

## نقش واسطه‌ای سرمایه روان‌شناختی در رابطه معناداری زندگی و آسایش اجتماعی در افراد میان‌سال بازنشسته

مونا خیامی<sup>۱</sup>، حمیدرضا آقامحمدیان<sup>۲</sup>، مجید معینی‌زاده<sup>۳</sup>

### چکیده

بازنشستگی، به عنوان موضوعی چالش‌برانگیز و مرحله‌ای اجتناب‌ناپذیر در زندگی کاری افراد است که با پیامدهای ناگواری برای سلامت و آسایش روانی آن‌ها همراه است. آسایش اجتماعی، یکی از ابعاد آسایش است که می‌تواند تحت تأثیر بازنشستگی قرار گیرد. هدف پژوهش حاضر، بررسی نقش میانجی سرمایه روان‌شناختی در رابطه معناداری زندگی و آسایش اجتماعی در افراد میان‌سال بازنشسته بود. پژوهش حاضر، توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش متشکل از کلیه بازنشستگان میان‌سال عضو کانون بازنشستگان آموزش و پرورش و کانون کارگران بازنشسته تأمین اجتماعی خراسان رضوی بود. از جامعه مورد نظر، نمونه‌ای به حجم ۳۸۲ نفر به صورت در دسترس انتخاب شد. داده‌های پژوهش با استفاده از پرسشنامه‌های آسایش اجتماعی، معنای زندگی و سرمایه روان‌شناختی، گردآوری شد. برای آنالیز داده‌ها از تحلیل مسیر و با بهره‌گیری از نرم‌افزار لیزرل (Lisrel) استفاده شد. یافته‌های پژوهش نشان داد معناداری زندگی به طور مستقیم و غیر مستقیم بر آسایش اجتماعی تأثیر دارد. براساس یافته‌های پژوهش، معناداری زندگی ( $t=8/11, P<0/05$ )، امیدواری ( $t=5/45, P<0/05$ ) و خوش‌بینی ( $t=-2/50, P<0/05$ ) به عنوان توانمندی‌های مثبت روان‌شناختی در افزایش آسایش اجتماعی افراد میان‌سال بازنشسته، نقش ایفا می‌کنند. نتایج این پژوهش به شناسایی عواملی که در افزایش آسایش اجتماعی نقش دارند، کمک می‌کند و نتایج آن می‌تواند در افزایش آسایش اجتماعی این گروه از افراد، مفید واقع گردد.

کلیدواژه‌ها: معناداری زندگی، آسایش اجتماعی، سرمایه روان‌شناختی، بازنشسته، میان‌سال

۱. کارشناس ارشد روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد-ایران.

۲. نویسنده مسئول: استاد گروه روان‌شناسی دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد-ایران (نویسنده مسئول)

Email: aghamohammadian@um.ac.ir

۳. استادیار گروه روان‌شناسی دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه فردوسی مشهد، مشهد-ایران

## The mediating role of psychological capital in the relationship between meaning of life and social well-being

Mona Khayami <sup>۱</sup>, Hamid Reza Aghamohammadian Sharbaf <sup>۲</sup>, Majid Moenizadeh <sup>۳</sup>

### Abstract

Retirement is a challenging and unavoidable step in the working life of people, which is associated with adverse consequences for their mental health and well-being. Social well-being is one of the dimensions of well-being that can be affected by retirement. The aim of this study was to investigate the mediating role of psychological capital in the relationship between the meaning of life and social well-being in middle-aged retirees.

The present study was descriptive and correlational. The statistical population of this study consisted of all middle-aged retirees who are members of the Education Retirees Association and the Khorasan Razavi Social Security Retired Workers Association. A sample of 382 people was selected from the study population by convenience sampling method. Research data were collected using social well-being scale, meaning in life questionnaire and psychological capital questionnaire. Lisrel software was used to analyze data by path analysis. The research findings showed that meaning in life directly and indirectly affects social well-being. According to research findings, meaning of life ( $t=8.11$ ,  $P<0.05$ ), hope ( $t=5.45$ ,  $P<0.05$ ) and optimism ( $t=-2.50$ ,  $P<0.05$ ) as positive psychological strengths play role in increasing the social well-being retired middle-aged people. The results of this research help to identify the factors which playing role in increasing the social well-being and the results can be useful in increasing the social well-being of this group of people.

**Keywords:** Meaning of life, social well-being, psychological capital, Retiree, Middle-aged.

---

۱. Master of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad-Iran.

۲. Corresponding Author: Professor of Psychology Department, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad, Iran. Email: (corresponding author) aghamohammadian@um.ac.ir

۳. Assistant Professor, Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad, Mashhad-Iran.

## مقدمه

میان‌سالی به عنوان یکی از مراحل تحولی با ویژگی‌ها و خصوصیات منحصر به فردی همراه است. افراد میان‌سال از سبک زندگی پر مشغله‌ای برخوردارند (ون دن بروک<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۵)، میان‌سالان به انجمن‌های همگانی مرتبط با دوستان، محله، محل کار، فعالیت‌های اوقات فراغت، مذاهب و فرهنگ تعلق دارند و نقش‌های متعددی ایفا می‌کنند و روابط اجتماعی‌ای که در این انجمن‌ها با دیگران برقرار می‌کنند، سبب آسایش و احساس آرامش آن‌ها می‌شود (کاواموتو<sup>۲</sup>، ۲۰۱۹). بر طبق پژوهش‌های پیشین، اشتغال در فعالیت‌های سازنده از نظر اجتماعی و رفتارهای جامعه‌پسند برای سلامت و رضایت از زندگی در میان‌سالی بسیار مهم است (نگوین<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین در این دوره، تغییراتی در شغل افراد رخ می‌دهد (رضایی، سیدفاطمی و صلصالی، ۲۰۲۰) که می‌تواند به بازنشستگی به عنوان یک تغییر شغلی مهم این دوره اشاره کرد. سن بازنشستگی در ایران براساس قوانین تأمین اجتماعی و سنوات کاری، بین ۴۵ تا ۶۶ سالگی است (یکتاتلب و همکاران، ۲۰۱۷). بازنشستگی، مستلزم ترک هویت کاری است که فرد به شدت با آن درگیر است و احساس احترام و ارزشمندی به او می‌دهد (استفنس<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۶) و با فقدان‌های اجتماعی مربوط به ترک عضویت گروه‌های مرتبط با کار و هویت‌های مرتبط مشخص می‌شود (استفنس و همکاران، ۲۰۱۶) و به دلیل تأثیری که بر نقش‌های اجتماعی دارد می‌تواند یکی از مراحل بحرانی زندگی، به حساب آید (یکتاتلب و همکاران، ۲۰۱۷). روابط بین فردی و احساس تعلق به دیگران نیز می‌تواند تحت تأثیر بازنشستگی قرار گیرد (ریسی و همکاران، ۱۳۹۵). همچنین بازنشستگی می‌تواند به انزوای اجتماعی بینجامد و بر آسایش تأثیر منفی بگذارد (کلودزیچ و گارسیا‌گومز<sup>۵</sup>، ۲۰۱۹).

آسایش اجتماعی<sup>۶</sup>، یکی از ابعاد تشکیل‌دهنده آسایش کل است و به ارزیابی و

۱. Van den Broeck

۲. Kawamoto

۳. Nguyen

۴. Steffens

۵. Kolodziej & García-Gómez

۶. Social well-being

شناخت فرد از عملکرد خود در اجتماع و کیفیت روابطش با دیگران و سایر گروه‌های اجتماعی اشاره دارد و دربرگیرنده عناصری است که نشان می‌دهد آیا فرد از عملکرد مطلوبی در اجتماع برخوردار است یا نه و میزان این عملکرد چقدر است (صفاری‌نیا و درتاج، ۱۳۹۶). این مفهوم، از پنج بعد تشکیل شده است که عبارت‌اند از مشارکت اجتماعی<sup>۱</sup> (احساس مفید بودن زندگی فرد برای جامعه و ارزشمند بودن فعالیت‌های او توسط دیگران)، یکپارچگی اجتماعی<sup>۲</sup> (احساس تعلق به جامعه که فرد از آن آسایش و حمایت می‌گیرد)، پذیرش اجتماعی<sup>۳</sup> (نگرش مثبت به دیگران درحالی که تفاوت‌های افراد را تصدیق می‌کند و آن‌ها را می‌پذیرد)، شکوفایی اجتماعی<sup>۴</sup> (اعتقاد به توانش‌های افراد، گروه‌ها و جوامع برای تکامل یافتن یا رشد کردن به طور مثبت) و انسجام اجتماعی<sup>۵</sup> (علاقه‌مند بودن به جامعه یا زندگی اجتماعی، احساس اینکه جامعه و فرهنگ، قابل درک و تاحدی منطقی، قابل پیش‌بینی و معنادار است) (جوادی پاشاکی و درویش‌پور، ۲۰۱۸).

