



## Model for Predicting Hope According to the Attachment Styles and Time Perspective with the Mediation Role of Psychological Resilience in the University Students

Zohre Zohoori Zangeneh<sup>1</sup> , Susan Emamipour<sup>2\*</sup> , Anita Baghdasarians<sup>3</sup> 

1. Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran. Email: [zohooriz@hotmail.com](mailto:zohooriz@hotmail.com)
2. Corresponding Author, Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran. Email: [susan.emamipour@iau.ac.ir](mailto:susan.emamipour@iau.ac.ir)
3. Department of Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Central Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran. Email: [a.baghdasarians@iauctb.ac.ir](mailto:a.baghdasarians@iauctb.ac.ir)

### ARTICLE INFO

**Article type:**  
Research Article

**Article History:**  
Received: 10 Sep 2022  
Revised: 09 Oct 2022  
Accepted: 19 Oct 2022  
Published: 30 Dec 2024

**Keywords:**  
*Hope, Psychological Resilience, Attachment Styles, Time Perspective.*

### ABSTRACT

The objective of the current study was to develop a model for predicting hope in university students that takes into account the time perspective and attachment patterns, with psychological resilience serving as a mediator. The research method was descriptive-correlational and pathway analysis. The study's statistical population comprised all undergraduate students at non-state universities in Tehran during the academic year 2019-2020. 480 students (312 females and 168 males) were selected through the clustered random sampling method to comprise the statistical sample. Adult Attachment Styles (AAS), Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI), Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), and Adult Domain-Specific Hope Scale (DSHS) comprised the questionnaires that were implemented. The data analysis was conducted through pathway analysis via SPSS and AMOS version 23. The findings indicated that students' hope is significantly correlated with their psychological resilience, time perspective, and secure, avoidant, and ambivalent attachment styles ( $p < 0.01$ ). Moreover, secure, avoidant and ambivalent attachment styles, time perspective and psychological resilience have significant direct effect on the students' hope ( $p < 0.01$ ). Furthermore, the results of the Bootstrap analysis indicated that psychological resilience plays a substantial mediating role in the relationship between attachment styles and time perspective ( $p < 0.01$ ). The model finally achieved a satisfactory fit. Taking the significant mediation role of psychological resilience, it is necessary for the therapists and consultants to increase the students' hope through training psychological resilience.

**Cite this article:** Zohoori Zangeneh, Z., Emamipour, S., & Aghdasarians, A. (2024). Model for Predicting Hope According to the Attachment Styles and Time Perspective with the Mediation Role of Psychological Resilience in the University Students. *Journal of Applied Psychological Research*, 15(4), 239-260. doi: 10.22059/japr.2024.348488.644368.



**Publisher:** University of Tehran Press  
DOI: <https://doi.org/10.22059/japr.2024.348488.644368>

© The Author(s).



## مدل پیش‌بینی امید بر اساس سبک‌های دلبستگی و چشم‌انداز زمان با میانجی‌گری تاب‌آوری روانی در دانشجویان<sup>۱</sup>

زهره ظهوری زنگنه<sup>۱</sup>، سوزان امامی پور<sup>۲\*</sup>، آنیثا باغداساریانس<sup>۳</sup>

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی عمومی، گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. رایانامه: [zohooriz@hotmail.com](mailto:zohooriz@hotmail.com)
۲. نویسنده مسئول، دانشیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. رایانامه: [susan.emamipour@iau.ac.ir](mailto:susan.emamipour@iau.ac.ir)
۳. دانشیار، گروه روان‌شناسی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی، واحد تهران مرکزی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. رایانامه: [a.baghdassarians@iauctb.ac.ir](mailto:a.baghdassarians@iauctb.ac.ir)

