

این پژوهش با هدف رابطه بین معنای زندگی، بهزیستی ذهنی با سخت رویی و خوش بینی در بین دانشجویان انجام شده است. این پژوهش از نوع همبستگی است، جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمامی دانشجویان دانشگاه آزاد واحد رشت در نیمسال دوم سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ به تعداد ۱۸۰۰۰ نفر بودند که از این تعداد ۳۱۰ نفر با توجه به جدول مورگان با استفاده از روش نمونه گیری در دسترس به عنوان نمونه انتخاب شدند و پرسشنامه بهزیستی ذهنی کیز و ماگیارمو (۲۰۰۳)، پرسشنامه معنای زندگی (MLQ) استگر و همکاران (۲۰۰۶)، پرسشنامه خوش بینی-بدبینی شیرو و کارو (۱۹۸۵) و پرسشنامه سخت رویی کوباسا و همکارانش (۱۹۷۹) بر روی آنها اجرا شد. نتایج با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام در spss 20 تحلیل گردید. نتایج تحلیل همبستگی نشان داد که بین نمره کل سرسختی و خرده مقیاس‌های آن با معنای زندگی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد ($P < 0/01$). بین نمره کل معنای زندگی با مولفه های خوش بینانه و نمره کل جهت گیری زندگی رابطه معنادار و مثبت وجود دارد. ($P < 0/05$). اما بین مولفه بدبینانه و معنای زندگی رابطه معنادار و منفی وجود دارد. بین نمره کل بهزیستی ذهنی و خرده مقیاس‌های بهزیستی هیجانی، روانشناختی و اجتماعی با نمره کل سرسختی روانشناختی و خرده مقیاس‌های آن رابطه مثبت و معنادار وجود دارد ($P < 0/05$). بین نمره کل بهزیستی ذهنی و خرده مقیاس‌های بهزیستی هیجانی، اجتماعی و روانشناختی با نمره کل جهت گیری زندگی و خرده مقیاس خوش بینانه آن رابطه مثبت و معنادار وجود دارد ($P < 0/05$). در مقابل بین نمره بدبینانه و خرده مقیاس‌های بهزیستی هیجانی، اجتماعی و روانشناختی با بهزیستی ذهنی کل رابطه منفی و معنادار وجود دارد ($P < 0/01$). نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که متغیرهای بهزیستی اجتماعی و معنای زندگی توانستند ۹۵ درصد از تغییرات سخت رویی و متغیرهای بهزیستی هیجانی و اجتماعی توانستند ۹۳ درصد از تغییرات خوش بینی را پیش بینی کنند. با توجه به نتایج بدست آمده می توان گفت که برای افزایش بهزیستی ذهنی و سخت رویی در دانشجویان، معنا دادن به زندگی و مشخص کردن جهت گیری زندگی و بکارگیری سبک های مسأله گشایی کارآمد از طریق مداخلات روانشناختی می تواند موثر باشد.

واژگان کلیدی: معنای زندگی، بهزیستی ذهنی، سخت رویی، خوش بینی