

# بررسی رابطه ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده با بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه اصفهان

شیمای جزینی<sup>۱</sup>، شیوا جزینی<sup>۲</sup>

## مقاله پژوهشی

### چکیده

**زمینه و هدف:** ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده با بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان دانشگاه، یکی از عوامل کلیدی و مهم محسوب می‌شود. حمایت اجتماعی ادراک شده به دانشجویان کمک می‌کند تا احساس خود ارزشمندی کنند و شرایط توسعه توانایی‌ها و شایستگی‌های آن‌ها را فراهم سازند. هدف این مطالعه، بررسی رابطه‌ی ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده با بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه اصفهان بود.

**مواد و روش‌ها:** پژوهش حاضر از نظر ماهیت کمی، از نظر میزان و کنترل متغیرها از نوع غیرآزمایشی و از نظر گردآوری داده‌ها توصیفی-همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش دانشجویان دوره‌های کارشناسی ارشد دانشگاه اصفهان در سال تحصیلی ۱۳۹۵-۱۳۹۶ است که از کل ۴۴۶۹ نفر، تعداد، ۳۵۱ نفر با روش نمونه‌گیری طبقه‌ای متناسب با حجم به عنوان نمونه بررسی شدند. ابزار اصلی گردآوری داده‌ها، پرسش‌نامه‌های حمایت اجتماعی ادراک شده و بهزیستی روان‌شناختی بود که پایایی آن‌ها در همه قسمت‌ها مطلوب برآورده شده است. بعد از گردآوری داده‌های حاصل از پرسش‌نامه‌ها و اختصاص نمره به مقیاس، به منظور کمی نمودن داده‌ها، تمامی اطلاعات مندرج در پرسش‌نامه‌ها به تفکیک متغیرهای جمعیت‌شناختی، وارد نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۲۱ و تحلیل معادلات ساختاری (Lisrel) گردید. سپس از روش‌های آمار توصیفی و جهت نرمال بودن داده‌ها از طریق آزمون کلموگروف-اسمیرنوف مورد بررسی قرار گرفت. همچنین از آزمون‌های پارامتریک ضریب همبستگی پیرسون، رگرسیون، تحلیل واریانس و مدل‌سازی معادله‌های ساختاری استفاده شد.

**یافته‌ها:** در این پژوهش، ضریب معنی‌داری فرضیه‌های پژوهش، بالاتر از ۱/۹۶ به دست آمد. بنابراین فرضیه‌های پژوهش مورد تأیید قرار گرفت. همچنین مقدار برازش کلی مدل مفهومی پژوهش، برازش خوبی را نشان می‌دهد یعنی اینکه مدل مفهومی پژوهش به جامعه واقعی نزدیک است.

**نتیجه‌گیری:** نتایج نشان داد، سهم کلی پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی، بر اساس سه متغیر حمایت خانواده، حمایت دوستان و حمایت افراد مهم، معنی‌دار می‌باشد. همچنین بین ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده با بهزیستی روان‌شناختی رابطه مثبت و معنی‌دار وجود دارد، یعنی با افزایش حمایت اجتماعی ادراک شده، بهزیستی روان‌شناختی نیز افزایش می‌یابد.

**کلیدواژه‌ها:** بهزیستی روان‌شناختی، حمایت اجتماعی، دانشجویان کارشناسی ارشد

**ارجاع:** جزینی شیمای، جزینی شیوا. بررسی رابطه ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده با بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه اصفهان. مجله مدیریت فراگیر ۱۳۹۹؛ ۶ (۱): ۲۹-۲۱.

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۸/۱۲/۲

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۹/۲۰

۱- دانشجوی دکتری علوم تربیتی (مدیریت آموزشی)، گروه علوم تربیتی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران

۲- دانشجوی دکتری مشاوره، گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اصفهان (خوراسگان)، اصفهان، ایران

Email: shimajazini@gmail.com

نویسنده مسؤول: شیمای جزینی

### مقدمه

امروزه دانشجویان، نقش مهمی در اداره آینده کشور به عهده دارند، اهمیت این نقش در این است که دانشجویان نه تنها بخش اصلی متخصصان زمینه‌های گوناگون هر کشوری را تشکیل می‌دهند، بلکه این گروه، مدیران اصلی در آینده کشور و رهبران سایر اقشار جامعه در هدایت به سمت کمال و اهداف کشور می‌باشند. جامعه‌ای که به سلامت خود و نسل‌های آینده خود می‌اندیشد، باید با بررسی و رفع عوامل زمینه‌ساز و ایجاد کننده مشکلات روحی و روانی و حفظ سلامت آینده‌سازانش، در راه نیل به آرمان‌ها بیش از پیش گام بردارد.

با توجه به اینکه جامع دانشجویی کشور ما بخش قابل توجهی از جمعیت را تشکیل داده و هر ساله نیز رو به افزایش است، اهمیت سلامت دانشجویان بیش از پیش مشخص می‌شود (۱).