### چکیده

### اطلاعات مقاله

پژوهش حاضر با هدف ارائه مدل پیش‌بینی امید بر اساس سبک‌های دلبستگی و چشم‌انداز زمان با میانجی‌گری تاب‌آوری روانی در دانشجویان صورت پذیرفت. روش پژوهش توصیفی-همبستگی و تحلیل مسیر بود. جامعه آماری پژوهش مشتمل بر کلیه دانشجویان کارشناسی دانشگاه‌های غیردولتی شهر تهران بود که در سال تحصیلی ۱۳۹۹-۱۳۹۸ به تحصیل اشتغال داشتند. نمونه آماری شامل ۴۸۰ دانشجو (۳۱۲ دانشجوی دختر و ۱۶۸ دانشجوی پسر) بود که به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند. ابزارهای مورد استفاده شامل پرسشنامه سبک‌های دلبستگی (AAS)، پرسشنامه چشم‌انداز زمان زیمباردو (ZTPI)، مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون (CD-RISC) و مقیاس امید مختص حیطة بزرگسالان (DSHS) بود. تحلیل داده‌ها با استفاده از تحلیل مسیر با نرم‌افزارهای SPSS و AMOS ویرایش ۲۳ صورت گرفت. نتایج نشان داد سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا، چشم‌انداز زمان و تاب‌آوری روانی با امید در دانشجویان همبستگی معنادار دارند ( $p < 0/01$ ). همچنین سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا، چشم‌انداز زمان و تاب‌آوری روانی بر امید دانشجویان دارای اثر مستقیم معنادار هستند ( $p < 0/01$ ). علاوه بر این، نتایج بوت‌استرپ مشخص کرد تاب‌آوری روانی در رابطه سبک‌های دلبستگی و چشم‌انداز زمان با امید دانشجویان دارای نقش میانجی‌گری معنادار است ( $p < 0/01$ ). در نهایت مدل از برازش مناسب برخوردار بود. با توجه به نقش میانجی معنادار تاب‌آوری روانی لازم است درمانگران و مشاوران با به‌کارگیری آموزش تاب‌آوری روانی، امید را در میان دانشجویان افزایش دهند.

### نوع مقاله:

پژوهشی

### تاریخ‌های مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۶/۱۹

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۱/۰۷/۱۷

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۷/۲۷

تاریخ انتشار: ۱۴۰۳/۱۰/۱۰

### کلیدواژه‌ها:

امید، تاب‌آوری روانی، چشم‌انداز زمان، سبک‌های دلبستگی.

**استناد:** ظهوری زنگنه، ز.، امامی پور، س. و باغداساریانس، آ. (۱۴۰۳). مدل پیش‌بینی امید بر اساس سبک‌های دلبستگی و چشم‌انداز زمان با میانجی‌گری تاب‌آوری روانی در دانشجویان. فصل‌نامه پژوهش‌های کاربردی روانشناختی، ۱۵(۴)، ۲۳۹-۲۶۰. doi: 10.22059/japr.2024.348488.644368

ناشر: انتشارات دانشگاه تهران

DOI: <https://doi.org/10.22059/japr.2024.348488.644368>

© نویسندگان.



## ۱. مقدمه

از عوامل اساسی توسعه پایدار و همه‌جانبه، توجه ویژه به جمعیت جوان بالاخص دانشجویان به‌عنوان قشر صاحب تفکر و اندیشه است. پرورش استعدادها و قابلیت‌های دانشجوی هماهنگ با نیازها و تحولات جامعه می‌تواند زمینه تحقق اهداف تعریف‌شده را فراهم کند و آرمان‌های یک ملت را تحقق بخشد. مؤلفه‌های متنوع و متعدد، هم از نظر کمی و هم به‌لحاظ کیفی، دانشگاه و دانشجو را تحت تأثیر قرار می‌دهند؛ به‌گونه‌ای که همواره با تصویر و تعریف جدیدی از دانشگاه و دانشجو روبه‌رو می‌شویم. تحولات وسیع صنعتی، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی در سطوح ملی، منطقه‌ای و جهانی موجب می‌شوند که نظام آموزش عالی میان نیازهای جدید و دانشگاه هماهنگی ایجاد کند (چن و جیانگ<sup>۱</sup>، ۲۰۱۹). هم‌اکنون دانشگاه با چالش‌های متعددی نظیر گسترش کمی سریع، انفجار اطلاعات به‌ویژه در عرصه علوم، تغییر رویکردها به دانشگاه در سایه تحولات اجتماعی و سیاسی، مشکلات عاطفی، روانی و خانوادگی غامض روبه‌رو است. تعامل عوامل مذکور و اثرگذاری آن بر دانشگاه و دانشجو مسئولیت متصدیان و سازمان‌های ذی‌ربط در امر آموزش عالی را بسیار دشوار می‌کند (عبدالرحمان<sup>۲</sup>، ۲۰۲۰). در سال‌های اخیر مشکلات عاطفی، روانی و اجتماعی در میان دانشجویان روند صعودی نگران‌کننده‌ای داشته؛ تا جایی که پدیده‌های ناپه‌نجماری مانند کاهش سلامت و بهداشت روان، گرایش به سوء‌مصرف مواد، افت تحصیلی و... به‌صورت موانع جدی، پیشرفت دانشگاه را تحت تأثیر قرار داده است (مینز و همکاران<sup>۳</sup>، ۲۰۱۸) که این روند نیز بر میزان امید<sup>۴</sup> دانشجویان اثر گذاشته است (ولج<sup>۵</sup>، ۲۰۱۴). امید یک حالت انگیزشی مثبت مبتنی بر حس پایوری<sup>۶</sup> و راهیابی<sup>۷</sup> و ناشی از تعامل فرد با محیط است. به سخن دیگر، امید ظرفیت تصور توانایی ایجاد مسیرهایی<sup>۸</sup> به‌سمت اهداف مطلوب و تصور داشتن انگیزه برای حرکت در این مسیرها است (صف‌آرا و همکاران، ۱۳۹۹). تفکرات پایورانه<sup>۹</sup> افکاری هستند که افراد درمورد توانایی خود برای شروع و حفظ حرکت در مسیر انتخاب‌شده به‌سمت هدف دارند. تفکر عاملیتی یا پایورانه یک مؤلفه انگیزشی است که معرف ارزیابی فرد از توانایی‌اش برای حفظ حرکت در مسیر هدف و تصور شخص از توانایی‌اش برای شروع حرکت در مسیرهای تعیین‌شده به‌سمت هدف است. همچنین تفکر رهیاب<sup>۱۰</sup> عبارت از تصور توانایی شخص برای شناسایی و ایجاد مسیر به‌سمت هدف است (راند و همکاران<sup>۱۱</sup>، ۲۰۲۰).

