

رابطه ارزش‌های فرهنگی با نشاط ذهنی: نقش واسطه‌ای خودکارآمدی^۱

شیلان کاملی* فریده یوسفی**

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش واسطه‌گری خودکارآمدی در رابطه بین ارزش‌های فرهنگی (فردگرایی، جمع‌گرایی) و نشاط ذهنی در گروهی از دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه شیراز بود. مشارکت‌کنندگان ۴۴۸ نفر از دانشجویان بودند که به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند و مقیاس نشاط ذهنی ریان و فردریک، پرسش‌نامه خودکارآمدی موریس و نسخه کوتاه مقیاس فردگرایی و جمع‌گرایی افقی و عمودی سیواداس و همکاران را تکمیل کردند. روایی و پایایی پرسش‌نامه‌های پژوهش نیز با استفاده از روش تحلیل عاملی تاییدی و ضریب آلفای کرونباخ مورد بررسی و تایید قرار گرفت. برای تحلیل داده‌های توصیفی و ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش از نرم‌افزار SPSS و برای آزمون فرضیه‌ها و مدل پژوهش از نرم‌افزار AMOS استفاده شد. یافته‌ها نشان دادند که مدل پژوهش با داده‌های جمع‌آوری شده برازش مطلوبی دارد. همچنین یافته‌ها نشان دادند که اثر مستقیم ارزش‌های جمع‌گرایی و فردگرایی بر نشاط ذهنی مثبت و معنی‌دار است. اثر مستقیم ارزش‌های فردگرایی بر خودکارآمدی نیز مثبت و معنی‌دار بود. همچنین فردگرایی با واسطه‌گری خودکارآمدی توانست نشاط ذهنی را پیش‌بینی کند، اما اثر واسطه‌ای خودکارآمدی در رابطه بین جمع‌گرایی و نشاط ذهنی معنی‌دار نبود. به‌طور کلی یافته‌های پژوهش نقش ارزش‌های فرهنگی و خودکارآمدی را در تبیین نشاط ذهنی نشان می‌دهند. بر اساس یافته‌های این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که به منظور ارتقای سطح نشاط ذهنی دانشجویان باید به ارزش‌های فرهنگی و نیز افزایش خودکارآمدی آنها توجه شود.

واژه‌های کلیدی: ارزش‌های فرهنگی، خودکارآمدی، نشاط ذهنی

^۱ این مقاله بخشی از رساله دکتری نویسنده اول است که تحت راهنمایی و سرپرستی نویسنده دوم در دانشگاه شیراز به انجام رسیده است.

* دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی پردیس بین‌الملل دانشگاه شیراز
shilankameli@gmail.com

** دکتری تخصصی روان‌شناسی تربیتی، دانشیار و عضو هیئت علمی دانشگاه شیراز (نویسنده مسئول)
yousefi@shirazu.ac.ir

مقدمه

نشاط ذهنی^۱ به معنی داشتن انرژی ذهنی و بدنی لازم جهت تجربه کردن حس شوق و سرزندگی، مفهومی است که ابعاد جسمانی، روانی، تعاملات و هوشیاری افراد و به تبع آن سلامت و بهزیستی آنها را تحت تاثیر قرار می‌دهد (کپ، هاردر و ویور^۲، ۲۰۰۸). به عبارت دیگر نشاط ذهنی به عنوان یک وضعیت مثبت از احساساتی چون آزادی، استقلال، احساس خودکنترلی و انگیزش درونی نشأت می‌گیرد (ریان و دسی^۳، ۲۰۰۸). بنابراین نشاط ذهنی یک حالت روان‌شناختی مثبت است که با فعالیت‌ها، بافت‌ها و شرایطی که موجب ارضا نیازهای اساسی روان‌شناختی می‌شود همراه است (بنیامین و بندر-ایلان^۴، ۲۰۱۸).

از آنجایی که نشاط ذهنی به عنوان یک حس مثبت سرزندگی و انرژی چیزی ورای صرف فعالیت، برانگیختگی و یا حتی ذخیره انرژی است؛ از این رو، دانش عمیق در رابطه با نشاط ذهنی و اثرات آن و عوامل مؤثر بر ایجاد و تقویت آن، یک ضرورت محسوب می‌شود؛ زیرا سطح بالای نشاط ذهنی، سرزندگی و انرژی سرشار، موجب ایجاد زندگی اجتماعی پربار و کاهش اختلالات روانی می‌شود (وندن‌برگ، ون‌پوپل، ون‌کمپ و اندراسایتیت^۵، ۲۰۱۶). وقتی که نشاط ذهنی افراد بالاست خلقشان در حالت مناسبی قرار دارد و انرژی لازم جهت انجام وظایف و فعالیت‌ها را به نحو احسن در اختیار دارند. این افراد سرشار از انرژی ذهنی مثبت بوده، شاداب و بشاش هستند و نسبت به محیط خود هوشیاری بالایی داشته و مملو از حس زندگی هستند (خلخال و گلستانه^۶، ۲۰۱۱). بر اساس شواهد پژوهشی (باروچ، گریملند و ویگودا-گادوت^۷، ۲۰۱۴؛ پالمر، دانکوسکی، اسمیت، بروتکیویز و باگدیویک^۸، ۲۰۱۱) نشاط ذهنی در محیط کار نیز موجب افزایش رضایت، بهره‌وری و درگیری بیشتر در فعالیت‌های مربوط به کار می‌شود. این نتایج خود کسب موفقیت و رسیدن به اهداف شغلی را تسریع می‌کند. افرادی که در محیط کار خود شاداب و باشناخت هستند از توان جسمی بالاتر، انرژی هیجانی و شناختی بیشتری نیز برخوردارند، رغبت و تمایل بیشتری به کار داشته و احساس کامیابی می‌کنند و در نهایت رضایت بیشتری از کار و زندگی خود دارند (پورات، اسپریتزر، گیلسون و گارنت^۹، ۲۰۱۱؛ پیترسون، پارک، هال و سلیگمن^{۱۰}، ۲۰۰۹؛ شیروم^{۱۱}، ۲۰۱۱). علاوه بر این، احساس امنیت، کسب ارزش‌های سازمانی و تعهد سازمانی، ایجاد خلاقیت و نوآوری و چالاکی از

^۱. Subjective vitality

^۲. Koppe, Harder, & Væver

^۳. Ryan & Deci

^۴. Binyamin & Brender-Ilan

^۵. Van den Berg, van Poppel, van Kamp, & Audrusaityte

^۶. Baruch, Grimland, & Vigoda-Gadot

^۷. Palmer, Dankoski, Smith, Brutkiewicz, & Bogdewic

^۸. Porath, Spreitzer, Gibson, & Garnett

^۹. Peterson, Park, Hall, & Seligman

^{۱۰}. Shirom

مزایای نشاط و سرزندگی در محیط کار است (درایز، وانتیلبورگ و پیپرمز^۱، ۲۰۱۲؛ دیجوی، دلا، وانندبرگ و ویلسون^۲، ۲۰۱۰؛ کارک و کارملی^۳، ۲۰۰۹). بنابراین با توجه به اینکه نشاط ذهنی نقطه اوج سلامتی و بهزیستی روان‌شناختی به شمار می‌رود، ایجاد، تقویت و نگهداری این ویژگی نقش موثری در زندگی افراد دارد (شیخی‌فینی، رضانی و کاووسیان، ۲۰۰۹). از سوی دیگر پایین بودن سطح نشاط در افراد جامعه از جمله جوانان و سالمندان، زنان و مردان و حتی نژادهای مختلف می‌تواند موجب کاهش عملکرد، ایجاد ناتوانی و مرگ‌ومیر بیشتر شود (آولند^۴، ۲۰۱۰)، ضمن آنکه باعث افزایش خستگی، فرسودگی و تحریک‌پذیری شده و توان افراد را جهت عملکرد مطلوب کاهش می‌دهد (ریان و فریدریک^۵، ۱۹۹۷). این مطلب به خوبی ضرورت پرداختن به نشاط و شادابی افراد را به عنوان عاملی پیشگیرانه در کاهش اختلالات روانی و تربیت افراد بانشاط و سرزنده به منظور رشد و پیشرفت جوامع را روشن می‌سازد (خلخالی و گلستانه، ۲۰۱۱).

