http://jcp.khu.ac.ir

فصلنامه روانشناسی شناختی دوره ۱، شماره ۱، پاییز ۱۳۹۲ مقاله علمی- پژوهشی

نقش هیجانات مثبت و منفی، خوش‌بینی و بدبینی و سبک‌های پردازش اطلاعات در سازگاری روانشناختی دانشجویان

منصور بیرامی: دانشیار گروه روانشناسی دانشگاه تبریز.
تورج هاشمی نصرت آباد: دانشیار گروه روانشناسی دانشگاه تبریز.
شیرین دانشفر: کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه تبریز.
* **جعفر بهادری خسروشاهی:** (نویسنده مسئول) کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی دانشگاه تبریز. jafar.b2010@yahoo.com

تاریخ دریافت: ۱۳۹۱/۳/۱۷ پذیرش اولیه: ۱۳۹۱/۸/۱۵ پذیرش نهایی: ۱۳۹۲/۲/۳۱

چکیده

در راستای تعیین نقش هیجانات مثبت و منفی، خوش بینی و بدبینی و سبک‌های پردازش اطلاعات در سازگاری روانشناختی، تعداد ۴۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه تبریز به شیوه‌ی خوشه‌ای چند مرحله‌ای انتخاب و با استفاده از مقیاس هیجانات مثبت و منفی (PANAS)، آزمون جهت‌گیری زندگی (LOT-R)، پرسشنامه‌ی شخصیتی کالیفرنیا (CPI) و سیاهه‌ی سبک‌های پردازش (PMPI)، متغیرهای مورد مطالعه اندازه‌گیری شد. جهت تحلیل داده‌ها از روش تحلیل رگرسیون چندگانه و آزمون معنی‌داری ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد. تحلیل داده‌ها نشان داد که خوش‌بینی، هیجانات مثبت، سبک عقلانی و سبک تجربی پردازش اطلاعات قادر هستند تا سازگاری روانشناختی را به طور معنی‌دار پیش‌بینی کنند. بر اساس این یافته‌ها می‌توان نتیجه گرفت که سازگاری روانشناختی دانشجویان به طور چشمگیر از عوامل هیجانی، اسنادی و شناختی آنها تأثیر پذیر بوده و این مؤلفه‌ها قادرند روند سازگاری روانشناختی آنها را تحت‌الشعاع خود قرار دهند.

کلیدواژه‌ها: هیجانات مثبت و منفی، خوش‌بینی و بدبینی، سبک‌های پردازش اطلاعات، سازگاری روانشناختی.

Journal of Cognitive Psychology, Vol. 1, No. 1, Fall 2013

The Role of Positive and Negative Emotions, Optimism, Pessimism, and Information Processing Styles in Students' Psychological Adjustment

Bayrami, M. Associate Professor of Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran.
Hashemi Nosratabad, T. Associate Professor of Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran.
Daneshfar, Sh. MA in Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran.
***Bahadori Khosroshahi, J.** (Corresponding author) MA in Psychology, University of Tabriz, Tabriz, Iran.
jafar.b2010@yahoo.com

Abstract

To determine the role of positive and negative emotion, pessimism, optimism, and information processing styles in the students' psychological adjustment, using the multi-stage cluster sampling method, 400 students of Tabriz University were selected. They were assessed by the positive and negative affect scales (PANAS), Life Orientation-Revised (LOT-R), California Psychological Test (CPI), and Perceive Modes of Processing Inventory (PMPI). The data was analyzed using multiple regression and Pearson correlation coefficient methods. Findings showed that optimism, positive emotions, and rational and experimental information processing styles could significantly predict the psychological adjustment. Therefore, the present study suggests that the students' psychological adjustment is considerably influenced by their emotional, attributive, and cognitive factors, so these parameters can affect their process of Psychological adjustment.

Keywords: Positive and Negative Emotion, Optimism and Pessimism, Information Processing Styles, Psychological Adjustment.

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.23455780.1392.1.1.1.7]

مقدمه

سازگاری روانشناختی[1] با موقعیت‌های زندگی تحصیلی، از اهداف ضمنی نظام‌های تعلیم و تربیت می‌باشد. در این موقعیت‌ها فراگیران با چالش‌ها و تغییرات متنوعی روبرو می‌شوند و حل این چالش‌ها و کنار آمدن با این تغییرات، به ظرفیت‌ها و شایستگی‌های رفتاری، شناختی و عاطفی فراگیران وابسته است (والاس[2]، ۲۰۰۱). در دهه‌های اخیر، موضوع عوامل تأثیرگذار بر سازگاری روانشناختی فراگیران مورد توجه نظریه پردازان، پژوهشگران و مشاوران آموزشگاهی واقع شده است؛ به نحوی که مدل‌های نظری متنوعی برای تبیین آن ارائه و راه کارهای عملی نیز عرضه شده است. در برخی مدل‌ها بر نقش عوامل شناختی و عاطفی بیش از سایر عوامل تأکید شده است (چانگ، سانا و یانگ[3]، ۲۰۰۳)، در حالی‌که در مدل‌های دیگر بر نقش سیستم‌های ادراکی- شناختی تأکید بیشتری شده (شیرر و کارور[4]، ۱۹۸۵) و از سویی؛ پاره‌ای از مدل‌ها بر نقش سبک‌های پردازش اطلاعات تأکید نموده و این سبک‌ها را به عنوان عامل میانجی بین سازگاری روانشناختی و عوامل شناختی تلقی نموده‌اند (چانگ و فاررهی[5]، ۲۰۰۱).