علاوه بر امید، سبک‌های دلبستگی<sup>۱۲</sup> یکی از متغیرهایی است که با تأثیرپذیری از روند تحولی و رشدی افراد می‌توانند نقشی سازنده یا مخرب در شکل‌دهی روابط درونی و بیرونی آنان داشته باشد و آینده افراد را تحت تأثیر قرار دهند (یانگ و همکاران<sup>۱۳</sup>، ۲۰۲۰؛ کوک و همکاران<sup>۱۴</sup>، ۲۰۱۹؛ ویدوم و همکاران<sup>۱۵</sup>، ۲۰۱۸). این در حالی است که نتایج پژوهش ایزدی طامه و همکاران (۱۳۹۳) و مانوز و همکاران<sup>۱۶</sup> (۲۰۲۲) نشان داد سبک دلبستگی بهنجار و ایمن<sup>۱۷</sup> با ایجاد ادراک امنیت می‌تواند روابط محیطی و اجتماعی افراد را گسترش و امیدواری آنان را افزایش دهد. درحالی‌که مطابق یافته‌های پژوهش پهلوان شریف و همکاران<sup>۱۸</sup> (۲۰۲۱) و رینگر و همکاران<sup>۱۹</sup> (۲۰۱۴) سبک‌های دلبستگی ناایمن اجتنابی<sup>۲۰</sup> با سوق دادن افراد به عدم برقراری روابط اجتماعی

1. Chen & Jiang
2. Abdelrahman
3. Meens et al.
4. hope
5. Welch
6. will-sense
7. way-sense
8. ways
9. agency thinkings
10. pathway thinking
11. Rand et al.
12. attachment styles
13. Young et al.
14. Cook et al.
15. Widom et al.
16. Munoz et al.
17. secure
18. Pahlevan Sharif et al.
19. Ringer et al.
20. avoident

