

Research Article

and The Mediating Role of Existential Thinking in the Relationship between Mental Toughness in Female- Flourishing with Life Orientation Headed Households

Authors

Mojtaba Janalipour chenarudkhani¹, RezaGhasemi Jobaneh^{2*}, Maryam deldar gohardani³, Mohammad Shafaghat Chesli⁴

1. M.A. of Family Counseling, faculty of literature and human sciences, University of Guilan, Rasht, Iran m.janalipourch@gmail.com ۳-۳۳۷۷-۸۷۲۷

2. Assistant Professor of Counseling, Department of Psychology, Faculty of Literature and Humanities, Lorestan University, Khorramabad, Iran (Corresponding Author) 0000-0002-2627-462 x ghasemi.r@lu.ac.ir

3. M.A.Psychology and Education of Exceptional Children, Faculty of Literature and Humanities, University of Guilan, Rasht, Iran maryamdeldar@gmail.com 0000-0002-0883-2931

4. M.A. in Clinical Psychology, Tonekabon Branch, Islamic Azad University, Tonekabon, Iran shafaght.mohammad@yahoo.com 0009-0008-0530-2573

Abstract

Receive Date:
00/00/0000

Accept Date:
00/00/0000



Introduction: Heading the family by women is associated with various challenges, facing the challenges constructively can also be the basis for growth and flourishing, which is influenced by various factors; Therefore, the current research was conducted with the aim of the mediating role of existential thinking and mental toughness in the relationship between life orientation with flourishing in female-headed households.

Method: The research design was cross-sectional and structural equation modeling was used for analysis. The statistical population of the present study consisted of female-headed households in Rasht city in 2024 that 211 people were selected by voluntary sampling method and responded to flourishing Scale, existential thinking scale and extended life orientation test. Data analysis was done using SPSS version 23 and AMOS version 23 software.

Results: The results showed that the indirect path of existential thinking was significant in the relationship ($P<0.05$) and in the relationship between pessimism and flourishing between optimism and flourishing was significant in the relationship between optimism ($P<0.05$). Also the indirect path of mental toughness ($P<0.05$). The direct ($P<0.05$) and in the relationship between pessimism and flourishing and flourishing ($P<0.001$) were also significant. ($P<0.001$) and pessimism on flourishing paths of optimism on flourishing

Discussion and conclusion: The results of the study showed that life orientation (optimism and pessimism) affects the flourishing of women heads of households both directly and through strengthening existential thinking and psychological resilience. Existential thinking facilitates the path to flourishing by giving meaning to suffering, and psychological resilience by increasing the ability to cope with pressures. These findings have important practical implications in designing empowerment interventions for this vulnerable group.

Keywords

Existential Thinking,
Flourishing, Life
Orientation, Mental
Toughness, Women

Corresponding
Author's E-mail

آدرس پست الکترونیکی نویسنده مسئول ghasemi.r@lu.ac.ir

Extended Abstract

Introduction

Heading the household by women is a responsibility that is placed on the woman of the family for various reasons[1]. These women face many challenges and problems that make them vulnerable in everyday life situations [4], which ultimately leads to a lack of flourishing [7]. Flourishing is a concept in positive psychology [9], conceptualized as the experience of “life is going well” [10-11]. One of the variables that can affect flourishing is life orientation. Optimism and pessimism are two dimensions of life orientation [15]. Optimistic people all their efforts to complete more complex tasks and goals [20]. Therefore, optimism is a variable that can be related to flourishing in different contexts and ages [25]. In contrast, pessimism is characterized by negative expectations of the future [29]. Research [28] has also confirmed a negative relationship between pessimism and flourishing. Existential thinking can also have an effect on flourishing as a mediating variable and helps people to face unpleasant events and problems in life instead of avoiding them [47] and as a result, it brings them flourishing [56]. it can be said that the living conditions for female heads of households are difficult due to multiple responsibilities and some issues [4]. Therefore, paying attention to female heads of households as a vulnerable group is a necessity. Therefore, the present study was conducted with the aim of examining the mediating role of existential thinking and psychological resilience in the relationship between life orientation and flourishing in female heads of households.

Method

The present research design was cross-sectional and structural equation modeling was used for analysis. The statistical population of this study included female heads of households living in Rasht in 2024. The sample size in structural equation modeling studies is recommended to be approximately 200 cases, which is acceptable if the model is simple, the data is normal, and the maximum likelihood estimation method is used [58]. However, in the present study, to increase external validity and the possibility of eliminating some questionnaires, 220 people were selected as a sample from among female heads of households (mothers of students) by voluntary sampling method after necessary coordination with the General Directorate of Education of Guilan Province and school administrators to select the sample, and finally 211 questionnaires were included in the final analysis. In addition, the Diener and Biswas-Diener (2008) Flourishing Scale, Chang et al.'s Expanded Life Orientation Test(1997), Papageorgiou et al.'s Mental Toughness Questionnaire (2018), and the Shearer Existential Thinking Scale (2006) were used to collect data. Also, after providing the research background and explaining the research objectives, the researcher distributed the questionnaires among the sample members. The inclusion criteria for this study were informed consent, basic literacy, and the exclusion criterion was incomplete responses to the questionnaires. Finally, the collected data were analyzed using SPSS version 23 and Amos version 23 software.

Results (بین ۳۰۰ تا ۳۵۰ واژه)

The participants had a level of education below a diploma (45 people), diploma (68 people), post-diploma (31 people), bachelor's degree (43 people), master's degree (16 people), and doctorate (8 people). The participants had 1 child (145 people), 2 children (52 people), 3 children (12 people), and 4 children (2 people). The participants' income was below 5 million Tomans (8 people), 5 to 10 million Tomans (68 people), 10 to 15 million Tomans (84 people), 15 to 20 million Tomans (33 people), and above 20 million Tomans (18 people).

Table 1. Descriptive statistics & correlation coefficients between research variables

Variable	M	SD	Skewness	Kurtosis	1	2	3	4	5
Flourishing	38/62	8/18	-0/21	-/026	1				
Existential Thinking	29/98	10/87	0/20	-0/41	0/37**	1			
Mental Toughness	33/36	7/19	-0/09	-0/54	0/54**	0/36**	1		
Optimism	17/63	3/50	-0/51	0/51	0/57**	0/35**	0/60**	1	
Pessimism	22/84	5/45	-0/09	0/24	-0/51**	-0/35**	-0/63**	-0/44**	1

**P<0/01

Table 1 shows that the values of skewness and kurtosis are in the range of -2 and 2, which indicates the normal distribution of the collected data. There is also a correlation between the predictor, mediator, and criterion variables at a significance level of 0.01.

Table 2. Model Fit Indices for the Mediating Roles of Existential Thinking and Psychological Hardiness in the Relationship Between Life Orientation and Flourishing

Indirect paths of the model							
Exogenous variable	Mediating variable	Endogenous variable	path	Lower limit	Upper limit	SE	P
Optimism	Existential Thinking	Flourishing	0/06	0/02	0/12	0/02	P<0/01
Pessimism	Existential Thinking	Flourishing	-0/08	-0/15	-0/03	0/03	P<0/01
Optimism	Mental Toughness	Flourishing	0/19	0/12	0/30	0/04	P<0/01
Pessimism	Mental Toughness	Flourishing	-0/25	-0/37	-0/16	0/05	P<0/01
Direct model paths							

Exogenous variable	Endogenous variable	Non-standard coefficients	Standard coefficients	SE	P
Optimism	Flourishing	0/14	0/39	0/03	P<0/001
Pessimism	Flourishing	-0/05	-0/21	0/02	P<0/001

The bootstrap method in Table 2 showed that the indirect path of existential thinking in the relationship between optimism and flourishing was significant with a beta of 0.06 and pessimism and flourishing with a beta of -0.08 ($P<0.01$). The indirect path of psychological resilience in the relationship between optimism and flourishing was significant with a beta of 0.19 and pessimism and flourishing with a beta of -0.25 ($P<0.01$).

Conclusion

This study examined the mediating role of existential thinking and mental toughness between life orientation and flourishing in female-headed households. Findings showed existential thinking significantly mediated optimism-flourishing and pessimism-flourishing relationships (35, 52). Female-headed households facing stress and hopelessness benefit from existential thinking by finding new meaning in life events, enhancing optimism and active coping strategies, which promotes flourishing (32, 54). Existential thinking also helps confront unpleasant events instead of avoiding them, providing energy to persist through challenges (47, 48, 51). Mental toughness significantly mediated both relationships (36, 38). These women often view their future as bleak, but mental toughness strengthens positive beliefs, enabling effective responses to pressures while maintaining motivation (42, 45). This increases their capability to move forward, culminating in flourishing (8, 33). Direct paths were significant, with optimism positively affecting flourishing through active problem-solving (23, 26), while pessimism negatively impacted flourishing through reduced self-confidence and psychological distress (31, 32, 34). Life orientation directly and indirectly influences flourishing through existential thinking and mental toughness. These findings have important implications for empowering this vulnerable population through interventions targeting optimism enhancement, pessimism reduction, existential thinking strengthening, and mental toughness improvement to achieve psychological well-being. Limitations include restricted sampling to Rasht city and lack of random sampling, which should be addressed in future research.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: Also, due to the necessity of ethics in conducting research, the subjects could withdraw from the research process at any stage of the research process they wanted, and they were also assured that their identity information would not be disclosed in any way.