سلامت روانی یکی از ابعاد مهم سلامت دانشجویان کشور می‌باشد. از دیدگاه روانشناسی مثبت‌گرا، حتی عدم وجود نشانه‌های بیماری‌های روانی، شاخص سلامتی نیست، بلکه نشان دادن ویژگی‌های مثبت، نشان دهنده سلامت بوده و هدف اصلی فرد در زندگی، شکوفاسازی قابلیت‌های خود است (۲).

بهزیستی‌روان‌شناختی (Psychological well-being) به عنوان درگیری با چالش‌های هستی‌شناختی و تلاش برای رشد شخصی تعریف شده و در برگزیده تلاش برای تحقق نیروهای بالقوه فرد و احساس رضایت‌مندی عمومی از زندگی است که شامل خود و دیگران در حوزه‌های مختلف زندگی می‌شود (۳).

در دو دهه اخیر، دانشمندان علوم اجتماعی و رفتاری، به بهزیستی‌روان‌شناختی توجه زیادی نشان داده و کارهای نظری و تجربی زیادی در این زمینه انجام داده‌اند (۴). رویکرد بهزیستی‌روان‌شناختی، رشد و تحول مشاهده شده در برابر چالش‌های وجودی زندگی را بررسی می‌کند و به شدت بر توسعه‌ی روابط انسانی تکیه دارد. در آداب و رسوم معمول، سلامت را مترادف با عدم بیماری به جای داشتن سلامت و بهزیستی می‌دانسته‌اند. این روند باعث نادیده گرفتن توانایی‌ها و استعداد‌های افراد و نیاز آن‌ها به رشد می‌شد (۵). بنابراین

اگر به طور قراردادی عدم بیماری برابر صفر در نظر گرفته شود، اعداد منفی، نشانه عدم سلامت یا بیماری و اعداد مثبت، نشانگر سلامت خواهد بود. این دیدگاه در مقابل دیگر روش‌های روان‌شناختی که بر نقایص و مدل‌های بیماری که بیشتر جنبه پزشکی دارند و به دنبال درمان نشانه‌ها و سندرم‌ها هستند قرار گرفته است (۶).

بهزیستی روان‌شناختی، رویکردی درباره خوب زندگی کردن است (۷). در واقع می‌توان گفت سلامت، چیزی بیش از عدم بیماری است و فرد و سازمان سالم، پدیده‌هایی هستند که بتوانند توانمندی‌ها و استعداد‌های خود را در بستر سلامت ایجاد شده بروز دهند و موجب پیشرفت فرد یا سازمان گردند. بنابراین بهزیستی روان‌شناختی، تلاش فرد برای تحقق توانایی‌های بالقوه‌ی فرد است. این مفهوم شش مؤلفه‌ی رشد شخصی، پذیرش‌خود، استقلال، هدفمندی در زندگی، تسلط بر محیط و روابط مثبت با دیگران را در برمی‌گیرد (۸). رشد شخصی، به فردی رشد یافته اطلاق می‌شود که بتوان وی را بالغ، غیروابسته و مستقل، دارای دیدگاه بلندمدت، علاقه‌مندی‌های وسیع، دارای واکنش‌های متعدد به محرک‌های محیطی و خودآگاهی بیشتر دانست. یکی از مؤلفه‌های کلیدی بهزیستی، خودپذیری است و به معنای داشتن نگرش مثبت نسبت به خود می‌باشد، البته نه به معنای خودشیفتگی و عزت‌نفس خیلی بالا و غیرمعمول، بلکه به معنای احترام به نفسی که بر اساس آگاهی از نقاط قوت و ضعف خود می‌باشد (۹). فردی که پذیرش بالایی از خود ندارد، نسبت به زندگی گذشته خود احساس رضایت نمی‌کند و به دلیل وجود برخی از ویژگی‌های فردی در خود، نسبت به خویشتن احساس نارضایتی دارد. به طور خلاصه انسان‌ها همواره در تلاش هستند تا علی‌رغم مشکلاتی که در خود سراغ دارند نسبت به خویش نگرش مثبت داشته باشند. این نگرش همان پذیرش خود است (۱۰). خود مختاری به این معناست که فرد بتواند بر اساس معیارها و عقاید خود عمل کند. این مفهوم، به توانایی فرد در تنها بودن و استقلال در اداره زندگی برمی‌گردد (۱۱). توانایی فرد برای یافتن معنا و هدف در تجربیات شخصی را هدفمندی می‌گویند. فرد

دولت‌ها می‌باشد. در واقع با توجه به افزایش تعداد دانشجویان در سال‌های گذشته در سطح کشور و ضرورت گذراندن دوران تحصیلی با کیفیت مناسب و افزایش مشکلات و مسائل در زندگی افراد و تأثیر آن بر بعد روان‌شناختی ذهنی انسان‌ها نیاز به یک حمایت اجتماعی را طلب می‌کند تا از این رو دانشجویان و افرادی که در جایگاه فراگیر قرار دارند بتوانند کارآیی‌شان افزایش دهند و روند مطلوبی را پشت سر بگذارند. در واقع می‌توان گفت دانشجویان دوره‌های تحصیلات تکمیلی دانشگاه‌ها و به ویژه دانشجویان دوره‌های کارشناسی ارشد، به دلیل تکالیف درسی زیاد و استرس‌های ناشی از انجام پایان به موقع آن ممکن است دچار مشکل شوند و این امر بهزیستی روان‌شناختی آن‌ها را تحت تأثیر قرار دهد. بنابراین حمایت‌های دوستان و نزدیکان می‌تواند به آن‌ها کمک کند تا با آسیب‌های روانی کمتری مواجه شوند. افرادی که از حمایت اجتماعی بیشتری برخوردارند، خطر کمتری برای مبتلا شدن به آشفتگی‌های روان‌شناختی دارند (۱۷).