سازنده، امیدواری را کاهش می‌دهد و می‌تواند دارای رابطه معناداری با امید افراد داشته باشد. دلبستگی پیوند عاطفی عمیقی است که با افراد خاصی در زندگی وجود داشته که موجب می‌شود وقتی با آن‌ها تعامل می‌شود، لذت به‌وجود آید و در مواقع تنیدگی از نزدیکی آن‌ها احساس آرامش ایجاد شود (دانکل و همکاران<sup>۱</sup>، ۲۰۱۶). سبک‌های دلبستگی دارای سه سبک ایمن، اجتنابی و دوسوگرا هستند. کودکانی که الگوهای دلبستگی ناایمن دارند، در بزرگسالی نیز در روابط عاشقانه، دوستانه، جنسی و رفتاری سازگارانۀ جمعی دچار مشکل می‌شوند (چانگ و چوی<sup>۲</sup>، ۲۰۱۴). بزرگسالان با سبک دلبستگی دوسوگرا عشق را به‌صورت یک وسواس توصیف می‌کنند و گرایش دارند تا روابط رمانتیکی را تجربه کنند که مشخصه آن حسادت بیش‌ازحد، فرازوفرودهای هیجانی و تمایل قوی برای پیوند هیجانی است (کوئلکبک و همکاران<sup>۳</sup>، ۲۰۱۷). سبک دلبستگی افراد می‌تواند تأثیر فراگیری بر روابط آن‌ها با افراد دیگر داشته باشد. دو شاخص احساس آسودگی در روابط و ترس از طردشدن، عناصر مهم رفتار دلبستگی در ازدواج هستند؛ به‌طوری‌که احساس آسودگی در روابط و نداشتن ترس از طردشدن، نشان‌دهنده دلبستگی ایمن‌اند (شورتز و همکاران<sup>۴</sup>، ۲۰۲۲). برخی مطالعات گویای آن است که مردانی که پیش از ازدواج و در دروان جوانی، احساس آسودگی بیشتری در روابط خود داشته‌اند، بعد از ازدواج رضایت زناشویی بیشتری را گزارش کرده‌اند (نیکبیچ و همکاران<sup>۵</sup>، ۲۰۲۰).

دیگر متغیری که رابطه معناداری با امید دارد و با ایجاد خوش‌بینی و نگرشی مثبت به آینده، سبب بهبود امید در افراد می‌شود، چشم‌انداز زمان<sup>۶</sup> است. چنان‌که نتایج پژوهش تقی‌لو و لطیفی (۱۳۹۵) نشان داده است چشم‌انداز زمان و آشفتگی روان‌شناختی دارای رابطه معنادار با امید است. همچنین در تعدادی از تحقیقات گزارش شده که چشم‌انداز زمانی می‌تواند به شکلی مؤثر امید افراد را پیش‌بینی کند (محمدی و همکاران، ۱۳۹۵؛ رحیمی و همکاران، ۱۳۹۸). چشم‌انداز زمان یعنی شیوه‌ای که افراد و فرهنگ‌ها جریان تجارب انسانی را درون چارچوب‌های زمانی مشخص گذشته، حال و آینده معنا می‌بخشند. به عبارت دیگر، چشم‌انداز زمان نوعی سبک شناختی است که بر اینکه چگونه افراد با گذشته، حال و آینده ارتباط دارند و چگونه این بازنمودها بر افکار و درنهایت رفتار آن‌ها تأثیر می‌گذارند، مرتبط است (مک‌کی و کول<sup>۷</sup>، ۲۰۲۰). چشم‌انداز زمان، برجسته‌ترین سازه‌ای است که در راستای عملیاتی کردن تفاوت‌های فردی در دیدگاه افراد به زمان ارائه شده است. در اغلب مدل‌ها، چشم‌انداز زمان به‌عنوان سازه‌ای متمرکز بر مفهوم‌سازی جهت‌گیری افراد صرفاً درمورد آینده معرفی شده است (دروس و بلکهارت<sup>۸</sup>، ۲۰۱۹). پژوهشگران مختلف مانند اونیل و همکاران<sup>۹</sup> (۲۰۲۲) و تومیچ و تولیچ<sup>۱۰</sup> (۲۰۲۱) نقش چشم‌انداز زمان را در ارتباط با سازه‌هایی مانند خودکارآمدی، تصمیم‌گیری، جهت‌گیری فرد درمورد آینده و طرح‌ریزی مسیر زندگی تأیید کرده‌اند. در مدل جامع چشم‌انداز زمانی، پنج بعد مفهوم‌سازی شده است: بعد گذشته منفی<sup>۱۱</sup>، منعکس‌کننده چشم‌انداز منفی و آزارنده از رویدادهای گذشته است که ممکن است مبتنی بر تجارب منفی واقعی یا بازسازی منفی از رویدادهای گذشته باشد. بعد گذشته مثبت<sup>۱۲</sup>، منعکس‌کننده یک چشم‌انداز گرم و عاطفی به گذشته است. جهت‌گیری آینده<sup>۱۳</sup> نشان‌دهنده دغدغه درمورد تحقق اهداف، به تأخیر انداختن لذت‌ها و اجتناب از اتلاف زمان است. بعد حال لذت‌گرا<sup>۱۴</sup> دربرگیرنده زندگی در اکنون، کام‌جویی فوری و لذت‌طلبی است. بعد حال جبرگرا<sup>۱۵</sup> منعکس‌کننده حس ناامیدی از آینده و ناتوانی در ارتباط‌دادن رفتار حال با نتایج آینده