بر اساس پیش‌بینی‌های به عمل آمده، سازگاری روانشناختی فراگیران با موقعیت‌های آموزشگاهی، از عوامل فردی و محیطی متعددی تأثیر می‌پذیرد (اکسترمرا و فرناندز[6]، ۲۰۰۵). با این حال در سال‌های اخیر بر نقش دو عامل شناختی یعنی خوش‌بینی و بدبینی، تأکید زیادی شده است و در این راستا پژوهش‌های گسترده‌ای به انجام رسیده است. مطابق دیدگاه شیرر و کارور (۱۹۸۵) خوش‌بینی[7] و بدبینی[8] به عنوان انتظارات پیامد مثبت و منفی عمومی، نقش مهمی در پیش-بینی سازگاری روانشناختی ایفا می‌کنند.

خوش‌بینی و مثبت‌اندیشی در خصوص جهان پیرامونی و رخدادهای آن، بر توانمندی و مهارت‌های مقابله‌ای فرد افزوده و در مقابل، بدبینی نسبت به جهان بیرونی و پدیده‌های آن، رخوت و افسردگی و رفتارهای اجتنابی به دنبال دارد. به سخنی، امید داشتن نسبت به امور و رخدادهای آتی بر تلاش فرد می‌افزاید (سلیگمن[9]،۱۹۹۸) و سازگاری اجتماعی او را افزایش می‌دهد، و بیم داشتن از آینده، فرد را از تلاش باز خواهد داشت. از سویی خوش‌بینی یک انتظار کلی است مبنی بر این‌که در آینده، بیشتر رویدادهای خوب اتفاق خواهند افتاد تا رویدادهای بد. شیرر و همکاران (۱۹۹۴) استدلال می‌کنند که افراد خوش‌بین در رویارویی با دشواری‌ها، به دنبال کردن هدف‌های با ارزش خود ادامه می‌دهند و با به کارگیری راهبردهای کنار آمدن مؤثر، خودشان و حالت‌های شخصی‌شان را تنظیم می‌کنند، تا این‌که بتوانند به هدف‌های خود برسند. در مقابل افراد بدبین از راهبردهای کنار آمدن اجتنابی استفاده می‌کنند. از این رو به نظر می‌آید که خوش-بینی و بدبینی نسبت به امور، سهم انکار ناپذیری در سلامت روانشناختی دارد. در این راستا مطالعات پترسون[10](۲۰۰۴) و شیرر و کارور (۱۹۸۵) نشان می‌دهد که خوش‌بینی قادر است سهم چشمگیری در فرایندهای مقابله‌ای افراد ایفا کند. با این‌حال یافته‌های هنریک[11] (۲۰۰۱) و لفکورت[12] (۲۰۰۱) نشان می‌دهد که خوش‌بینی، به تنهایی نمی‌تواند مقابله‌ی مؤثر با مشکلات زندگی را تضمین کند. نلسون[13] (۲۰۰۲) پژوهشی نشان داد که در پیش‌بینی سازگاری روانشناختی کارگران مترو، عوامل فردی همچون سن، جنسیت و سبک اسنادی خوش‌بینانه نقش تعیین کننده دارد. در این راستا مطالعات ادوارد[14] (۲۰۰۳) نشان داده است که خوش‌بینی یکی از عوامل بهزیستی روانی و سازگاری روانشناختی پرستاران در بخش‌های عفونی بیمارستان‌ها است. همچنین یافته‌های پژوهشی هنری[15] (۲۰۰۶) نشان می‌دهد که دانشجویان خوش‌بین، سازگاری روانشناختی بیشتری را در محیط‌های تحصیلی از خود نشان می‌دهند.

از سویی سازگاری با موقعیت‌های تحصیلی، با شیوه‌های پردازش اطلاعات مربوط به آن موقعیت‌ها ارتباط تنگاتنگ دارد (برنز و دزوریلا[16]، ۱۹۹۹). به عبارتی، پاسخ‌دهی به چالش‌های زندگی تحصیلی مستلزم توجه به مؤلفه‌های موقعیت‌ها و ذخیره‌سازی اطلاعات و رمزگذاری آنها است، تا به واسطه‌ی معنادهی به علایم موقعیتی و نظم بخشیدن به

1. Psychological adjustment
2. Valas
3. Chang, Sanna & Yang
4. Scheier & Caver
5. Chang & Farrehi
6. Extremera & Fernandez
7. Optimism
8. Pessimism
9. Seligman
10. Peterson
11. Henrick
12. Lefcort
13. Nelson
14. Edward
15. Henry
16. Burns & Dzurilla

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.23455780.1392.1.1.1.7]

آنها بتوان به پاسخ مقتضی دست یافت (اپستین[17]، ۱۹۹۰). اپستین همچنین بر این عقیده است که در برخورد با موقعیت‌های چالش برانگیز، آدمیان به شیوه‌های یکسان عمل نمی‌کنند؛ بلکه ماهیت پردازش آن‌ها از اطلاعات به دست آمده یا کسب شده متفاوت بوده و لذا نحوه‌ی پاسخ‌دهی آنها به تقاضاهای موقعیتی متفاوت خواهد بود. در این راستا (اپستین، ۱۹۹۰) بر اساس دیدگاه پردازش اطلاعات عنوان نموده‌اند که نظام پردازش اطلاعات به دو شیوه می‌تواند عمل کند و نظام پردازش اطلاعات دارای دو سبک متفاوت از هم می‌باشد. در یک سو برخی افراد دارای سبک عقلانی‌اند و در دیگر سو نظام پردازشی بعضی دیگر تجربی می‌باشد. در توضیح این دو سبک، (برنز و دزوریلا، ۱۹۹۹) بیان می‌دارند که افراد حائز سبک عقلانی در مواجهه با موقعیت‌های فشارزا و چالش برانگیز از استدلال منطقی، تفکر خلاق و روش‌های عقلانی استفاده می‌کنند، در صورتی که افراد حائز سبک تجربی و عینی در رویارویی با چنین موقعیت‌هایی از احساسات و هیجانات، جهت هدایت رفتارهای مقابله‌ای بهره می‌گیرند.