از دیدگاه Zimet و همکاران (۱۸)، حمایت اجتماعی ادراک شده شامل سه بعد، خانواده، دوستان و افراد مهم می‌باشد. بعد خانواده، بیانگر این باور است که در صورت نیاز، فرد از کمک خانواده خود بهره‌مند می‌شود. بعد دوستان شامل افراد صمیمی، نزدیک و قابل اعتمادی است که فرد در هنگام فشار و ناراحتی از آن‌ها کمک می‌گیرد و بعد دیگران هم، شامل افرادی است که فرد آن‌ها را به عنوان تکیه‌گاه و حامی خود در برابر فشارهای درونی و بیرونی به حساب می‌آورد.

لذا با توجه به اهمیت بررسی بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان و از آنجایی که بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان تحت تأثیر عوامل فردی، محیطی و اجتماعی مختلفی قرار می‌گیرد، بررسی این عوامل به سادگی امکان‌پذیر نیست و نیازمند در نظر گرفتن ابعاد مختلف عوامل زمینه‌ساز آن است تا بتوان با شناسایی دقیق عوامل مؤثر بر بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان تدابیر مداخله‌ای و آموزشی مناسب را برای ارتقا بهزیستی روانی آن‌ها اتخاذ نمود، حمایت اجتماعی زمانی می‌تواند تأثیر قابل ملاحظه‌ای داشته باشد که

هدفمند دارای عملکرد مثبت و احساس جهت‌مندی می‌باشد و می‌تواند به زندگی خود معنا ببخشد. همگی این موارد بیان می‌کنند که زندگی دارای معنا است (۱۲).

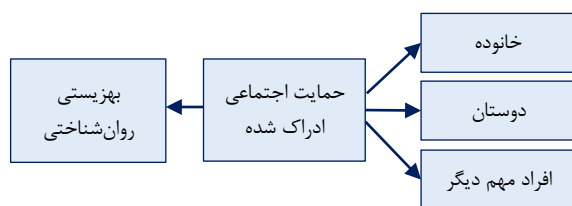
روابط مثبت با دیگران به کمک ویژگی‌هایی از قبیل برقراری رابطه گرم، رضایت‌بخش و قابل اعتماد با دیگران، احساس نسبت به رفاه دیگران، قابلیت همدلی بالا و صمیمیت بین فردی مشخص می‌شود (۱۳). تسلط بر محیط نیز به معنای تغییر در محیط و استفاده از امکانات بالقوه در حد مورد نیاز می‌باشد (۱۴). بر همین اساس است که تسلط محیطی را توانایی فرد برای انتخاب و یا ایجاد محیط مناسب با شرایط روانی نامیده‌اند و این خصیصه به عنوان یکی از ویژگی‌های بهزیستی روان‌شناختی در نظر گرفته شده است. بنابراین می‌توان گفت تسلط محیطی از طریق احساس تسلط و کفایت در مدیریت اطراف خود و استفاده مؤثر و کارآمد از فرصت‌های به وجود آمده مشخص می‌شود (۱۲).

یکی از موضوعاتی که احتمالاً می‌تواند در ایجاد بهزیستی روان‌شناختی نقش ایفا کند، حمایت اجتماعی (Social support) است که از سوی افراد و مراجع مختلف افراد جامعه اعم از دانشجو و غیردانشجو به عمل می‌آید. حمایت اجتماعی، یک شبکه اجتماعی است که برای افراد منابع روان‌شناختی محسوسی را فراهم می‌کند تا بتوانند با شرایط استرس‌زای زندگی و مشکلات روزانه کنار بیایند (۱۵).

Sarafino (۱۵)، اعتقاد دارد که حمایت اجتماعی از جانب دوستان، خانواده و سایر افراد، منجر به کاهش فشار روانی در افراد شده و از این طریق بر سلامت روان افراد تأثیر می‌گذارد. حمایت اجتماعی ادراک شده به ادراک فرد از در دسترس بودن حمایت دیگران اطلاق می‌شود (۱۶). عدم ادراک حمایت اجتماعی پیامدهای زیادی دارد، زیرا موجب می‌شود افراد وظایف خود را به درستی انجام ندهند و در عملکرد افراد جامعه اختلال به وجود آید. دانشجویان هر کشوری از سرمایه‌های فکری و معنوی آن کشور به شمار می‌روند. بررسی مسائل خاص دانشجویان، تحصیل موفق و تأمین سلامت روانی آن‌ها از مهم‌ترین اهداف برنامه‌ریزان آموزشی

روان‌شناختی در دانشجویان کارشناسی دانشگاه لبنان نشان داد که حمایت اجتماعی ادراک شده، بهزیستی روان‌شناختی را پیش‌بینی می‌کند. یعنی افرادی که از حمایت اجتماعی بالایی برخوردارند از بهزیستی روان‌شناختی بهتری نسبت به افرادی که حمایت اجتماعی پایینی دارند، برخوردارند.