در این راستا باید گفت که عوامل مؤثر بر نشاط ذهنی کم و بیش مورد توجه پژوهشگران و متخصصان قرار گرفته است. با این حال، ناشناخته‌ها و مسائل زیادی در ارتباط با نشاط ذهنی وجود دارد. یکی از مسائل مهم در مورد نشاط ذهنی شناسایی علل و زمینه‌سازهای مهم این سازه است. مرور پژوهش‌های پیشین نشان می‌دهد که بررسی‌های صورت گرفته پیرامون علل و نحوه وقوع نشاط ذهنی متراکم و دارای انسجام نیست. به‌طوری‌که پیشایندها و عوامل زمینه‌ساز نشاط ذهنی به‌صورت مجزا بررسی شده‌اند، ولی سهم نسبی و تعاملی این عوامل در وقوع این تجربه روان‌شناختی مدّ نظر قرار نگرفته است. بر این اساس، سؤال محوری پژوهش حاضر این است که عوامل اصلی به وجود آورنده این تجربه روان‌شناختی به‌عنوان یک مقوله اثرگذار بر بهزیستی ذهنی- روانی در موقعیت‌های چالش‌انگیز زندگی افراد، بخصوص در دوران تحصیلی دانشجویان چه هستند؟

در نظریه‌پردازی پیرامون نشاط ذهنی، نقش عوامل محیطی و فردی به عنوان دو پیش‌بینی‌کننده اساسی نشاط ذهنی مورد توجه قرار گرفته است (نانی، ماتسوکا و آنتونیو^۶، ۲۰۱۸). با توجه به بررسی‌های پیشین (اتاوا، گاردنر، کندلر و هتاما^۷، ۲۰۱۳؛ میتز، اینگرام و سیگل^۸، ۲۰۱۲) ارزش‌های فرهنگی جامعه از پیشایندها و عوامل زمینه‌سازی هستند که در بروز مهارت‌های شخصی و قابلیت‌های فردی افراد می‌توانند تأثیرات مثبت یا منفی داشته باشند که یکی از تأثیرات مثبت‌شان

^۱. Dries, Vantilborgh, & Pepermans

^۲. DeJoy, Della, Vandenberg, & Wilson

^۳. Kark & Carmeli

^۴. Avlund

^۵. Ryan & Frederick

^۶. Nani, Matsouka, & Antoniou

^۷. Otowa, Gardner, Kendler, & Hettema

^۸. Meites, Ingram, & Siegle

اثرگذاری بر نشاط ذهنی آنان است. پژوهشگرانی چون کوریتا، اکیزاوا و فوکوها را^۱ (۲۰۱۸) نشاط ذهنی را به عنوان برداشتی ذهنی از شادمانی تجربه شده افراد توصیف کرده‌اند که حاصل ارزش‌های فردی و اجتماعی آنهاست. توازن این ارزش‌ها می‌تواند به نشاط ذهنی بیشتر منجر شود. به اعتقاد اسکات، راو و پولاک^۲ (۲۰۱۸) ارزش‌های فرهنگی با ایجاد یک زندگی مطلوب و شاد ارتباط دارد و اتخاذ ارزش‌های صحیح می‌تواند ارتقا دهنده نشاط باشد. به عبارت دیگر، الگوهای فردگرایی و جمع‌گرایی با تأثیر بر نگرش‌ها، ارزش‌ها و چگونگی تعبیر و تفسیر رویدادها بر رفتار، شناخت، هیجان و تجارب انسانی اثرگذار هستند. ارزش‌های فرهنگی می‌توانند با بستری که برای تعاملات اجتماعی فراهم می‌کنند بر نشاط ذهنی افراد تأثیر بگذارند (تاف، فیکت، بینکوف و سیگریست^۳، ۲۰۱۷). به عنوان مثال؛ در یک فرهنگ جمع‌گرا برخی از مسائل مثل آسیب‌دیدگی‌ها و از کارافتادگی‌ها که باعث محدودیت ارتباط اجتماعی افراد می‌شود، می‌تواند نشاط ذهنی افراد را به‌طور قابل ملاحظه‌ای کاهش دهد (تاف و همکاران، ۲۰۱۷). حمایت اجتماعی از سوی خانواده و دوستان به عنوان مسیری جهت دست‌یابی به نشاط ذهنی (ایسلام و مانتیمکی^۴، ۲۰۱۴) فرایند دیگری است که فرهنگ از طریق آن نشاط ذهنی را تحت تأثیر قرار می‌دهد. به عبارت دیگر، ارزش‌های فردگرایی و جمع‌گرایی با تأثیر بر حمایت اجتماعی ادراک شده می‌توانند موجب ایجاد حس اعتماد و اطمینان در فرد شده و شرایط شادابی و نشاط را در او فراهم آورند. مرور پژوهش‌های پیشین نشان می‌دهد معدود پژوهشی در راستای شفافیت ارزش‌های فرهنگی در فرهنگ ایرانی صورت گرفته است. پژوهش‌های اندک انجام شده در این حوزه نیز، تأثیرات متفاوت ارزش‌های فرهنگی بر سازه‌هایی مانند نشاط ذهنی را مدّ نظر قرار نداده‌اند. این در حالی است که به نظر می‌رسد ابعاد مختلف ارزش‌های فرهنگی، تأثیرات متفاوتی بر نشاط ذهنی داشته باشند. افزون بر این، ارزش‌های فرهنگی جامعه تنها تعیین‌گر تجربه نشاط ذهنی نیستند و به نظر می‌رسد برخی از تجارب و احساسات مثبت علاوه بر تأثیرپذیری از عوامل محیطی از تفاوت‌ها و عوامل فردی نیز تأثیر بپذیرند (کاپرارا، الساندري، دی‌گیونتا، پانرای و ایزنبرگ^۵، ۲۰۱۰). در این راستا، یکی از عوامل فردی مؤثر بر نشاط ذهنی قابلیت‌های مربوط به «خود» است که نقش موثری در تحقق بشری^۶ و بهزیستی افراد دارد (کاپرارا و گرینو^۷، ۲۰۰۱؛ کاپرارا، وکیون، باربارانلی و الساندري^۸، ۲۰۱۳). از جمله قابلیت‌های

^۱. Kurita, Akizawa & Fukuhara

^۲. Scott, Rowe, & Pollock

^۳. Tough, Fekete, Brinkhof, & Siegrist

^۴. Islam & Mäntymäki

^۵. Caprara, Alessandri, Di Giunta, Panerai, & Eisenberg

^۶. human accomplishment

^۷. Caprara & Gerbino

^۸. Caprara, Vecchione, Barbaranelli, & Alessandri

«خود» که توسط بندورا^۱ (۱۹۸۲) مطرح شده است، خودکارآمدی است. خودکارآمدی به معنی باور به موفقیت در شرایط خاص با تغییر، سازماندهی و بهبود شرایط موجود است (بندورا، ۱۹۹۴). افرادی که خودکارآمدی بالایی دارند از راهبردهای مقابله‌ای موثری در برخورد با موقعیت‌های ناخوشایند استفاده می‌کنند. از سوی دیگر افراد با سطح خودکارآمدی پایین، ممکن است که در راه رسیدن به اهداف از زیر بار مسئولیت شانه خالی کنند و یا موقعیت را رها کنند، آن‌ها در برخورد با شرایط چالش‌انگیز همه راه‌حل‌های موجود برای حل مشکلات را به کار نگرفته و دچار استرس و افسردگی می‌شوند (بندورا، ۲۰۰۶). در این راستا، مسارادو، ویدل و مستری^۲ (۲۰۱۸) و میلان، کوهن، مولار و سالز^۳ (۲۰۱۸) در پژوهش‌های خود نشان دادند، بطور کلی افراد خودکارآمد عواطف منفی کمتری مانند اضطراب، خشم و افسردگی تجربه کرده و از سطح بهزیستی روان‌شناختی بالاتری نیز برخوردارند.

پژوهشگران جدید (بندر و اینگرام^۴، ۲۰۱۸؛ کارتر، برین، یاروس و بیللی^۵، ۲۰۱۷؛ مسارادو و همکاران، ۲۰۱۸) نیز به بررسی سازه خودکارآمدی پرداخته و برای آن پیامدها و پیش‌آیندهای متفاوتی را مطرح کرده‌اند. از این رو مسئله‌ای که در این رابطه به ذهن متبادر می‌شود این است که آیا خودکارآمدی می‌تواند به‌عنوان پیشایندهای نشاط ذهنی در نظر گرفته شود؟ پژوهشگران ارتباط به‌کارگیری راهبردهای متفاوت در مقابله با چالش‌ها و مشکلات را با سازه‌های بهزیستی و نشاط ذهنی بررسی کرده‌اند (برای مثال دکارولی و ساگون^۶، ۲۰۱۴). به نظر می‌رسد میزان تأثیرگذاری درک شده افراد بر محیط که حاصل میزان رشد شخصی است، می‌تواند نشاط ذهنی افراد را تعیین کند. این امر به این معنا است که احساس اثرگذاری بر محیط با نشاط ذهنی رابطه دارد (لیکس، هولفورت، میلوسکیا، هوپ و کوستنر^۷، ۲۰۱۶). از سوی دیگر، در پژوهشی شولز، گوتیرز دوزا، سود و شوارزر^۸ (۲۰۰۲) به این نتیجه رسیدند که خودکارآمدی با فرهنگ می‌تواند مرتبط باشد. به این صورت که میزان خودکارآمدی در فرهنگ‌های فردگرا (مانند کشورهای اروپایی) بیش از فرهنگ‌های جمع‌گرا (مانند ژاپن) است. به عبارت دیگر فردگرایی خودکارآمدی بالاتری را در اعضای یک فرهنگ به وجود می‌آورد.