از سویی بول[18] (۱۹۹۹) بیان می‌دارد که افراد دارای سبک عقلانی، در مواجهه با موقعیت‌های چالش برانگیز سعی می‌کنند وقت بیشتری را برای شناسایی حیطه‌های موقعیت صرف کنند و با تفکر همه جانبه به ارزیابی ایده‌های خود برای مواجهه با موقعیت می‌پردازند. در این راستا هویت[19] (۱۹۹۲) عنوان می‌کند که افراد عینی در مواجهه با موقعیت‌ها، به حقایق، جزئیات و واقعیات توجه می‌کنند و به راه‌حل‌های استانداردی که قبلاً در مورد آنها کار شده، روی می‌آورند. از طرفی این افراد تمایل دارند ارزش‌ها و احساسات خود را در فرایند حل مسأله به کار گیرند. با این‌حال، آنها در تصمیم گیری‌ها به عینی بودن و این که چگونه تصمیم‌ها می‌تواند در دیگران تأثیر داشته باشد، توجه می‌کنند. هرالد[20] (۲۰۰۷) در پژوهشی نشان داد که داشتن سبک عقلانی در پردازش اطلاعات، قادر است افراد را برای رویارویی بهینه با موقعیت‌های چالش برانگیز تحصیلی یاری رساند. همچنین یافته‌های جاکوب و تورانس[21] (۲۰۰۶) نشان داد که سبک عقلانی پردازش اطلاعات به مدیران این توان را می‌دهد که در پیش بینی وقایع غیرمترقبه بهتر عمل کنند و کارایی بیشتری در عرصه‌های مدیریت بحران‌ها از خود نشان دهند. از طرفی یافته‌های پژوهشی برنز (۲۰۰۱) نشان داده است که افراد حائز سبک عقلانی در مقایسه با افراد تجربی در انجام امور از ادراکات خودکارآمدی بیشتری برخوردارند. یافته‌های هاگان و البر[22] (۲۰۰۸) نیز نشان داد که افراد حائز سبک پردازش عقلانی به سبک تجربی، از سازگاری روانشناختی بیشتری برخوردارند.

از سویی، سازگاری روانشناختی به طور طبیعی وامدار وضعیت هیجانی فرد بوده و تحت تأثیر این عامل دچار بسط‌های زیادی می‌شود. در این راستا واتسون[23] (۲۰۰۰) بیان می‌دارد که خلق آدمی حائز دو وجه هیجانی مثبت و منفی است. بدین معنا که هیجان مثبت ناظر بر فعال بودن، هوشیار بودن و شور و شوق داشتن است، در صورتی که هیجان منفی شامل احساس ناراحتی و ناخشنودی است. مبتنی بر این تعاریف، واتسون (۲۰۰۰) بیان می‌دارد که هیجان مثبت و منفی در پیش‌بینی سازگاری روانشناختی نقش اساسی دارند. همچنین یافته‌های چانگ (۲۰۰۲) نشان می‌دهد که هیجان مثبت و منفی قادرند روابط بین خوش‌بینی و سازگاری اجتماعی را تحت تأثیر قرار دهند و این روابط را تضعیف کنند.

یافته‌های سلیگمن (۲۰۰۰) نشان می‌دهد که هیجان مثبت، قادر است تحمل افراد برای انجام کارهای سخت را افزایش دهد. علاوه‌بر این یافته‌های لفکورت (۲۰۰۱) نشان داد که هیجانات مثبت، می‌توانند به عنوان سپر روانشناختی عمل کنند و فرایندهای حل مسأله را تسهیل کنند. از این رو چانگ و همکاران (۲۰۰۱) عنوان کردند که هیجان منفی یک عامل پیش بینی کننده‌ی قوی برای وقوع نشانه‌های افسردگی بوده و اثرات خوش‌بینی را بر سازگاری روانشناختی تعدیل می‌کند. رابرت و جودت[24] (۲۰۰۵) نشان دادند که داشتن هیجانات مثبت در موقعیت‌های دشوار زندگی می‌تواند افراد را برای مقابله‌ی بهینه با چالش‌های غیرمترقبه یاری رساند؛ لذا مسأله‌ی اصلی پژوهش حاضر این است که آیا هیجان مثبت و منفی همراه با خوش‌بینی و بدبینی بر سازگاری روانشناختی تأثیرات متفاوت دارد؟ به عبارتی آیا هیجانات مثبت و منفی قادرند روابط بین خوش‌بینی و بدبینی را با سازگاری روانشناختی تحت تأثیر قرار دهند؟ و این که آیا هیجانات مثبت و منفی قادرند سازگاری روانشناختی را پیش‌بینی کنند؟ بنابراین تحقیق حاضر با مرور سوابق نظری و تجربی در پی

17. Epstein
18. Bull
19. Huitt
20. Herald
21. Jokob & Tourans
22. Hagan & Elber
23. Watson
24. Robert & Joudet

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.23455780.1392.1.1.1.7]