**مدل مفهومی:** در این بخش چارچوب مفهومی پژوهش در قالب هدف کی ارائه شده و بر اساس مرور ادبیات نظری و مطالعات تجربی مرتبط، ترسیم شده است (شکل ۱). طبق مدل مفهومی پژوهش فرضیه‌های اصلی این پژوهش بدین شرح است: میان ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده با بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه اصفهان، ارتباط مثبت و معنی‌داری وجود دارد.



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش

### مواد و روش‌ها

این پژوهش بر اساس هدف، از پژوهش‌های کاربردی محسوب می‌شود و از حیث شیوه گردآوری داده‌ها، توصیفی و از نوع تحلیل، همبستگی است. برای گردآوری اطلاعات در زمینه مبانی نظری و ادبیات موضوع، از منابع کتابخانه‌ای، مقالات، کتاب‌های مورد نیاز و نیز از پایگاه‌های اطلاعات علمی و مجله‌های الکترونیکی و برای جمع‌آوری داده‌ها، از روش پرسش‌نامه استفاده شد. در پایان برای سنجش روابط میان متغیرها از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۱ استفاده شد. جامعه آماری این پژوهش شامل تعداد ۴۴۶۹ دانشجوی دوره‌های کارشناسی ارشد دانشگاه اصفهان می‌باشد که در سال تحصیلی ۱۳۹۶-۱۳۹۵ مشغول به تحصیل بودند. برای نمونه‌گیری، از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای متناسب با حجم استفاده شد. در مجموع، ۳۵۱ پرسش‌نامه توزیع و جمع‌آوری گردید. داده‌های مورد نظر با استفاده از پرسش‌نامه‌های

توسط فراگیران به طور معنادار قابل درک و پذیرش باشد. در این حالت انطباق‌پذیری افراد افزایش پیدا می‌کند و به راحتی می‌توانند جایگاه خود را پیدا کنند. بر همین اساس پژوهش حاضر درصدد بررسی رابطه ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده و بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان بوده است. رشید و همکاران (۱۹)، در تحقیقی با عنوان رابطه نگرش به زمان با بهزیستی روان‌شناختی و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان به این نتیجه رسیدند که بین بهزیستی روان‌شناختی و پیشرفت تحصیلی با نگرش به زمان ارتباط معنی‌داری وجود دارد.

عمادپور و لواسانی (۲۰)، در تحقیقی با عنوان رابطه میان حمایت اجتماعی ادراک شده با بهزیستی روان‌شناختی در ۳۷۱ دانش‌آموزان دختر پایه‌های دوم و سوم دبیرستان تهران، به این نتیجه رسیدند که حمایت اجتماعی ادراک شده، به طور مستقیم بر بهزیستی روان‌شناختی و انگیزش تحصیلی اثر مثبت و معنی‌داری دارد.

پاک نهاد و مداحی (۲۱)، در تحقیقی با عنوان رابطه رشد اجتماعی و حمایت اجتماعی با بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان، به این نتیجه رسیدند که رشد اجتماعی و حمایت اجتماعی می‌تواند بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان را پیش‌بینی کند.

معمودی و همکاران (۲۲) در مطالعه‌ای با عنوان پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی سالمندان بر اساس حمایت اجتماعی به این نتیجه رسیدند که حمایت اجتماعی، می‌تواند بهزیستی روان‌شناختی در سالمندان را پیش‌بینی کند و بین بهزیستی روان‌شناختی و حمایت اجتماعی رابطه مثبت و معنی‌دار وجود دارد.

در پژوهش Zulkifli و همکاران (۲۳) که به منظور بررسی ارتباط بین حمایت اجتماعی و مشکلات روان‌شناختی در ۱۲۰ دانشجوی کارشناسی مالزی انجام شد، نتایج نشان داد، رابطه مثبت و معنی‌داری بین حمایت اجتماعی و بهزیستی روان‌شناختی وجود دارد و حمایت اجتماعی بالا به کاهش تنیدگی می‌انجامد.

نتایج پژوهش Nauffal و Sbeity (۲۴) با عنوان نقش حمایت اجتماعی ادراک شده در پیش‌بینی بهزیستی

### یافته‌ها

جدول ۲، وضعیت شرکت‌کنندگان در پژوهش بر حسب جنسیت، سن، دانشکده‌ها و میانگین نمرات درسی را بر حسب فراوانی و درصد نشان می‌دهد.