در مجموع، بررسی ادبیات پژوهشی حاکی از توجه اندک پژوهشگران به عوامل پیش‌گفته مرتبط با نشاط ذهنی است. در مواردی هم که به این موضوع توجه شده رابطه بین متغیرها با نشاط ذهنی از

^۱. Bandura

^۲. Mesurado, Vidal, & Mestre

^۳. Milam, Cohen, Mueller, & Salles

^۴. Bender & Ingram

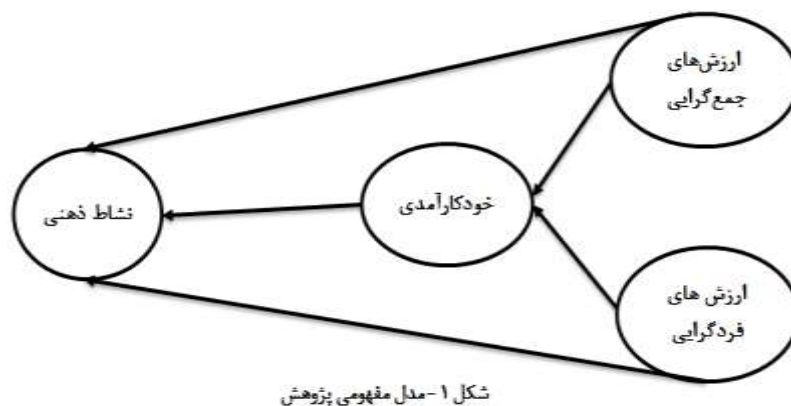
^۵. Carter, Breen, Yaruss, & Beilby

^۶. De Caroli & Sagone

^۷. Lekes, Houfort, Milyavskaya, Hope, & Koestner

^۸. Scholz, Gutiérrez Doza, Sud, & Schwarzer

نوع ساده است. در حالی که با توجه به مبانی نظری و پیشینه پژوهشی که مرور گردید، به نظر می‌رسد ارتباط بین ارزش‌های فرهنگی و نشاط ذهنی یک ارتباط بی‌واسطه نیست، بلکه ارزش‌های فرهنگی می‌توانند از طریق احساس اثربخشی یا عدم اثربخشی که در افراد ایجاد می‌کنند، نشاط ذهنی را تحت تأثیر قرار دهند. از آنجا که این مهم در یک مدل جامع، مورد واکاوی قرار نگرفته است، از همین رو، در پژوهش حاضر با فرض این که بررسی رابطه بین متغیرهای انتخاب شده در یک مدل علی موجب دید جامع‌تر و کل‌نگر به سازه نشاط ذهنی می‌شود، نقش عوامل فرهنگی و فردی در تبیین نشاط ذهنی مورد بررسی قرار گرفت. در این راستا، متغیر ارزش‌های فرهنگی به عنوان متغیر برون‌زاد و متغیر خودکارآمدی به عنوان متغیر واسطه‌ای مدل علی تبیین نشاط ذهنی در نظر گرفته شدند (شکل ۱).



با توجه به مدل مفهومی پژوهش فرضیه‌های پژوهش عبارت‌اند از:

- ۱- ارزش‌های فرهنگی بر نشاط ذهنی تأثیر مستقیم دارد.
- ۲- ارزش‌های فرهنگی بر خودکارآمدی تأثیر مستقیم دارد.
- ۳- خودکارآمدی نقش واسطه‌ای در رابطه بین ارزش‌های فرهنگی با نشاط ذهنی دارد.

روش پژوهش

طرح پژوهش حاضر از نوع همبستگی است که در آن رابطه بین متغیرهای پژوهش با استفاده از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری مورد بررسی قرار گرفته است.

شرکت کنندگان پژوهش

جامعه آماری این پژوهش همه دانشجویان کارشناسی دانشگاه شیراز هستند که در سال تحصیلی ۱۳۹۷-۹۸ مشغول به تحصیل بودند. شرکت کنندگان در پژوهش ۴۴۸ نفر (۲۷۴ دختر و ۱۷۴ پسر) بودند که بر اساس نظر کلاین^۱ (۲۰۱۶) و با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی خوشه ای چندمرحله ای انتخاب شدند. به این صورت که ابتدا از بین دانشکده های دانشگاه شیراز تعداد چهار دانشکده به طور تصادفی انتخاب شده و از هر دانشکده سه بخش و از هر بخش دو کلاس به طور تصادفی انتخاب و همه دانشجویان حاضر در کلاس ها، ابزارهای پژوهش را تکمیل کردند. ویژگی های جمعیت شناختی گروه نمونه در جدول ۱ آمده است.

جدول ۱- ویژگی های جمعیت شناختی گروه نمونه

متغیر	گروه	تعداد	درصد
جنسیت	زن	۲۷۴	۶۱/۲
	مرد	۱۷۴	۳۸/۸
	کل	۴۴۸	۱۰۰
سن	۱۸-۲۵ سال	۴۳۹	۹۸
	۲۶-۳۵ سال	۹	۲
	کل	۱۰۰	۱۰۰
سال تحصیلی	اول	۲۱۲	۴۷/۳
	دوم	۱۰۶	۲۳/۷
	سوم	۷۹	۱۷/۶
	چهارم	۵۱	۱۱/۴
	کل	۴۴۸	۱۰۰

ابزارهای پژوهش

در این پژوهش برای جمع آوری اطلاعات مربوط به متغیرها از این ابزارها استفاده شد:

مقیاس نشاط ذهنی: برای اندازه گیری نشاط ذهنی از مقیاس نشاط ذهنی^۲ حالتی ریان و فردریک (۱۹۹۷) استفاده شد. این مقیاس دارای ۷ گویه است و به صورت مقیاس لیکرت ۵ درجه ای از ۵ (بسیار موافقم) تا ۱ (بسیار مخالفم) اندازه گیری می شود. میلیاوا سکایا و کا ستنر^۳ (۲۰۱۱) پایایی مقیاس نشاط ذهنی را با استفاده از آلفای کرونباخ، ۰/۹۴ گزارش کردند و روایی سازه آن را به وسیله تحلیل عاملی مورد تأیید قرار دادند. در ایران نیز، شیخ الاسلامی و دفترچی (۱۳۹۴) در

^۱. Kline

^۲. subjective vitality scale

^۳. Milyavskaya & Koestner

پژوهشی با استفاده از آلفای کرونباخ، پایایی این مقیاس را ۰/۸۹ گزارش کرده‌اند و از طریق محاسبه همبستگی هر گویه با نمره کل مقیاس نشاط ذهنی به بررسی روایی آن پرداخته و دامنه ضرایب را از ۰/۵۷ تا ۰/۸۶ به دست آوردند که همه ضرایب در سطح $p < ۰/۰۰۱$ معنی‌دار بودند. در پژوهش فولادچنگ و آب‌روشن (۱۳۹۴) نیز با استفاده از آلفای کرونباخ ضریب ۰/۸۸ برای پایایی این مقیاس به دست آمد. همچنین برای تعیین روایی، همبستگی هر گویه با نمره کل مقیاس محاسبه شد و دامنه ضرایب از ۰/۶۰ تا ۰/۸۶ بود که همه ضرایب در سطح $p < ۰/۰۱$ معنی‌دار بوده‌اند. در پژوهش حاضر نیز جهت محاسبه روایی، از روش تحلیل عامل تأییدی استفاده شد و قابلیت تأییدپذیری ساختار تک عاملی مقیاس نشاط ذهنی در دستور کار قرار گرفت. نتایج نشان داد که تمامی گویه‌های مربوط به این پرسش‌نامه به خوبی بر عامل مربوطه بار شدند و دامنه بار عاملی گویه‌ها بین ۰/۵۰ تا ۰/۸۸ در نوسان بود. افزون بر این، شاخص‌های برازندگی مدل یاد شده ($PCLOSE=۰/۱۴$, $RMSEA=۰/۰۵$, $CFI=۰/۹۴$, $TLI=۰/۹۲$, $NFI=۰/۹۴$, $AGFI=۰/۸۴$, $GFI=۰/۹۲$, $X^2/df=۲/۱۴$) بیانگر برازش مطلوب مدل تأییدی پرسش‌نامه نشاط ذهنی با داده‌ها بود. در پژوهش حاضر به منظور بررسی پایایی از روش آلفای کرونباخ استفاده شد. نتایج نشان داد که مقدار این ضریب برای کل پرسش‌نامه ۰/۸۹ است که بیانگر پایایی مطلوب پرسش‌نامه است.