Funding: No financial support from government, public, commercial, or non-profit organizations was used in the process of this article.

Conflict of interest: There is no conflict of interest in this research.

Authors' contribution: The names of the authors are listed in order.

نقش میانجی تفکر وجودی و استحکام روانی در رابطه بین جهت‌گیری زندگی با شکوفایی در زنان سرپرست خانوار

نویسندگان

مجتبی جانعلی پور چنارودخانی^۱، رضا قاسمی جوبنه^{۲*}، مریم دلداری گوهردانی^۳، محمد شفقت چسلی^۴

1. کارشناس ارشد مشاوره خانواده، دانشگاه گیلان، رشت، ایران. m.janalipourch@gmail.com

۰۰۰۰-۰۰۰۳-۳۳۷۷-۸۷۲۷

2. استادیار مشاوره، گروه روان‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران.

(نویسنده مسئول) ghasemi.r@lu.ac.ir، 0000-0002-2627-462 x

3. کارشناس ارشد روان‌شناسی و آموزش کودکان استثنائی، دانشگاه گیلان، رشت، ایران.

maryam4deldar@gmail.com، 0000-0002-0883-2931

4. کارشناسی ارشد روان‌شناسی بالینی، واحد تنکابن، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن، ایران.

shafaght.mohammd@yahoo.com، 0009-0008-0530-2573

چکیده

مقدمه: سرپرستی خانواده توسط زنان با چالش‌های مختلفی همراه است، مواجهه سازنده با چالش‌ها می‌تواند زمینه ساز رشد و شکوفایی باشد که تحت تأثیر عوامل مختلف است؛ لذا پژوهش حاضر باهدف نقش میانجی تفکر وجودی و استحکام روانی در رابطه بین جهت‌گیری زندگی با شکوفایی در زنان سرپرست خانوار انجام شد.

روش: طرح پژوهش مقطعی بود و از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری برای تحلیل استفاده شد. جامعه آماری پژوهش حاضر را زنان سرپرست خانوار شهرستان رشت در سال ۱۴۰۳ تشکیل دادند که ۲۱۱ نفر به روش نمونه‌گیری داوطلبانه انتخاب شدند و به مقیاس شکوفایی، مقیاس تفکر وجودی، پرسشنامه استحکام روانی و پرسشنامه جهت‌گیری زندگی مبسوط پاسخ دادند. تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۳ و AMOS انجام شد.

نتایج: نتایج نشان داد که مسیر غیرمستقیم تفکر وجودی در ارتباط بین خوش‌بینی و شکوفایی ($P < 0/05$) و در ارتباط بین بدبینی و شکوفایی معنادار بود ($P < 0/05$). همچنین مسیر غیرمستقیم استحکام روانی در ارتباط بین خوش‌بینی و شکوفایی ($P < 0/05$) و در ارتباط بین بدبینی و شکوفایی معنادار بود ($P < 0/05$). مسیرهای مستقیم خوش‌بینی بر شکوفایی ($P < 0/001$) و بدبینی بر شکوفایی ($P < 0/001$) نیز معنادار بود.

بحث و نتیجه‌گیری: نتایج پژوهش نشان داد که جهت‌گیری زندگی (خوش‌بینی و بدبینی) هم به‌صورت مستقیم و هم از طریق تقویت تفکر وجودی و استحکام روانی بر شکوفایی زنان سرپرست خانوار تأثیر می‌گذارد. تفکر وجودی با معناداری به رنج‌ها و استحکام روانی با افزایش توانایی مقابله با فشارها، مسیر شکوفایی را تسهیل می‌کند. این یافته‌ها تلویحات کاربردی مهمی در طراحی مداخلات توانمندسازی این گروه آسیب‌پذیر دارد.

تاریخ دریافت:

۰۰۰۰/۰۰/۰۰

تاریخ پذیرش:

۰۰۰۰/۰۰/۰۰



کلیدواژه‌ها

آدرس پست الکترونیکی نویسنده مسئول ghasemi.r@lu.ac.ir

اگر مقاله برگرفته از پایان نامه ، رساله
طرح پژوهشی است، ذکر شود.

دفتر آید و دایریش نشانه

مقدمه

سرپرستی خانوار^۱ توسط زنان مسئولیتی است که به دلایل مختلف همچون اعتیاد، حبس، ترک، طلاق، ازکارافتادگی یا بیماری همسر بر عهده زن خانواده گذاشته می‌شود [۱]؛ در نتیجه حق غالب تصمیم‌گیری در امور مختلف خانواده [۲]، مانند مسئولیت‌های مختلف مالی، کارهای خانه و مراقبت از فرزند [۳] بر عهده زنان سرپرست خانوار است [۲]. آمارها نشان می‌دهد در یک‌سوم خانوارهای جهان، زنان سرپرست خانواده هستند [۴]. در ایران نیز دو میلیون و پانصد و سی هزار زن سرپرستی خانوار را به عهده دارند و یا به عبارت دیگر ۱۲٪ سرپرستی خانواده‌ها با زنان است [۵]. بررسی‌ها حاکی از آن است زنان سرپرست خانوار با چالش‌ها و مشکلات بسیاری مواجه هستند که موجب آسیب‌پذیری آنان در موقعیت‌های زندگی روزمره می‌شود [۴]، زیرا این گروه از زنان به دلیل شرایط حساس و نامناسب حاکم بر زندگی‌شان از جمله؛ شرایط اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی یکی از اقشار آسیب‌پذیر اجتماع محسوب می‌شوند [۶]، که متعاقب این مهم سلامت روانی آنان تحت تأثیر قرار گرفته [۷] و در نهایت موجب فقدان بهزیستی روان‌شناختی [۸] یا شکوفایی‌آر آنان می‌شود [۷].

شکوفایی از مفاهیم روانشناسی مثبت است [۹]، که آن را به عنوان تجربه «زندگی خوب پیش می‌رود» مفهوم‌سازی کردند. این ترکیبی از احساس خوب و عملکرد مؤثر است [۱۱-۱۰]. شکوفا گران افرادی هستند که سطوح بالایی از رفاه لذت‌گرایانه و سعادت‌گرایانه را تجربه می‌کنند. شکوفایی با وظیفه‌شناسی، خوش‌بینی، سلامت روان، خود-شفقتی و استفاده از نقاط قوت مرتبط است [۱۲]. بعلاوه شکوفایی مظهر سلامت روانی خوب به حساب می‌آید [۱۳]. در همین راستا برخی پژوهشگران در یافته‌های

پژوهشی خود به این نتیجه دست یافتند؛ اگرچه زنان سرپرست خانوار در جایگاه مسئول خانواده، سطح بالایی از استرس را تجربه می‌کنند اما از سوی دیگر، با توجه به نگاه مثبتی که در اثر این مسئولیت به توانایی‌هایشان پیدا کرده‌اند، اعتماد به نفس و بالندگی‌شان افزایش می‌یابد [۱۴].

یکی از متغیرهایی که می‌تواند بر شکوفایی اثرگذار باشد جهت‌گیری زندگی است. خوش‌بینی و بدبینی^۳ دو بعد از ابعاد جهت‌گیری زندگی^۴ هستند [۱۵]. اصولاً خوش‌بینی به انتظار کلی از نتایج مثبت اشاره دارد [۱۶] و به عنوان یک عامل محافظتی یا حتی یک دارایی برای پیامدهای درون فردی و بین فردی محسوب می‌شود [۱۷]. افراد خوش‌بین از رضایت زندگی بالایی برخوردار هستند [۱۸] و همواره انتظار نتایج مثبت دارند زیرا اطمینان دارند که با وجود موانع و نامایمات می‌توانند به اهدافشان دست یابند [۱۹]، پس تمام تلاش خود را برای تکمیل وظایف و اهداف پیچیده‌تر انجام می‌دهند [۲۰]. در نتیجه با موقعیت‌های چالش‌برانگیز بهتر سازگار می‌شوند [۲۱]. لذا این افراد با تمرکز بر هیجانات مثبت، دیدگاه مثبت‌تری دارند و در دستیابی به اهداف خود مصمم‌تر و پشتکار بیشتری دارند. زیرا آنان از استراتژی‌های مقابله‌ای سازگارانه استفاده نموده و احساس کنترل بر زندگی خود دارند [۲۲]، بنابراین برای به دست آوردن درآمد بالاتر پایداری بیشتری از خود نشان می‌دهند [۲۳] و متعاقب این امر از سلامت جسمی و روانی بهتری برخوردار هستند [۲۴]. لذا خوش‌بینی متغیری است که می‌تواند با شکوفایی در زمینه‌ها و سنین مختلف مرتبط باشد [۲۵] و این هیجانات مثبت ابزار ارزشمندی برای ایجاد نتایج بهتر در بهزیستی به شمار می‌رود [۲۶]. در پژوهش‌های [۲۱]، [۲۷] و [۲۸] ارتباط بین خوش‌بینی و شکوفایی تأیید شده است. در مقابل بدبینی با انتظارات منفی از آینده مشخص می‌شود [۲۹] و با واکنش‌های هیجانی

^۳. Optimism & Pessimism

^۴. Life Orientation

^۱. Female-Headed Households

^۲. Flourishing

مقاومت بیشتری نشان دهند که این ویژگی در افراد خوش‌بین با افراد دارای استحکام مشترک است. افراد دارای استحکام روانی بالا به احتمال زیاد در مواجهه با موقعیت‌های چالش‌برانگیز با تاب‌آوری نزدیک می‌شوند [۴۴]. در نتیجه این امر منجر به نتایج بهتر برای سلامت روان [۴۵] و شکوفایی در آنان می‌شود [۴۶].