جدول ۲: وضعیت شرکت‌کنندگان در پژوهش بر حسب جنسیت، سن، دانشکده‌ها و میانگین نمرات درسی

متغیر	فراوانی	درصد
جنسیت		
زن	۲۵۴	۷۲/۴
مرد	۹۷	۲۷/۶
سن		
۲۰-۲۵	۱۲۸	۳۶/۵
۲۶-۳۰	۱۵۸	۴۵
۳۱-۳۵	۴۲	۱۲
۳۶-۴۰	۱۵	۴/۳
۴۱-۴۵	۸	۲/۲
نام گروه		
علوم اداری و اقتصاد	۸۴	۲۳/۶
علوم	۵۶	۱۵/۵
ادبیات و علوم انسانی	۴۴	۱۲/۵
فنی و مهندسی	۳۳	۹/۴
علوم تربیتی و روانشناسی	۳۰	۸/۳
زبان‌های خارجی	۲۷	۷/۱
علوم و فناوری‌های نوین	۲۲	۶/۳
مهندسی کامپیوتر	۱۵	۴/۳
شیمی	۶	۳/۱
اهل بیت	۹	۲/۸
تربیت بدنی و علوم ورزشی	۱۰	۲/۸
عمران و حمل و نقل	۹	۲/۶
علوم جغرافیا و برنامه‌ریزی	۶	۱/۷
میانگین نمرات درسی		
۱۵-۱۰	۳۴	۹/۷
۲۰-۱۶	۳۱۷	۹۰/۳
کل	۳۵۱	۱۰۰

جدول ۳، همبستگی چندگانه نمرات حمایت خانواده، حمایت دوستان و حمایت افراد مهم با نمرات بهزیستی روان‌شناختی را نشان می‌دهد. همانطور که مشاهده می‌شود حمایت خانواده، حمایت دوستان و حمایت افراد مهم توانسته‌اند به طور مجموع ۰/۲۱ درصد واریانس بهزیستی روان‌شناختی را تبیین کنند.

بهزیستی روان‌شناختی و حمایت اجتماعی ادراک شده گردآوری شد. بهزیستی روان‌شناختی توسط ریف (Ryff) (۱۹۸۹) ارائه شد که از ۱۸ سؤال در طیف ۵ درجه‌ای لیکرت تشکیل شده است (۲). به منظور سنجش روایی، از روایی محتوایی و جهت سنجش پایایی در ایران از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد که پایایی کل ۰/۷۰ به دست آمده است. پرسش‌نامه حمایت اجتماعی از زیمیت، دهلم و فرلی (Zimet & Dahlem & Farley) (۱۹۸۸) از طیف ۵ درجه‌ای لیکرت تشکیل شده است. به منظور سنجش روایی از روایی محتوایی و جهت سنجش پایایی در ایران از ضریب آلفای کرونباخ استفاده شد که پایایی کل ۰/۸۸ و پایایی مؤلفه‌های آن به ترتیب خانواده ۰/۸۹، دوستان ۰/۸۶ و افراد مهم دیگر ۰/۸۲ به دست آمده است.

در جدول ۱، پرسش‌نامه‌های جمع‌آوری شده بر حسب دانشکده را با استفاده از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای متناسب با حجم نشان می‌دهد که در مجموع ۳۵۱ پرسش‌نامه توزیع و جمع‌آوری شده است.

جدول ۱: پرسش‌نامه‌های جمع‌آوری شده بر حسب دانشکده

نام دانشکده	تعداد دانشجویان	تعداد نمونه
ادبیات و علوم انسانی	۵۹۴	۴۸
علوم تربیتی و روانشناسی	۵۰۵	۳۵
تربیت بدنی و علوم ورزشی	۲۳۱	۱۳
زبان‌های خارجی	۲۸۴	۲۸
علوم	۵۸۲	۵۶
علوم اداری و اقتصاد	۹۱۵	۸۲
علوم و فناوری‌های نوین	۲۶۰	۱۹
علوم جغرافیا و برنامه‌ریزی	۱۳۵	۹
اهل بیت	۱۵۰	۱۲
عمران و حمل و نقل	۲۳۰	۱۲
شیمی	۱۹۱	۱۱
پرديس	۱۲۳	۷
مهندسی کامپیوتر	۲۶۹	۱۹
کل	۴۴۶۹	۳۵۱

جدول ۳: همبستگی چندگانه نمرات حمایت خانواده، حمایت دوستان و حمایت افراد مهم با نمرات بهزیستی روان‌شناختی

الگو	متغیرهای پیش‌بین	ضریب همبستگی چندگانه	مجذور ضریب همبستگی چندگانه	مجذور ضریب تعدیل شده	خطای استاندارد برآورد
همزمان	حمایت خانواده حمایت دوستان حمایت افراد مهم	۰/۴۶۱	۰/۲۱۲	۰/۲۰۵	۰/۳۹۶۱۷

حمایت افراد مهم ۰/۳۸۵ می‌باشد که این ضرایب همبستگی از لحاظ آماری معنی‌دار هستند. لذا فرضیه تحقیق در خصوص رابطه حمایت اجتماعی ادراک شده و ابعاد آن با بهزیستی روان‌شناختی تأیید می‌شود و می‌توان نتیجه گرفت، با افزایش حمایت اجتماعی ادراک شده، بهزیستی روان‌شناختی نیز افزایش می‌یابد.

#### بحث

Sarafino (۱۵) به دسته‌بندی حمایت اجتماعی در چهار مقوله حمایت عاطفی، حمایت ارزشی، حمایت عملی و مادی و حمایت اطلاعاتی پرداخت. با توجه به این مسأله که هدف اصلی پژوهش حاضر بررسی رابطه ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده با بهزیستی روان‌شناختی می‌باشد، از نتایج به دست آمده این طور استنباط می‌گردد که بین حمایت اجتماعی ادراک شده با بهزیستی روان‌شناختی، رابطه مثبت و معنی‌دار وجود داشته است.