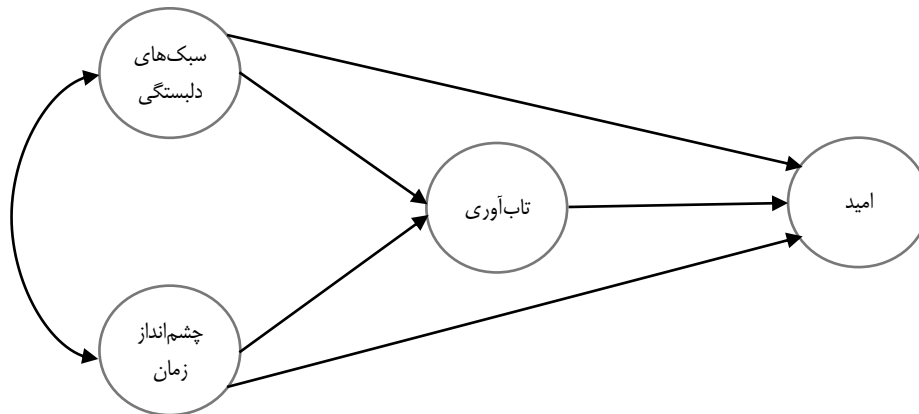
1. Dunkel et al.
2. Chung & Choi
3. KoelKebeck et al.
4. Shorter et al.
5. Nickisch et al.
6. time perspective
7. McKay & Cole
8. Dreves & Blackhart
9. O'Neill et al.
10. Tomich & Tolich
11. past-negative
12. past-positive
13. future orientation
14. present-hedonistic
15. present-fatalistic

است (رودزینسکا-وویچیچوسکا و همکاران<sup>۱</sup>، ۲۰۲۱).

یکی از متغیرهایی که می‌تواند امید را در افراد بهبود بخشد و بر معنای زندگی آنان تأثیرگذار باشد، تاب‌آوری روانی<sup>۲</sup> است (مؤمنی، ۱۳۹۹)؛ زیرا تاب‌آوری روانی می‌تواند تحمل روانی و هیجانی افراد را متأثر کند و سبب بروز رفتارهای سازگارانه و بهنجار در شرایط ناسازگار شود. تحقیقات نشان داده‌اند تاب‌آوری روانی می‌تواند سبب کاهش تنیدگی ادراک و عامل حساسیت اضطرابی افراد شود (اسفندیار و همکاران، ۱۳۹۹؛ شریفی و همکاران، ۱۳۹۹). این امر در حالی است که نتایج پژوهش امیرحسینی و همکاران (۱۳۹۸) بیانگر آن است که تاب‌آوری روانی می‌تواند در رابطه بین سخت‌رویی و خودکارآمدی نقش میانجی داشته باشد. همچنین هاشمی و همکاران (۱۳۹۸) و میرزایی جولادی و همکاران (۱۳۹۹) گزارش کرده‌اند که تاب‌آوری روانی توانایی میانجی‌گری بین کیفیت زندگی با هوش معنوی و همچنین بین راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و تحمل پریشانی با رضایت از زندگی را دارد. از طرفی خردمند و همکاران (۱۴۰۰) دریافتند تاب‌آوری روانی می‌تواند در رابطه بین خوش‌بینی با سلامت روان و رشد پس از آسیب پرستاران نقش میانجی‌گری داشته باشد. یانگ و همکاران<sup>۳</sup> (۲۰۲۲)، اندرسون و همکاران<sup>۴</sup> (۲۰۲۲) و رشید و همکاران<sup>۵</sup> (۲۰۲۲) نشان دادند تاب‌آوری روانی می‌تواند بین متغیرهای روان‌شناختی مانند افسردگی با سلامت روانی و هیجانی نقش میانجی‌گری را ایفا کند. تاب‌آوری روانی توانایی بشر در سپری کردن سختی‌ها و فائق آمدن بر ضربه‌های روانی است. به عبارتی دربرگیرنده ظرفیت افراد برای مقاومت در برابر سختی‌ها و درعین حال تداوم رشد فردی، علی‌رغم آن چیزی است که بر آن‌ها می‌گذرد (توماس و آسلین<sup>۶</sup>، ۲۰۱۸). علاوه‌براین تاب‌آوری به معنای مهارت‌ها، خصوصیات و توانمندی‌هایی تعریف شده است که فرد را قادر می‌سازد با سختی‌ها، مشکلات و چالش‌ها سازگار شود. هرچند برخی از ویژگی‌های مرتبط با تاب‌آوری به‌صورت زیستی و ژنتیکی تعیین می‌شوند، اما مهارت‌های مربوط به تاب‌آوری را می‌توان یاد داد و تقویت کرد (تلاپک و همکاران<sup>۷</sup>، ۲۰۱۷). افراد تاب‌آور لزوماً با چالش‌های کمتری مواجه نمی‌شوند، بلکه آن‌ها وقتی با این تغییرات برخورد می‌کنند، تعادلشان را سریع‌تر به‌دست می‌آورند و کارایی خود را بهتر حفظ می‌کنند، از لحاظ جسمی و روانی سالم‌تر هستند و سریع‌تر به حالت اولیه خود بازمی‌گردند و حتی از قبل قوی‌تر می‌شوند (بکمن و همکاران<sup>۸</sup>، ۲۰۱۹).

