روان‌شناختی (قندی و قندی، ۱۳۹۶؛ میرزایی و همکاران، ۱۳۹۵؛ امینی و همکاران، ۱۳۹۵) و رابطه منفی سرمایه روان‌شناختی با افسردگی، اضطراب و استرس (کیم، لی و لی، ۲۰۲۰؛ ساتیسی، ۲۰۱۶؛ میکس و همکاران، ۲۰۱۶؛ کراسیکووا و همکاران، ۲۰۱۵؛ اسمیچ و اسمیچ، ۲۰۱۵؛ کروک، ۲۰۱۵؛ آوی و همکاران، ۲۰۱۱) حکایت می‌کنند، همسو می‌باشد. بنابراین همانطور که رابطه مثبت و معنادار نیازهای اساسی روان‌شناختی با سرمایه روان‌شناختی و رابطه منفی معنادار سرمایه روان‌شناختی با جنبه‌های آشفتگی روان‌شناختی در بندهای قبلی تبیین گردید، این تبیین‌ها نشان می‌دهند که برآورده شدن نیازهای اساسی روان‌شناختی از طریق افزایش سرمایه روان‌شناختی، کاهش جنبه‌های آشفتگی روان‌شناختی را پیش‌بینی می‌نماید. چرا که برخورداری از سرمایه روان‌شناختی ناشی از برآوردن نیازهای اساسی روان‌شناختی، افراد را قادر

¹ Masten

² Siebert

³ Connor

⁴ Kim, Lee & Lee

منابع

- Ahrens, A. H., & Haaga, D. A. (1993). The specificity of attributional style and expectations to positive and negative affectivity, depression, and anxiety. *Cognitive therapy and research, 17*(1), 83-98.
- Alarcon, G. M., Bowling, N. A., & Khazon, S. (2013). Great expectations: A meta-analytic examination of optimism and hope. *Personality and Individual Differences, 54*(7), 821-827.
- Auclair-Pilote, J., Lalande, D., Tinawi, S., Feyz, M., & De Guise, E. (2021). Satisfaction of basic psychological needs following a mild traumatic brain injury and relationships with post-concussion symptoms, anxiety, and depression. *Disability and rehabilitation, 43*(4), 507-515.
- Avey, J. B., Luthans, F., & Jensen, S. M. (2009). Psychological capital: A positive resource for combating employee stress and turnover. *Human resource management, 48*(5), 677-693.
- Avey, J. B., Reichard, R. J., Luthans, F., & Mhatre, K. H. (2011). Meta-analysis of the impact of positive psychological capital on employee attitudes, behaviors, and performance. *Human resource development quarterly, 22*(2), 127-152.
- Bhat, S. A. (2017). Psychological capital as related to life satisfaction among sports coaches. *National Journal of Multidisciplinary Research and Development, 3* (2), 300, 302.
- Carmona-Halty, M., Salanova, M., Llorens, S., & Schaufeli, W. B. (2021). Linking positive emotions and academic performance: The mediated role of academic psychological capital and academic engagement. *Current Psychology, 40*(6), 2938-2947.
- Carmona-Halty, M., Salanova, M., Llorens, S., & Schaufeli, W. B. (2021). Linking positive emotions and academic performance: The mediated role of academic psychological capital and academic engagement. *Current Psychology, 40*(6), 2938-2947.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical psychology review, 30*(7), 879-889.
- Ceri, V., & Cicek, I. (2021). Psychological well-being, depression and stress during COVID-19 pandemic in Turkey: A comparative study of healthcare professionals and non-healthcare professionals. *Psychology, Health & Medicine, 26*(1), 85-97.
- Chang, J. H., Huang, C. L., & Lin, Y. C. (2015). Mindfulness, basic psychological needs fulfillment, and well-being. *Journal of Happiness Studies, 16*(5), 1149-1162.
- Chen, K. C., & Jang, S. J. (2010). Motivation in online learning: Testing a model of self-determination theory. *Computers in Human Behavior, 26*(4), 741-752.