پرسش‌نامه خودکارآمدی: پرسش‌نامه خودکارآمدی^۱ توسط موریس^۲ (۲۰۰۱) به منظور بررسی خودکارآمدی در کودکان و نوجوانان فراهم گردید. این ابزار شامل ۲۴ گویه است و سه حوزه خودکارآمدی تحصیلی، اجتماعی و هیجانی را می‌سنجد که هر بعد شامل ۸ گویه است. پاسخ‌ها بر اساس مقیاس ۵ درجه‌ای از نوع لیکرت از ۱ (خیلی کم) تا ۵ (خیلی زیاد) ارزیابی می‌شوند. یافته‌های پژوهش موریس (۲۰۰۱) نشان داد که پرسش‌نامه دارای سه خرده مقیاس و یک نمره کلی است و ضریب پایایی کل پرسش‌نامه به روش آلفای کرونباخ نیز ۰/۸۸ به دست آمد. در پژوهشی که در ایران توسط طهماسیان و اناری (۱۳۸۸) انجام شد نتایج تحلیل عاملی سه مؤلفه پرسش‌نامه را تأیید کرد و ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس نیز ۰/۸۷ به دست آمد. در پژوهش نیکنام و جوکار (۱۳۹۴) نیز روایی از طریق همبستگی گویه‌های هر عامل با نمره کل آن عامل و نیز روش تحلیل عاملی احراز گردید. همچنین ضرایب آلفای کرونباخ برای خودکارآمدی تحصیلی، خودکارآمدی اجتماعی، خودکارآمدی هیجانی و خودکارآمدی کل به ترتیب برابر با ۰/۷۸، ۰/۶۸، ۰/۷۴ و ۰/۸۰ بودند (نیکنام و جوکار، ۱۳۹۴). در پژوهش حاضر به منظور احراز روایی از روش

۱. self-efficacy questionnaire

۲. Muris

تحلیل عاملی تأییدی و برای محاسبه پایایی از روش آلفای کرونباخ استفاده شده است. نتایج این تحلیل نشان داد که گویه ۲۲ این پرسشنامه دارای بار عاملی کمتر از ۰/۳۰ است و بر روی عامل مربوطه بار ضعیفی را نشان داد و بنابراین با ساختار عاملی مورد نظر هماهنگ نیست. با این حال، سایر گویه‌ها به خوبی، ساختار ۳ عاملی پرسشنامه خودکارآمدی را تأیید می‌کنند. در مجموع، نتایج تحلیل عامل تأییدی بیانگر آن است که پرسشنامه خودکارآمدی از روایی سازه‌ای مطلوبی برخوردار است و ساختار ۳ عاملی یادشده پرسشنامه مورد تأیید قرار می‌گیرد. افزون بر این، شاخص‌های برازندگی مدل یادشده ($X^2/df=2/31$, $GFI=0/91$, $AGFI=0/89$, $NFI=0/92$, $TLI=0/94$, $PCLOSE=0/11$, $RMSEA=0/07$, $CFI=0/90$) دلالت بر برازش مطلوب مدل تأییدی مقیاس خودکارآمدی با داده‌ها دارد. در پژوهش حاضر به منظور بررسی پایایی از روش آلفای کرونباخ استفاده شد. نتایج نشان داد که مقدار این ضریب برای کل گویه‌ها (۲۴ گویه) ۰/۸۵، برای مؤلفه تحصیلی ۰/۷۴، برای مؤلفه اجتماعی ۰/۷۹ و برای مؤلفه هیجانی ۰/۷۹ است که بیانگر پایایی مطلوب پرسشنامه است.

نسخه کوتاه مقیاس فردگرایی و جمع‌گرایی افقی و عمودی: به منظور اندازه‌گیری ارزش‌های فرهنگی از نسخه کوتاه مقیاس فردگرایی و جمع‌گرایی افقی و عمودی^۱ (سیوآداس، بروولد و نلسون^۲، ۲۰۰۸) استفاده شد. از تعداد ۱۶ گویه این مقیاس، خرده مقیاس‌های جمع‌گرایی با ۹ گویه و خرده مقیاس‌های فردگرایی ۷ گویه را به خود اختصاص می‌دهند کورش‌نیا و لطیفیان (۱۳۹۰) به منظور بررسی روایی این مقیاس از دو روش تحلیل عاملی اکتشافی به شیوه مؤلفه‌های اصلی و همسانی درونی و به منظور بررسی پایایی آن از ضریب آلفای کرونباخ استفاده کردند. در مورد روایی آن بر اساس نتایج تحلیل عامل اکتشافی، ساختار عاملی مورد تأیید قرار گرفت و از محتوای این مقیاس دو عامل جمع‌گرایی و فردگرایی استخراج شد. علاوه بر این، نشان داده شد که این مقیاس از همسانی درونی برخوردار است. در رابطه با پایایی این ابزار، برای خرده مقیاس‌های جمع‌گرایی و فردگرایی به ترتیب ضرایب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۷۸ و ۰/۸۱ به دست آمد. ضریب پایایی بازآزمایی برای این خرده مقیاس‌ها به ترتیب ۰/۷۹ و ۰/۷۴ بود. در پژوهش حاضر به منظور احراز روایی از روش تحلیل عاملی تأییدی و برای محاسبه پایایی از روش آلفای کرونباخ استفاده شده است. نتایج تحلیل عامل تأییدی پرسشنامه نشان داد که همه گویه‌ها به جز گویه‌های ۳ و ۱۶ (در خرده مقیاس جمع‌گرایی) به خوبی، ساختار ۲ عاملی پرسشنامه را تأیید می‌کنند. به طور کلی، دامنه بار عاملی برای گویه‌های این مقیاس با حذف گویه‌های ۳ و ۱۶ بین ۰/۳۲ تا ۰/۶۹ قرار دارد. در مجموع، نتایج

^۱ the horizontal and vertical individualism and collectivism scale

^۲ Sivadas, Bruvold, & Nelson

تحلیل عامل تأییدی بیانگر آن است که پرسش‌نامه ارزش‌های فرهنگی از روایی سازه‌ای مطلوبی برخوردار است و ساختار ۲ عاملی یاد شده مورد تأیید قرار می‌گیرد. افزون بر این، شاخص‌های برازندگی مدل یادشده ($X^2/df = 2/98$)، $GFI=0/90$ ، $AGFI=0/87$ ، $NFI=0/94$ ، $TLI=0/94$ ، $CFI=0/93$ ، $RMSEA=0/07$ ، $PCLOSE=0/11$) دلالت بر برازش مطلوب مدل تأییدی پرسش‌نامه با داده‌ها دارد. در پژوهش حاضر به منظور بررسی پایایی از روش آلفای کرونباخ استفاده شد. نتایج نشان داد که مقدار این ضریب برای کل گویه‌ها (۱۶ گویه) ۰/۸۰، برای مؤلفه ارزش‌های جمع‌گرایی ۰/۷۱، برای مؤلفه ارزش‌های فردگرایی ۰/۷۴ است، که بیانگر پایایی مطلوب پرسش‌نامه است. روش اجرای پژوهش به این صورت بود که پس از کسب مجوز از دانشگاه، پژوهشگر اول به کلاس‌های منتخب مراجعه کرده و درباره اهداف کلی پژوهش، نحوه تکمیل پرسش‌نامه‌ها و ضرورت ارائه پاسخ‌های صادقانه به سؤالات توضیحات مختصری ارائه کرد. علاوه بر این، ملاحظات اخلاقی از قبیل دادن حق انتخاب به شرکت‌کنندگان جهت شرکت یا شرکت نکردن در پژوهش، اطمینان دادن به ایشان درخصوص محرمانه نگه‌داشتن تمام اطلاعات، خودداری از درج نام آن‌ها در پرسش‌نامه‌ها و گزارش‌های مربوط به پژوهش، رعایت گردید. سپس پرسش‌نامه‌ها که به منظور کنترل احتمال تاثیر ترتیب بر پاسخ‌های شرکت‌کنندگان به صورت تصادفی مرتب شده بودند در بین دانشجویان کلاس‌های منتخب توزیع گردید و پژوهشگر با قدم زدن در بین دانشجویان به سؤالات احتمالی آنان پاسخ داده شد.

روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

اطلاعات توصیفی متغیرها مانند میانگین، انحراف معیار و ماتریس همبستگی مرتبه صفر با استفاده از شاخص‌های آمار توصیفی و برنامه SPSS (نسخه ۲۴) محاسبه گردید. سپس جهت آزمون مدل پیشنهادی و بررسی روابط مفروض آن از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری در نرم‌افزار AMOS (نسخه ۲۴) استفاده شد. همچنین به منظور نشان دادن اثر واسطه‌گری متغیرهای میانجی از روش بوت‌استرپ استفاده شد.