نتایج مطالعات حاکی از آن بوده است که برخورداری از یک حمایت اجتماعی مطلوب، فرد را به بهزیستی جسمانی و روان‌شناختی هدایت می‌کند. در تبیین این یافته نیز می‌توان عنوان نمود، از آن‌جا که حمایت اجتماعی شامل مراقبت، محبت، عزت و تسلی خاطر می‌شود و این امر بر بهزیستی روانی افراد تأثیر می‌گذارد.

جدول ۴، تحلیل واریانس یک راهه جهت ارزیابی معنی‌داری ضرایب رگرسیون را نشان می‌دهد. همان‌طور که مشاهده می‌شود، با تبدیل ضرایب رگرسیون به  $F$ ، سهم کلی پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی، بر اساس سه متغیر حمایت خانواده، حمایت دوستان و حمایت افراد مهم معنی‌دار می‌باشد ( $p \text{ value} < ۰/۰۵$ ).

جدول ۵، ضرایب خام و استاندارد معادله پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی را نشان می‌دهد. همان‌طور که مشاهده می‌شود حمایت دوستان ضریب رگرسیونی معنی‌داری به دست نیاورده است، بنابراین نقش بسیار اندکی در تبیین واریانس بهزیستی روان‌شناختی داشته و بیشترین سهم تبیین، مربوط به متغیرهای حمایت خانواده (با ضریب رگرسیونی ۰/۲۶۵) و حمایت افراد مهم (با ضریب رگرسیونی ۰/۳۵۵) بوده است. معادله پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی بر اساس نمرات خام آزمودنی‌ها به این شرح می‌باشد. بهزیستی روان‌شناختی = حمایت افراد مهم ۰/۲۶۶ + حمایت دوستان ۰/۰۳۹ - حمایت خانواده ۰/۱۷۳ + ۲/۷۳۴.

جدول ۶، ضریب همبستگی بین حمایت اجتماعی ادراک شده و ابعاد آن با بهزیستی روان‌شناختی را نشان می‌دهد. همان‌طور که مشاهده می‌شود ضریب همبستگی بهزیستی روان‌شناختی با حمایت اجتماعی ادراک شده ۰/۴۱۸، با حمایت خانواده ۰/۳۱۷ و با حمایت دوستان ۰/۱۹۹ و با

جدول ۴: تحلیل واریانس یک راهه جهت ارزیابی معنی‌داری ضرایب رگرسیون

متغیرهای وارد شده به معادله	آماره	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	معنی‌داری
حمایت خانواده	رگرسیون	۱۴/۶۷	۳	۴/۸۹۳	۳۱/۱۷	۰/۰۰۱
حمایت دوستان	باقی‌مانده	۵۴/۴۶	۳۴۷	۰/۱۵۷		
حمایت افراد مهم	کل	۶۹/۱۴	۳۵۰			

جدول ۵: ضرایب خام و استاندارد معادله پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی

معنی‌داری	T	ضرایب استاندارد		ضرایب خام		متغیر
		B	خطای استاندارد	B	خطای استاندارد	
۰/۰۰۱	۱۶/۲۱۹	-		۰/۱۶۹	۲/۷۳۴	مقدار ثابت
۰/۰۰۱	۵/۲۶	-۰/۲۶۵		۰/۰۳۳	۰/۱۷۳	حمایت خانواده
۰/۴۳۴	-۰/۷۸۴	-۰/۰۴۳		۰/۰۵۰	-۰/۰۳۹	حمایت دوستان
۰/۰۰۱	۶/۶۷۸	-۰/۳۵۵		۰/۰۴۰	۰/۲۶۶	حمایت افراد مهم

جدول ۶: ضریب همبستگی بین حمایت اجتماعی ادراک شده و

ابعاد آن با بهزیستی روان‌شناختی

متغیرها	تعداد	ضریب همبستگی	معنی‌داری
حمایت اجتماعی ادراک شده	۳۵۱	۰/۴۱۸	۰/۰۰۱
حمایت خانواده	۳۵۱	۰/۳۱۷	۰/۰۰۱
حمایت دوستان	۳۵۱	۰/۱۹۹	۰/۰۰۱
حمایت افراد مهم	۳۵۱	۰/۳۸۵	۰/۰۰۱