- Chou, C.-P., & Bentler, P. M. (1995). Estimates and tests in structural equation modeling. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications* (p. 37-55). Sage Publications, Inc.
- Connor, K. M. (2006). Assessment of resilience in the aftermath of trauma. *Journal of clinical psychiatry, 67*(2), 46-49.
- Cordeiro, P., Paixão, P., Lens, W., Lacante, M., & Luyckx, K. (2016). The Portuguese validation of the Basic Psychological Need Satisfaction and Frustration Scale: Concurrent and longitudinal relations to well-being and ill-being. *Psychologica Belgica, 56*(3), 193.
- امینی، جوان؛ زارع، مریم و علوی، سیدکاکظم. (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین نیازهای روان شناختی با تاب‌آوری و خوش‌بینی در گروهی از بیماران مولتیپل اسکلروزیس. *اولین کنفرانس بین‌المللی روانشناسی و علوم اجتماعی*.
- بشارت، محمدعلی. (۱۳۸۶). تاب‌آوری، آسیب‌پذیری و سلامت روانی. *فصلنامه علوم روانشناختی*، ۳ (۲۴)، ۳.
- بشارت، محمدعلی. (۱۳۹۲). مقیاس ارضای نیازهای بنیادین روان‌شناختی: پایایی، روایی و تحلیلی عاملی. *فصلنامه اندازه‌گیری تربیتی*، ۴ (۱۴)، ۱۴۷-۱۶۸.
- بشارت، محمدعلی. (۱۳۹۱). بررسی ویژگی‌های سنجشی مقیاس فارسی ارضای نیازهای بنیادین روانشناختی در نمونه‌ای از جامعه ایرانی. *فصلنامه علوم روانشناختی*، ۱۱ (۴)، ۲۴-۶.
- بشارت، محمدعلی؛ جعفری، فرزانه و غلامعلی لواسانی، مسعود. (۱۴۰۰). پیش‌بینی نشانه‌های اضطراب و افسردگی بر اساس ارضای نیازهای بنیادین روان‌شناختی. *رویش روان‌شناسی*، ۱۰ (۱)، ۲۵-۳۴.
- بهادری خسروشاهی، جعفر؛ هاشمی نصرت‌آباد، تورج و باباپورخیرالدین، جلیل. (۱۳۹۱). رابطه سرمایه روانشناختی با سرمایه اجتماعی دانشجویان دانشگاه تبریز. *پژوهش و سلامت*، ۱۲ (۱)، ۶۳-۷۱.
- پورحسین، رضا؛ احسانی، سحر؛ انسانی‌مهر، نرگس و نبی‌زاده، رضا. (۱۳۹۷). بررسی رابطه برآورده شدن نیازهای اساسی روان‌شناختی و رضایت از زندگی: نقش واسطه‌ای انگیزش پیشرفت و سرمایه‌های روان‌شناختی. *فصلنامه روان‌شناسی تربیتی*، ۱۴ (۵۰)، ۷۱-۸۷.
- رشیدی‌پور، فاطمه؛ شکری، امید؛ فتح‌آبادی، جلیل و پورشهریار، حسین. (۱۳۹۹). تجربه زیسته دانش‌آموزان از پدیده بی‌انگیزگی تحصیلی: یک مطالعه پدیدارشناختی. *فصلنامه روان‌شناسی تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی*، ۱۶ (۵۶)، ۱۹۷-۲۳۴.
- صاحبی، علی؛ اصغری، محمدجواد و سالاری، راضیه‌سادات. (۱۳۸۴). اعتباریابی مقیاس افسردگی، اضطراب و تنیدگی (DASS-21) برای جمعیت ایرانی. *فصلنامه روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی*، ۱ (۴)، ۲۹۳-۲۹۹.