یکی از متغیرهایی که با آسایش اجتماعی مرتبط است، معنای زندگی<sup>۶</sup> است. احساس برخوردار بودن از زندگی معنادار و ارزشمند، با طیفی از عوامل اجتماعی رابطه دارد (استپتو و فنکور<sup>۷</sup>، ۲۰۱۹). تعاریف متعددی از معنا در زندگی ارائه شده است، یکی از کامل‌ترین تعاریف برای معنا عبارت است از ادراک نظم، انسجام و هدف در هستی فرد، پیگیری و دستیابی به اهداف ارزشمند همراه با حس رضایت‌مندی (محمدی و همکاران، ۱۳۹۷). طبق یافته‌های محققان، معنای بیشتر در زندگی ممکن است در بهبود روابط مثبت و تعاملات بین‌فردی، مؤثر باشد (یو و چانگ<sup>۸</sup>، ۲۰۲۱) و همچنین معنا در زندگی با عملکرد اجتماعی

---

۱. social contribution

۲. social integration

۳. social acceptance

۴. social actualization

۵. social coherence

۶. Meaning of life

۷. Steptoe & Fancourt

۸. Yu & Chang

بهرتر همسو است (هاینتزلمن و کینگ<sup>۱</sup>، ۲۰۱۹). نتایج پژوهش صفاری‌نیا و درتاج (۱۳۹۶) نیز نشان داد که افزایش معنای زندگی با افزایش آسایش اجتماعی همراه بوده است.

سرمایه روان‌شناختی<sup>۲</sup> متغیر دیگری است که با آسایش اجتماعی رابطه دارد. سرمایه روان‌شناختی، یک حالت مثبت روان‌شناختی از رشد و توسعه فردی است که توسط چهار مؤلفه خودکارآمدی، خوش‌بینی، امیدواری و تاب‌آوری مشخص می‌گردد. خودکارآمدی به معنای داشتن اعتماد به نفس برای برعهده گرفتن و تلاش لازم برای موفق شدن در تکالیف چالش‌برانگیز است. خوش‌بینی ایجاد اسناد مثبت درباره موفقیت در زمان حال و آینده است و امیدواری پایداری کردن در مسیر اهداف و در صورت لزوم تغییر جهت دادن مسیرهای رو به اهداف برای موفقیت است. تاب‌آوری به معنای پایداری و به حالت اولیه برگشتن و حتی فراتر از آن برای کسب موفقیت، هنگام احاطه شدن توسط مشکلات و ناملايمات است (یوسف-مورگان و لوتانز<sup>۳</sup>، ۲۰۱۵). پژوهش‌ها عنوان می‌کنند که، سرمایه روان‌شناختی با عملکرد در موقعیت‌های کاری و اجتماعی (برقی ایرانی و همکاران، ۱۳۹۶) و بهبود کارکردهای شغلی و اجتماعی رابطه دارد (حسینی و همکاران، ۱۳۹۸).

همچنین نتایج پژوهش‌ها حاکی از آن است که افزایش سرمایه روان‌شناختی با افزایش آسایش اجتماعی مرتبط است. پژوهش زمانی‌زاد و همکاران (۱۳۹۷) بیانگر رابطه مثبت و معنادار سرمایه روان‌شناختی و آسایش اجتماعی در دانشجویان است. همچنین پژوهش قربانی و همکاران (۱۳۹۹)، نشان‌دهنده تأثیر مثبت و مستقیم سرمایه روان‌شناختی بر آسایش اجتماعی بود. پژوهش حسینی و همکاران (۱۳۹۸) نیز نشان داد سرمایه روان‌شناختی بر آسایش اجتماعی دانشجویان متأهل اثری مستقیم دارد. با توجه به اینکه افراد میان‌سال اعضای فعال جامعه هستند و فعالیت‌های اجتماعی نقش مهمی در آسایش و سلامت آنان ایفا می‌کند، بازنشستگی به عنوان رویدادی که با کاهش فعالیت‌ها و مشارکت‌های اجتماعی همراه است، می‌تواند مشکلاتی را در زمینه آسایش و سلامت روانی برای این گروه از افراد به همراه داشته باشد. لذا شناسایی متغیرهایی که می‌توانند بر آسایش اجتماعی تأثیرگذار باشند، حائز اهمیت است. براساس پژوهش‌های پیشین، معناداری زندگی و

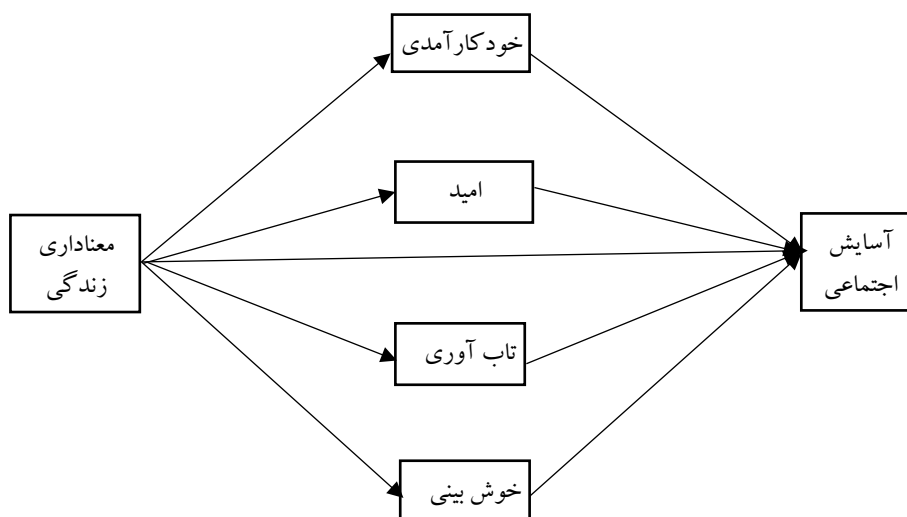
---

۱. Heintzelman & King

۲. Psychological capital

۳. Youssef- Morgan & Luthans

سرمایه روان‌شناختی از جمله متغیرهای تأثیرگذار بر آسایش اجتماعی هستند و در ارتقای آسایش اجتماعی نقش ایفا می‌کنند. همچنین براساس یافته‌های پژوهش‌های پیشین می‌توان نقش میانجی‌گرانه سرمایه روان‌شناختی را در رابطه معناداری زندگی و آسایش اجتماعی مطرح کرد. معناداری زندگی در تقویت توانمندی‌های مثبت روان‌شناختی از جمله سرمایه روان‌شناختی نقش ایفا می‌کند (کاراتاس<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۱) و پژوهش‌های صورت گرفته نیز از رابطه این دو متغیر حمایت کرده و همچنین نشان داده‌اند که افزایش معناداری زندگی با افزایش سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن همراه است (پورحسین و همکاران، ۱۳۹۸؛ اسکندری و همکاران، ۱۳۹۸؛ ادیب و همکاران، ۱۳۹۹؛ کروک و تلکا<sup>۲</sup>، ۲۰۱۹). این مسئله که معناداری زندگی علاوه بر تأثیر مستقیم بر آسایش اجتماعی می‌تواند به صورت غیرمستقیم و از طریق تقویت سرمایه روان‌شناختی بر ارتقای آسایش اجتماعی تأثیرگذار باشد، می‌تواند اشارات مهم و کاربردی‌ای به همراه داشته باشد. بنابراین پژوهش حاضر با هدف بررسی نقش واسطه‌ای سرمایه روان‌شناختی در رابطه معناداری زندگی و آسایش اجتماعی افراد میان‌سال بازنشسته صورت گرفت.



شکل ۱ مدل مفهومی پژوهش

۱. Karataş

۲. Krok & Telka

## روش

روش پژوهش حاضر، توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه بازنشستگان میان‌سال عضو کانون بازنشستگان آموزش و پرورش خراسان رضوی و کانون کارگران بازنشسته تأمین اجتماعی در خراسان رضوی بود که بالغ بر ۲۰۰۰۰ نفر است. از این جامعه آماری بر اساس جدول کرجسی و مورگان<sup>۱</sup>، نمونه‌ای به حجم ۳۷۷ نفر انتخاب گردید. روش نمونه‌گیری در این پژوهش به صورت در دسترس بود. پس از انجام هماهنگی‌های لازم با مسئولان کانون‌های بازنشستگی مذکور، با حضور در کانون‌ها، پس از توضیح اهداف پژوهش برای بازنشستگان حاضر در کانون و کسب رضایت کتبی از آن‌ها، پرسشنامه‌ها بین آن‌ها توزیع و پس از تکمیل، جمع‌آوری گردید. با در نظر گرفتن احتمال ریزش نمونه، ۴۰۳ پرسشنامه به آنان تحویل و پس از بازبینی و حذف پرسشنامه‌های ناقص و یا پرسشنامه‌هایی که الگوی پاسخ‌دهی تصادفی داشتند، در نهایت ۳۸۲ پرسشنامه که شرایط لازم برای تحلیل را داشتند، جدا شد و مورد تحلیل قرار گرفت. ملاک ورود به پژوهش شامل دامنه سنی بین ۵۰ تا ۶۵ سال، عضویت در کانون بازنشستگان آموزش و پرورش خراسان رضوی و یا کانون کارگران بازنشسته تأمین اجتماعی خراسان رضوی و رضایت به تکمیل پرسشنامه‌ها بود. همچنین در این پژوهش ملاحظات اخلاقی رعایت گردید، بدین معنی که کلیه شرکت‌کنندگان از اهداف پژوهش آگاه بودند و رضایت کامل آگاهانه خود را با تکمیل پرسشنامه‌ها اعلام کردند ضمن اینکه به همه آن‌ها این اطمینان داده شد که اطلاعات آن‌ها بدون نام و کاملاً محرمانه، نزد پژوهشگر محفوظ خواهد بود. پژوهش حاضر دارای کد اخلاق <https://ethics.research.ac.ir/IR.UM.REC.1399.090> از دانشگاه فردوسی مشهد است.