در ضرورت انجام این پژوهش باید گفت دانشجو به‌عنوان محور اصلی، نقش درجه اول را در برنامه توسعه کشور ایفا می‌کند؛ بنابراین توجه به مسائل و مشکلات عدیده فراروی او و چاره‌اندیشی برای حل آن‌ها از وظایف اساسی نظام آموزش عالی و دانشگاه است. براساس تأکیدات نظری و تجربی بر مفاهیمی مانند وضعیت روانی و عملکرد تحصیلی، پژوهش و بررسی درباره سلامت روان دانشجویان ضرورتی اجتناب‌ناپذیر است؛ چرا که امروزه دانشجویان با سلامت روان و جسم و پراگیزه و موفق، سرمایه‌های واقعی اجتماع‌اند و ضامن توسعه پایدار جامعه خواهند بود و پژوهش درمورد ابعاد و مؤلفه‌های تشکیل‌دهنده این متغیرها و ارتباطات احتمالی بین آن‌ها خواهد توانست راهبردها و تدبیرهای عملی کارآمد و اثربخشی را معرفی کند. به‌طور خلاصه می‌توان گفت عوامل مختلفی توسط محققان داخلی و خارجی در زمینه مسائل روان‌شناختی، شناختی و اجتماعی مؤثر بر امید دانشجویان بررسی شده‌اند، اما تلاش چشمگیری برای طراحی یک مدل پیش‌بینی برای دانشجویان حول موضوع امید در کشورمان صورت نگرفته است. این در حالی است که در زمینه پژوهشی صورت‌گرفته خلاً پژوهشی نیز وجود دارد؛ چنان‌که با جستجو در پایگاه داده‌های علمی داخلی و خارجی، پژوهش مشابهی یافت نشد؛ بنابراین مسئله اصلی پژوهش حاضر ارائه مدل پیش‌بینی امید براساس سبک‌های دلبستگی و چشم‌انداز زمان با میانجی‌گری تاب‌آوری روانی در دانشجویان است.

1. Rudzinska-Wojciechowska et al.
2. psychological resilience
3. Yang et al.
4. Anderson et al.
5. Rasheed et al.
6. Thomas & Asselin
7. Tlapek et al.
8. Backmann et al.