- فردافشاری، ساره؛ پورشهریار، حسین؛ شکری، امید و فتح‌آبادی، جلیل. (۱۳۹۶). رابطه‌ی خوش‌بینی و آشفتگی روان‌شناختی در دانشجویان: نقش میانجی‌گر کنترل تحصیلی آگاهانه. *مجله مطالعات آموزش و یادگیری*، ۹ (۲)، ۱-۱۹.
- قندی، ناهید و قندی، پرستو. (۱۳۹۶). پیش‌بینی تاب‌آوری تحصیلی دانش‌آموزان براساس نیازهای اساسی روان‌شناختی. *چهارمین کنفرانس بین‌المللی نوآوری‌های اخیر در روانشناسی، مشاوره و علوم رفتاری*.
- مرادی، مرتضی و چراغی، اعظم. (۱۳۹۴). رابطه حمایت‌های اجتماعی با بهزیستی روان‌شناختی و افسردگی: نقش واسطه‌ای حرمت‌خود و نیازهای اساسی روان‌شناختی. *روانشناسی تحولی: روانشناسان ایرانی*، ۱۱ (۴۳)، ۲۷۹-۳۱۲.
- میرزایی، شراره؛ کیامنش، علیرضا؛ حجازی، الهه و بنی‌جمالی، شکوه‌سادات. (۱۳۹۵). تاثیر ادراک شایستگی بر تاب‌آوری تحصیلی با میانجی‌گری انگیزش خودمختار. *فصلنامه روش‌ها و مدل‌های روان‌شناختی*، ۷ (۲۵)، ۶۷-۸۲.
- نجد، محمدرضا؛ مصاحبی، محمدرضا و آنتش‌پور، حمید. (۱۳۹۳). پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی از طریق مولفه‌های خودکارآمدی، سرسختی روان‌شناختی و حمایت اجتماعی ادراک‌شده. *اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی*، ۸ (۳۰)، ۴۷-۵۶.
- هاشمی نصرت‌آباد، تورج؛ بهادری خسروشاهی، جعفر و باباپورخیرالدین، جلیل. (۱۳۹۱). نقش سرمایه روانشناختی در بهزیستی روانی باتوجه به اثرات تعدیلی سرمایه اجتماعی. *فصلنامه پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*، ۱ (۴)، ۱۲۳-۱۴۲.

- Costa, S., Cuzzocrea, F., Gugliandolo, M. C., & Larcan, R. (2016). Associations between parental psychological control and autonomy support, and psychological outcomes in adolescents: The mediating role of need satisfaction and need frustration. *Child Indicators Research*, 9(4), 1059-1076.
- Egan, M., Daly, M., & Delaney, L. (2016). Adolescent psychological distress, unemployment, and the Great Recession: Evidence from the National Longitudinal Study of Youth 1997. *Social Science & Medicine*, 156, 98-105.
- Fowler, D. R., Weber, E. N., Klappa, S. P., & Miller, S. A. (2017). Replicating future orientation: Investigating the constructs of hope and optimism and their subscales through replication and expansion. *Personality and Individual Differences*, 116, 22-28.
- Gagné, M. (2003). The role of autonomy support and autonomy orientation in prosocial behavior engagement. *Motivation and emotion*, 27(3), 199-223.
- Gordon, N. S., Chesney, S. A., & Reiter, K. (2016). Thinking positively: Optimism and emotion regulation predict interpretation of ambiguous information. *Cogent Psychology*, 3(1), 1195068.
- Haverkamp, G. L., Torensma, B., Vergouwen, A. C., & Honig, A. (2015). Psychological distress in the hospital setting: a comparison between native Dutch and immigrant patients. *PLoS One*, 10(6), e0130961.
- Hefferon, K., & Boniwell, I. (2011). *Positive psychology: Theory, research and applications*. McGraw-Hill Education (UK).
- Heidari-Beni, M., Azizi-Soleiman, F., Afshar, H., Khosravi-Boroujeni, H., Keshteli, A. H., Esmailzadeh, A., & Adibi, P. (2021). Relationship between obesity and depression, anxiety and psychological distress among Iranian health-care staff. *Eastern Mediterranean Health Journal*, 27(4), 327-335.