برای جمع‌آوری داده‌ها، از پرسشنامه‌های زیر استفاده شد:

پرسشنامه آسایش اجتماعی<sup>۲</sup>: این پرسشنامه را کیز<sup>۳</sup> در سال ۱۹۹۸ بر اساس مدل نظری خود از سازه آسایش اجتماعی تهیه کرده و دارای ۳۳ گویه و ۵ خرده‌مقیاس است که عبارت‌اند از: مشارکت اجتماعی (۶ سؤال)، همبستگی اجتماعی (۷ سؤال)، پذیرش

۱. Krejcie & Morgan

۲. Social Well-being Scale

۳. Keyes

اجتماعی (۷ سؤال)، شکوفایی اجتماعی (۷ سؤال) و انسجام اجتماعی (۶ سؤال). نمره گذاری سؤالات پرسشنامه براساس مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای (کاملاً موافق=۵ تا کاملاً مخالف=۱) صورت می‌گیرد. بالاترین و پایین‌ترین نمره در این پرسشنامه به ترتیب برابر با ۱۶۵ و ۳۳ است (پورعبدل و همکاران، ۲۰۱۹). در دو مطالعه انجام شده در آمریکا بر روی دو نمونه ۳۷۳ نفری و ۲۸۸۷ نفری، ضرایب آلفای کرونباخ در مطالعه اول برای ابعاد انسجام اجتماعی، شکوفایی اجتماعی، همبستگی اجتماعی، مشارکت اجتماعی و پذیرش اجتماعی به ترتیب برابر با ۰/۵۷، ۰/۶۹، ۰/۸۱، ۰/۷۵ و ۰/۷۷ و در مطالعه دوم به ترتیب برابر با ۰/۶۴، ۰/۶۴، ۰/۷۳، ۰/۶۶ و ۰/۴۱ گزارش شد (کیز، ۱۹۹۸). حیدری و غنایی (۱۳۸۷) در ایران پرسشنامه آسایش اجتماعی را بر روی ۶۳۲ دانشجوی دانشگاه آزاد اسلامی واحدهای استان مرکزی هنجاریابی کردند. نتایج حاصل از پژوهش آن‌ها نشان داد که اعتبار پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۳ است و نتایج تحلیل اکتشافی مؤید ساختار پنج عاملی این پرسشنامه با تغییر در برخی گویه‌ها در جامعه دانشجویی بود. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر، براساس آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۸ به دست آمد.

پرسشنامه معنای زندگی<sup>۱</sup>: پرسشنامه معنای زندگی را استگر<sup>۲</sup> و همکاران در سال ۲۰۰۶ ساخته‌اند. این پرسشنامه دارای ۱۰ گویه است و شامل دو زیرمقیاس وجود معنا در زندگی و جستجوی معناست. نمره گذاری این مقیاس بر اساس طیف لیکرت هفت درجه‌ای (کاملاً درست=۷ تا کاملاً غلط=۱)، صورت می‌گیرد. بالاترین و پایین‌ترین نمره در این پرسشنامه به ترتیب برابر با ۷۰ و ۱۰ است (ابراهیمی فر و همکاران، ۱۳۹۸). پایایی این پرسشنامه براساس آلفای کرونباخ، برای خرده‌مقیاس وجود معنا، ۰/۸۶ و برای خرده‌مقیاس جستجوی معنا ۰/۸۷ گزارش شد (استگر و همکاران، ۲۰۰۶). در ایران برای روایی سازه پرسشنامه از تحلیل عاملی تأییدی استفاده شد که حاکی از آن بود، تمام بارهای عاملی هر دو عامل به طور معناداری بالای ۰/۵۰ است. همچنین در این پژوهش برای بررسی روایی تشخیصی از تحلیل تابع تشخیص استفاده شد که برابر ۰/۸۹ بود (مصرآبادی و همکاران، ۱۳۹۲). پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر، براساس آلفای

۱. Meaning in Life Questionnaire

۲. Steger

کرونباخ برابر با ۰/۸۸ به دست آمد.

پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی<sup>۱</sup>: این پرسشنامه را که لوتانز<sup>۲</sup> و همکاران در سال ۲۰۰۷ ساخته‌اند دارای ۲۴ گویه و شامل ۴ خرده‌مقیاس خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی است که هر یک دارای ۶ گویه می‌باشد. نمره‌گذاری این پرسشنامه، براساس طیف شش درجه‌ای لیکرت (کاملاً موافق=۶ تا کاملاً مخالف=۱) صورت می‌گیرد. در این پرسشنامه، بالاترین و پایین‌ترین نمره به ترتیب برابر با ۱۴۴ و ۲۴ است (عجم و داوری، ۱۳۹۷). بررسی پایایی درونی این پرسشنامه، براساس آلفای کرونباخ، برای کل پرسشنامه برابر با ۰/۸۸ و ۰/۸۹ گزارش گردید (لوتانز و همکاران، ۲۰۰۷). در ایران رجایی و همکاران (۱۳۹۶) ویژگی‌های روان‌سنجی این آزمون را بر روی کارکنان آموزش و پرورش بررسی کردند و ضرایب آلفا برای سرمایه‌شناختی ۰/۸۹، و برای خرده‌مقیاس‌ها عبارت بود از: خودکارآمدی ۰/۸۷، امیدواری ۰/۸۳، تاب‌آوری، ۰/۷۳، و خوش‌بینی ۰/۷۰. روایی صوری و محتوایی این پرسشنامه در پژوهش فروهر و همکاران (۱۳۹۰)، پس از دوبار اجرای آزمایشی و اظهار نظر صاحب‌نظران تأیید شد. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر، بر اساس آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۷ به دست آمد.

داده‌های جمع‌آوری شده، با استفاده از نرم‌افزارهای SPSS نسخه ۲۶ و Lisrel نسخه ۸٫۸ و از طریق شاخص‌های آمار توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد، کمترین و بیشترین نمره) و آزمون‌های آماری همبستگی پیرسون و تحلیل مسیر، تحلیل شدند.

### یافته‌ها

اطلاعات جمعیت‌شناختی برای کلیه شرکت‌کنندگان در این پژوهش عبارت بود از ۳۸۲ شرکت‌کننده مرد و زن: ۲۰۶ مرد (۵۳/۹ درصد) و ۱۷۲ زن (۴۵/۱ درصد) و دارای ۴ داده گم شده (یعنی کسانی که جنسیت خود را مشخص نکرده بودند) (۱ درصد). دامنه سنی شرکت‌کنندگان بین ۵۰ تا ۶۵ سال بود و میانگین سنی آن‌ها  $4/21 \pm 57/21$  به دست آمد. دامنه سنی بازنشسته شدن آن‌ها، بین ۴۰ تا ۶۳ سالگی بود و میانگین آن  $4/50 \pm 51/45$  به دست آمد. ۱۹۴ نفر (۵۰/۸ درصد)، عضو کانون کارگران بازنشسته تأمین

۱. Psychological Capital Questionnaire

۲. Luthans

اجتماعی خراسان رضوی و ۱۸۸ نفر (۴۹/۲ درصد)، عضو کانون بازنشستگان آموزش و پرورش خراسان رضوی بودند. سنوات خدمت قبل از بازنشستگی عبارت بود از: ۱۶ نفر کمتر از ۲۵ سال (۴/۲ درصد)، ۲۲ نفر ۲۵ سال (۵/۸ درصد)، ۱۱ نفر ۲۶ سال (۲/۹ درصد)، ۱۷ نفر ۲۷ سال (۴/۵ درصد)، ۱۱ نفر ۲۸ سال (۲/۹ درصد)، ۶ نفر ۲۹ سال (۱/۶ درصد)، ۲۱۷ نفر ۳۰ سال (۵۶/۸ درصد)، ۵۷ نفر بیش از ۳۰ سال (۱۴/۹ درصد) و داده‌های گم شده (یعنی کسانی که سنوات خدمت خود را مشخص نکرده بودند) در این قسمت ۲۵ نفر (۶/۴ درصد). شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش و همین‌طور پیش فرض نرمال بودن توزیع متغیرها با استفاده از شاخص‌های کجی و کشیدگی مورد بررسی قرار گرفت. نتایج به دست آمده در جدول ۱، ارائه شده است. همان‌طور که مشاهده می‌شود شاخص‌های کجی و کشیدگی در دامنه +۲ و -۲ قرار دارند که حاکی از توزیع نرمال متغیرهای پژوهش است.