پاسخگویی به این سؤالات است؟

روش

جامعه‌ی آماری پژوهش حاضر کلیه ی دانشجویان کارشناسی دانشگاه تبریز در سال تحصیلی ۸۹-۸۸ بود، که از این جامعه آماری ۱۳۰۰۰ نفری بر اساس جدول مورگان نمونه‌ای به حجم ۴۰۰ نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای انتخاب شد. به این ترتیب که از بین دانشکده‌های موجود، ۵ دانشکده به صورت تصادفی انتخاب گردید و از بین این ۵ دانشکده ۲ کلاس به صورت تصادفی انتخاب شد و سپس دانشجویان آن کلاس انتخاب شده و مورد آزمون قرار گرفتند. پژوهش حاضر از نوع توصیفی همبستگی بود. همچنین برای تحلیل داده‌ها از آزمون معنی داری ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده شد.

ابزار

مقیاس هیجان مثبت و منفی[25] *(PANAS)*: این مقیاس شامل ۲۰ ماده و برای اندازه‌گیری دو بعد خلق، یعنی هیجان منفی و هیجان مثبت طراحی شده است (واتسون و تلنجن[26]، ۱۹۸۸). هر خرده مقیاس ۱۰ ماده دارد که بر اساس مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای رتبه بندی می‌شوند. ضریب سازگاری درونی (آلفا) برای خرده مقیاس هیجان مثبت (۰/۸۸) و برای خرده مقیاس هیجان منفی (۰/۸۷) به دست آمد. در اعتبار آزمون از راه باز آزمایی ۸ هفته‌ای برای خرده مقیاس هیجان مثبت (۰/۶۸) و برای خرده مقیاس هیجان منفی (۰/۷۱) گزارش شده است (واتسون و همکاران، ۱۹۸۸).

پرسشنامه‌ی خوش‌بینی و بدبینی[27] (LOT-R): این آزمون نسخه کوتاه شده آزمون جهت گیری زندگی (LOT) (شیرر و کاور، ۱۹۸۵) است که تفاوت‌های فردی در خوش‌بینی-بدبینی را می‌سنجد (برای نمونه: در مواقع نامعین، همیشه انتظار بهترین چیز را دارم). از پاسخ دهندگان خواسته می‌شود تا میزان توافق شان را برای هر یک از ماده‌ها، بر پایه مقیاس لیکرت ۵ نقطه‌ای درجه‌بندی کنند و دامنه‌ای از صفر (کاملاً مخالفم) تا چهار (کاملاً موافقم) دارد. این مقیاس دارای سه ماده درباره‌ی خوش‌بینی، سه ماده درباره‌ی بدبینی و چهار ماده پرکننده (ماده‌هایی از یک آزمون که سنجش آن‌ها هدف اصلی آزمون نیست ولی به منظور این که آزمودنی نسبت به ماده‌های اصلی آزمون حساس نشود به کار برده می‌شوند) می‌باشد. پس از معکوس کردن نمرات به دست آمده از پرسش‌های بدبینی، مجموع نمرات ماده‌های خوش‌بینی و بدبینی به عنوان نمره‌ی کلی خوش‌بینی محاسبه می‌گردد. شیرر و کاور (۱۹۸۵) ضریب آلفای کرونباخ ۰/۷۶ و ضریب پایایی باز آزمایی ۰/۷۹ (با چهار هفته فاصله) را برای یک گروه از دانشجویان گزارش کردند. پایایی ضریب آلفا در نمونه‌ای شامل ۵۹ زن دچار سرطان سینه ۰/۸۷ و پایایی باز آزمایی با فاصله‌ی ۱۲ ماه ۰/۷۴ بوده است (کاور، پوزو، هریس، نوریگا، شیرر، رابینسون[28] و همکاران، ۱۹۹۳).

۳.۱. پرسشنامه‌ی سبک های پردازش اطلاعات[29] (PMPI): این پرسشنامه توسط برنز و دزوریلا، ۱۹۹۹ طراحی شده و شامل ۳۲ سؤال است که تفاوت‌های فردی را در سبک‌های پردازش اطلاعات می‌سنجد. ۱۲ سؤال برای سنجش سبک پردازش اطلاعات عقلانی (مثلاً: من معمولاً در مورد موقعیت‌های استرس‌زای خودم فکر می‌کنم و بعد سعی می‌کنم راه‌های تازه‌ای برای حل آنها بیابم)؛ ۱۰ سؤال برای سنجش سبک پردازش اطلاعات تجربی (مثلاً: برای مقابله با موقعیت‌های استرس زا من معمولاً به جای علت-یابی، با غریزه‌ی طبیعی خودم عمل می‌کنم) و ۱۰ سؤال باقی‌مانده نیز برای سنجش سبک پردازش اطلاعات اتوماتیک اختصاص یافته‌است (مثلاً: من معمولاً از چگونگی مقابله با موقعیت‌های استرس زا آگاهم، حتی قبل از مرور تمام جوانبش). پاسخ‌ها بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت تدوین شده و از ۱ (کاملاً نادرست) تا ۵ (کاملاً درست) نمره می‌گیرد. برای بررسی پایایی این پرسشنامه از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد، که پایایی درونی سؤالات پرسشنامه ۰/۸۱ و ضریب پایایی برای سبک پردازش عقلانی، تجربی و اتوماتیک به ترتیب ۰/۷۲، ۰/۷۹ و ۰/۷۶ به دست آمد.