تفکر وجودی^۲ نیز می‌تواند به عنوان یک متغیر میانجی بر شکوفایی اثر داشته باشد. تفکر وجودی به افراد کمک می‌کند تا به جای پرهیز از اتفاقات ناخوشایند، با حوادث و مشکلات ناخوشایند زندگی مانند تنهایی، ترس و غیره مواجه شوند [۴۷]. تفکر معنوی و وجودی به عنوان یک اقدام حمایتی [۴۸]، یکی از محافظان اولیه سلامت روان در هنگام بحران [۴۹] و یک مؤلفه ضروری در بهبود و ارتقا توانایی مقابله محسوب می‌شوند [۵۰]. همچنین می‌توان گفت معنویت بر جنبه‌های مهم کیفیت زندگی اثر می‌گذارد [۵۱] و به انسان جرأت بودن و شدن می‌دهد [۵۲]. با توجه به ارتباط نزدیک بین تفکر وجودی و معنای زندگی، افرادی که زندگی را معنادارتر می‌دانند، برای رویارویی با چالش‌های زندگی، به پردازش اطلاعات جدید و نگاه گسترده‌تر و مثبت‌تر به آینده مجهز هستند. به این ترتیب معنا در زندگی و درگیر شدن در تفکر وجودی می‌تواند به عنوان مکانیسم مقابله‌ای سودمند عمل کند و افراد را قادر سازد تا زمان‌های سخت را بهتر تحمل کنند [۵۳] و بر توانایی‌های خود برای مواجهه و مقابله با مشکلات بیفزایند و افق دیدشان را گسترش دهند و راهبردهای سازگارانه‌تری را برای دستیابی به اهدافشان اتخاذ کنند [۵۴]. از آنجایی که یک عامل برای جست‌وجوی معنای زندگی خوش‌بینی است، لذا خوش‌بینی موجب می‌شود تا افراد بر روی نتایج مثبت به جای نتایج منفی متمرکز شوند [۵۵]. بنابراین این افراد درباره اینکه چیزهای خوب اتفاق خواهد افتاد حساب باز می‌کنند، در نتیجه

منفی به عوامل استرس‌زای طبیعی [۳۰]، کاهش کیفیت زندگی، خطر اضطراب، افسردگی [۳۱]، افزایش سطح کورتیزول و همچنین راهبردهای مقابله‌ای ناسازگارانه و سطوح بالای پریشانی روانی [۳۲]، عملکرد شناختی ضعیف [۳۳] و در نهایت کاهش سلامت روانی مرتبط است [۳۴]. زیرا افراد بدبین همواره انتظار دارند اتفاقات بد رخ خواهد داد [۳۵]. علاوه بر این افراد بدبین به دلیل نداشتن اعتماد به نفس و انتظار نتایج منفی از دستیابی به اهداف خود دست می‌کشند [۱۹]. در پژوهش [۲۷] و [۲۸] ارتباط منفی بین بدبینی و شکوفایی نیز تأیید شده است.

یکی از متغیرهای که به عنوان متغیر میانجی می‌تواند بر شکوفایی تأثیر داشته باشد استحکام روانی^۱ است، پرتاقی روانی که یک منبع شخصیتی مثبت است و در زمینه‌های مختلف موفقیت بسیار مهم تلقی می‌شود، به معنای توانایی شخصی برای دنبال کردن مداوم اهداف یا آرزوهای شخصی یا عملکرد بهینه علی‌رغم چالش‌ها و عوامل استرس‌زا و ظرفیت نادیده گرفتن مشکلات قابل توجه تعریف می‌شود [۳۶]. این متغیر به وسیله سازگاری با محرک‌های در حال تغییر [۳۷]، به افراد اجازه می‌دهد به طور مؤثر و آسان‌تری با موقعیت‌های نامطلوب و چالش‌ها مقابله کنند [۳۸]. همچنین با ارتقا حس امید، خود-باوری، مدیریت بهتر هیجانات و تقویت تاب‌آوری در امتحان کردن چیزهای جدید در زندگی [۳۶]، احتمال موفقیت را در افراد افزایش می‌دهد [۳۹]. هر انسانی منابع زیادی برای مقاومت در برابر عوامل استرس‌زا و فشارهای زندگی دارد که در صورت لزوم می‌تواند برای کنار آمدن با مشکلات از آن استفاده نماید [۴۰]. یکی از این منابع استحکام روانی است که می‌تواند یک عامل مهم در تسهیل و ارتقا سلامت فرد باشد [۴۱]. افراد با استحکام روانی [۳۸]، از طریق خوش‌بینی که سبب نیروی مثبت در فرد می‌شود [۴۲] می‌تواند در مواجهه با رویدادهای ناامیدکننده [۴۳]، تاب‌آوری و

^۲. Existential Thinking

^۱. Mental Toughness

شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش

آیا تفکر وجودی و استحکام روانی نقش میانجی در رابطه بین جهت‌گیری زندگی (خوش‌بینی و بدبینی) با شکوفایی در زنان سرپرست خانوار ایفا می‌کند؟

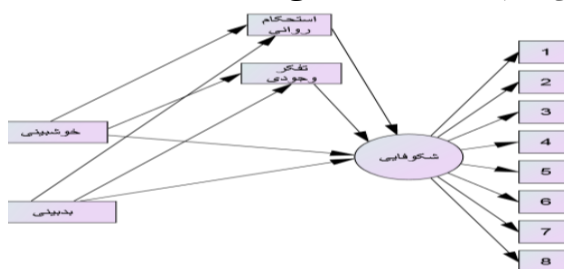
روش :

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: طرح پژوهش حاضر مقطعی بود و از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری برای تحلیل استفاده شد. جامعه آماری این پژوهش شامل زنان سرپرست خانوار ساکن شهر رشت در سال ۱۴۰۳ بود. حجم نمونه در مطالعات مدل‌سازی معادلات ساختاری حدوداً ۲۰۰ مورد توصیه شده است که این مقدار اگر مدل ساده باشد، داده‌ها نرمال باشد و از روش تخمینی بیشینه احتمال^۱ استفاده شده باشد، قابل قبول است [۵۸]، اما در پژوهش حاضر برای افزایش روایی بیرونی و احتمال حذف برخی پرسشنامه‌ها تعداد ۲۲۰ نفر پس از هماهنگی‌های لازم با اداره کل آموزش و پرورش استان گیلان و مدیران مدارس برای انتخاب نمونه از میان زنان سرپرست خانوار (مادران دانش آموزان) با روش نمونه‌گیری داوطلبانه به عنوان نمونه انتخاب شدند و در نهایت ۲۱۱ پرسشنامه وارد تحلیل نهایی شدند. ملاک‌های ورود به پژوهش عبارت بودند از: زن سرپرست خانوار ساکن شهر رشت، داشتن رضایت آگاهانه و داشتن سواد ابتدایی برای درک و پاسخ‌دهی به سؤالات. ملاک‌های خروج نیز شامل: عدم احراز شرایط ورود، انصراف از مشارکت و پاسخ‌دهی ناقص به پرسشنامه‌ها بود.

ابزار سنجش

مقیاس شکوفایی یا شکفتگی^۲: این ابزار توسط دینر و بیسواس_دینر (۲۰۰۸) ساخته شده است [۵۹] و در ایران توسط مرادی سیاه افشادی و همکاران در سال ۱۳۹۴ به فارسی ترجمه شد [۶۰]. این مقیاس دارای ۸ گویه است و طیف نمره‌گذاری ۷ درجه‌ای است [۵۹]، که ۱ با کاملاً مخالفم، ۲ نسبتاً مخالفم، ۳ با کمی مخالفم،

بهبزبستی و شکوفایی را برای آنان به همراه دارد [۵۶]. لذا با توجه به مطالب ذکر شده در بالا، می‌توان گفت که شرایط زندگی برای زنان سرپرست خانوار به دلیل مسئولیت‌های متعدد و همچنین وجود برخی مسائل روان‌شناختی، خانوادگی و اقتصادی ممکن است دشوار باشد و بعضاً نسبت به اتفاقات زندگی روزمره آسیب‌پذیری بیشتری از خود نشان دهند [۴]، از سوی دیگر در صورت مواجهه سازنده با شرایط دشوار افراد به شیوه‌ای مثبت و سازنده تغییر می‌کنند و سطوحی از شکوفایی که با بهزیستی بالا مرتبط است را تجربه می‌کنند [۵۷]. لذا، توجه به زنان سرپرست خانوار به عنوان قشر آسیب‌پذیر یک ضرورت محسوب می‌شود. در این میان بررسی عواملی که به صورت مستقیم و غیرمستقیم بر شکوفایی اثر دارند از این جهت اهمیت دارد که می‌تواند موجب شناخت بهتر شود و به تبع آن اقدامات سازنده در زمینه توانمندسازی زنان سرپرست خانوار اتخاذ کرد. لذا شایسته است تا با انجام یک پژوهش علمی بتوان عوامل تأثیرگذار بر توانمندی زنان سرپرست خانوار را شناسایی و متعاقب آن راهکارهایی کاربردی در حمایت از این قشر آسیب‌پذیر انجام داد. بنابراین پژوهش حاضر باهدف نقش میانجی تفکر وجودی و استحکام روانی در رابطه بین جهت‌گیری زندگی با شکوفایی در زنان سرپرست خانوار انجام شد. شکل ۱ مدل مفهومی پژوهش را نشان می‌دهد. بنابراین با توجه به آنچه گفته شد سؤال اصلی پژوهش آن است که آیا تفکر وجودی و استحکام روانی نقش میانجی در رابطه بین جهت‌گیری زندگی (خوش‌بینی و بدبینی) با شکوفایی در زنان سرپرست خانوار ایفا می‌کند؟



^۲. Flourishing Scale

^۱. Maximum likelihood

و همچنین برای بعد خوش‌بینی برابر با $0/71$ به دست آمد [۶۳]. در پژوهش حاضر پایایی بعد خوش‌بینی و بعد بدبینی با استفاده از روش ضریب آلفای کرونباخ برابر با $0/81$ و $0/80$ محاسبه شد.