جدول ۱ شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش همراه با مقادیر کجی و کشیدگی آن‌ها

میانگین	انحراف معیار	بالا ترین نمره	پایین ترین نمره	کجی	کشیدگی
۹۹/۵۷	۱۴/۵۹	۱۳۶	۶۲	۰/۲۰	-۰/۴۵
نمره کل سرمایه روان‌شناختی					
۵۷/۴۴	۸/۶۸	۷۰	۲۳	-۰/۶۵	۰/۱۷
معناداری زندگی					
۲۷/۹۸	۴/۰۹	۳۶	۱۰	-۰/۷۸	۱/۳۴
خودکارآمدی					
۲۵/۴۶	۴/۶۲	۳۶	۱۳	۰/۰۰۲	-۰/۳۸
امیدواری					
۲۱/۸۱	۵/۵۶	۳۴	۸	۰/۱۱	-۰/۷۰
تاب‌آوری					
۲۴/۳۱	۳/۹۴	۳۵	۱۴	۰/۲۹	-۰/۵۰
خوش‌بینی					
۱۱۱/۳۹	۱۵/۳۴	۱۵۲	۵۴	-۰/۲۰	۰/۴۸
آسایش اجتماعی					

جدول ۲ ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱. سرمایه روان‌شناختی	۱						
۲. معناداری زندگی	۰/۵۰**	۱					
۳. خودکارآمدی	۰/۴۲**	۰/۷۱**	۱				
۴. امیدواری	۰/۵۱**	۰/۸۴**	۰/۶۰**	۱			
۵. تاب‌آوری	۰/۲۹**	۰/۸۱**	۰/۳۳**	۰/۵۵**	۱		

۶. خوش‌بینی	۰/۳۹**	۰/۸۱**	۰/۴۴**	۰/۵۵**	۰/۶۲**	۱
۷. آسایش اجتماعی	۰/۵۱**	۰/۳۵**	۰/۳۱**	۰/۴۳**	۰/۱۹**	۱

چنان‌که مشاهده می‌شود، جدول ۲، شامل رابطه و همبستگی کلیه متغیرهای پژوهش است. که برطبق داده‌های حاصله در جدول ۲، تمامی متغیرها رابطه مثبت و معناداری  $P < 0/01$  با یکدیگر دارند.

به منظور بررسی رابطه معناداری زندگی و آسایش اجتماعی با میانجی‌گری سرمایه روان‌شناختی در افراد میان‌سال بازنشسته، از روش تحلیل مسیر استفاده شد. پیش از استفاده از این روش، پیش فرض‌های آن یعنی هم‌خطی متغیرها و استقلال خطاها مورد بررسی قرار گرفت. جهت بررسی پیش فرض هم‌خطی متغیرها، دو شاخص تحمل<sup>۱</sup> و تورم واریانس<sup>۲</sup>، مورد بررسی قرار گرفت. میزان شاخص تحمل برای متغیر معناداری زندگی  $0/70$  و برای چهار زیرمقیاس خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی به ترتیب برابر با  $0/60$ ،  $0/44$ ،  $0/53$  و  $0/51$  به دست آمد و میزان شاخص تورم واریانس برای متغیر معناداری زندگی  $1/42$  و برای چهار زیرمقیاس خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی به ترتیب برابر با  $1/65$ ،  $2/27$ ،  $1/85$  و  $1/94$  به دست آمد. جهت بررسی پیش فرض استقلال خطاها، آماره دورین واتسون مورد بررسی قرار گرفت که برابر با  $1/88$  به دست آمد و این مقدار در بازه  $(1/5 \leq d \leq 2/5)$  قرار دارد و حاکی از تأیید پیش فرض است. در صورتی که میزان شاخص تحمل در بازه صفر و یک و میزان تورم واریانس، کوچک‌تر از  $10$  باشد، و همچنین مقدار آماره دورین واتسون در محدوده تعیین شده باشد، پیش فرض‌های استفاده از تحلیل مسیر، احراز شده‌اند. بنابراین می‌توان از روش تحلیل مسیر در این پژوهش استفاده کرد.

پس از اجرای مدل، برازندگی الگوی پژوهش براساس شاخص‌های نسبت مجذور خی دو به درجه آزادی، شاخص برازندگی تطبیقی<sup>۳</sup>، شاخص نیکویی برازش<sup>۴</sup>، شاخص

- 
۱. Tolerance
  ۲. Variance Inflation Factor
  ۳. Comparative Fit Index
  ۴. Goodness of Fit Index

نیکویی برازش تعدیل شده<sup>۱</sup> و ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب<sup>۲</sup>، مورد بررسی قرار گرفت. برای اینکه الگوی پژوهش از برازش خوبی برخوردار باشد، باید نسبت مجذور خی دو به درجه آزادی کمتر از ۳، مقدار شاخص‌های برازندگی تطبیقی، شاخص نیکویی برازش، و شاخص نیکویی برازش تعدیل شده نزدیک به یک، و مقدار ریشه خطای میانگین مجذورات تقریب، کوچک‌تر از ۰/۱ و به صفر نزدیک‌تر باشد (شرمله-انگل<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۰۳). نتایج آزمون الگوی پژوهش، حاکی از عدم برازش آن بود ( $\chi^2=400/03$ ،  $df=6$ ،  $\chi^2/df=66/67$ ،  $RMSEA=0/44$ ،  $CFI=0/65$ ،  $GFI=0/72$ ،  $AGFI=0/05$ ).

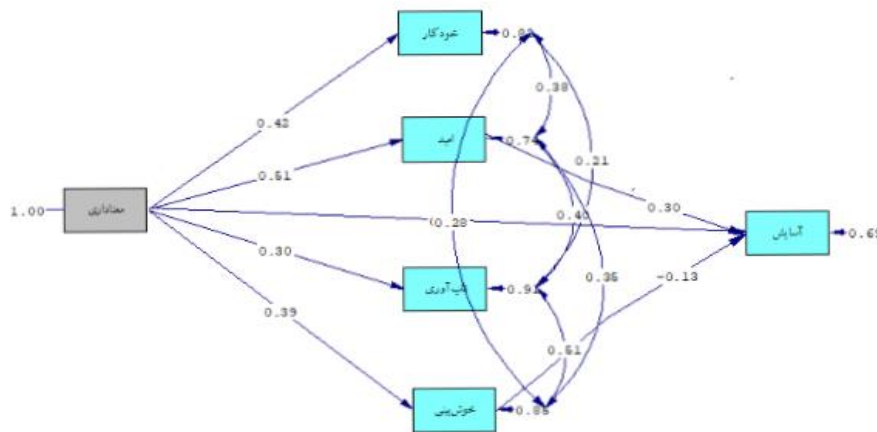
جهت بهبود برازش الگوی پژوهش، تصحیحاتی صورت گرفت. مسیرهای خودکار آمدی به آسایش اجتماعی و تاب‌آوری به آسایش اجتماعی که ضرایب مسیر ضعیفی داشتند و از نظر آماری نیز معنادار نبودند، از الگو حذف شدند. همین‌طور براساس شاخص‌های اصلاح نرم‌افزار لیزرل، خطای مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی به یکدیگر متصل گردیدند. در نهایت، الگوی مندرج در شکل ۱، با برازش بسیار خوب، مورد تأیید قرار گرفت ( $\chi^2=0/30$ ،  $df=2$ ،  $\chi^2/df=0/15$ ،  $RMSEA=0/00$ ،  $CFI=1/00$ ،  $GFI=1/00$ ،  $AGFI=1/00$ ).