- Johnston, M. M., & Finney, S. J. (2010). Measuring basic needs satisfaction: Evaluating previous research and conducting new psychometric evaluations of the Basic Needs Satisfaction in General Scale. *Contemporary Educational Psychology*, 35(4), 280-296.
- Kapikiran, S., & Acun-Kapikiran, N. (2016). Optimism and Psychological Resilience in Relation to Depressive Symptoms in University Students: Examining the Mediating Role of Self-Esteem. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 16(6), 2087-2110.
- Kim, D. O., Lee, H. J., & Lee, A. Y. (2020). A Study on Relationship among Positive Psychological Capital, Physical Health Status, Depression, Interpersonal Relationship and Learning Flow in Nursing Students. *Journal of the Korea Convergence Society*, 11(1), 349-357.
- Kline, R.B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*. 4th Ed. New York: Guilford.
- Krasikova, D. V., Lester, P. B., & Harms, P. D. (2015). Effects of psychological capital on mental health and substance abuse. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 22(3), 280-291.
- Krok, D. (2015). "The mediating role of optimism in the relations between sense of coherence, subjective and psychological well-being among late adolescents". *Personality and Individual Differences*, 85, 134-139.
- Li, J., Zhang, N., Yao, M., Xing, H., & Liu, H. (2021). Academic Social Comparison and Depression in Chinese Adolescents: The Mediating Role of Basic Psychological Needs Satisfaction. *School Mental Health*, 1-11.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour research and therapy*, 33(3), 335-343.
- Lovibond, S. H., & Lovibond, P. F. (1996). *Manual for the depression anxiety stress scales*. Psychology Foundation of Australia.
- Luthans, B. C., Luthans, K. W., & Jensen, S. M. (2012). The impact of business school students' psychological capital on academic performance. *Journal of Education for Business*, 87(5), 253-259.
- Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). *Psychological capital: Developing the human competitive edge*. Oxford: Oxford University Press.
- Maralani, F. M., Lavasani, M. G., & Hejazi, E. (2016). Structural modeling on the relationship between basic psychological needs, academic engagement, and test anxiety. *Journal of Education and Learning*, 5(4), 44-52.
- Masten, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience processes in development. *American psychologist*, 56(3), 227.
- McPherson, K. E., McAloney-Kocaman, K., McGlinchey, E., Faeth, P., & Armour, C. (2021). Longitudinal analysis of the UK COVID-19 Psychological Wellbeing Study: Trajectories of anxiety, depression and COVID-19-related stress symptomology. *Psychiatry Research*, 304, 114138.
- Meeks, S., Van Haitsma, K., Mast, B. T., Arnold, S., Streim, J. E., Sephton, S., & Rovine, M. (2016). Psychological and social resources relate to biomarkers of allostasis in newly admitted nursing home residents. *Aging & mental health*, 20(1), 88-99.
- Necho, M., Tsehay, M., Birkie, M., Biset, G., & Tadesse, E. (2021). Prevalence of anxiety, depression, and psychological distress among the general population during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Social Psychiatry*, 00207640211003121.
- Novak, C. J., Chang, E. C., Xu, J., Shen, J., Zheng, S., & Wang, Y. (2021). Basic psychological needs and negative affective conditions in Chinese adolescents: Does coping still matter. *Personality and Individual Differences*, 179, 110889.
- Novak, D., & Kawachi, I. (2015). Influence of different domains of social capital on psychological distress among Croatian high school students. *International journal of mental health systems*, 9(1), 1-7.
- Pirmoradi, F., Ahmadian, H., Karami, J., & Yarahmadi, Y. (2018). Development and testing of the relationship model of basic psychological needs on the meaning of life through the mediating roles of the psychological capital and human values. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 21(1), 51-62.