پرسشنامه‌ی شخصیتی کالیفرنیا[30] (CPT): پرسشنامه‌ی شخصیتی کالیفرنیا توسط کلارک[31] در سال ۱۹۳۹ برای اندازه‌گیری سازگاری ساخته شده و در سال ۱۹۵۳ مورد تجدیدنظر قرار گرفت. این آزمون سازگاری را در قطب فردی و بین فردی اندازه می‌گیرد و دارای ۱۸۰ سؤال دو گزینه‌ای (بله و خیر) است. سازگاری فردی و بین فردی هر یک به

[25]. Positive and negative affect scales
[26]. Tellegen
[27]. Revised Life orientation Test
[28]. Carver, Pozo, Harris, Noriega & Scheie
[29]. Perceived Modes of Processing Inventory
[30]. California psychological Inventory
[31]. Clark

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.23455780.1392.1.1.1.7]

طور جداگانه دارای ۹۰ سؤال و شش مؤلفه و هر مؤلفه دارای ۱۵ سؤال است. سؤال‌هایی که پاسخ بلی دارند نمره‌ی یک و سؤال‌هایی که پاسخ خیر دارند نمره‌ی صفر می‌گیرند. به ترتیب آزمودنی می‌تواند در مؤلفه‌ها نمره‌ی ۱۵ و حداقل نمره‌ی صفر به دست آورد. شافر[32] (۱۹۳۹) ضریب پایایی نمره‌های آزمون را با استفاده از روش دو نیمه سازی برای مقیاس‌های فردی در دامنه‌ی ۰/۸۸ تا ۰/۹۰ و برای مقیاس‌های بین فردی در دامنه‌ی ۰/۸۶ تا ۰/۹۰ و برای کل آزمون ۰/۹۱ تا ۰/۹۳ به دست آورده است. زارع وندپور(۱۳۸۳) ضریب پایایی این پرسشنامه را با روش آلفای کرونباخ به ترتیب برای مقیاس سازگاری فردی ۰/۸۷ و برای مقیاس سازگاری بین فردی ۰/۸۰ و برای کل مقیاس برابر با ۰/۹۳ به دست آورده است.

یافته‌ها

جدول ۱ شاخص‌های توصیفی آزمودنی‌ها را در متغیرهای مورد مطالعه نشان می‌دهد. مندرجات جدول ۱ نشان می‌دهد که آزمودنی‌های مورد مطالعه در کلیه‌ی متغیرها، از پراکندگی قابل توجهی برخوردارند و تغییرات موجود در هر یک از متغیرها، قابل توجه بوده و لذا تحلیل پراکندگی‌ها می‌تواند پیش‌بینی‌های قابل فهمی برای متغیرهای موجود به بار آورد. هرچند که به واسطه‌ی تغییرات موجود، نمی‌توان به درستی در مورد جهت پیش‌بینی‌ها و مقدار و شدت آنها داوری نمود.

مندرجات ماتریس همبستگی جدول ۲ نشان می‌دهد که رابطه‌ی خوش‌بینی و سازگاری روانشناختی از نظر آماری معنی‌دار است و بین این دو متغیر به میزان ۰/۶۱ رابطه‌ی مثبت وجود دارد. به این معنی که تغییرات مثبت در اندازه‌های خوش‌بینی با تغییرات مثبت در سازگاری روانشناختی همراه است. همچنین هیجانات مثبت، سبک پردازش عقلانی و سبک پردازش تجربی (عینی) با سازگاری روانشناختی رابطه‌ی مثبت و معنی‌دار دارند. از سویی بدبینی، هیجانات منفی و سبک پردازش اتوماتیک با سازگاری روانشناختی رابطه‌ی منفی دارند.

برای تعیین تأثیر هر یک از متغیرهای هیجانات مثبت و منفی، خوش‌بینی و بدبینی و سبک‌های پردازش اطلاعات در واریانس سازگاری روانشناختی از تحلیل رگرسیون چندگانه (روش همزمان) استفاده شد. نتایج تحلیل رگرسیون چندگانه در جدول ۳ ارائه شده است.

مندرجات جدول ۳ نشان می‌دهد که رگرسیون نمرات متغیرهای پیش‌بین (هیجانات مثبت و منفی، خوش‌بینی و

جدول۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای مورد مطالعه در پژوهش

متغیرها	تعداد	میانگین	انحراف معیار	کمترین مقدار	بیشترین مقدار
۱. هیجان مثبت	۴۰۰	۳۰/۲	۴/۵	۸	۳۸
۲. هیجان منفی	۴۰۰	۲۵/۹	۳/۸	۴	۳۰
۳. خوش‌بینی	۴۰۰	۱۹/۵	۳/۱	۴	۲۵
۴. بدبینی	۴۰۰	۱۴/۵	۲/۸	۳	۱۸
۵. سبک عقلانی	۴۰۰	۴۱/۲	۵/۲	۸	۴۶
۶. سبک تجربی	۴۰۰	۳۵/۸	۴/۳	۵	۳۹
۷. سبک اتوماتیک	۴۰۰	۳۱/۲	۳/۸	۸	۳۵
۸. سازگاری روانشناختی	۴۰۰	۶۵/۵	۷/۲	۲۹	۷۱

