

## چکیده

دین بانگاہ بر رویکرد دینداری و خوش بینی در معنابخشی به زندگی و جهت دهی به هیجانان نقش ایفا می کند. هدف پژوهش حاضر بررسی تعیین نقش دینداری و خوش بینی در پیش بینی کیفیت زندگی و تنظیم شناختی هیجانی در معلمان مرد شهرستان فومن بود.

روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی می باشد. نمونه شامل ۱۵۰ نفر از معلمان مرد مقطع متوسطه اول و دوم شهرستان فومن در سال ۱۳۹۶ بود که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و پرسشنامه های کیفیت زندگی، تنظیم شناختی هیجانی، پرسشنامه دینداری و خوش بینی را تکمیل نمودند. داده های پژوهش با کمک نرم افزار آمار SPSS20 و با استفاده از شاخص های توصیفی و روش ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام تحلیل گردید.

یافته های پژوهش نشان داد که دینداری و خوش بینی در پیش بینی کیفیت زندگی معلمان نقش دارد و ۳۶٪ از تغییرات کیفیت زندگی را تبیین می کند ( $P < 0.05$ ). همچنین نتایج حاکی از نقش دینداری و خوش بینی در پیش بینی راهبردهای تنظیم هیجان بود. براساس یافته های پژوهش می توان نتیجه گرفت که دینداری و خوش بینی راهبرد مناسبی در کیفیت زندگی و تنظیم شناختی و هیجانی است.

کلید واژه ها: دینداری، خوش بینی، کیفیت زندگی، تنظیم شناختی هیجانی