یافته‌ها

در این بخش ابتدا به بررسی میانگین و انحراف معیار و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش و در انتها به ارزیابی مدل ساختاری پژوهش پرداخته شده است. قبل از ورود به آزمون مدل مفهومی پژوهش، مواردی همچون داده‌های از دست رفته، موارد دورافتاده (پرت) و نرمال بودن توزیع متغیرها مورد بررسی قرار گرفت. الف: داده‌های از دست رفته: اگرچه در پژوهش حاضر تلاش شد تا

داده‌های کاملی از گروه نمونه جمع‌آوری گردد، با این حال در فایل داده‌ها برخی داده‌های از دست رفته وجود داشت. در پژوهش حاضر داده‌های مفقود با میانگین مقادیر متغیرها جایگزین شد.

موارد پرت: برای بررسی موارد پرت در پژوهش حاضر از دستور Explore در برنامه SPSS استفاده شد؛ نتایج بررسی موارد پرت در متغیرهای پژوهش حاضر نشان داد که در هیچ یک از متغیرهای پژوهش موارد پرت وجود ندارد. بنابراین، از این جهت مشکلی برای تحلیل مدل‌یابی معادلات ساختاری وجود ندارد.

بررسی نرمال بودن توزیع متغیرهای مشاهده شده: برای بررسی نرمال بودن توزیع متغیرهای مشاهده‌شده در پژوهش حاضر از دو شاخص رایج برای بررسی نرمال بودن، شامل کجی^۱ و کشیدگی^۲ استفاده شد. نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که قدر مطلق ضریب کجی و کشیدگی برای متغیرهای پژوهش به ترتیب کمتر از ۳ و کمتر از ۱۰ بود؛ بنابراین، توزیع تمامی متغیرهای پژوهش نرمال است (بیرن^۳، ۲۰۰۱). به‌طور کلی، نتایج ارائه شده در این بخش نشان می‌دهد که تمامی مفروضه‌های اساسی تحلیل مدل‌یابی معادلات ساختاری برقرار است و بنابراین برای این تحلیل مانعی وجود ندارد.

جدول ۲- میانگین، انحراف استاندارد و شاخص‌های نرمال بودن متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	میانگین	کجی		کشیدگی	
		انحراف استاندارد	آماره	انحراف استاندارد	آماره
جمع‌گرایی فرهنگی	۳۶/۱۸	۴/۹۱	-۰/۵۲	۰/۱۱	۱/۰۶
فردگرایی فرهنگی	۲۴/۶۵	۴/۸۸	-۰/۶۴	۰/۱۱	۰/۶۴
خودکارآمدی	۸۴/۹۲	۱۲/۸۹	-۰/۷۰	۰/۱۱	۳/۰۲
نشاط ذهنی	۲۲/۳۳	۵/۸	-۰/۲۴	۰/۱۱	-۰/۶۸

در جدول ۳ نتایج حاصل از بررسی روابط بین متغیرها به صورت ماتریس همبستگی پیرسون مرتبه صفر متغیرها ارائه شده است. نتایج حاکی از آن است که در بسیاری از موارد بین متغیرهای پژوهش رابطه معنی‌دار وجود دارد که این امر به معنای مجوزی جهت انجام تحلیل‌های بعدی بود.

جدول ۳- ماتریس همبستگی متغیرهای مورد پژوهش

متغیرها	۱	۲	۳	۴
۱- جمع‌گرایی فرهنگی	۱			
۲- فردگرایی فرهنگی	۰/۵۱ ^{۰۰}	۱		
۳- خودکارآمدی	۰/۰۶	۰/۱۶ ^{۰۰}	۱	
۴- نشاط ذهنی	۰/۲۷ ^{۰۰}	۰/۳۴ ^{۰۰}	۰/۲۳ ^{۰۰}	۱

^{۰۰}p < ۰/۰۱

^۱. skewness

^۲. kurtosis

^۳. Byrne

در مرحله بعد، برای ارزیابی مدل پیشنهادی پژوهش از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری با به‌کارگیری نرم‌افزار AMOS استفاده شد. اثرات مستقیم، غیرمستقیم، کل و درصد واریانس تبیین شده در جدول ۴ نشان داده شده است.

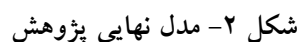
جدول ۴- اثرات ارزش‌های فرهنگی بر نشاط ذهنی با واسطه‌گری خودکارآمدی

مسیر	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کل
به نشاط ذهنی:			
از جمع‌گرایی	۰/۱۴*	---	۰/۱۴*
از فردگرایی	۰/۲۵**	۰/۰۳**	۰/۲۸**
از خودکارآمدی	۰/۱۸**	---	۰/۱۸**
به خودکارآمدی:			
از جمع‌گرایی	-۰/۰۳	---	-۰/۰۳
از فردگرایی	۰/۱۸**	---	۰/۱۸**
* p < ۰/۰۵ ** p < ۰/۰۱			

همانطور که جدول ۴ نشان می‌دهد ارزش‌های جمع‌گرایی ($\beta=0/14, p < 0/05$) و فردگرایی ($\beta=0/25, p < 0/01$) پیش‌بینی‌کننده مثبت و معنی‌دار نشاط ذهنی هستند. همچنین، از بین ارزش‌های جمع‌گرایی و ارزش‌های فردگرایی، تنها ارزش‌های فردگرایی است که اثر مستقیم مثبت و معنی‌داری بر خودکارآمدی ($\beta=0/18, p < 0/01$) دارد. خودکارآمدی پیش‌بینی‌کننده مثبت و معنی‌دار نشاط ذهنی ($\beta=0/18, p < 0/01$) است. به این معنا که با افزایش خودکارآمدی، نشاط ذهنی بیشتر می‌شود.

نتایج آزمون بوت استراپ نشان داد اثر غیرمستقیم (واسطه‌گری جزئی) ارزش‌های فردگرایی فرهنگی ($0/03$) (دامنه‌ای از $0/001$ تا $0/05$) از طریق خودکارآمدی بر نشاط ذهنی در سطح $0/01$ $p < p$ معنی‌دار است. در مجموع نتایج نشان داد که مدل مذکور ۱۸ درصد از واریانس نشاط ذهنی را تبیین می‌کند. نتایج مربوط به شاخص‌های برازش ($X^2/df = 2/22, AGFI=0/92, GFI=0/94$) نیز نشان‌دهنده برازش مکفی مدل نهایی بود.

مدل نهایی پژوهش در شکل ۲ آمده است. در این نمودار، ضرائب مسیرها (ضریب استاندارد رگرسیون) نشان داده شده است. مسیر غیر معنی‌دار مدل نیز به صورت خط چین نشان داده شده است.



هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه ارزش‌های فرهنگی و نشاط ذهنی با توجه به نقش واسطه‌ای خودکارآمدی بود. نتایج تحلیل، برازندگی الگوی علی پیشنهادی با داده‌های جمع‌آوری شده را تأیید نمود. در مجموع ۱۸ درصد از واریانس نشاط ذهنی توسط متغیرهای مدل تبیین شدند. در بررسی تأثیر ارزش‌های فرهنگی بر نشاط ذهنی نتایج نشان داد که ارزش‌های جمع‌گرایی و فردگرایی، اثر مستقیم معنی‌داری بر نشاط ذهنی دارند و فرضیه اول پژوهش مورد تأیید قرار گرفت. این یافته با نتایج پژوهش‌های اسکات و همکاران (۲۰۱۶)، کوریتا و همکاران (۲۰۱۸)، و تاف و همکاران (۲۰۱۷) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت ازجمله ویژگی‌های فرهنگ فردگرایی آن است که بر استقلال و آزادی فردی تأکید می‌کند. افراد در جوامع فردگرا به سوی خودپیروی و گزینش اهداف شخصی هدایت می‌شوند. در چنین جوامعی بیشتر از آن‌که اهداف و ارزش‌های دیگران و گروه‌ها مطرح باشد بر خودکفایی و رشد شخصی تأکید می‌شود. بنابراین استقلال و خودپیروی به‌شدت در فرهنگ‌های فردگرا مورد تأیید و تشویق قرار می‌گیرد و افراد شیوه زندگی خود را در جهت رسیدن به زندگی مستقلانه تنظیم می‌کنند (تریاندیس، ۱۹۹۹). از