جدول۲. ماتریس همبستگی متغیرهای مورد مطالعه در پژوهش

متغیرها	سبک اتوماتیک	سبک تجربی	سبک عقلانی	هیجان منفی	هیجان مثبت	بدبینی	خوش‌بینی
۱. سازگاری روانشناختی	-۰/۰۸	۰/۲۶	۰/۳۵	-۰/۱۳	۰/۳۹	-۰/۲۰	۰/۶۱
۲. خوش‌بینی	- ۰/۱۲	۰/۱۹	۰/۲۹	-۰/۲۱	۰/۳۱	-۰/۳۱	---
۳. بدبینی	۰/۱۴	۰/۰۹	-۰/۱۴	۰/۱۵	-۰/۲۶	---	
۴. هیجان مثبت	-۰/۰۷	۰/۱۴	۰/۲۶	-۰/۳۲	---		
۵. هیجان منفی	۰/۱۷	۰/۱۷	-۰/۲۰	---			
۶. سبک عقلانی	-۰/۰۶	۰/۱۱	---				
۷. سبک تجربی	۰/۱۱	---					

نکته: تمام ضرایب در سطح ۰/۰۵ معنی‌دار است.

[32]. Shafer

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.23455780.1392.1.1.1.7]

جدول ۳. خلاصه تحلیل رگرسیون همزمان برای تبیین متغیر ملاک بر اساس متغیرهای پیش‌بین

مدل	تغییرات	مجموع مجذورات	میانگین مجذورات	F	R	R^2	Sig
همزمان	رگرسیون	۱۹۷۹/۲۸	۲۴۷/۴۱	۱۰۰/۵۷	۰/۷۱	۰/۵۰	۰/۰۱
	باقیمانده	۹۶۵/۲۲	۲/۴۶	–			
	مجموع	۲۹۴۴/۵		–			

جدول۴. تحلیل ضرایب تعیین اثرات متغیرهای پیش‌بین در معادله‌ی رگرسیون

مدل	تغییرات	R	R^2	F	Sig
گام به گام	خوش‌بینی	۰/۶۱	۰/۳۷	۱۷۰/۹	۰/۰۱
	هیجان مثبت	۰/۶۶	۰/۴۳	۱۵۱/۰۱	۰/۰۱
	سبک عقلانی	۰/۶۹	۰/۴۷	۱۳۲/۲۶	۰/۰۱
	سبک عینی	۰/۷۱	۰/۵۰	۱۱۵/۱۶	۰/۰۱

بدبینی و سبک های پردازش اطلاعات) به طرف متغیر ملاک (سازگاری روانشناختی) از نظر آماری معنی‌دار است، چرا که F محاسبه شده (۱۰۰/۵۷) در سطح $p <$ ۰/۰۱ معنی‌دار است. از سویی مقدار R^2 (۰/۵۰) نشان می‌دهد که متغیرهای پیش‌بین قادرند به طور ترکیبی ۵۰ درصد تغییرات متغیر ملاک را به طور معنی‌دار پیش‌بینی کنند.

از سویی برای تعیین سهم هر یک از متغیرهای پیش‌بین در تغییرات متغیر ملاک از روش گام به گام استفاده شد که نتایج آن در جدول ۴ ارائه شده است.

داده‌های مندرج در جدول ۴ نشان می‌دهد که در بین متغیرهای پیش‌بین، تنها ۴ متغیر توانسته‌اند به طور تفکیکی تغییرات سازگاری روانشناختی را پیش‌بینی کنند. به عبارتی خوش‌بینی، هیجانات مثبت، سبک عقلانی و سبک تجربی (عینی) قادرند به طور سلسله مراتبی تغییرات سازگاری روانشناختی را به طور معنی‌داری پیش‌بینی کنند، که در این میان سهم خوش‌بینی ۳۷ ٪، هیجان مثبت ۶ ٪، سبک عقلانی ۳ ٪ و سبک تجربی (عینی) نیز ۳ ٪ است.

بحث و نتیجه گیری

همان‌طور که تحلیل داده‌ها نشان داد در بین متغیرهای مورد مطالعه، خوش‌بینی یکی از مهم‌ترین عوامل پیش‌بینی کننده‌ی سازگاری روانشناختی به شمار می‌آید و این متغیر سهم قابل توجهی در تعیین سازگاری روانشناختی دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های پترسون و همکاران (۲۰۰۱)، و سلیگمن (۲۰۰۰) همسو است. در توضیح و تفسیر این یافته می‌توان به نظریات روانشناسان شناختی از جمله سلیگمن (۲۰۰۰) اشاره کرد. وی عنوان می‌کند که خوش‌بینی از جمله عوامل شناختی است که در سازگاری روانشناختی مؤثر است؛ چرا که خوش‌بینی، سیستم دفاعی و حفاظتی بدن را تقویت می‌کند. بدین معنا که افراد خوش‌بین، رویدادهای مثبت زندگی را به توانمندی‌ها و تلاش‌های خودشان نسبت می‌دهند و کنترل بالایی بر رخدادهای زندگی دارند. از طرفی این افراد رویدادهای منفی را به عوامل بیرونی گذرا و خاص نسبت می‌دهند. همچنین لفکورت (۲۰۰۱) در توضیح نقش خوش‌بینی در سازگاری روانشناختی بیان می‌کند که داشتن دید خوش‌بینانه به حوادث زندگی، باعث می‌شود که فرد بتواند حوادث را به عنوان هشدار زندگی تلقی کند و به اولویت‌بندی مجدد روندهای زندگی روی آورد؛ بنابراین مواجهه‌ی خوش‌بینانه با حوادث زندگی، باعث می‌شود که فرد از خودباختگی پرهیز کند و نسبت به شکنندگی زندگی آگاهی پیدا کند، در زمان حال زندگی کند و خود را اسیر گذشته نکند. از این رو افراد خوش‌بین، از سازگاری روانشناختی بیشتری در زندگی فردی و بین فردی برخوردارند.