---

۱. Adjusted Goodness of Fit Index

۲. Root Mean Square Error of Approximation

۳. Schermelleh-Engel



شکل ۲ الگوی تأییدشده نهایی

جدول ۳ ضرایب مسیر اثرات مستقیم و غیر مستقیم و کل در الگوی تأیید شده

متغیرها	اثر مستقیم	اثر غیر مستقیم	اثر کل	واریانس تبیین شده
آسایش اجتماعی	۰/۴۱	۰/۱۵ و -۰/۰۵	۰/۵۱	۰/۳۱
معناداری زندگی	۰/۳۰	-	۰/۳۰	
امیدواری	-۰/۱۳	-	۰/۱۳	
خوش‌بینی				
بر خودکار آمدی از	۰/۴۲	-	۰/۴۲	۰/۱۸
معناداری زندگی	۰/۵۱	-	۰/۵۱	۰/۲۶
بر امیدواری از	۰/۳۰	-	۰/۳۰	۰/۰۸
معناداری زندگی	۰/۳۹	-	۰/۳۹	۰/۱۵
بر تاب‌آوری از				
معناداری زندگی				
بر خوش‌بینی از				
معناداری زندگی				

در جدول ۳، ضرایب مسیر اثرات مستقیم، غیر مستقیم و کل همراه با مقدار واریانس تبیین شده توسط هر متغیر، آورده شده است. مسیرهایی که آماره  $t$  آن‌ها بزرگ‌تر از  $1/96$  و کوچک‌تر  $1/96$ - باشد، از لحاظ آماری در سطح  $0/05$  معنادار هستند. همان‌طور که اطلاعات جدول نشان می‌دهد معناداری زندگی اثر مستقیم و مثبتی بر خودکار آمدی دارد

که این اثر از نظر آماری نیز معنادار است ( $t=9/09$ ,  $P<0/05$ ). از سوی دیگر معناداری زندگی اثر مستقیم و مثبتی بر امیدواری دارد و این اثر نیز از نظر آماری معنادار است ( $t=11/70$ ,  $P<0/05$ )، ضمن اینکه معناداری زندگی، همچنین دارای اثر مستقیم و مثبتی بر تاب آوری نیز هست که این اثر از نظر آماری معنادار است ( $t=6/02$ ,  $P<0/05$ )، علاوه بر این معناداری زندگی، اثر مستقیم و مثبتی نیز بر خوش بینی دارد که اثر آن از نظر آماری معنادار است ( $t=8/30$ ,  $P<0/05$ ). یکی دیگر از متغیرها یعنی متغیر امیدواری بر روی آسایش اجتماعی اثر مستقیم و مثبتی دارد که این اثر معنادار هم هست ( $t=5/45$ ,  $P<0/05$ ). از سوی دیگر خوش بینی اثرش بر آسایش اجتماعی مستقیم و منفی است و این اثر از نظر آماری معنادار نیز هست ( $t=-2/50$ ,  $P<0/05$ ). و در نهایت معناداری زندگی اثر مستقیم و مثبتی بر آسایش اجتماعی دارد که از نظر آماری معنادار قلمداد می گردد ( $t=8/11$ ,  $P<0/05$ ). بر اساس نتایج به دست آمده دو مؤلفه سرمایه روان شناختی یعنی امیدواری و خوش بینی در رابطه معناداری زندگی و آسایش اجتماعی، نقش میانجی ایفا می کنند و تأثیر غیرمستقیم معناداری زندگی بر آسایش اجتماعی به واسطه امیدواری برابر با  $0/15$  و به واسطه خوش بینی برابر با  $-0/05$  و تأثیر کل برابر با  $0/51$  است.

### بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر، با هدف بررسی نقش واسطه ای سرمایه روان شناختی در رابطه معناداری زندگی و آسایش اجتماعی در افراد میان سال بازنشسته صورت گرفت. یافته های پژوهش نشان داد معناداری زندگی به طور مستقیم بر آسایش اجتماعی افراد میان سال بازنشسته تأثیر دارد و همچنین معناداری زندگی با میانجی گری دو مؤلفه امیدواری و خوش بینی بر آسایش اجتماعی افراد میان سال بازنشسته تأثیر دارد. تأثیر معناداری زندگی بر آسایش اجتماعی با پژوهش های پیشین (صفاری نیا و درتاج، ۱۳۹۶؛ استپتو و فنکور، ۲۰۱۹؛ استاوروا و لومان<sup>۱</sup>، ۲۰۱۶) همسو می باشد. در تبیین این یافته می توان بیان کرد که افرادی که زندگی را معنادار می دانند، بیشتر احتمال دارد اهدافی مرتبط با روابط اجتماعی تعیین کنند و برای برقراری ارتباط با دیگران تلاش بیشتری نمایند. آن ها انگیزه نیرومندی برای نزدیک شدن به سایر افراد دارند که می تواند اقدام کردن بر پایه اهداف تعیین شده و

مشغول شدن در رفتارهایی با هدف افزایش پیوند اجتماعی مانند نزدیک شدن به افراد جدید، حفظ ارتباطات موجود، شروع یک رابطه عاشقانه یا پیوستن به یک گروه بزرگ‌تر و انجمن را تسهیل کند (استاوروا و لومان، ۲۰۱۶). نتایج پژوهش استیتو و فنکور (۲۰۱۹) نشان داد مستقل از سن، جنس، تحصیلات و وضعیت اجتماعی-اقتصادی، میزان بالاتری از احساس ارزشمند بودن امور زندگی، با ارتباطات فردی قوی‌تر (ازدواج/مشارکت، تماس با دوستان)، تعامل اجتماعی گسترده‌تر (درگیر شدن در جامعه مدنی، فعالیت‌های فرهنگی و فعالیت‌های داوطلبانه) و تنهایی کمتر، رابطه دارد. همچنین پژوهش استاوروا و لومان (۲۰۱۶) نیز حاکی از آن بود که معنای زندگی علاوه بر پیش‌بینی احساس ذهنی متعلق بودن به جامعه فرد، قادر به پیش‌بینی تمایل افراد به مشارکت در جامعه خود با شرکت فعال در انجمن‌های داوطلبانه مانند نگهداری محله، یک گروه خدمات داوطلبانه یا دیگر انجمن‌های داوطلبانه اجتماعی نیز می‌باشد. هرچه افراد تمایل بیشتری به داشتن زندگی معنادار داشته باشند، بیشتر به رفتارهای جامعه‌پسند مانند رفتارهای داوطلبانه و امور خیریه می‌پردازند. این امر نشان‌دهنده آن است که نیاز به معنا، افراد را به سوی کمک کردن به دیگران و حمایت از سازمان‌های اجتماعی سوق می‌دهد که به اعتقاد آن‌ها، جامعه را ارتقا می‌بخشد. وقتی افراد زندگی خود را معنادار بدانند، انگیزه بیشتری دارند به خانواده، جامعه و کشور خود، کمک کنند (روتلج و فیوریتو، ۲۰۲۱).

از سوی دیگر، یافته‌های پژوهش نشان داد معناداری زندگی تأثیر مستقیم و مثبتی بر هر کدام از مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی دارد که این یافته نیز با پژوهش‌هایی که حاکی از رابطه معناداری زندگی با سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های آن بود، همسو است (پورحسین و همکاران، ۱۳۹۸؛ اسکندری و همکاران، ۱۳۹۸؛ ادیب و همکاران، ۱۳۹۹؛ کاراتاس و تاگی، ۲۰۲۱؛ کروک و تلکا، ۲۰۱۹؛ یالچین و ملکوک، ۲۰۱۵؛ راش و همکاران، ۲۰۱۹). در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد که معناداری زندگی در تقویت توانمندی‌های مثبت روان‌شناختی نقش ایفا می‌کند (کاراتاس و همکاران، ۲۰۲۱) که

۱. Routledge & FioRito

۲. Karataş & Tagay

۳. Yalçın & Malkoç

۴. Rush

سرمایه روان‌شناختی یکی از این توانمندی‌ها است. با وقوع بازنشستگی و تغییرات ناشی از آن، ابعاد خودکارآمدی، امیدواری، تاب‌آوری و خوش‌بینی سرمایه روان‌شناختی می‌تواند تحت تأثیر قرار گیرد. معنای بیشتر در زندگی در مقابله با رویدادهای استرس‌زا، در این پژوهش بازنشستگی، با خودکارآمدی بیشتری همراه است. همین‌طور، معناداری زندگی با تقویت این تصور که زندگی فرد، روایتی سازمان‌یافته و قابل کنترل دارد، در ایجاد خودکارآمدی برای دنبال کردن اهداف نقش ایفا می‌کند (راش و همکاران، ۲۰۱۹). همچنین افرادی که زندگی را معنادار می‌دانند اعتقاد دارند که از منابع و توانمندی‌هایی برخوردارند که می‌توانند با حوادث سخت و استرس‌زا مقابله کنند و با صرف وقت و انرژی لازم، شرایط استرس‌زا را پشت سر بگذارند (رهبری و کرد، ۱۳۹۶)، بر این اساس افراد خودکارآمدی بالایی را نیز تجربه می‌کنند. معنای زندگی با برانگیختن افراد جهت کشف جنبه‌های مهم زندگی خود و انجام عملکردهای اساسی در فرایند تلاش برای هدف (کروک، ۲۰۱۸)، می‌تواند با ایجاد حس هدفمندی و تلاش در عرصه‌های مهم زندگی، موجب تقویت امیدواری شود. همان‌طور که استگر (۲۰۱۲) بیان کرده است «معنای زندگی به عنوان شبکه‌ای از ارتباطات، ادراکات و تفسیرها به فرد در درک تجاربش یاری می‌رساند و انرژی‌های وی را در جهت دستیابی به آینده مطلوبش هدایت می‌کند» و از این طریق منبعی برای امیدواری در فرد به وجود می‌آورد. همچنین معناداری در زندگی با رساندن فرد به این درک که در زندگی مأموریتی مهم یا هدفی اساسی دارد (دزوترا<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۵) در ارتقاء امیدواری نقش ایفا می‌کند. پژوهش یالچین و ملکوک (۲۰۱۵) نیز حاکی از آن است که معنای بیشتر در زندگی، افزایش امیدواری را پیش‌بینی می‌کند. همین‌طور پژوهش ادیب و همکاران (۱۳۹۹) نشان داد معنا در زندگی و مؤلفه‌های آن قادر به تبیین امیدواری است و معنا در زندگی با تاب‌آوری نیز رابطه دارد. فرانکل اظهار کرد ما ممکن است حتی زمانی که با یک موقعیت ناامیدکننده مواجه می‌شویم یا از یک سرنوشت غیرقابل تغییر رنج می‌بریم، بتوانیم معنایی در زندگی پیدا کنیم. برای تاب‌آور بودن در شرایط دشوار، افراد علاوه بر راهبردهای شناختی، هیجانی و رفتاری نیاز دارند معنا در زندگی را دوباره به دست آورند (دو<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۱۷). مجموعه‌ای از تحقیقات نشان