شکل ۱. مدل مفهومی پژوهش

## ۰۲ روش

### ۱-۲. جامعه، نمونه و روش اجرا

روش پژوهش توصیفی-همبستگی از نوع تحلیل مسیر است. جامعه آماری پژوهش مشتمل بر کلیه دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه‌های غیردولتی (شامل دانشگاه آزاد اسلامی و غیرانتفاعی-غیردولتی) شهر تهران است که در سال تحصیلی ۱۳۹۸-۱۳۹۹ به تحصیل اشتغال داشتند. تعداد افراد جامعه آماری این پژوهش طبق آماری که از طرف «وزارت علوم، تحقیقات و فناوری-مؤسسه پژوهش و برنامه‌ریزی آموزش عالی» ارائه شده ۱۶۹،۶۵۰ نفر است. نمونه آماری شامل ۴۸۰ دانشجوی دوره کارشناسی دانشگاه‌های غیردولتی بود که به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. روش انتخاب نمونه به این صورت بود که از بین دانشگاه‌های غیردولتی تهران، شش دانشگاه به تصادف انتخاب و از بین دانشکده‌های این دانشگاه‌ها دوازده دانشکده به همین شیوه گزینش شدند (شش دانشکده و دوازده دانشکده). سپس با رعایت ملاحظات اخلاقی در استفاده از نتایج پرسشنامه‌های پژوهش (شامل رعایت اصل محرمانگی، کسب رضایت آگاهانه از داوطلبان، تشریح اهداف پژوهش برای شرکت‌کنندگان، در نظر گرفتن حق شرکت‌کنندگان در عدم تکمیل پرسشنامه‌های پژوهش و تعیین و درج کد برای پرسشنامه از تمامی آزمودنی‌ها) پرسشنامه‌های پژوهشی روی ۴۸۰ دانشجو اجرا شدند. با احتساب میانگین ۳۰ دانشجو در هر کلاس، پرسشنامه‌های پژوهش در ۱۶ کلاس این دانشکده‌ها توزیع شد. بعد از جمع‌آوری پرسشنامه‌ها و حذف پرسشنامه‌های تحریف‌شده و ناقص، ۴۵۲ دانشجو در مطالعه باقی ماندند. برای جبران کاهش آزمودنی‌ها، مجدداً ۲۸ دانشجو انتخاب شدند و از آن‌ها خواسته شد تا به پرسشنامه‌های پژوهش پاسخ دهند. معیارهای ورود به مطالعه شامل دانشجوی بودن، تحصیل در دانشگاه‌های غیردولتی و داشتن محدوده سنی ۱۸ تا ۲۵ سال بود. معیارهای خروج از مطالعه نیز پاسخ‌های ناقص و مخدوش و لغو ادامه پاسخگویی به پرسشنامه‌ها بود.

### ۲-۲. ابزار سنجش

#### ۱-۲-۲. مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون<sup>۱</sup> (CD-RISC)

پرسشنامه تاب‌آوری روانی توسط کانر و دیویدسون<sup>۲</sup> (۲۰۰۳) برای اندازه‌گیری تاب‌آوری روانی افراد طراحی شد. این پرسشنامه ۲۵ گویه دارد که در یک مقیاس لیکرت (بین صفر = کاملاً نادرست تا ۴ = کاملاً درست) نمره‌گذاری می‌شود. دامنه نمرات این پرسشنامه صفر تا ۱۰۰ است. در این پرسشنامه نمرات بالاتر نشان‌دهنده تاب‌آوری روانی بیشتر در فرد است و برعکس. این پرسشنامه دارای پنج خرده‌مقیاس تصور از شایستگی فردی<sup>۳</sup> (گویه‌های ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۶، ۱۷، ۲۳، ۲۴ و ۲۵)، اعتماد به غریز

1. Conner-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)  
 2. Conner & Davidson  
 3. notion of personal competence

شخصی/ تحمل عاطفه منفی<sup>۱</sup> (گویه‌های ۶، ۷، ۱۴، ۱۵، ۱۸، ۱۹ و ۲۰)، پذیرش مثبت تغییر و روابط ایمن<sup>۲</sup> (گویه‌های ۱، ۲، ۴، ۵ و ۸)، مهارت<sup>۳</sup> (گویه‌های ۱۳، ۲۱ و ۲۲) و تأثیرات معنوی<sup>۴</sup> (گویه‌های ۳ و ۹) است. کانر و دیویدسون (۲۰۰۳) ثبات درونی مقیاس تاب‌آوری را با بهره‌گیری از آلفای کرونباخ ۰/۸۹ و پایایی مجدد آن را ۰/۸۷ گزارش کردند. یوسفیان و همکاران (۱۳۹۸) پایایی پرسشنامه تاب‌آوری روانی را با بهره‌گیری از آلفای کرونباخ ۰/۸۸ محاسبه کردند و روایی محتوایی آن را نیز به صورت مناسب و به میزان ۰/۸۶ به دست آوردند. همچنین پایایی این پرسشنامه در پژوهش مظفری (۱۳۹۸) با بهره‌گیری از آلفای کرونباخ ۰/۸۷ محاسبه شد. پایایی خرده‌مقیاس‌های تصور از شایستگی فردی، اعتماد به گرایش شخصی/تحمل عاطفه منفی، پذیرش مثبت تغییر و روابط ایمن، مهارت و تأثیرات معنوی در پژوهش حاضر با بهره‌گیری از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۴، ۰/۸۰، ۰/۸۹، ۰/۸۴ و ۰/۸۳ و برای نمره کل پرسشنامه ۰/۸۸ به دست آمد.