V. Triandis

این رو، محیط با فراهم نمودن شرایط لازم جهت ارضا نیاز خودپیروی موجب می‌شود تا افراد به خود به عنوان افرادی با اراده که قادر به تعیین سرنوشت زندگی خود هستند بنگرند. از این رو می‌توان نتیجه گرفت فرهنگ‌ها و جوامع با پرورش و تأیید نیاز خودپیروی افراد می‌توانند سهمی تأثیرگذار در افزایش نشاط ذهنی افراد داشته باشند. در رابطه با ارتباط جمع‌گرایی با نشاط ذهنی می‌توان گفت به اعتقاد برخی پژوهشگران (اکرسل^۱، ۲۰۰۱؛ اکرسل^۲ و دیر^۳، ۲۰۰۲؛ راتر و اسمیت^۴، ۱۹۹۵) تأکید بر اهداف جمعی و غیر شخصی در جوامع و فرهنگ‌های جمع‌گرا می‌تواند باعث شود افراد از فردگرایی فاصله گرفته و در نتیجه تعاملات مثبت اجتماعی به میزان بالاتری از نشاط و شادابی دست پیدا کنند (ماس و بوتلر^۵، ۲۰۱۰). به عبارت دیگر می‌توان گفت ترجیح منافع جمعی بر منافع شخصی در جوامع جمع‌گرا و تلاش در جهت ارتقا اهداف اجتماعی و معنا یافتن مفاهیمی چون فداکاری و ایثار نقش غیرقابل‌انکاری در بهبود روابط جمعی و گسترش روحیه گذشت و کاهش خودمحوری و خودرایی در میان افراد دارد. از این رو به نظر می‌رسد برگزیدن اهداف جمعی که مطابق با هنجارهای جامعه باشد با توسعه روابط فردی و بهبود تعاملات اجتماعی و ایجاد شایستگی، نقش بی‌بدیلی در ارتقا نشاط و شادابی جامعه داراست.

در بررسی تأثیر ارزش‌های فرهنگی بر خودکارآمدی نتایج نشان داد از بین ارزش‌های جمع‌گرایی و ارزش‌های فردگرایی، ارزش‌های فردگرایی اثر مستقیم معنی‌داری بر خودکارآمدی دارد و فرضیه دوم پژوهش مورد تأیید قرار گرفت. این یافته با نتایج پژوهش‌های پیشین (بندورا، ۱۹۸۲؛ شولز و همکاران، ۲۰۰۲؛ لیکس و همکاران، ۲۰۱۶) همسو است. در تبیین این رابطه می‌توان گفت خودکارآمدی با فرهنگ می‌تواند مرتبط باشد. به این صورت که میزان خودکارآمدی در فرهنگ‌های فردگرا (مانند کشورهای اروپایی) بیش از فرهنگ‌های جمع‌گرا (مانند ژاپن) است (شولز و همکاران، ۲۰۰۲) فرهنگ با تأثیر بر ارزش‌ها، شناخت، ارزیابی‌ها و رفتار افراد را متأثر می‌سازد (شوارتز^۵، ۱۹۹۹). بنا بر دیدگاه تریانندیس (۱۹۹۹) فرهنگ با تأثیر بر شناخت‌هایی چون خودشناسی و خودجمعی بر افراد مؤثر است. به عنوان مثال در فرهنگ‌های فردگرا بر خودشناسی تأکید فراوانی می‌شود و اعضای فرهنگ به سمت خودپیروی و خودبستگی سوق داده شده و به سوی مسئولیت‌پذیری در برابر اعمال خود و تعیین جهت زندگی خود هدایت می‌شوند. تحقق فردی و رسیدن به موفقیت نیز که از جمله آرمان‌های فرهنگ‌های فردگرا است در افراد خودکارآمد

^۱. Eckersley

^۲. Eckersley & Dear

^۳. Rutter & Smith

^۴. Mauss & Butler

^۵. Schwartz

دیده می‌شود. چراکه افراد خودکارآمد به توانایی خود جهت موفقیت باور دارند. این موفقیت می‌تواند در حوزه‌های مختلفی چون اجتماع، تحصیل و تنظیم هیجان‌ها باشد. بنابراین انواع خودکارآمدی شامل خودکارآمدی هیجانی، اجتماعی و تحصیلی می‌تواند در بهبود هیجان‌های منفی، برقراری روابط مطلوب با دیگران و عملکرد تحصیلی شایسته در محیط آموزشی مؤثر باشد (بندورا، ۱۹۸۲؛ کوای، موریس، کریس، هالتبرگ و سیلک^۱، ۲۰۱۴). زیرا افراد خودکارآمد با سازمان دادن و ساختاربندی فعالیت‌هایشان خود را در جهت رسیدن به موفقیت با تأثیر بر فرایندهای شناختی، انگیزشی و هیجانی هدایت می‌کنند (لیکس و همکاران، ۲۰۱۶). از دیگر یافته‌های پژوهش حاضر این بود که جمع‌گرایی رابطه معنی‌داری با خودکارآمدی نداشت. از آنجایی که در فرهنگ‌های جمع‌گرا ارزش‌های جمعی و گروهی مورد تأکید و توجه است و افراد در جهت ترجیح منافع جمعی بر منافع فردی خود مورد تشویق و تأیید قرار می‌گیرند، بنابراین در چنین فرهنگ‌هایی موفقیت نه به صورت فردی بلکه به صورت توسعه و رشد اجتماعی و رفاه بشریت تعریف می‌شود. بنابراین از آنجایی که خودکارآمدی یک متغیر فردی و مربوط به موفقیت شخصی است به نظر می‌رسد عدم رابطه جمع‌گرایی با خودکارآمدی یک امر قابل پیش‌بینی است.

نتایج همچنین نشان دادند خودکارآمدی اثر مستقیم معنی‌داری بر نشاط ذهنی دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های (کاپارا و گرینو، ۲۰۰۱؛ کاپارا و همکاران، ۲۰۱۳؛ مسارادو و همکاران، ۲۰۱۸؛ میلاد و همکاران، ۲۰۱۸) همسو است. شاید یکی از مهمترین عوامل برای تجربه نشاط ذهنی بستری است که به وسیله احساس خودکارآمدی و اثربخشی در زندگی حاصل می‌شود. به گونه‌ای که خودکارآمدی از طریق احساس کنترلی که به فرد منتقل می‌کند، می‌تواند نشاط ذهنی را متأثر سازد (سیمو و گرجیو^۲، ۲۰۱۷). وقتی فرد احساس کارگزاری و کنترل می‌کند، این امر می‌تواند به این نتیجه منجر شود که زندگی‌اش متأثر از اقدامات او و تأثیر مستقیم رفتار او است. نهایتاً این امر می‌تواند به نشاط ذهنی منجر شود.

در بررسی نقش واسطه‌ای خودکارآمدی در رابطه بین ارزش‌های فرهنگی با نشاط ذهنی، نتایج نشان داد اثر غیرمستقیم ارزش‌های فردگرایی فرهنگی از طریق خودکارآمدی بر نشاط ذهنی معنی‌دار است. بر این اساس فرضیه سوم پژوهش مورد تأیید قرار گرفت. در تبیین این یافته می‌توان گفت نشاط ذهنی در یک فرایند محیطی، مهارتی و هیجانی-رفتاری شکل می‌گیرد و ارزش‌های فرهنگی و خودکارآمدی می‌تواند به گونه‌ای فرد را منعطف و متأثر کند. ارزش‌های خشک آسیب‌زا، در شکل‌گیری باورهای خودکارآمدی خلل ایجاد می‌نمایند و به تبع آن مانعی جهت تجربه نشاط ذهنی

^۱. Cui, Morris, Criss, Houlberg, & Silk

^۲. Symeou & Georgiou

می‌شود. با نگاهی به چگونگی ارتباط بین متغیرهای پژوهش می‌توان نتیجه‌گیری کرد که ارزش‌های فرهنگی فردگرا از طریق تمرکز بر فرد می‌توانند به طور همزمان خودکارآمدی و نشاط ذهنی را متأثر سازند. در فرهنگ‌های فردگرا با تاکید بر خودبستگی و خودکفایی، افراد در جهت موفقیت فردی و احساس کارآمدی سوق داده شده و مورد تشویق قرار می‌گیرند. بنابراین تقویت حس خودکارآمدی در فرهنگ‌های فردگرا می‌تواند با احساس نشاط و سرزندگی مرتبط باشد. فرهنگ‌های جمع‌گرا با تمرکز بر اهمیت نیازهای جمعی، گرچه می‌توانند نشاط ذهنی را رشد دهند، اما تأثیرشان بر خودکارآمدی اندک است. به عبارت دیگر در این چنین فرهنگ‌هایی فرد باید نیازها و اهداف شخصی خود را جهت انطباق با جامعه فدای نیازها و اهداف گروه و اجتماع کند. بنابراین عمل کردن مطابق هنجارهای فرهنگی از جمله فرهنگ‌های جمع‌گرا مانند همنوایی و ترجیح منافع جمعی بر منافع شخصی اگرچه بر خودکارآمدی تأثیر مثبتی ندارد اما در عین حال موجب نشاط و بهزیستی افراد می‌شود.