---

۱. Dezutter

۲. Du

داده‌اند که ایجاد تفسیرهای معنادار، یک راهبرد مقابله‌ای مؤثر برای کنار آمدن با عوامل استرس‌زا است. فرض بر این است که ایجاد معنا برای یک رویداد آسیب‌زا، به فرد در سازگاری و مقابله با آن رویداد کمک می‌کند و از این لحاظ یافتن یک تفسیر معنادار، یک پاسخ انطباقی به وقوع رویدادهای منفی است (پارک و بامیستر<sup>۱</sup>، ۲۰۱۷). پژوهش کاراتاش و تاگی (۲۰۲۱) بیانگر آن بود که معنای زندگی به طور مثبت قادر به پیش‌بینی تاب‌آوری است. پژوهش اسکندری و همکاران (۱۳۹۸) نیز حاکی از پیش‌بینی تاب‌آوری در دانشجویان توسط معنای زندگی بود. طبق پژوهش‌ها، داشتن اهداف معنادار یا اشتغال به فعالیت‌هایی برای ایجاد معنا در زندگی، انتظارات مثبتی را در فرد ایجاد می‌کند که می‌تواند منبعی برای خوش‌بینی در نظر گرفته شود (عبدی سادات و همکاران، ۱۳۹۷). همچنین برخورداری از عاطفه مثبت نیز از دیگر پیامدهای معنای زندگی است که می‌تواند موجب خوش‌بینی در افراد شود (یو و چانگ، ۲۰۱۹). همچنین یافته‌های پژوهش حاکی از تأثیر مستقیم دو مؤلفه امیدواری و خوش‌بینی بر آسایش اجتماعی بود که با پژوهش‌های پیشین (زمانی‌زاد و همکاران، ۱۳۹۷؛ اصفا و همکاران، ۱۳۹۶؛ برقی ایرانی و همکاران، ۱۳۹۶) همسو است. در تبیین تأثیر امیدواری بر آسایش اجتماعی، می‌توان به نظریه اسنایدر<sup>۲</sup> اشاره کرد. طبق این نظریه، امیدواری دارای دو مؤلفه عاملیت و تفکر مسیر است. عاملیت، به انگیزه افراد برای رسیدن به اهداف اشاره دارد و تفکر مسیر، نشان‌دهنده توانایی افراد در ایجاد مسیری برای دستیابی به اهداف و ایجاد مسیری جایگزین در صورت مسدود شدن هر کدام از مسیرها است (اسنایدر، ۲۰۰۲). بنابراین، افراد با امیدواری بالاتر، سطوح بالاتری از انگیزه برای دست یافتن به اهداف جدید که می‌تواند اهداف اجتماعی باشد را تجربه می‌کنند و همچنین قادرند مسیری جدید و مسیری جایگزین برای دستیابی به اهداف اجتماعی خود را بیابند و از این طریق می‌توانند آسایش اجتماعی بالاتری را تجربه نمایند. نتایج تحلیل مسیر، حاکی از تأثیر منفی خوش‌بینی بر آسایش اجتماعی است که این یافته با ضریب همبستگی میان این دو متغیر در پژوهش حاضر و همچنین مبانی نظری موجود، ناهمسو است. در تبیین این مسئله لازم است که به تفاوت روش همبستگی و تحلیل مسیر اشاره کرد. در روش همبستگی، رابطه میان دو متغیر فارغ از تأثیر سایر متغیرهای

---

۱. Park & Baumeister

۲. Snyder

پژوهش مورد بررسی قرار می‌گیرد، در حالی که در روش تحلیل مسیر، رابطه میان دو متغیر تحت تأثیر سایر متغیرهای حاضر در مدل پژوهش سنجیده می‌شود. بنابراین، تفاوت موجود میان ضریب همبستگی و ضریب تأثیر این دو متغیر در پژوهش حاضر را می‌توان با توجه به تفاوت روش همبستگی و تحلیل مسیر تبیین کرد. افراد خوش‌بین انتظارات مثبت و مطلوبی درباره آینده خود دارند و به جای تمرکز بر مشکلات، انتظارات مثبت خود را دنبال می‌کنند (ساتیکی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۹). همچنین افرادی که از خوش‌بینی بالایی برخوردارند، همیشه مسائل را مثبت در نظر می‌گیرند و احساس مثبت بیشتری را تجربه می‌کنند (لی<sup>۲</sup>، ۲۰۱۸). دید مثبت و انتظارات مثبت افراد خوش‌بین، حیطه‌های مختلف زندگی از جمله روابط اجتماعی را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد و از طریق ایجاد انتظارات و هیجانات مثبت در ارتباط با نتایج عملکرد و رفتار اجتماعی فرد، می‌تواند آسایش اجتماعی را ارتقا بخشد.

در پژوهش حاضر، نقش میانجی امیدواری و خوش‌بینی در رابطه معناداری زندگی و آسایش اجتماعی در افراد میان‌سال بازنشسته معنادار بود که در تبیین این یافته می‌توان بیان کرد افرادی که زندگی را معنادار می‌دانند، می‌توانند در هر رویدادی از زندگی معنایی بیابند و این امر به آن‌ها کمک کرده است تا از شرایط موجود زندگی خود که می‌تواند ناخوشایند و ناخواسته باشد مانند بازنشستگی فراتر بروند و بتوانند اهدافی جدید و متناسب با موقعیت و معنای جدید زندگی خود تنظیم و جهت رسیدن به آن اهداف تلاش کنند و زندگی را مطابق با میل خود بسازند. افراد میان‌سال بازنشسته‌ای که زندگی را معنادار می‌دانند، پس از بازنشستگی به جای تسلیم شدن در برابر مشکلات اجتماعی حاصل از بازنشستگی، با متوسل شدن به معنای زندگی خود اهداف جدیدی را تنظیم می‌کنند و به زندگی در مسیری نو ادامه می‌دهند. معناداری زندگی می‌تواند باعث شکل‌گیری توانمندی‌هایی در فرد شود که اسنادی در نظریه امیدواری خود آن‌ها را عاملیت و تفکر مسیر نامید. عاملیت به عنوان انگیزه فرد برای شروع کار بر یک هدف معین، در زمانی که موانع در مسیر هدف ایجاد می‌شود اهمیت بیشتری می‌یابد و تفکر مسیر با ایجاد توانایی لازم برای تولید مسیرهای مورد نیاز برای رسیدن به اهداف به فرد کمک می‌کند (لوتانز و همکاران، ۲۰۱۰). تقویت دو مؤلفه امیدواری یعنی عاملیت و تفکر مسیر توسط معناداری