پرسشنامه استحکام روانی^۲ این مقیاس ۱۲ ماده دارد که توسط پایاگئورگیو و همکارانش (۲۰۱۸) تدوین شده است و چالش، تعهد، کنترل و اطمینان را موردسنجش قرار می‌دهد [۶۵]. این پرسشنامه به‌وسیله رحیمی و خدائی در سال ۱۴۰۲ هنجاریابی شد [۶۶]. در این پرسشنامه سؤالات بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) تنظیم شده است [۶۶] نمره کل این پرسشنامه در دامنه ۱۲ تا ۶۰ قرار دارد و نمره‌های بالاتر در پرسشنامه بیانگر سطح بالایی از استحکام روانی است. در پژوهش [۶۵] ضریب همسانی درونی این پرسشنامه $0/84$ به‌دست آمده است. در نمونه ایرانی این مقیاس پرتاقیتی روانی نام‌گذاری شد و گویه‌ها ضریب مسیر معناداری بین $0/65$ تا $0/94$ داشتند و آلفای کرونباخ برای نمره عامل کلی استحکام روانی $0/94$ به دست آمد [۶۷]. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با استفاده از روش ضریب آلفای کرونباخ برابر با $0/83$ محاسبه شد.

مقیاس تفکر وجودی^۳ مقیاس تفکر وجودی بوسیله برانتون شرر (۲۰۰۶) طراحی و ساخته شده است، دارای طیف لیکرت ۶ درجه‌ای است [۴۹] که در ایران توسط فسنقری و همکاران در سال (۲۰۲۰) مورد هنجاریابی قرار گرفت. بعلاوه این مقیاس دارای ۱۱ آیتم و ۱ زیر مقیاس کلی است. نمره کل آزمودنی در دامنه بین ۱۱ تا ۵۵ قرار می‌گیرد که نمرات بالاتر نشان‌دهنده میزان بالاتری از ارتباط فرد با مفاهیم وجودی است. همسانی درونی این پرسشنامه در نسخه اصلی $0/93$ محاسبه شده است که نشانگر پایایی بالای این مقیاس هست [۶۸]. در نمونه ایرانی یافته‌های پژوهشی نشان

۴ نه موافق و نه مخالف، ۵ با کمی موافقم، ۶ با نسبتاً موافقم و ۷ با کاملاً موافقم نمره‌گذاری می‌شود [۶۰]. پایین‌ترین و بالاترین نمره مقیاس ۸ و ۵۶ است و نمره بالاتر نشان‌دهنده شکوفایی بالا هست. مقیاس شکوفایی از لحاظ روایی و پایایی در سطح مطلوبی قرار دارد به‌طوری‌که در نتایج مطالعه دینر عامل بارزش ویژه $0/24$ و آلفای کرونباخ $0/87$ و پایایی باز آزمایی $0/71$ در طی یک ماه گزارش شده است [۶۱]. در ایران نیز روایی آزمون با استفاده از روش روایی محتوا، همبستگی گویه‌ها با نمره کل و تحلیل عاملی تأیید شده است. پایایی این مقیاس نیز با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ $0/82$ و ضریب پایایی تصنیفی $0/80$ گزارش شد [۶۲]. پایایی این مقیاس در پژوهش حاضر با استفاده از روش ضریب آلفای کرونباخ برابر با $0/87$ محاسبه شد و نتایج تحلیل عاملی تأییدی نیز نشان داد که این مدل اندازه‌گیری از برازش مطلوب برخوردار بود و روایی سازه تأیید شد ($X^2/df= 1.88$, $GFI=0.97$, $CFI= 0.98$, $TLI= 0.97$, $RMSEA= 0.06$).

پرسشنامه جهت‌گیری زندگی مبسوط^۱ این پرسشنامه توسط چانگ و همکارانش (۱۹۹۷) تدوین شده است [۶۳] و از ۱۳ گویه تشکیل شده است که ۵ گویه خوش‌بینی و ۸ گویه بدبینی را اندازه‌گیری می‌کنند [۶۳]. ویژگی‌های این مقیاس توسط رضایی در ایران موردبررسی قرار گرفت. در این پرسشنامه سؤالات بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۵) نمره‌گذاری می‌شوند [۶۳]. حداقل و حداکثر نمرات به ترتیب ۵ و ۲۵ برای خوش‌بینی، ۸ و ۴۰ برای بدبینی است. برای مقیاس‌های خوش‌بینی و بدبینی به تربیت ضریب پایایی آلفا ($0/77$ و $0/89$) و ضریب باز آزمایی مجدد ($0/73$ و $0/84$) گزارش کرده‌اند [۶۴]. در بررسی پایایی ایرانی پرسشنامه که با استفاده از روش همسانی درونی ضریب پایایی آلفا محاسبه شد برای بعد بدبینی $0/83$

³. Existential Thinking Scale

¹. Extended Life Orientation Test

². Mental Toughness Questionnaire(MTQ)

نفر)، کارشناسی (۴۳ نفر)، کارشناسی ارشد (۱۶ نفر) و دکتری (۸ نفر) بودند. اکثر شرکت کنندگان دارای ۱ فرزند (۱۴۵ نفر) و بقیه دارای ۲ فرزند (۵۲ نفر)، ۳ فرزند (۱۲ نفر) و ۴ فرزند (۲ نفر) بودند. درآمد شرکت کنندگان زیر ۵ میلیون تومان (۸ نفر)، ۵ تا ۱۰ میلیون تومان (۶۸ نفر)، ۱۰ تا ۱۵ میلیون تومان (۸۴ نفر)، ۱۵ تا ۲۰ میلیون تومان (۳۳ نفر) و بالای ۲۰ میلیون تومان (۱۸ نفر) بود. جدول ۱، اطلاعات توصیفی و ماتریس همبستگی را نشان می دهد.

جدول ۱. شاخص های توصیفی و ضرایب همبستگی بین

متغیر	M	SD	کج ی	کش ید	متغیرهای پژوهش				
					۱	۲	۳	۴	۵
۱- شکوفایی	۶۲	۸/۱۸	۲۱	۲۶/۱	۱				
	۳/۸		-۰/۱	-۰					
۲- تفکر وجودی	۹۸	۱/۸۷	۲۰	۴۱/۱	۳**	۱			
	۲/۹	۰	۰/۱	-۰	۰/۷				
۳- استحکام روانی	۳۶	۷/۱۹	۰۹	۵۴/۱	۵**	۳**	۱		
	۳/۳		-۰/۱	-۰	۰/۴	۰/۶			
۴- خوش بینی	۶۳	۳/۵۰	۵۱	۵۱/۱	۵**	۳**	۶**	۱	
	۱/۷		-۰/۱	۰	۰/۷	۰/۵	۰/۰		
۵- بدبینی	۸۴	۵/۴۵	۰۹	۲۴/۱	۵**	۳**	۶**	۴**	۱
	۲/۲		-۰/۱	۰	۰/۱	۰/۵	۰/۳	۰/۴	
					-	-	-	-	

*P<0/01

با توجه به نتایج جدول ۱ در کنار اطلاعات توصیفی (میانگین و انحراف معیار)، مقدار کجی و کشیدگی نیز در دامنه ۲- و ۲ قرار داشت که بیانگر توزیع نرمال داده های جمع آوری شده است. همچنین بر اساس جدول ۱ بین متغیرهای پیش بین (جهت گیری زندگی)، میانجی (تفکر وجودی و استحکام روانی) و ملاک (شکوفایی) همبستگی در سطح معناداری ۰/۰۱ وجود دارد و بیانگر ارتباط خطی بین متغیرهای پژوهش است. جدول ۲، شاخص های نیکویی برازش مدل را نشان می دهد.

جدول ۲. شاخص های نیکویی برازش مدل مسیرهای نقش میانجی تفکر وجودی و استحکام روانی در رابطه بین جهت گیری زندگی با شکوفایی

داد که ضریب همسانی درونی برای کل مقیاس ۰/۸۸ و ضریب همبستگی آزمون باروش باز آزمایی ۰/۷۵ است [۴۹]. پایایی این مقیاس در پژوهش حاضر با استفاده از روش ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۱ محاسبه شد. روش اجرا و تحلیل داده ها در پژوهش حاضر، پژوهشگر پس از فراهم نمودن مقدمات پژوهش و توضیح درباره اهداف پژوهش، اقدام به توزیع پرسشنامه ها در بین اعضای نمونه ها نمود. ملاک های ورود به این پژوهش عبارت بود از رضایت آگاهانه، داشتن سواد ابتدایی و ملاک خروج هم پاسخ ناقص به پرسشنامه ها بود. در نهایت با توجه به ضرورت اخلاق در انجام پژوهش، آزمودنی ها در هر مرحله از روند پژوهش که می خواستند می توانستند از روند پژوهش خارج شوند و همچنین به آن ها اطمینان داده شد که اطلاعات هویتی آن ها به هیچ عنوان فاش نخواهد شد. در نهایت داده های جمع آوری شده با استفاده از نرم افزارهای SPSS نسخه ۲۳ و Amos نسخه ۲۳ تحلیل شدند.