جهت رفع مشکلات می‌توانند تأثیرگذار باشند و در نقش رابط، استاد دانشگاه به ایجاد شبکه‌های حرفه‌ای کارآمد میان همکاران، دیگر اساتید و دانشجویان می‌پردازد که در چنین نقشی، وظیفه استاد پاسخ دادن به همه سؤالات دانشجو نیست، بلکه وی با ارائه اطلاعات، دانشجو را در به دست آوردن مهارت‌های لازم در مسیر درست هدایت می‌کند. توان برقراری ارتباط درست و ایجاد رابطه عاطفی از طرف استاد، یکی از اولین توانایی‌های اوست که این ارتباط سبب می‌شود دانشجو خود را در چالش‌های پیش‌رو تنها نبیند و کمتر دچار استرس و تنش شود. توجه استاد به نیازهای روان‌شناختی دانشجویان، سبب علاقه‌مندی آن‌ها به تحصیل شده و اشتیاق آن‌ها را به تحصیل افزایش می‌دهد. بنابراین باید سیاست‌گذاری‌هایی مربوط به ارتقاء حمایت اجتماعی صورت گیرد و بر ارتقاء کیفیت رابطه‌ی دانشجویان با خانواده، دوستان و دیگران متمرکز شود. این هدف، از طریق ارائه آموزش، خدمات مشاوره‌ای به خانواده‌ها و دانشجویان قابل حصول است و همچنین توسعه گروه‌های غیررسمی انجمن‌های فرهنگی دانشجویی و سایر گروه‌بندی‌هایی که می‌تواند در توانایی ایجاد و حفظ روابط و دوستی‌های با دوام و توأم با محبت کمک کند از عوامل مهم در ایجاد سلامتی‌های هیجانی و افزایش بهزیستی روان‌شناختی است به همین دلیل نقش مراکز مشاوره‌ای و فرهنگی دانشگاه‌ها و همچنین برگزاری سمینارهای عمومی تا حدودی می‌تواند بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان بیشتر را محقق سازد.

### تشکر و قدردانی

بدین‌وسیله از کلیه دانشجویان کارشناسی ارشد دانشگاه اصفهان تقدیر و قدردانی به عمل می‌آید.

بنابراین هرچه ارزیابی دانشجویان از دریافت حمایت اجتماعی بیشتر باشد، امکان ایجاد بهزیستی روان‌شناختی در آن‌ها بیشتر خواهد شد. عوامل اجتماعی اثر مستقیمی بر بهزیستی افراد دارد. زیرا فرد در جریان تعامل‌ها و حمایت‌های اجتماعی نسبت به شیوه‌های مؤثر دیگران در زندگی آگاهی می‌یابد و با این سرمایه شناختی قادر می‌شود رویه‌های مثبت و رفتارهای مطلوبی را در جهت پایه‌ریزی یک زندگی رضایت‌بخش به اجرا درآورد. حمایت اجتماعی می‌تواند از راه‌های مختلفی مانند دادن ترغیب از طرف خانواده و کمک دوستان در زمان کار کلاسی و حمایت عاطفی از سوی آن‌ها بر میزان بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان تأثیر بگذارد.

بنابراین پژوهش‌های رشید و همکاران (۱۹)، عمادپور و لواسانی (۲۰)، پاک‌نهاد و مداحی (۲۱)، معتمدی و همکاران (۲۲)، Zulkifli و همکاران (۲۳) و Sbeity و Nauffal (۲۴)، با نتایج پژوهش حاضر تا حدودی همسو بود. از این رو پیشنهاد می‌شود علاوه بر خانواده و دوستان، بر اهمیت نقش اساتید در حمایت از دانشجویان تأکید شود.

اساتید، در نقش یک تسهیل‌کننده امور، فرصت به دست آوردن تجربه‌ها و یادگیری مهارت‌ها را برای دانشجو فراهم می‌کنند، در نقش یک مشاور دلسوز و مهربان به طور فعال در