همچنین یافته‌ها نشان داد که در بین متغیرهای پیش‌بین، سهم هیجانات مثبت در تعیین سازگاری روانشناختی معنی‌دار است؛ که این یافته نیز با پژوهش‌های فردریکسون[33] (۲۰۰۲) و واتسن (۲۰۰۰) همسویی دارد. در تبیین این یافته نیز فردریکسون (۲۰۰۲) بیان می‌کند هیجانات و عواطف مثبت، بر ادراکات خودکارآمدی آدمیان افزوده و آنها را برای مقابله‌ی بهینه با تغییرات زندگی آماده‌تر می‌کند. به تعبیری دیگر؛ داشتن احساسات و هیجانات مثبت، نگرش فرد نسبت به خود و جهان پیرامونی را در جهت‌های مثبت هدایت می‌کند و این تغییرات در نگرش‌ها، فرد را برای رویارویی با چالش‌های زندگی مهیاتر می‌کند. همچنین اکرمن[34] (۱۹۹۱) عنوان

33. Fredickson
34. Eckerman

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.23455780.1392.1.1.1.7]

می‌کند که تجربه‌ی هیجانات مثبت در موقعیت‌های استرس زا، از دو راه بر پیامدهای سازگاری، تأثیر مثبت می‌گذارد. از یک سو این تجارب از بروز پاسخ‌های منفعلانه بازداری می‌کند و از دیگر سو باعث می‌شود که فرد به منابع حمایتی توجه نشان دهد و این منابع را به عنوان سپر اجتماعی در برابر فشارزاها به کار ببندد.

از سویی یافته‌ها نشان دادند که پردازش اطلاعات به شیوه‌ی عقلانی و تجربی نقش مثبتی در سازگاری روانشناختی دارند. در راستای توضیح این یافته، دزوریلا (۲۰۰۲) بیان می‌کند که سازگاری با موقعیت‌های چالش برانگیز مستلزم رویکرد مدبرانه و هوشمندانه به مسائل است و داشتن سبک عقلانی باعث می‌شود که فرد از ورود بی برنامه به موقعیت‌های چالش برانگیز پرهیز کند و راه‌حل‌های متنوعی را در ذهن خویش تجسم نموده و به آنچه ممکن است در به کارگیری روش‌های حل مسأله پیش بیاید متمرکز شود و از بین راه-حل‌های متنوع به انتخاب راه‌حل معقول‌تر و با صرفه‌تر روی آورد. هویت (۱۹۹۲) بیان می‌کند که پردازش اطلاعات عقلانی شیوه‌ای عام در مواجهه با موقعیت‌های چالش برانگیز است که ضرورت نگاه جامع نگر به موقعیت‌ها را ایجاب نموده و سازگاری‌های عمومی نوع بشر را به همراه دارد و لذا دست یازیدن به این شیوه از سابقه‌ی دیرینه برخوردار بوده و توفیقات بشری را در عرصه‌های اجتماعی و جهانی توجیه می‌کند. از این‌رو نتایج به دست آمده از این سبک، نشانگر سازگارانه بودن آن در عرصه‌های زندگی است. از طرفی گریگورینکو[۳۵] (۱۹۹۵) توضیح می‌دهد که سبک تجربی (عینی) در پردازش اطلاعات، زمینه‌ی درگیری عملی با موقعیت‌ها را مهیا نموده و بر خزانه‌ی رفتاری فرد می‌افزاید و امکان بهره‌مندی از تجارب موفق پیشین را تسهیل نموده و از بروز تعلل در مقابله با چالش‌ها، بازداری می‌کند؛ چرا که برخی موقعیت‌ها ایجاب می‌کند که فرد بدون از دست دادن فرصت‌ها، سریعاً به عرصه‌های عمل وارد شود و نشانه‌های عینی موقعیت‌ها را در فرایند پردازش مدنظر قرار دهد تا واکنش‌های متناسب با آن‌ها را به فعلیت برساند.

همچنین یافته‌ها نشان داد که هیجانات منفی و بدبینی رابطه‌ی منفی با سازگاری روانشناختی دارند. در توضیح این یافته نیز می‌توان به دیدگاه ولمن[۳۶] (۱۹۹۸) اشاره نمود که وی بیان می‌کند هیجانات منفی باعث مختل و بلوکه شدن فرایندهای پردازش سطح عالی می‌شوند و به تناسب این امر، زمینه‌ی واکنش‌های دفاعی رشد نیافته و اجتنابی مهیاتر می‌شود. از سویی سلیگمن (۲۰۰۰) معتقد است که داشتن سبک بدبینانه در خصوص حوادث زندگی، موجب شکل‌گیری این انگاره در نظام روانشناختی می‌شود که فرد خودش را در مقابله با موقعیت‌های فردی، غیر مؤثر، ناکارآمد و فاقد کفایت تلقی کند. از این رو چنین افرادی در مقابله با حوادث دشوار زندگی، به رویکردهای انفعالی و اجتنابی روی می‌آورند و از حل مؤثر مسائل باز می مانند، لذا میزان سازگاری آنها به شدت رو به افول می‌رود.