یافته ها

میانگین و انحراف معیار سنی شرکت کنندگان ۳۸/۷۱ و ۵/۷۰ بود. شرکت کنندگان دارای سطح تحصیلات زیر دیپلم (۴۵ نفر)، دیپلم (۶۸ نفر)، فوق دیپلم (۳۱ نفر)، کارشناسی (۴۳ نفر)، کارشناسی ارشد (۱۶ نفر) و دکتری (۸ نفر) بودند. اکثر شرکت کنندگان دارای ۱ فرزند (۱۴۵ نفر) و بقیه دارای ۲ فرزند (۵۲ نفر)، ۳ فرزند (۱۲ نفر) و ۴ فرزند (۲ نفر) بودند. درآمد شرکت کنندگان زیر ۵ میلیون تومان (۸ نفر)، ۵ تا ۱۰ میلیون تومان (۶۸ نفر)، ۱۰ تا ۱۵ میلیون تومان (۸۴ نفر)، ۱۵ تا ۲۰ میلیون تومان (۳۳ نفر) و بالای ۲۰ میلیون تومان (۱۸ نفر) بود. جدول ۱، اطلاعات توصیفی و ماتریس همبستگی را نشان می دهد.

نتایج

میانگین و انحراف معیار سنی شرکت کنندگان ۳۸/۷۱ و ۵/۷۰ بود. شرکت کنندگان دارای سطح تحصیلات زیر دیپلم (۴۵ نفر)، دیپلم (۶۸ نفر)، فوق دیپلم (۳۱ نفر)

جدول ۳. مسیرهای مدل نقش میانجی تفکر وجودی و استحکام روانی در رابطه بین جهت‌گیری زندگی با شکوفایی

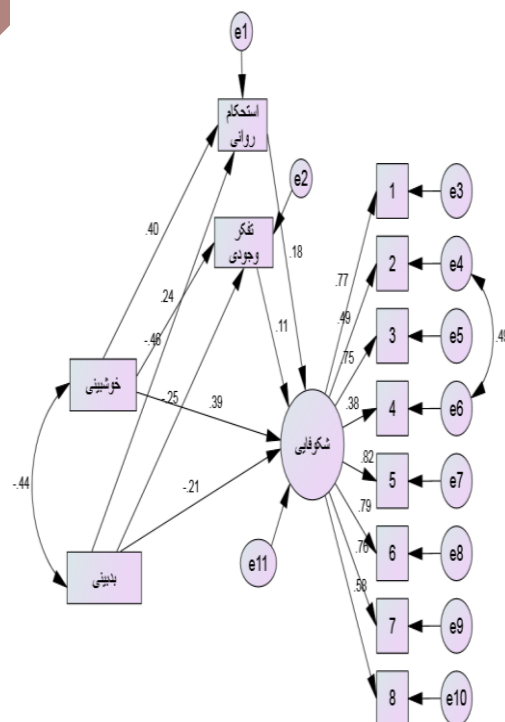
مسیرهای غیرمستقیم مدل						
متغیر	متغیر	مسیر	حد	حد بالا	خطای	P
خوش‌بینی	تفکر وجودی	شکوفایی	۰/۰۶	۰/۰۲	۰/۱۲	استاندارد
بدبینی	تفکر وجودی	شکوفایی	-۰/۰۸	-۰/۱۵	-۰/۰۳	۰/۰۳
خوش‌بینی	استحکام روانی	شکوفایی	۰/۱۹	۰/۱۲	۰/۳۰	۰/۰۴
بدبینی	استحکام روانی	شکوفایی	-۰/۲۵	-۰/۳۷	-۰/۱۶	۰/۰۵

مسیرهای مستقیم مدل					
متغیر برون‌زا	متغیر درون‌زا	ضرایب غیراستاندارد	ضرایب استاندارد	خطای استاندارد	P
خوش‌بینی	شکوفایی	۰/۱۴	۰/۳۹	۰/۰۳	۰/۰۰۱
بدبینی	شکوفایی	-۰/۰۵	-۰/۲۱	۰/۰۲	۰/۰۰۱

روش بوت‌استرپ در جدول ۳ نشان داد که مسیر غیرمستقیم تفکر وجودی در ارتباط بین خوش‌بینی و شکوفایی با بتای ۰/۰۶ معنادار بود ($P < ۰/۰۱$)، مسیر غیرمستقیم تفکر وجودی در ارتباط بین بدبینی و شکوفایی با بتای -۰/۰۸ معنادار بود ($P < ۰/۰۱$)، مسیر غیرمستقیم استحکام روانی در ارتباط بین خوش‌بینی و شکوفایی با بتای ۰/۱۹ معنادار بود ($P < ۰/۰۱$) و مسیر غیرمستقیم استحکام روانی در ارتباط بین بدبینی و شکوفایی با بتای -۰/۲۵ معنادار بود ($P < ۰/۰۱$). همچنین برآوردهای جدول ۳ نشان داد که مسیر مستقیم خوش‌بینی بر شکوفایی با بتای ۰/۳۹ ($P < ۰/۰۰۱$) و مسیر مستقیم بدبینی بر شکوفایی با بتای -۰/۲۱ ($P < ۰/۰۰۱$) معنادار بود.

مدل	X^2	Df	X^2/df	GFI	CFI	NFI	IFI	TLI	RMSEA
مدل پژوهش	۱۰۰	۴	۲۵	۰/۹۳	۰/۹۵	۰/۹۲	۰/۹۵	۰/۹۴	۰/۰۷
قابل قبول	-	-	۱	۰/۹۰	۰/۹۰	۰/۹۰	۰/۹۰	۰/۹۰	۰/۰۸
قبول	-	-	۵	>۰	>۰	>۰	>۰	>۰	<

بر اساس یافته‌های جدول ۲، شاخص X^2/df که نسبتی از مجذور خی بر درجه آزادی است برابر با ۲/۰۸ و در دامنه ۱ تا ۵ گزارش شد، شاخص نیکویی برازش (GFI)، شاخص برازش تطبیقی (CFI)، شاخص برازش هنجار شده (NFI)، شاخص برازش فزاینده (IFI) بالاتر از ۰/۹۰ گزارش شدند و ریشه دوم میانگین مربعات خطای برآورد (RMSEA) نیز کمتر از ۰/۰۸ برابر با ۰/۰۷ برآورد شد که همگی بیانگر آن است مدل پژوهش از برازش معتبر برخوردار بود. شکل ۲ مدل پژوهش را نشان می‌دهد.



شکل ۲. مدل نهایی نقش میانجی تفکر وجودی و استحکام روانی در رابطه بین جهت‌گیری زندگی با شکوفایی

بحث و نتیجه‌گیری.

پژوهش حاضر باهدف بررسی نقش میانجی تفکر وجودی و استحکام روانی در رابطه بین جهت‌گیری زندگی (خوش‌بینی و بدبینی) با شکوفایی در زنان سرپرست خانوار انجام شد. یافته‌های حاصل از تحلیل مسیر، ضمن تأیید اثرات مستقیم ابعاد جهت‌گیری زندگی بر شکوفایی، نشان داد که این رابطه از دو مسیر شناختی- شخصیتی تفکر وجودی و استحکام روانی نیز به‌طور معناداری قابل تبیین است که در ادامه، به ترتیب به تبیین هر یک پرداخته می‌شود. همچنین نتایج پژوهش‌ها حاکی از این است که تاکنون پژوهشی که به‌طور هم‌زمان متغیرهای پژوهش مذکور را به‌صورت مدلی یکپارچه موردبررسی قرار داده باشد، صورت نگرفته است.

در تبیین اثرات مستقیم، نتایج نشان داد که خوش‌بینی، به‌عنوان یکی از ابعاد جهت‌گیری زندگی، دارای تأثیری مثبت و مستقیم بر شکوفایی زنان سرپرست خانوار است. این یافته با پژوهش‌های پیشین که خوش‌بینی را به‌عنوان یک منبع روان‌شناختی- محافظتی در نظر گرفته‌اند، همسو است [۲۳]. خوش‌بینی با تقویت باور به نتایج مثبت، زنان سرپرست خانوار را قادر می‌سازد تا در مواجهه با فشارهای چندگانه، از راهبردهای مقابله‌ای فعال همچون حل مسئله و جستجوی حمایت اجتماعی بهره‌مند شوند [۳۲] و این امر، به‌نوبه خود، زمینه‌ساز شکوفایی آنان در ابعاد روان‌شناختی، اجتماعی و شغلی می‌گردد. در مقابل، بدبینی به‌عنوان بعد دیگر جهت‌گیری زندگی، تأثیر منفی و مستقیم بر شکوفایی نشان داد که با یافته‌های پژوهشگران دیگر مبنی بر ارتباط بدبینی با کاهش سلامت روان، افزایش پریشانی روان‌شناختی و استفاده از راهبردهای مقابله‌ای ناسازگارانه، همخوانی دارد [۳۱-۳۲]. این نگرش منفی، با ایجاد انتظارات بدبینانه از آینده، اعتمادبه‌نفس و خود-کارآمدی زنان را تضعیف کرده و آنان را از تلاش برای بهبود شرایط زندگی باز می‌دارد که این فرایند، درنهایت، به کاهش

چشمگیر شکوفایی در این گروه منجر می‌شود.