## References

1. Dehghan Nayeri N, Adib Hajbagheri M. Influence of calm tone on stress and marital quality of students residing in student camps. *Feyz* 1997; 10 (2): 50-7. [In Persian].
2. Ryff CD. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of Psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology* 1989; 57(6): 1069-81.
3. Hassani M, Shohoudi M, Mirghasemi SJ. The study of relationships between moral intelligence and self-efficiency with psychological well-being among martyr's wife and off spring of Urmia University. *Iran J Bioethics* 2016; 6(19): 155-80. [In Persian].
4. Diener E. Assessing subjective well-being: progress and opportunities. *Social Indicators Research* 1990; 31(2): 103-57.
5. Alam S, Rizvi K. Psychological well-being among bank employees. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology* 2012; 38(2): 242-7.
6. David R. Positive psychology and child mental health. A premature application in school-based psychological intervention. *Procedia- Social and Behavioral Sciences* 2014; 113: 44-53.
7. Norizan BR, Siti-Rohaida MZ. Protean career orientation and career goal development, do they predict engineers Psychological well-being? *Proceedings of the Global conference on Business & Psychological well-being*, 15&16 Dec, Kuala Lumpur; 2014.
8. Garcia A, Vieira LS, Rodrigues N. Could physical activity improve healthy lifestyle and Psychological well-being. *Advances in Social Sciences Research Journal* 2014; 1(3): 106-17.
9. Ryff CD, Singer B. Ironies of the human condition: Well-being and health on the way to mortality. In: Aspinwall LG, Staudinger UM. Editors. *A psychology of human strengths: Fundamental questions and future directions for a positive psychology*. Washington, D.C: American Psychological Association; 2003. p. 27-287.
10. Hausar RM, Springer KW, Pudrovska T. Temporal structure of psychological well-being: continually or change presented at the 2005. Orlando, Florida: University of Wisconsin-Madison; 2005.
11. Ryff CD, Singer BH, Love GD. Positive health: connecting well-being with biology. *Philos Trans R Soc Lond B Biol Sci* 2004; 359(1449): 1383-94.
12. Tatililgolua K. Research of relation between undergraduates recognising parent attitudes with psychological well-being. *Procedia Social and Behavioral Sciences* 2014; 123(12): 463-70.
13. Dogan T. The role of self-esteem, psychological well-being, emotional self-efficacy, and affect balance on happiness: a path model. *European Scientific Journal* 2012; 11(4): 227-68.
14. Cohen S, Wills TA. Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin* 1985; 98(2): 310.
15. Sarafino EP. *Health psychology*. 4<sup>th</sup> ed. New York, NY: John Wiley & Sons, Inc; 2002.
16. Friedlander LJ, Reid GJ, Shupak N, Cribbie R. Social support, self-esteem, and stress as predictors of adjustment to university among first-year undergraduates. *Journal of College Student Development* 2007; 48(3): 259-74.
17. Karademas EC. Self-efficacy, social support and well-being: The mediating role of optimism. *Personality and Individual Differences* 2006; 40(6): 1281-90.
18. Zimet GD, Dahlem NW, Zimet SG, Farley GK. The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment* 1988; 52(1): 30-40.
19. Rashid KH, Yarmohammadi V, Fathi F. The relationship between time dependency and psychological will-being and academic achievement of students. *Journal of Applied Research in Educational Psychology* 2016; 1(2): 62-73. [In Persian].
20. Emadpour L, Lavassani M. The relationship between perceived social support and psychological will-being in students. *Journal of Psychology* 2017; 1(77): 75-85. [In Persian].
21. Paknahad Z, Maddahi M. The relationship between social development and social support and psychological will-being in with students. *Journal of Social Psychological Research* 2018; 7(27):49-66. [In Persian].
22. Motamedi A, Borjali A, Sadeghpour M. Predicting elderly psychological will-being based on stress management and social support. *Salmand: Iranian Journal of Ageing* 2018; 13(1): 98-109. [In Persian].
23. Zulkifli M, Yasin M, Dzulkifli MA. The relationship between social support and psychological problems among students. *International Journal of Business and Social Science* 2010; 1(3): 110-16.
24. Nauffal DAD, Sbeity R. The role of perceived social support in predicting subjective well-being in Lebanese college students. *The Journal of Happiness & Well-Being* 2013; 1(2): 116-30.



## Relationship Dimensions Perceived Social Support by Psychological Well-being among M.A Students at University of Isfahan

Shima Jazini<sup>1</sup>, Shiva Jazini<sup>2</sup>

### Original Article

#### Abstract

**Introduction:** Dimensions of perceived social support with psychological well-being among college students are one of the key and important factors. Perceived social support helps students to feel valued and to provide opportunities for them to develop their abilities and competencies. The purpose of this study was to investigate the relationship between the dimensions of perceived social support and psychological well-being among postgraduate students of Isfahan University.

**Method:** The present study is non-experimental in terms of quantitative nature, in terms of amount and control of variables, and descriptive-correlational in terms of data collection. The statistical population of this study is students of master's degree programs at the University of Isfahan in the academic year 2016-2017, which is a total of 4469 people, of which 351 people were examined by stratified sampling method. The main tools used to collect the data needed for the research were perceived social support questionnaires and psychological well-being, the reliability of which was satisfactory in all areas. After collecting the data from the questionnaires and assigning scores to the scale, in order to quantify the data, all the information in the questionnaires entered the SPSS 21 statistical software and analyzed the structural equations (Lisrel) separately by demographic variables. The, descriptive statistics methods were used. The normality of the data was investigated through Kolmogorov-Smirnov test. After determining the normality of the studied data, parametric Pearson correlation coefficient, multivariate regression, variance correlation and structural equation modeling were used.

**Results:** In this study, a significant coefficient of research hypotheses was obtained above 1.96. Therefore, the research hypotheses were confirmed. Also, the overall fit of the conceptual research model shows good fit, meaning that the conceptual research model is close to the real society.

**Conclusion:** The results showed that the overall contribution of psychological well-being is significant based on the three variables of family support, friends' support and important people's support. There is also a positive and significant relationship between the dimensions of perceived social support and psychological well-being, ie with increasing perceived social support, psychological well-being also increases.

**Keywords:** Psychological well- being, Social support, Master degree students.

**Citation:** Jazini S, Jazini S. Relationship Dimensions Perceived Social Support by Psychological Well-being among M.A Students at University of Isfahan. J Qual Res Health Sci 2020; 6(1): 21-9.

Received date: 11.12.2019

Accept date: 21.02.2019

1- PhD Student in Educational Sciences (Educational Management), Department of Educational Sciences, School of Educational Sciences and Psychology, Islamic Azad University, Isfahan Branch (Khorasgan). Esfahan. Iran

2- PhD Student in Counseling, Department of Counseling, School of Educational Sciences and Psychology, Islamic Azad University, Isfahan Branch (Khorasgan). Isfahan, Iran

**Corresponding Author:** Shima Jazini, Email: shimajazini@gmail.com