نتایج این پژوهش بیانگر اهمیت ارزش‌های فرهنگی در تأثیر گذاری بر خودکارآمدی و نشاط ذهنی دانشجویان بود که می‌تواند از نظر کاربردی و نظری مورد توجه قرار گیرد. نتایج این پژوهش می‌تواند به پر کردن خلاءهای پژوهشی در زمینه ارزش‌های فرهنگی و نشاط ذهنی در جامعه ما کمک کند. این پژوهش حامل اطلاعات مفیدی برای دانشجویان، خانواده‌ها، مرکز آموزش عالی و همه دست اندرکاران آموزشی است که در امر سیاست‌گذاری آموزشی دخیل هستند. نتایج این پژوهش نشان می‌دهد که هر چه بر ارزش‌های فردگرایی بیشتری تاکید کنیم دانشجویان احساس خودکارآمدی بیشتری خواهند کرد که این امر می‌تواند منجر به افزایش نشاط ذهنی شود. این پژوهش به علت انجام آن در دانشجویان، تعمیم نتایج به گروه‌های دیگر را با محدودیت مواجه می‌سازد. از این رو، این مطالعه می‌تواند در گروه‌های دیگر جامعه مثل دانش‌آموزان اجرا شود.

منابع

الف. فارسی

- کوروش نیا، م. و لطیفیان، م. (۱۳۹۰). بررسی رابطه بین ارزش‌های فرهنگی جامعه و گرایش‌های تفکر انتقادی دانشجویان با واسطه‌گری ابعاد الگوهای ارتباطات خانواده و استادان. *مجله مطالعات آموزش و یادگیری*، ۳(۲)، ۱۰۳-۱۳۴.
- نیکنام، ن. و جوکار، ب. (۱۳۹۴). پیش‌بینی ابعاد خودکارآمدی بر اساس الگوی ارتباطات خانوادگی و ساختار کلاس، *مجله مطالعات آموزش و یادگیری*، ۷(۱)، ۲۵-۴۸.
- طهماسیان، ک. و اناری، آ. (۱۳۸۸). رابطه بین ابعاد خودکارآمدی و افسردگی در نوجوانان، *روانشناسی کاربردی*، ۳(۱)، ۸۴-۹۴.
- شیخ‌الاسلامی، ر. و دفترچی، ع. (۱۳۹۴). پیش‌بینی نشاط ذهنی دانش‌آموزان بر اساس جهت‌گیری‌های هدف و نیازهای اساسی روان‌شناختی. *مجله روان‌شناسی*، ۲(۱۹)، ۱۴۷-۱۷۴.
- فولادچنگ، م. و آبروشن، ح. (۱۳۹۴). پیش‌بینی راهبردهای یادگیری خودتنظیمی و نشاط ذهنی بر اساس جهت‌گیری هدف پیشرفت در دانش‌آموزان دبیرستانی، *مجله آموزش پژوهی*، ۱(۲)، ۱۱۹-۱۴۳.

ب. انگلیسی

- Avlund, K. (2010). Fatigue in older adults: An early indicator of the aging process? *Aging Clinical and Experimental Research*, 22(2), 100-115.
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37(2), 122-147.
- Bandura, A. (1994). Self-efficacy. In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (Vol. 4, pp. 71-81). New York: Academic Press.
- Bandura, A. (2006). Adolescent development from an agentic perspective. In F. Pajares & T. Urdan (Eds.), *self-efficacy beliefs of adolescents* (pp. 1-43). Greenwich, Connecticut: Information Age Publishing.
- Baruch, Y., Grimland, S., & Vigoda-Gadot, E. (2014). Professional vitality and career success: Mediation, age and outcomes, *European Management Journal*, 32, 518-527.
- Bender, A., & Ingram, R. (2018). Connecting attachment style to resilience: Contributions of self-care and self-efficacy. *Personality and Individual Differences*, 130, 18-20.

- Binyamin, G., & Brender-Ilan, Y., (2018). Leaders's language and employee proactivity: Enhancing psychological meaningfulness and vitality. *European Management Journal*, 36(4), 463-473
- Byrne, B. M. (2001). Structural equation modeling with AMOS, EQS, and LISREL: Comparative approaches to testing for the factoral validity of a measuring instrument. *International Journal of Testing*, 1(1), 55-86.
- Caprara, G. V., Alessandri, G., Di Giunta, L., Panerai, L., & Eisenberg, N. (2010). The contribution of agreeableness and self-efficacy beliefs to prosociality. *European Journal of Personality*, 24, 36-55.
- Caprara, G. V., & Gerbino, M. (2001). Perceived affective self-efficacy: The capacity to regulate negative affect and to express positive affect. In G. V. Caprara (Ed.), *self-efficacy assessment* (pp. 35–50). Trento: Edizioni Erickson.
- Caprara, G., Vecchione, M., Barbaranelli, C., & Alessandri, G. (2013). Emotional stability and affective self-regulatory efficacy beliefs: Proofs of integration between trait theory and social cognitive theory. *European Journal of Personality*, 27(2), 145-154.
- Carter, A., Breen, L., Yaruss, J. S., & Beilby, J. (2017). Self-efficacy and quality of life in adults who stutter. *Journal of Fluency Disorders*, 54, 14-23.
- Cui, L., Morris, A. S., Criss, M. M., Houlberg, B. J., & Silk, J. S. (2014). Parental psychological control and adolescent adjustment: The role of adolescent emotion regulation. *Parenting, Science and Practice*, 14(1), 47-67.
- De Caroli, M. E., & Sagone, E. (2014). Generalized self-efficacy and well-being in adolescents with high vs. low scholastic self-efficacy. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 141, 867-874.
- DeJoy, D. M., Della, L. J., Vandenberg, R. J., & Wilson, M. G. (2010). Making work safer: Testing a model of social exchange and safety management. *Journal of Safety Research*, 41, 163–171.
- Dries, N., Vantilborgh, T., & Pepermans, R. (2012). The role of learning agility and career variety in the identification and development of high potential employees. *Personnel Review*, 41, 340–358.
- Eckersley, R. (2001). Culture, health and well-being. *The Social Origins of Health and Well-being*, 51-70.
- Eckersley, R., & Dear, K. (2002). Cultural correlates of youth suicide. *Social Science & Medicine*, 55(11), 1891-1904.
- Islam, A., & Mäntymäki, M. (2014). Relationship attachment and subjective vitality as outcomes of social networking site use. *Twentieth Americas Conference on Information Systems, Savannah*.
- Kark, R., & Carmeli, A. (2009). Alive and creating: The mediating role of vitality and aliveness in the relationship between psychological safety and creative work involvement. *Journal of Organizational Behavior*, 30, 785–804.
- Khalkhali, V., & Golestaneh, S. M. (2011). Examining the impact of teacher motivational style and competition result on students' subjective vitality and happiness in physical education. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 15, 2989-2995.
- Kline, R. B. (2016). *Principles and practice of structural equation modeling* (4th Ed.), New York: The Guilford Press.
- Koppe, S., Harder, S., & Væver, M. (2008). *Vitality affects*. Paper presented at the International Forum of Psychoanalysis.
- Kurita, N., Akizawa, T., & Fukuhara, S. (2018). Vitality measured as self-reported energy level and clinical. Outcomes in Hemodialysis patients: The Japanese Dialysis