در ادامه و در تبیین اثرات غیرمستقیم، یافته‌ها نشان داد که خوش‌بینی و بدبینی، علاوه بر آثار مستقیم، از طریق تأثیر بر تفکر وجودی و استحکام روانی نیز به‌طور غیرمستقیم بر شکوفایی اثر می‌گذارند. به‌گونه‌ای که مسیرهای غیرمستقیم خوش‌بینی به شکوفایی از طریق هر دو متغیر میانجی، مثبت و معنادار و مسیرهای غیرمستقیم بدبینی به شکوفایی، منفی و معنادار بود. این یافته، بیانگر آن است که جهت‌گیری زندگی، بخش قابل‌توجهی از تأثیر خود بر شکوفایی را از طریق این دو سازوکار واسطه‌ای اعمال می‌کند و بدین ترتیب، ضرورت بررسی نقش میانجی این متغیرها را بیش‌ازپیش آشکار می‌سازد.

در خصوص نقش میانجی تفکر وجودی، می‌توان اظهار داشت که تفکر وجودی به‌عنوان ظرفیتی شناختی- معنوی، به زنان سرپرست خانوار کمک می‌کند تا به رویدادهای زندگی‌شان معنا بخشیده و از این طریق، هم به تقویت اثرات مثبت خوش‌بینی بر شکوفایی بیفزایند و هم از شدت تأثیر منفی بدبینی بر شکوفایی بکاهند. به بیان دقیق‌تر، تفکر وجودی با ایجاد معنا در زندگی، به این زنان امکان می‌دهد تا به‌جای اجتناب از مشکلات و نامایمات، با آن‌ها مواجهه‌ای سازنده داشته باشند [۴۷] و از این طریق، امید و انگیزه را در خود زنده نگه‌دارند [۵۴]. درواقع، تفکر وجودی به‌عنوان یک منبع حمایتی درونی، به زنان سرپرست خانوار یاری می‌رساند تا چالش‌ها را نه به‌عنوان موانع غیرقابل‌عبور، بلکه به‌عنوان بخشی از مسیر رشد و تعالی فردی درک کنند [۴۸] و این بازسازی معنایی، به‌ویژه در مواجهه با بدبینی، می‌تواند به‌عنوان یک سپر محافظتی در برابر یأس و ناامیدی عمل کرده و شکوفایی آنان را در شرایط دشوار زندگی، حفظ و حتی ارتقا بخشد.

هم‌چنین، در تبیین نقش میانجی استحکام روانی، باید گفت که استحکام روانی به‌عنوان یک منبع شخصیتی چندبعدی، با دارا بودن مؤلفه‌هایی نظیر

ارتقای سطح شکوفایی و کیفیت زندگی این قشر آسیب‌پذیر داشته باشند و زمینه‌ساز توانمندی پایدار آنان در مواجهه با چالش‌های چندگانه زندگی گردند.

محدودیت‌ها و پیشنهادات پژوهش

پژوهش حاضر نیز مانند هر پژوهش علمی دارای محدودیت‌هایی است که دامنه تعمیم‌پذیری نتایج را تحت تأثیر قرار داده است. جامعه پژوهش صرفاً به زنان سرپرست خانوار شهر رشت محدود گردیده، روش‌های نمونه‌گیری به شیوه داوطلبانه (غیر تصادفی) انجام شد که احتمال سوگیری انتخاب را افزایش می‌دهد، برخی متغیرهای جمعیت شناختی تأثیرگذار مانند سن، سطح تحصیلات، درآمد و تعداد فرزندان در تحلیل کنترل نشدند و همچنین تمامی داده‌ها صرفاً از طریق ابزارهای خود-گزارشی گردآوری شد که ممکن است با سوگیری‌هایی همچون تمایل به پاسخ‌دهی اجتماعی همراه باشد. لذا با توجه به محدودیت جغرافیایی جامعه پژوهش، انجام مطالعه در سایر کلان‌شهرها و نیز مناطق روستایی با بافت‌های فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی متفاوت، امکان مقایسه بین فرهنگی و افزایش اعتبار بیرونی یافته‌ها را فراهم می‌آورد. به‌منظور رفع نقص ناشی از نمونه‌گیری غیر تصادفی، به‌کارگیری روش‌های نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای یا خوشه‌ای چندمرحله‌ای با همکاری نهادهای حمایتی مانند بهزیستی و کمیته امداد، خطای نمونه‌گیری را کاهش داده و روایی آماری مدل را ارتقاء می‌بخشد. همچنین، با توجه به عدم کنترل متغیرهای جمعیت شناختی در پژوهش حاضر، پیشنهاد می‌شود که در مطالعات آتی این متغیرها به‌عنوان متغیرهای تعدیل در مدل معادلات ساختاری گنجانده شوند تا اثرات واقعی متغیرهای پیش‌بین بر شکوفایی با دقت بیشتری برآورد شود. نهایتاً، به‌منظور کاهش سوگیری ناشی از ابزار خود-گزارشی ترکیب روش‌های کمی با رویکردهای کیفی مانند مصاحبه‌های پدیدار شناختی و نیز استفاده از ارزیابی‌های چند منبعی (شامل گزارش فرزندان یا مددکار اجتماعی) می‌تواند اعتبار همگرایی داده‌ها را افزایش داده و درک

تعهد، کنترل، چالش‌پذیری و اعتماد به نفس [۳۶]، به زنان سرپرست خانوار اجازه می‌دهد تا با وجود فشارهای اقتصادی، اجتماعی و خانوادگی، بر اهداف خود متمرکز بمانند و از راهبردهای مقابله‌ای مؤثرتری بهره‌مند شوند. در این میان، استحکام روانی هم به‌عنوان تسهیل‌کننده مسیر خوش‌بینی به شکوفایی عمل می‌کند، زیرا افراد با استحکام روانی بالا، از نیروی خوش‌بینی برای حفظ انگیزه و پشتکار در مواجهه با موانع استفاده می‌کنند [۳۷] و هم به‌عنوان تعدیل‌گر اثرات منفی بدبینی بر شکوفایی ظاهر می‌شود، زیرا این ویژگی، با تقویت حس خود-کارآمدی و باور به توانایی‌های شخصی، به زنان کمک می‌کند تا در شرایط حاکم بر بدبینی، پاسخ‌های انطباقی‌تری نشان داده و از غرق شدن در افکار منفی جلوگیری کنند [۴۵].

بدین ترتیب، استحکام روانی با ایجاد تعادل بین شناخت‌های مثبت و منفی، نقش میانجی خود را در هر دو مسیر به‌خوبی ایفا می‌کند و به زنان سرپرست خانوار این امکان را می‌دهد تا با حفظ ثبات روانی، در مسیر شکوفایی گام بردارند [۳۹، ۴۶]. درمجموع، یافته‌های این پژوهش به‌وضوح نشان می‌دهد که شکوفایی در زنان سرپرست خانوار، نه تنها درگرو نگرش‌های مثبت یا منفی نسبت به آینده است، بلکه نتیجه تعامل پویای این جهت‌گیری‌ها با دو ظرفیت اساسی تفکر وجودی و استحکام روانی است. به‌عبارت‌دیگر، خوش‌بینی و بدبینی، هم به‌صورت مستقیم و هم از طریق تأثیرگذاری بر تفکر وجودی و استحکام روانی، بر شکوفایی اثر می‌گذارند و این امر نشان از پیچیدگی مسیرهای تأثیرگذار بر بهزیستی روان‌شناختی دارد. این یافته‌ها، درک نظری ما را از سازوکارهای درونی مؤثر بر سلامت روان در شرایط دشوار زندگی، عمیق‌تر می‌سازد و تلویحات کاربردی ارزشمندی را برای طراحی مداخلات توانمندسازی ارائه می‌دهد. به‌گونه‌ای که برنامه‌های مداخلاتی باهدف تقویت هم‌زمان نگرش‌های خوش‌بینانه، پرورش تفکر وجودی و ارتقای استحکام روانی، می‌توانند اثربخشی چشم‌گیری در