در پژوهش حاضر، تنها از دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه تبریز استفاده شده بود که این امر تعمیم یافته‌های پژوهش را به سایر مقاطع و دانشجویان، دچار محدودیت می‌کند. همچنین در این پژوهش برای اندازه‌گیری متغیرهای پژوهش از ابزارهای خودگزارش‌دهی استفاده شد و لذا احتمال سوگیری در پاسخ‌ها وجود دارد. از این‌رو پیشنهاد می‌شود پژوهش حاضر در سایر مقاطع تحصیلی و دانشجویان سایر دانشگاه‌ها انجام گیرد و با توجه به یافته‌های پژوهشی، سعی شود زمینه‌ی ترویج سبک‌های پردازش عقلانی و تجربی در اقشار دانشجو تسهیل گردد.

تشکر و قدردانی

از تمامی اساتید دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه تبریز و از دانشجویانی که در اجرای این پژوهش شرکت کردند سپاسگزاری می‌کنیم.

منابع

Bernez, L.R., Dzurilla, T. J. (1999). Individual differences in perceived information processing styles in stress and coping situations: development and validation of the Perceived Modes of processing Inventory. Cognitive Therapy and Research, 23, 345-371.

Bernz, E. (2001). Health behavior in academic. Chicago, Hilly press.

Bull, K.S. (1999). Aptitude treatment interaction and cognitive style. Available are: http:// www. Home. okstate. Edu/homepages. Nsf/toc/ Epsy 5463C12.

[35]. Grigorenko
[36]. Waleman

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]
[DOR: 20.1001.1.23455780.1392.1.1.1.7]

Carver, C.S., Pozo, C., Harris, S. D., Noriega, V., Scheier, M. F., Robinson, D. S., Ketcham, A. S., Moffat, F. L., & Clarck, K. C. (1993). How coping mediates the affect of optimism on distress: A study of woman with early stage breast cancer. Journal of Personality and Social Psychology, 65, 375-390.

Chang, E. (2002). Optimism-pessimism and stress appraisal: testing a cognitive interactive model of psychological adjustment in adults. Cognitive Therapy Research, 26. 657-690.

Chang, E., Farrehi, A. (2001). Optimism/pessimism and information processing styles: can their influences be distinguished in predicting psychological adjustment? Personality and individual Differences. 31, 555-562.

Chang, E., Sanna, L.J., Yang, K.M. (2003). Optimism, pessimism, affectivity, and psychological adjustment in US and Korea: a test of mediation model. Personality and Individual Differences, 31, 555-562.

Dezorilla, B (2002). Information processing and academic challenges. New York, Academic press.

Eckerman, J. (1991). Information process and emotion states. Journal of Affective Disorders, 15: 109-117.

Edward, K. (2003). Psychological well-being and optimism overview to life. Journal of Health Psych, 12, 97-109.

Epstein, S. (1990). Cognitive-experimental self-theory. In L. Pervin, Handbook of personality theory and research. New York: Guilford press.

Extremera, N., Fernandez, P. (2005). Perceived emotional intelligence and life Satisfaction: Predictive and Incremental validity using the Trait Meta-mood scale. Personality and Individual Differences, 39, 937-948.

Fredickson, B. (2002). Positive emotional. In Snyder and Lopez Handbook of positive psychology. New- York: Oxford University Press.

Grigorenko, E. L. (1995). Styles of thinking, abilities, and academic performance. Exceptional Children, 63, 295-312.

Hagan, R., Elber, D. (2008). Psychological adjustment and life changes. London Oxford.

Henrick, B. (2001). Positive emotion and its effects on coping with life changes. Journal of Health psychology, 33(4):99-107.

Henry, K. (2006). Psychological adjustment. London, MPC Press.

Herald, S. (2007). Information processing styles in coping with life challenges. Journal of Cognition, 17. 37-45.

Huitt, W. (1992). Problem solving and decision making: consideration of individual difference using the meters- Briggs type indicator, Journal of Psychological Type, 24.

Jocob, D. Tourans, E. (2006). Management and cognitive styles, Journal of Organizational Management, 31: 141-150.

Lefcort, S. (2001). Emotion and action, London, Oxford press.

Nelson, D. (2002). Psychological adjustment and personal properties in Metro workers. Journal of Industrial Behavior, 33. 135- 141.

Peterson, H. (2004). Mood and Life challenges. New- York. Hillbrook press.

Robert, K. Joudet, S. (2005). Pessimistic overview to life changes. New York, Mc Growltill press.

Scheier, M. F., Carver, C. S., Bridges, M.W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): A reevaluation of the Life Orientation Test. Journal of Personality and Social Psychology, 67, 1063-1078.

Scheier, M.F., Carver, C.S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. Health Psychology, 4, 219-247.

Seligman, M. (1998). Learned Optimism: How to change your Mind and Your life. New York: pocket Books.

Seligman, M. (2000). Learned helplessness: New York. Mc Grow Hillpress.

Valas, H. (2001). Learned helplessness and psychological adjustment II: Effects of learning disabilities and low achievement. Scandinavian Journal of Educational Research, 45(2), 101-114.

Watson, D. (2000). Mood and temperament. New York: Guilford.

Watson, D., Tellegen, A. (1988). Toward a consensual structure of mood. psychological Bulletin, 98, 219 - 235.

Wellman, B. (1998). Psychosomatic disorders, translated by Najarian, Bahman, Tehran, Publication growth. [In Persian].

Zarehvanpor, A. (2004). The relationship between personal and social adjustment and participation subscales with physical disabilities and motor disabilities member of Ahvaz city. MA thesis, University of Welfare and Rehabilitation Sciences. [In Persian].

[Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29]

[DOR: 20.1001.1.23455780.1392.1.1.1.7]