- Outcomes and Practice Pattern Study (J-DOPPS). *American Journal of Kidney Diseases* (in press), corrected proof, Available online 7 December 2018.
- Lekes, N., Houliort, N., Milyavskaya, M., Hope, N., & Koestner, R. (2016). The role of intrinsic values for self-growth and community contribution at different life stages: Differentially predicting the vitality of university students and teachers over one year. *Personality and Individual Differences*, 98, 48-52.
- Mauss, I. B., & Butler, E. A. (2010). Cultural context moderates the relationship between emotion control values and cardiovascular challenge versus threat responses. *Biological Psychology*, 84(3), 521-530.
- Meites, T. M., Ingram, R. E., & Siegle, G. J. (2012). Unique and shared aspects of affective symptomatology: The role of parental bonding in depression and anxiety symptom profiles. *Cognitive Therapy and Research*, 36(3), 173-181.
- Mesurado, B., Vidal, E. M., & Mestre, A. L. (2018). Negative emotions and behaviour: The role of regulatory emotional self-efficacy. *Journal of Adolescence*, 64, 62-71.
- Millam, L. A., Cohen, G., Mueller, C., & Salles, A. (2018). The relationship between self-efficacy and well-being among surgical residents. *Journal of Surgical Education*, 76(2), 321-328.
- Milyavskaya, M., & Koestner, R. (2011). Psychological needs, motivation, and well-being: A test of self-determination theory across multiple domains. *Personality and Individual Differences*, 50(3), 387-391.
- Muris, P. (2001). A brief questionnaire for measuring self-efficacy in youths. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23(3), 145-149.
- Nani, S., Matsouka, Q., & Antoniou, P. (2018). Can ten weeks intervention with exergames contribute to better subjective vitality and physical health? *Sport Sciences for Health*, 15, 43-47.
- Otowa, T., Gardner, C., Kendler, K., & Hettema, J. (2013). Parenting and risk for mood, anxiety and substance use disorders: A study in population based male twins. *Social Psychiatry & Psychiatric Epidemiology*, 48(11), 1841-1849.
- Palmer, M. M., Dankoski, M. E., Smith, J. S., Brutkiewicz, R. R., & Bogdewic, S. P. (2011). Exploring changes in culture and vitality. *The Journal of Faculty Development*, 25, 21-27.
- Peterson, C., Park, N., Hall, N., & Seligman, M. E. P. (2009). Zest and work. *Journal of Organizational Behavior*, 30, 161-172.
- Porath, C., Spreitzer, G., Gibson, C., & Garnett, F. G. (2011). Thriving at work: Towards it measurement, construct validation, and theoretical refinement. *Journal of Organizational Behavior*, 33, 250-275.
- Rutter, M., & Smith, D. J. (1995). *Psychosocial disorders in young people: Time trends and their causes*. Jhon Wiley: Chichester.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2008). From ego depletion to vitality: Theory and findings concerning the facilitation of energy available to the self. *Social and Personality Psychology Compass*, 2, 702-717.
- Ryan, R. M., & Frederick, C. (1997). On energy, personality and health: Subjective vitality dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65, 529-565.
- Scholz, U., Gutiérrez Doza, B., Sud, S., & Schwarzer, R. (2002). Is general self-efficacy a universal construct? Psychometric findings from 25 countries. *European Journal of Psychological Assessment*, 18, 242-251.
- Schwartz, S. H. (1999). A Theory of Cultural Values and Some Implications for Work, *Applied Psychology: An International Review*, 48(1), 23-47.
- Scott, K., Rowe, F., & Pollock, V. (2016). Creating the good life? A wellbeing perspective on cultural value in rural development. *Journal of Rural Studies*, 59, 173-182.

- SheykhiFini, A., Ramezani, V., & Kavosian, J. (2009). *Risk and protective factors of substance use tendency among students*. Tehran, Kharazmi University.
- Shirom, A. (2011). Vigor as a positive affect at work: Conceptualizing vigor, its relations with related constructs, and its antecedents and consequences. *Review of General Psychology*, 15, 50–64.
- Sivadas, E., Bruvold, N. T., & Nelson, M. R. (2008). A reduced version of the horizontal and vertical individualism and collectivism scale: A four-country assessment. *Journal of Business Research*, 61(3), 201-210.
- Symeou, M., & Georgiou, S. (2017). Externalizing and internalizing behaviors in adolescence, and the importance of parental behavioral and psychological control practices. *Journal of Adolescence*, 60, 104-113.
- Tough, H., Fekete, C., Brinkhof, M. M. V., & Siegrist, J. (2017). Vitality and mental health in disability: Associations with social relationships in persons with spinal cord injury and their partners. *Disability and Health Journal*, 10(2), 294-302
- Triandis, H. C. (1999). Cross-cultural psychology. *Asian Journal of Social Psychology*, 2(1), 127-143.
- Van den Berg, M., van Poppel, M., van Kamp, I., & Audrusaityte, S. (2016). Visiting green space in associated with mental health and vitality: A cross-sectional study in four European cities. *Health & Place*, 38, 8-15.

Extended Abstract

**Relationship between Cultural Values and Subjective Vitality:
The Mediating Role of Self-Efficacy**

Shilan Kameli¹ Farideh Yousefi²

Introduction

Subjective vitality refers to the state of having the mental and physical energy necessary to experience a sense of enthusiasm and liveliness. It originates from such positive emotions as freedom, autonomy, self-control, and intrinsic motivation (Ryan & Deci, 2008) and influences the mental and physical aspects of human health as well as their interactions and alertness, thereby determining the overall well-being (Koppe, Harder, & Væver, 2008). Therefore, because subjective vitality, as a positive psychological state, corresponds with a more fruitful social life and fewer psychological problems, (Binyamin & Brender-Ilan, 2018), it is quite significant to identify the factors that contribute to and reinforce this psychological state.

In this regard, several researchers have explored the role of individual and social factors as the two main predictors of subjective vitality (Nani, Matsouka, & Antoniou, 2018). Social values are indeed among the main factors that can have a positive and/or negative effect on the development of personal skills and abilities, one of their positive effects being their impact on subjective vitality. Hence, researchers such as Kurita, Akizawa, & Fukuhara (2018) describe subjective vitality as a mental perception of happiness that people experience and that results from individual and social values. According to Scott, Rowe, and Pollock (2018), cultural values are also related to a fine and happy life, so that adopting correct values can promote vitality. Indeed, it is believed that individualist and collectivist cultural values, influenced by perceived social values, can create a sense of confidence in the individual and thereby set the scene for the promotion of vitality in them.

Nevertheless, cultural values of the society are not the only determinants of subjective vitality experienced by the people; it seems that some positive experiences and emotions, in addition to the impact of environmental factors, are influenced by individual differences and factors (Kapraara, Alsandri, Diegoeta, Panier, & Isenberg, 2010). Self-efficacy, for instance, is one of the individual factors that can affect subjective vitality. According to Bandura (1982), self-efficacy refers to the individual's belief in their success in special circumstances by changing and amending the existing situations. In this regard, several recent studies (Bandar & Ingram, 2018; Carter, Brin, Yarous, & Bilbi, 2017; Mersardo et al., 2018) have investigated this construct and have identified different predecessors and outcomes for it, one of which being cultural values. However, little research has explored the relationship between self-efficacy and subjective vitality, and its interaction with cultural values.

Nevertheless, with cultural values being one of the determinants of subjective vitality, and the main factors affecting self-efficacy, it is possible that the with a consideration of self-efficacy, the impact of cultural values on subjective vitality not be direct and linear, as some studies suggest. In other words, although cultural values do affect subjective vitality, their impact might be mediated by individual self-efficacy, or the individual's perception of the influence they can have on their circumstances (Lekes, Houliort, Milyavskaya, Hope, & Koestner).

In sum, due to the causes and antecedents of subjective vitality and the role played by each of these causes, the present study aimed to investigate the mediating role of self-efficacy in the relationship between cultural values and subjective vitality.

Research Hypothesis

1. Cultural values are directly related to subjective vitality.
2. Cultural values are directly related to self-efficacy
3. Self-efficacy has a mediating role between cultural values and subjective vitality.

Methods

A correlational research design was used to test the research hypotheses. Participants were 448 students at Shiraz University (174 men and 274 women) who were selected via random multi-stage cluster sampling method. The data was collected, administering three questionnaires including subjective vitality, task value scale, self-efficacy, and horizontal, vertical individualism and collectivism questionnaires. The proposed model was tested using structural equation modeling in AMOS software.

Results

The findings indicated that the proposed model fit the data properly. Better fit and more meaningful results were obtained by eliminating one insignificant path. The results indicated that the influence of individualist and collectivist values on subjective vitality was significantly positive. On the other hand, the effect of individualism on self-efficacy was significantly positive. Similarly, the influence of self-efficacy on subjective vitality was significantly positive. The results further suggested that individualism, mediating self-efficacy, indirectly predicted subjective vitality.

Discussion and Conclusion

Direct hypothesis examination indicated that cultural values could significantly predict subjective vitality. In this respect, Ryan and Frederick (1997) argue that subjective vitality is affected by environmental factors. In environmental factors domain, cultural values are a path that affects individuals' beliefs, values, vitality and liveliness. Based on research findings, individualism could significantly predict self-efficacy. Societies with individualist norms emphasize self-reliance and self-sufficiency, and such norms influence their members' self-construal and guide their behavior. People from individualist societies tend to view the self as unique, bounded, and independent of other people; therefore, success and self-efficacy are endorsed and encouraged in individualist cultures. Moreover, self-efficacy could significantly predict subjective vitality. According to Bandura, self-efficacy plays an effective role in human accomplishment and subjective vitality as part of well-being. The examination of the indirect hypothesis in the study indicated that individualism with the mediation of self-efficacy could predict subjective vitality. The results of this research provide insights for students, families, higher education centers, and all those involved in educational policy. The results of this study show the importance of cultural values in influencing the students' self-efficacy and subjective vitality, which

can be considered as a practical and theoretical point of view. The results of this study show that, by emphasizing the individualistic values, students will have a stronger sense of self-efficacy, which can lead to their increased subjective vitality.

Keywords: cultural values, self-efficacy, subjective vitality.

¹. Ph.D Candidate of Educational Psychology, Shiraz University International Division, Iran.
shilankameli@gmail.com

². Department of Educational Psychology, Shiraz University, Iran.
E-mail: yousefi@shirazu.ac.ir, Corresponding Author.