---

۱. Satıcı

۲. Li

زندگی بر مواجهه کارآمد و مؤثر افراد میان‌سال بازنشسته با مسائل و چالش‌های اجتماعی دوره بازنشستگی اثر می‌گذارند و به آن‌ها کمک می‌کند تا بتوانند شیوه‌های جدید مشارکت اجتماعی پس از بازنشستگی را در سطوح مختلف جامعه کشف کنند و به کار ببندند. این امر به آن‌ها کمک کرده است تا پس از بازنشستگی همچنان حضور فعال و مؤثری در جامعه داشته باشند و ادراک خود به عنوان یک عضو و مشارکت‌کننده فعال، مؤثر و مفید اجتماعی در تقویت آسایش اجتماعی آنان نقش ایفا می‌کند. همچنین معنادار بودن زندگی یا یافتن معنا در رویدادهای مهم زندگی، با فراهم آوردن چشم‌انداز گسترده برای فرد به او کمک می‌کند تا رویدادهای مهم زندگی خود را از ابعاد گوناگون مورد بررسی قرار دهد و بتواند فرصت‌ها و موقعیت‌های جدیدی را در آن‌ها بیابد. یافتن موقعیت‌ها و فرصت‌های جدید در رویدادهای مهم و تأثیرگذار زندگی باعث شکل‌گیری انتظارات مثبت و ایجاد عاطفه مثبت می‌شود. فرد بازنشسته‌ای که زندگی خود را معنادار می‌داند هنگام مواجهه با رویداد بازنشستگی، به جای کناره‌گیری از مشارکت‌های اجتماعی، با بررسی موقعیت موجود به ایده‌ها و فرصت‌های جدیدی برای حضور در جامعه دست می‌یابد که با شکل‌گیری دیدگاه مثبت نسبت به آینده و شکل‌گیری عاطفه مثبت همراه است و وجود انتظارات مثبت نسبت به آینده خود می‌تواند مشوق فرد به حضور بیشتر در اجتماع و مشارکت اجتماعی بیشتر شود که این نیز در ارتقای آسایش اجتماعی نقش دارد. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت امیدواری و خوش‌بینی نقش واسطه‌ای معناداری را در رابطه معناداری زندگی و آسایش اجتماعی افراد میان‌سال بازنشسته ایفا می‌کنند.

طبق نتایج پژوهش حاضر، معناداری زندگی، امیدواری و خوش‌بینی بر آسایش اجتماعی افراد میان‌سال بازنشسته تأثیر می‌گذارند. همچنین نتایج پژوهش حاکی از آن بود که معناداری زندگی نه تنها به صورت مستقیم در ارتقای آسایش اجتماعی نقش دارد، بلکه می‌تواند از طریق تقویت توانمندی‌های مثبت روان‌شناختی نظیر سرمایه روان‌شناختی نیز در افزایش آسایش اجتماعی افراد میان‌سال بازنشسته نقش ایفا کند. با توجه به اینکه در دوره میان‌سالی برقراری و حفظ ارتباطات اجتماعی و مشارکت‌های اجتماعی حائز اهمیت است و از سوی دیگر دوران بازنشستگی می‌تواند با کناره‌گیری فرد از جامعه و انزوای اجتماعی فرد بازنشسته همراه باشد، توجه به توانمندی‌های روان‌شناختی افراد میان‌سال بازنشسته و تلاش در جهت ارتقای این توانمندی‌ها می‌تواند به این گروه از افراد یاری رساند تا در عبور از بحران‌های اجتماعی این دوره، آسایش بیشتر و در نتیجه سلامت روانی بالاتری را

تجربه کنند. از جمله محدودیت‌های این پژوهش می‌توان به عدم مصاحبه بالینی با تمامی بازنشستگان و صرفاً پاسخگویی به پرسشنامه به عنوان ابزار گردآوری اطلاعات اشاره کرد. از آنجا که پرسشنامه‌ها ماهیت گزارش شخصی دارند، امکان ارائه پاسخ غیرواقعی و سوگیرانه از سوی شرکت‌کنندگان وجود دارد. محدودیت دیگر پژوهش، نمونه‌گیری به صورت در دسترس به دلیل عدم امکان نمونه‌گیری تصادفی بود. از سوی دیگر، پیشنهاد می‌شود یک طرح پژوهشی با هدف بررسی اثربخشی معنادرمانی یا آموزش سرمایه روان‌شناختی بر آسایش اجتماعی بازنشستگان صورت گیرد تا آثار این دو متغیر به صورت مداخله نیز مورد بررسی قرار گیرد. همچنین در پژوهش‌های آتی، از روش مصاحبه با بازنشستگان نیز استفاده شود تا خستگی ناشی از تکمیل پرسشنامه مرتفع و مسائل از زوایای مختلفی بررسی و با دقت بیشتری به سؤالات پاسخ داده شود. بنابراین، در تعمیم دادن نتایج به گروه‌های مشابه، باید احتیاط صورت گیرد.

### قدردانی

بدین وسیله از بازنشستگان محترم و مسئولان کانون بازنشستگان آموزش و پرورش خراسان رضوی و کانون کارگران بازنشسته تأمین اجتماعی خراسان رضوی که در پیشبرد این پژوهش، پژوهشگران را یاری رساندند تشکر می‌کنیم.

### منابع

- ابراهیمی فر، م؛ حسینیان، س؛ صفاریان طوسی، م. ر و عابدی، م. ر. (۱۳۹۸)، «مقایسه اثربخشی آموزش مبتنی بر «درمان پذیرش و تعهد» و «درمان متمرکز بر شفقت» بر خودکارآمدی، کیفیت روابط و معنای زندگی در زنان نابارور»، *نشریه مدیریت ارتقای سلامت*، ۸(۳)، ۱۸-۱۰.
- ادیب، م؛ جدیدی، م و آقاجانی هاشجین، ط. (۱۳۹۹)، «تبیین امیدواری دانشجویان بر اساس سبک‌های مقابله‌ای و معنا در زندگی»، *نشریه پژوهش پرستاری ایران*، ۱۵(۵)، ۸-۱.
- اسکندری، الف؛ جلالی، الف؛ موسوی، م و اکرمی، ن. (۱۳۹۸)، «پیش‌بینی تاب‌آوری روان‌شناختی بر اساس حمایت اجتماعی و سبک دلبستگی با میانجی‌گری خودکارآمدی و معنا در زندگی»، *پژوهش‌نامه روان‌شناسی مثبت*، ۵(۲)، ۳۰-۱۷.
- اصفا، الف؛ ابوالمعالی الحسینی، خ و هاشمیان، ک. (۱۳۹۶)، «الگوی ساختاری پیش‌بینی اهمال‌کاری تحصیلی بر اساس سرمایه روان‌شناختی با میانجی‌گری بهزیستی روان‌شناختی، هیجانی و اجتماعی در دانشجویان»، *نشریه پژوهش در نظام‌های آموزشی*، ۱۱(۳۹)، ۴۶-۲۵.

- برقی ایرانی، ز؛ رجبی، م؛ ناظمی، م و بگیان کوله‌مرز، م. ج (۱۳۹۶)، «نقش سبک زندگی، سرمایه‌های روان‌شناختی و رفتارهای خودمراقبتی در پیش‌بینی بهزیستی ذهنی سالمندان دیابتی»، *فصلنامه علمی-پژوهشی روان‌شناسی سلامت*، ۶ (۲۳)، ۱۷-۳۸.
- پورحسین، ر؛ احسانی، س؛ نبی زاده، ر و انسانی مهر، ن. (۱۳۹۸)، «بررسی رابطه بین معناداری در زندگی و رضایت از زندگی با نقش واسطه‌ای سرمایه‌های روان‌شناختی»، *نشریه علمی رویش روان‌شناسی*، ۸ (۴)، ۲۲۵-۲۳۲.
- حسینی، م؛ محمودی، آ و ماردپور، ع. ر. (۱۳۹۸)، «بررسی ارتباط سرمایه‌های روان‌شناختی با صمیمیت زناشویی دانشجویان متأهل و نقش واسطه‌ای بهزیستی اجتماعی»، *ارمغان دانش*، ۲۴ (۳)، ۳۸۸-۴۰۰.
- حیدری، غلامحسین و غنایی، زیبا (۱۳۸۷)، «هنجاریابی پرسشنامه بهزیستی اجتماعی»، *مجله اندیشه و رفتار*، ۷، ۳۱-۴۰.
- رهبری، پ و کرد، ب. (۱۳۹۶)، «پیش‌بینی بهزیستی ذهنی براساس معنای زندگی و ذهن آگاهی در بین بیماران قلبی عروقی»، *نشریه روان‌پرستاری*، ۵ (۶)، ۱۶-۲۳.
- ریسی، ا؛ فتحی آشتیانی، ع؛ سلیمی، ح و ربیعی، م. (۱۳۹۵)، «بررسی سلامت عمومی فرماندهان و مدیران ارشد بازنشسته نیروی انتظامی شهر تهران و ارائه راهکارهایی به منظور کاهش مشکلات روان‌شناختی آن‌ها در دوره بازنشستگی»، *فصلنامه علمی پژوهشی طب انتظامی*، ۵ (۵)، ۳۵۱-۳۶۰.
- زمانی‌زاد، ن؛ باباپور، ج و صبوری، ح. (۱۳۹۷)، «روابط ساختاری بین ابعاد راهبردهای حل تعارض و سلامت اجتماعی دانشجویان با میانجی‌گری سرمایه روان‌شناختی»، *مجله مطالعات روان‌شناسی تربیتی*، ۱۵ (۳۰)، ۱۳۵-۱۶۶.
- صفاری‌نیا، م و درتاج، ا. (۱۳۹۶)، «اثر بخشی معنادرمانی گروهی بر امید به زندگی و بهزیستی روانی و اجتماعی سالمندان زن ساکن آسایشگاه‌های شهر دبی»، *نشریه علمی پژوهشی سالمند*، ۱۲ (۴)، ۴۸۲-۴۹۳.
- عبدی سادات، ح؛ ابولقاسمی، ع و طاهری فرد پله‌رود، م. (۱۳۹۷)، «رابطه سبک زندگی اسلامی، معنای زندگی و هوش هیجانی با سلامت روانی دانشجویان»، *روان‌شناسی و دین*، ۱۱ (۳)، ۱۰۳-۱۱۸.
- عجم، ع. ا و داوری، ص. (۱۳۹۷)، «رابطه بین سرمایه روان‌شناختی و بهزیستی تحصیلی دانشجویان دانشکده پرستاری دانشگاه علوم پزشکی»، *نشریه پژوهش توان‌بخشی در پرستاری*، ۴ (۴)، ۵۳-۵۸.
- فروهر، م؛ هویدا، ر و جمشیدیان، ع. ا. (۱۳۹۰)، «تبیین رابطه سرمایه روان‌شناختی و کارآفرینی سازمانی اعضای هیئت علمی دانشگاه»، *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۲ (۸)، ۸۳-۱۰۰.
- قربانی، س؛ جهانی زاده، م. ر؛ میربد، م و امید، ل (۱۳۹۹)، «بررسی رابطه سرمایه‌های روان‌شناختی و اجتماعی با سلامت اجتماعی با توجه به متغیر میانجی حمایت اجتماعی»، *پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*، ۱۰ (۳۸)، ۸۳-۱۰۰.
- محمدی، ل؛ بشارت، م. ع؛ رضازاده، م. ر و غلامعلی لوسانی، م (۱۳۹۷)، «نقش واسطه‌ای عواطف مثبت و منفی در رابطه بین معنای زندگی و سلامت روانی»، *مجله روان‌شناسی*، ۲۲ (۲)، ۱۷۱-۱۵۷.
- مصرآبادی، ج؛ استوار، ن؛ جعفریان، س (۱۳۹۲)، «بررسی روایی سازه و تشخیصی پرسشنامه معنا در زندگی در دانشجویان»، *مجله علوم رفتاری*، ۷، ۸۳-۹۰.