- developing countries?. Economic development and cultural change. 1997 Jan 1;45(2):259-80.
<https://doi.org/10.1086/452273>
- 4- Rowshani S, Taft M, Khosravi Z, Khademi F. Effective Conditions on Female-headed Households' Life in Iran and Solutions to Reduce Injuries. Quarterly of Social Studies and Research in Iran. 2020 Sep 22;9(3):693-717.
<https://doi.org/10.22059/jisr.2020.272848.799> [In Persian]
 - 5- Navabi Nezhad S. Comparison of the effectiveness of emotional-focused and schema therapy approach on the self-Efficacy of parenting in mothers of the household head. Journal of Psychological Science. 2019 Jul 10;18(76):407-15.
<https://qjfr.ir/article-1-1912-fa.html> [In Persian]
 - 6- Vaezi F, Esmaili R, Mohammadi A. An analysis of the lived experiences of women heads of households in the face of high-risk behaviors Study of women heads of households in Kerman. Women's Strategic Studies. 2022 Feb 20;24(94):75-103.
<https://doi.org/10.22095/jwss.2022.310653.2822> [In Persian]
 - 7- Sistanipour N, Asghari Ebrahimabad MJ, Ghanbari Hashemabadi B. Effectiveness of Emotional Schema Group Therapy on Improving Dark Personality Traits, Flourishing and Cognitive Flexibility among Female Head of Households. Clinical Psychology Studies. 2024;14(53):1-8.
<https://doi.org/10.22054/jcps.2024.17013> [In Persian]
 - 8- Dehghani FA, Bahari ZA. The mediating role of cognitive flexibility in the relationship between job stress and psychological wellbeing of nurses. Iran Journal of Nursing. 2021 Jan 1;34(133):16-27.
<https://doi.org/10.32598/ijn.34.5.2> [In Persian]
 - 9- Fredrickson BL. The broaden-and-build theory of positive emotions. Philosophical transactions of the royal society of London. Series B: Biological Sciences. 2004 Sep 29;359(1449):1367-77.
<https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1512>
 - 10- Huppert, F. A., & So, T. T. C. Flourishing across Europe: A conceptual framework for defining well-being. Social Indicators Research. 2009, 110, 837-861.
<https://doi.org/10.1007/s11205-011-9966-7>
 - 11- Witten H, Savahl S, Adams S. Adolescent flourishing: A systematic review. Cogent Psychology. 2019 Jan 1;6(1):1640341.

عمیق تری از تجربه زیسته زنان سرپرست خانوار ارائه کرد. در تکمیل این پیشنهادات، انجام پژوهش‌های طولی با حداقل سه مقطع زمانی برای بررسی روند شکوفایی و تبیین روابط علی میان متغیرها، گامی ضروری در جهت استحکام بخشیدن به یافته‌های پژوهش حاضر خواهد بود.

ملاحظات اخلاقی: همچنین، با توجه به ضرورت اخلاق در انجام پژوهش، آزمودنی‌ها می‌توانستند در هر مرحله از فرآیند پژوهش که مایل بودند، از روند پژوهش انصراف دهند و همچنین به آن‌ها اطمینان داده شد که اطلاعات هویتی آن‌ها به هیچ‌وجه فاش نخواهد شد.

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: با توجه به ضرورت اخلاق در انجام پژوهش، آزمودنی‌ها می‌توانستند در هر مرحله از فرآیند پژوهش که مایل بودند، از روند پژوهش انصراف دهند و همچنین به آن‌ها اطمینان داده شد که اطلاعات هویتی آن‌ها به هیچ‌وجه فاش نخواهد شد.

حامی مالی: در فرآیند این مقاله از هیچ‌گونه حمایت مالی از سازمان‌های دولتی، عمومی، تجاری یا غیرانتفاعی استفاده نشده است.

سپاسگزاری: نویسندگان پژوهش حاضر بر خود لازم می‌دانند که از تمامی شرکت‌کنندگان در مطالعه (زنان سرپرست خانوار شهر رشت) تشکر نمایند.

منابع

- 1- Amirmazaheri AM, Saffarinia M. Narrative Analysis of culture of poverty among female heads of households in the 19th district of Tehran in 1399. Social Welfare Quarterly. 2023 Feb 10;22(87):149-82.
<http://dx.doi.org/10.32598/refahj.22.87.392.6.1> [In Persian]
- 2- Tan B, Guo Y, Wu Y. The influence and mechanism of female-headed households on household debt risk: empirical evidence from China. Humanities and Social Sciences Communications. 2024 May 6;11(1):1-5.
<https://doi.org/10.1057/s41599-024-03029-x>
- 3- Buvinić M, Gupta GR. Female-headed households and female-maintained families: are they worth targeting to reduce poverty in

- optimism, pessimism, coping, and academic satisfaction. *British Journal of Educational Psychology*. 2021 Mar;91(1):46-62. <https://doi.org/10.1111/bjep.12346>
- 21- Öztekin GG. The relationship of future anxiety with a multidimensional framework of well-being among undergraduate students: optimism and pessimism as mediators. *BMC psychology*. 2025 Dec;13(1):1-0. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02387-8>
 - 22- Boehm JK, Chen Y, Koga H, Mathur MB, Vie LL, Kubzansky LD. Is optimism associated with healthier cardiovascular-related behavior? Meta-analyses of 3 health behaviors. *Circulation research*. 2018 Apr 13;122(8):1119-34. <https://doi.org/10.1161/CIRCRESAHA.117.310828>
 - 23- Sourì H, Hejazi E. The relationship between resilience and psychological well-being: the mediating role of optimism. *Knowledge & Research in Applied Psychology*. 2014 Jun 22;15(1):5-15. [In Persian]
 - 24- Piper A. Optimism, pessimism and life satisfaction: an empirical investigation. *International Review of Economics*. 2022 Jun;69(2):177-208. <https://doi.org/10.1007/s12232-022-00390-8>
 - 25- Garvin G, Putri RA. The Relationship between optimism and subjective well-being in covid-19 pandemic context. In *International Conference on Economics, Business, Social, and Humanities (ICEBSH 2021)* 2021 Aug 8 (pp. 80-83). Atlantis Press.
 - 26- Tugade MM, Fredrickson BL. Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of personality and social psychology*. 2004 Feb;86(2):320. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.320>
 - 27- Gustems-Carnicer J, Calderón C, Santacana MF. Psychometric properties of the Life Orientation Test (LOT-R) and its relationship with psychological well-being and academic progress in college students. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 2017 Jan 1;49(1):19-27. <https://doi.org/10.1016/j.rlp.2016.05.001>
 - 28- Hanssen MM, Vancleef LM, Vlaeyen JW, Hayes AF, Schouten EG, Peters ML. Optimism, motivational coping and well-being: Evidence supporting the importance of flexible goal adjustment. *Journal of Happiness Studies*. 2015 Dec;16:1525-37. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9572-x>
 - 29- Scheier MF, Carver CS. Effects of optimism <https://doi.org/10.1080/23311908.2019.1640341>
 - 12- Schotanus-Dijkstra M, Ten Klooster PM, Drossaert CH, Pieterse ME, Bolier L, Walburg JA, Bohlmeijer ET. Validation of the Flourishing Scale in a sample of people with suboptimal levels of mental well-being. *BMC psychology*. 2016 Dec;4:1-0. <https://doi.org/10.1186/s40359-016-0116-5>
 - 13- Keyes CL. Flourishing after addiction: An invited commentary on the McGaffin et al. (2015) study. *Addiction Research & Theory*. 2015 Sep 25;23(5):361-3. <https://doi.org/10.3109/16066359.2015.1048236>
 - 14- Ahmadian S, KAMEL GA. Women-headed households in Tehran: A qualitative study of their experiences, challenges and capacities. [In Persian]
 - 15- Ghasemnezhad K, Zare Z, Ghasempoor E, Kalantari M, Alimardani S. The Effectiveness of Compassion Treatment on Life Orientation and Interpersonal Forgiveness among Veterans' Spouses. *Military Psychology*. 2022 Aug 23;13(50):131-45. [DOR: 20.1001.1.25885162.1401.13.50.7.3](https://doi.org/10.1001.1.25885162.1401.13.50.7.3) [In Persian]
 - 16- Cnen TW, Chiu YC, Hsu Y. Perception of social support provided by coaches, optimism/pessimism, and psychological well-being: Gender differences and mediating effect models. *International Journal of Sports Science & Coaching*. 2021 Apr;16(2):272-80. <https://doi.org/10.1177/1747954120968649>
 - 17- Ward MA, Chopik WJ. Optimism/pessimism and associations with life event perceptions. *PloS one*. 2025 Apr 1;20(4):e0321128. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0321128>
 - 18- Zou R, Hong X, Wei G, Xu X, Yuan J. Differential effects of optimism and pessimism on adolescents' subjective well-being: mediating roles of reappraisal and acceptance. *International journal of environmental research and public health*. 2022 Jun 9;19(12):7067. <https://doi.org/10.3390/ijerph19127067>
 - 19- Segerstrom SC, Carver CS, Scheier MF. Optimism. *The happy mind: Cognitive contributions to well-being*. 2017:195-212. https://doi.org/10.1007/978-3-319-58763-9_11
 - 20- Boileau L, Gaudreau P, Gareau A, Chamandy M. Some days are more satisfying than others: A daily-diary study on