- Raykov, T., Marcoulides, G.A. (2006). *A first course in structural equation modeling*. 2th Ed. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Ridner, S. H. (2004). Psychological distress: concept analysis. *Journal of advanced nursing*, 45(5), 536-545.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York, NY, US: Guilford Press.

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology, 61*, 101860.
- Ryan, R. M., Ryan, W. S., Di Domenico, S. I., & Deci, E. L. (2019). The CHAPTER6 Nature and the Conditions of Human Autonomy and Flourishing. *The Oxford Handbook of Human Motivation*, 89.
- Ryan, R. M., Vansteenkiste, M., & Soenens, B. (2019). Reflections on self-determination theory as an organizing framework for personality psychology: Interfaces, integrations, issues, and unfinished business. *Journal of personality, 87*(1), 115–145.
- Satici, S. A. (2016). Psychological vulnerability, resilience, and subjective well-being: The mediating role of hope. *Personality and Individual Differences, 102*, 68-73.
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social cognitive theory. *Contemporary Educational Psychology, 60*, <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.101832>.
- Shen, X., Yang, Y. L., Wang, Y., Liu, L., Wang, S., & Wang, L. (2014). The association between occupational stress and depressive symptoms and the mediating role of psychological capital among Chinese university teachers: a cross-sectional study. *BMC psychiatry, 14*(1), 1-8.
- Siebert, A. (2007). How to develop resiliency strengths. Available: www.Resiliencycenter.Com.
- Simões, F., & Alarcão, M. (2014). Promoting well-being in school-based mentoring through basic psychological needs support: Does it really count? *Journal of Happiness Studies, 15*(2), 407-424.
- Smith, J. L., & Hollinger-Smith, L. (2015). Savoring, resilience, and psychological well-being in older adults. *Aging & mental health, 19*(3), 192-200.
- Stockbridge, E. L., Wilson, F. A., & Pagán, J. A. (2014). Psychological distress and emergency department utilization in the United States: evidence from the Medical Expenditure Panel Survey. *Academic Emergency Medicine, 21*(5), 510-519.
- Tucker, R. P., Wingate, L. R., O'Keefe, V. M., Mills, A. C., Rasmussen, K., Davidson, C. L., & Grant, D. M. (2013). Rumination and suicidal ideation: The moderating roles of hope and optimism. *Personality and Individual Differences, 55*(5), 606-611.
- Unanue, W., Gómez, M. E., Cortez, D., Oyanedel, J. C., & Mendiburo-Seguel, A. (2017). Revisiting the link between job satisfaction and life satisfaction: The role of basic psychological needs. *Frontiers in psychology, 8*, 680.
- Vansteenkiste, M., & Ryan, R. M. (2013). On psychological growth and vulnerability: basic psychological need satisfaction and need frustration as a unifying principle. *Journal of psychotherapy integration, 23*(3), 263.
- Verleysen, B., Lambrechts, F., & Van Acker, F. (2015). Building psychological capital with appreciative inquiry: Investigating the mediating role of basic psychological need satisfaction. *The Journal of Applied Behavioral Science, 51*(1), 10-35.
- Wei, M., Shaffer, P. A., Young, S. K., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, shame, depression, and loneliness: the mediation role of basic psychological needs satisfaction. *Journal of counseling psychology, 52*(4), 591.
- Weinstein, N., Khabbaz, F., & Legate, N. (2016). Enhancing need satisfaction to reduce psychological distress in Syrian refugees. *Journal of consulting and clinical psychology, 84*(7), 645.
- Wentzel, K. R., Tomback, R., Williams, A., & McNeish, D. (2019). Perceptions of competence, control, and belongingness over the transition to high school: A mixed-method study. *Contemporary Educational Psychology, 56*, 55-66.
- Yang, Y., Zhang, Y., & Sheldon, K. M. (2018). Self-determined motivation for studying abroad predicts lower culture shock and greater well-being among international students: The mediating role of basic psychological needs satisfaction. *International Journal of Intercultural Relations, 63*, 95-1