- Dezutter, J., Luyckx, K., & Wachholtz, A. (2015). Meaning in life in chronic pain patients over time: Associations with pain experience and psychological well-being. *Journal of Behavioral Medicine, 38* (2), 384-396.
- Du, H., Li, X., Chi, P., & Zhao, G. (2017). Meaning in life, resilience, and psychological well-being among children affected by parental HIV. *AIDS care, 29* (11), 1410-1416.
- Heintzelman, S. J., & King, L. A. (2019). Routines and meaning in life. *Personality and Social Psychology Bulletin, 45* (5), 688-699.
- Javadi-Pashaki, N., & Darvishpour, A. (2018). What are the predictor variables of social well-being among the medical science students? *Journal of Education and Health Promotion, 7* (20), 1-5.
- Karataş, Z., & Tagay, Ö. (2021). The relationships between resilience of the adults affected by the covid pandemic in Turkey and Covid-19 fear, meaning in life, life satisfaction, intolerance of uncertainty and hope. *Personality and Individual Differences, 172*, 110592.
- Karataş, Z., Uzun, K., & Tagay, Ö. (2021). Relationships Between the Life Satisfaction, Meaning in Life, Hope and COVID-19 Fear for Turkish Adults During the COVID-19 Outbreak. *Frontiers in psychology, 12*, 778.
- Kawamoto, T. (2019). Personality change in middle adulthood: with focus on differential susceptibility. *The Journal of Psychology, 153* (8), 860-879.
- Keyes, C. L. M. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly, 61* (2), 121-140.
- Kolodziej, I. W. K., & García-Gómez, P. (2019). Saved by retirement: Beyond the mean effect on mental health. *Social Science & Medicine, 225*, 85-97.
- Krok, D. (2018). When is meaning in life most beneficial to young people? Styles of meaning in life and well-being among late adolescents. *Journal of Adult Development, 25* (2), 96-106.
- Krok, D., & Telka, E. (2019). Optimism mediates the relationships between meaning in life and subjective and psychological well-being among late adolescents. *Current Issues in Personality Psychology, 7* (1), 32-42.
- Li, Y. (2018). Building well-being among university teachers: the roles of psychological capital and meaning in life. *European Journal of Work and Organizational Psychology, 27* (5), 594-602.
- Luthans, F., Avey, J. B., Avolio, B. J., & Peterson, S. J. (2010). The development and resulting performance impact of positive psychological capital. *Human Resource Development Quarterly, 21* (1), 41-67.
- Luthans, F., Avolio, B. J., Avey, J. B., & Norman, S. M. (2007). Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel Psychology, 60* (3), 541-572.
- Nguyen, N. P., Kim, S. Y., Daheim, J., & Neduvelil, A. (2020). Social contribution and psychological well-being among midlife adults with chronic pain: A longitudinal approach. *Journal of Aging and Health, 32* (10), 1591-1601.
- Park, J., & Baumeister, R. F. (2017). Meaning in life and adjustment to daily stressors. *The Journal of Positive Psychology, 12* (4), 333-341.
- Pourabdol, S., Sobhi Gharamaleki, N., Hajloo, N., & Sajjadpour, H. (2019). The role of emotion failures and social well-being in predicting violence against women. *Biquarterly Iranian Journal of Health Psychology, 2* (1), 19-30
- Rezaee, N., Seyedfatemi, N., & Salsali, M. (2020). Preserving and promoting health among middle-aged women: A grounded theory study. *Journal of Qualitative Research in Health Sciences, 9* (1), 1-9.
- Routledge, C., & FioRito, T. A. (2021). Why meaning in life matters for societal flourishing. *Frontiers in psychology, 11*, 1-3.
- Rush, C. L., Hooker, S. A., Ross, K. M., Frers, A. K., Peters, J. C., & Masters, K. S. (2019).

- Brief report: Meaning in life is mediated by self-efficacy in the prediction of physical activity. *Journal of Health Psychology*, 26 (5), 753-757.
- Satici, B. (2019). Testing a model of subjective well-being: The roles of optimism, psychological vulnerability, and shyness. *Health psychology Open*, 6 (2), 1-8.
- Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8 (2), 23-74.
- Snyder, C. R. (2002). Hope theory: Rainbows in the mind. *Psychological Inquiry*, 13 (4), 249-275.
- Stavrova, O., & Luhmann, M. (2016). Social connectedness as a source and consequence of meaning in life. *The Journal of Positive Psychology*, 11 (5), 470-479.
- Steffens, N. K., Cruwys, T., Haslam, C., Jetten, J., & Haslam, S. A. (2016). Social group memberships in retirement are associated with reduced risk of premature death: evidence from a longitudinal cohort study. *BMJ Open*, 6 (2), 1-9.
- Steffens, N. K., Jetten, J., Haslam, C., Cruwys, T., & Haslam, S. A. (2016). Multiple social identities enhance health post-retirement because they are basis for giving social support. *Frontiers in psychology*, 17 (7), 1915
- Steger, M. F. (2012). Experiencing meaning in life: Optimal functioning at the nexus of well-being, psychopathology, and spirituality. In P. T. P., Wong (Ed), *The human quest for meaning: theories, research, and applications* (2nd ed.) (pp. 165-184). New York, NY: Routledge.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53 (1), 80-93.
- Stephens, A., & Fancourt, D. (2019). Leading a meaningful life at older ages and its relationship with social engagement, prosperity, health, biology, and time use. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 116 (4), 1207-1212.
- Van den Broeck, E., Poels, K., & Walrave, M. (2015). Older and wiser? Facebook use, privacy concern, and privacy protection in the life stages of emerging, young, and middle adulthood. *Social Media+ Society*, 1 (2), 1-11.
- Yalçın, İ., & Malkoç, A. (2015). The relationship between meaning in life and subjective well-being: Forgiveness and hope as mediators. *Journal of Happiness Studies*, 16 (4), 915-929.
- Yektatalab, S., Zeraati, S., Hazrati, M., & Najafi, S. (2017). The effect of psychoeducational intervention on retirement syndrom among retired nurses: A field trial. *Online Journal of Health and Allied Sciences*, 16 (4), 1-6.
- Youssef- Morgan, C. M., & Luthans, F. (2015). Psychological capital and well-being. *Stress and Health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*, 31 (3), 180-188.
- Yu, E. A., & Chang, E. C. (2019). Meaning in life as a predictor of optimism: How parents mattering matters to Asian and European Americans. *Personality and Individual Differences*, 138, 366-369.
- Yu, E. A., & Chang, E. C. (2021). Relational meaning in life as a predictor of interpersonal well-being: A prospective analysis. *Personality and Individual Differences*, 168, 1-6.