- <https://doi.org/10.1080/08995605.2023.2167467>
- 40- Antonovsky A. The structure and properties of the sense of coherence scale. *Social science & medicine*. 1993 Mar 1;36(6):725-33. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(93\)90033-Z](https://doi.org/10.1016/0277-9536(93)90033-Z)
 - 41- Eriksson M, Lindström B. Antonovsky's sense of coherence scale and the relation with health: a systematic review. *Journal of epidemiology & community health*. 2006 May 1;60(5):376-81. <https://doi.org/10.1136/jech.2005.041616>
 - 42- Mollaei F, Hejazi M, Yosefi Afrashteh M, Morovvati Z. Mediating Role of Cognitive Flexibility on Relation of Academic Optimism, with Academic Vitality, Among High School Girl Students of Zanjan. *Education Strategies in Medical Sciences*. 2020 Apr 10;13(1):43-52. [In Persian]
 - 43- Salman Z, Pooraghaei Ardekani Z, Hossein Fahimi T. Relationship among Mental Toughness, Stress Coping Styles and Optimism in Veteran and Disabled Volleyball Players. *Iranian Journal of War and Public Health*. 2017 Mar 10;9(1):9-14. <https://doi.org/10.18869/acadpub.ijwph.9.1.9> [In Persian]
 - 44- Shabannezhad A, Fazlali M, Mirzaian B. The mediating role of psychological flexibility in the relationship between self-efficacy and health-promoting behaviors in infertile women. *Ebnesina*. 2021 Oct 10;23(3):52-62. <http://dx.doi.org/10.22034/23.3.52> [In Persian]
 - 45- Miçoogullari BO, Ekmekçi R. Evaluation of a Psychological Skill Training Program on Mental Toughness and Psychological Wellbeing for Professional Soccer Players. *Universal Journal of Educational Research*. 2017;5(12):2312-9. <https://Doi.org/10.13189/ujer.2017.051222>
 - 46- Pakenham KI, Landi G, Grandi S, Tossani E. The mediating role of psychological flexibility in the relationship between resilience and distress and quality of life in people with multiple sclerosis. *Journal of Health Psychology*. 2024 Jan;29(1):65-80. <http://doi.org/10.1177/13591053231182364>
 - 47- Manesh MS, Azizi M, Moradi A. Effectiveness of cognitive-existential group therapy on life expectancy and anxiety of adolescent with cancer. *Quarterly journal of social work*. 2018;7(4):31-8. [In Persian]
 - 48- Akrawi D, Bartrop R, Potter U, Touyz S. Religiosity, spirituality in relation to disordered eating and body image concerns: A systematic review. *Journal of eating* on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update. *Cognitive therapy and research*. 1992 Apr;16(2):201-28. <https://doi.org/10.1007/BF01173489>
 - 30- Jones DR, Lehman BJ, Kirsch JA, Hennessy KG. Pessimism moderates negative emotional responses to naturally occurring stress. *Journal of Research in Personality*. 2017 Aug 1;69:180-90. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2016.06.007>
 - 31- Zenger M, Glaesmer H, Höckel M, Hinz A. Pessimism predicts anxiety, depression and quality of life in female cancer patients. *Japanese Journal of Clinical Oncology*. 2011 Jan 1;41(1):87-94. <https://doi.org/10.1093/jjco/hyq168>
 - 32- Craig H, Freak-Poli R, Phyo AZ, Ryan J, Gasevic D. The association of optimism and pessimism and all-cause mortality: A systematic review. *Personality and Individual Differences*. 2021 Jul 1;177:110788. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110788>
 - 33- Aliot SK, El Keshky ME. Cognitive flexibility as the mediator between unemployment anxiety and psychological wellbeing among university students with disabilities. *Art Humanit*. 2020;28:299-321. <https://doi.org/10.4197/Art.28-14.10>
 - 34- Aghaei A, Raeisi R, Atashpour SH. The relationship between optimism and pessimism with mental health in adults in Isfahan. [In Persian]
 - 35- Carver CS, Scheier MF, Segerstrom SC. Optimism. *Clinical psychology review*. 2010 Nov 1;30(7):879-89. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.006>
 - 36- Pocius E, Malinauskas R. Development of mental toughness among basketball sports school students. *Behavioral Sciences*. 2024 Apr 11;14(4):314. <https://doi.org/10.3390/bs14040314>
 - 37- Voon SP, Lau PL, Leong KE, Jaafar JL. Self-compassion and psychological well-being among Malaysian counselors: The mediating role of resilience. *The Asia-Pacific Education Researcher*. 2022 Aug;31(4):475-88. <https://doi.org/10.1007/s40299-021-00590-w>
 - 38- Clough P, Earle K, Sewell D. Mental toughness: The concept and its measurement. *Solutions in sport psychology*. 2002;1(1):32-46.
 - 39- Saul KM, Young MD, Siddiqi JM, Hirsch DA. Developing a mental toughness program for basic military training. *Military Psychology*. 2024 Mar 3;36(2):203-13.

- a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). Depression and anxiety. 2003 Sep;18(2):76-82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- 57- Bakracheva M. The meanings ascribed to happiness, life satisfaction and flourishing. Psychology. 2020 Jan 2;11(1):87-104. <https://doi.org/10.4236/psych.2020.111007>
- 58- Kline RB. Principles and practice of structural equation modeling. Guilford publications; 2023 May 24. <https://dl.icdst.org/pdfs/files4/befc0f8521c770249dd18726a917cf90.pdf>
- 59- Diener E, Biswas-Diener R. Happiness: Unlocking the mysteries of psychological wealth. John Wiley & Sons; 2011 Sep 7. <https://ssrn.com/abstract=2143374>
- 60- Ashkoti S, Kord B, Jadidi H. Development of a causal model of academic adjustment based on emotional self-regulation and orientation of tendency dominance and the mediating role of students' academic flourishing. Journal of Psychological Science. 2022 Aug 10;21(113):1005-20. <https://doi.org/10.52547/JPS.21.113.1005> [In Persian]
- 61- Diener E, Wirtz D, Tov W, Kim-Prieto C, Choi DW, Oishi S, Biswas-Diener R. New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. Social indicators research. 2010 Jun;97:143-56.
- 62- Moradi siah afshadi M, Ghasemi N, Ghamarani A. Evaluating the validity and reliability of flourishing scale and determining the relation between flourishing and academic achievement in students of medicine school. Iranian Journal of Medical Education, 2015,15:330-337. [In Persian]
- 63- Rezaei A. Investigating factorial structure, reliability and validity of the Extended Life Orientation Test-Persian Version (ELOT-P) in the university students population. Journal of Research in Behavioural Sciences. 2014;12(1):133-43. [In Persian]
- 64- Chang EC, Maydeu-Olivares A, D'Zurilla TJ. Optimism and pessimism as partially independent constructs: Relationship to positive and negative affectivity and psychological well-being. Personality and Individual Differences. 1997 Sep 1;23(3):433-40.
- 65- Papageorgiou KA, Malanchini M, Denovan A, Clough PJ, Shakeshaft N, Schofield K, Kovas Y. Longitudinal associations between narcissism, mental toughness and school achievement. Personality and Individual Differences. 2018 Sep 1;131:105-10.
- disorders. 2015 Dec;3:1-24. <https://doi.org/10.1186/s40337-015-0064-4>
- 49- Fasanghari M, Roshan Chesli R, Allame Z, Ertezaee B. Examination of the psychometric properties of the Persian version of the scale for existential thinking. Clinical Psychology and Personality. 2020 Sep 22;18(2):173-82. <https://doi.org/10.22070/cpap.2020.2951> [In Persian]
- 50- Shakerian A, Maroofi Y, Nateghi F. The structural equation modeling of the relationship between spirituality and psychological wellbeing mediated by spiritual health. Health, Spirituality and Medical Ethics. 2021 Aug 10;8(2):123-32. <http://dx.doi.org/10.32598/hsmej.8.2.8> [In Persian]
- 51- Sharif Nia H, Mousazadeh N, Bayat Shahparast F, Kohestani D, Goudarzian A H. Relationship between Self-Care Behavior and Body Image Concerns in Hemodialysis Patients in Sari, Iran: The Mediating Role of Religious Coping. Religion and Health, Spring & Summer, 2022,10(1): 55-64. [In Persian]
- 52- Datu JA, Mateo NJ. Gratitude and life satisfaction among Filipino adolescents: The mediating role of meaning in life. International Journal for the Advancement of Counselling. 2015 Jun;37:198-206. <https://doi.org/10.1007/s10447-015-9238-3>
- 53- Khalafi kasalani S, Karami M, Dargahi S. Investigating the mediating influence of distress tolerance on the relationship between existential thinking, sense of coherence, and the severity of mourning among families who lost a loved one to COVID-19: A cross-sectional study. Health Science Reports. 2023 Sep;6(9):e1518. <https://doi.org/10.1002/hsr2.1518> [In Persian]
- 54- Shokoohifar S, Bakhshipour A. Mediating role of meaning of life in the relationship between mental health and psychological well-being of the elderly. Caspian Journal of Health and Aging. 2021;6(2):57-70. <http://dx.doi.org/10.22088/cjhaa.6.2.5> [In Persian]
- 55- Oriol X, Miranda R, Bazán C, Benavente E. Distinct routes to understand the relationship between dispositional optimism and life satisfaction: Self-control and grit, positive affect, gratitude, and meaning in life. Frontiers in Psychology. 2020 May 26;11:907. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00907>
- 56- Connor KM, Davidson JR. Development of

- 66- Abbasi M, Ghasemi Jobaneh R, Siahmansour S, Hojati M. The Effect of Mindfulness Training on Mental Toughness and Academic Well-Being of Students with Military Parents. *Military Psychology*. 2026 Jul 23;17(2):109-29. [In Persian]
- 67- Rahimi R, Khodaei A. Factorial Structure, Reliability and Predictive Validity of the shortened Mental Toughness Questionnaire (MTQ-12). *Clinical Psychology and Personality*. 2023 May 22;21(1):181-94. <https://doi.org/10.22070/cpap.2023.16687.1272> [In Persian]
- 68- Allan BA, Shearer B. The scale for existential thinking. *International Journal of Transpersonal Studies*. 2012;31(1):5. <http://dx.doi.org/10.24972/ijts.2012.31.1.21>

-69

زودآیند ویرایش نشده