### ۲-۲-۲. مقیاس امید مختص حیطة بزرگسالان<sup>۵</sup> (DSHS)

پرسشنامه امید نخستین بار توسط سیمپسون<sup>۶</sup> (۱۹۹۹) در ۴۸ گویه ساخته شد. در مقیاس امید مختص حیطة بزرگسالان که یک پرسشنامه مبتنی بر خودگزارش‌دهی است، از آزمودنی‌ها خواسته می‌شود که در هریک از این شش حیطة تا حدی که آن عبارت درباره آن‌ها کاربرد دارد، روی یک مقیاس لیکرت هشت‌درجه‌ای (۱ = کاملاً غلط تا ۸ = کاملاً درست) رتبه‌بندی کنند. نمره DSHS (از حداقل ۴۸ تا حداکثر ۳۸۴) با جمع‌زدن نمرات ۴۸ عبارت کسب می‌شود؛ درحالی‌که نمرات مختص حیطة با جمع‌زدن هشت عبارت درون هر حیطة به دست می‌آید (سیمپسون، ۱۹۹۹). کسب نمره بالاتر نشان‌دهنده امید بیشتر فرد است. امیدآزمای مختص حیطة دارای همسانی درونی کافی همراه با آلفای کرونباخ کلی ۰/۹۳ و دامنه آلفا برای خرده‌مقیاس‌های مربوط به حیطة از حداقل ۰/۸۶ تا حداکثر ۰/۹۳ است. تحلیل عاملی مؤلفه‌های اصلی مؤید وجود شش خرده‌مقیاس مختص حیطة متمایز است (سیمپسون، ۱۹۹۹). در پژوهش موسوی و هومن (۱۳۹۲) پایایی خرده‌مقیاس‌ها با استفاده از همسانی درونی (آلفای کرونباخ) برآورد شد که عبارت‌اند از: خرده‌مقیاس روابط اجتماعی ۰/۸۳۵، خرده‌مقیاس تحصیلی ۰/۸۵۳، خرده‌مقیاس روابط عاشقانه ۰/۸۹۹، خرده‌مقیاس روابط خانوادگی ۰/۹۰، خرده‌مقیاس شغلی ۰/۸۵ و خرده‌مقیاس فعالیت‌های اوقات فراغت ۰/۹۰ که در دامنه‌ای از ۰/۸۳۵ تا ۰/۹۰ قرار گرفته‌اند. در پژوهش حاضر نیز پایایی خرده‌مقیاس‌های حیطة اجتماعی، حیطة تحصیلی، حیطة روابط عاشقانه، حیطة خانوادگی، حیطة شغلی و حیطة فعالیت‌های اوقات فراغت با بهره‌گیری از ضریب آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۸۲، ۰/۸۶، ۰/۸۱، ۰/۸۵، ۰/۸۳ و ۰/۸۸ و برای نمره کل پرسشنامه ۰/۸۹ محاسبه شد.

### ۲-۲-۳. پرسشنامه سبک‌های دلبستگی بزرگسالان<sup>۷</sup> (AAS)

پرسشنامه سبک‌های دلبستگی بزرگسالان را هازن و شیور<sup>۸</sup> (۱۹۸۷) بر مبنای سبک‌های دلبستگی سه‌گانه اینزورث<sup>۹</sup> (۱۹۷۸) با این فرض طراحی کردند که می‌توان در روابط بزرگسالان نیز الگوهای مشابه سبک‌های دلبستگی کودکان یافت (بارتولومئو و شیور<sup>۱۰</sup>، ۱۹۹۸). هازن و شیور (۱۹۸۷) به نقل از کیرک‌پاتریک و هازن<sup>۱۱</sup> (۱۹۹۴) سه سبک دلبستگی بزرگسالان شبیه به سه الگوی دلبستگی اولیه کودک اینزورث (۱۹۷۸) برای تبیین کردن تفاوت‌ها در روشی که بزرگسالان ارتباطات رمانتیکشان را تجربه می‌کنند، مفهوم‌سازی کردند و یک مقیاس را برای ارزیابی ایجاد کردند. فرض شد که سبک‌های دلبستگی بزرگسالان عملاً مشابه انواع دلبستگی کودک باشند. در این پرسشنامه برای سنجش هریک از سه سبک دلبستگی ایمن (گویه‌های ۱، ۳، ۷، ۱۱،

1. trust in one's instincts, tolerance of negative affect
2. positive acceptance of change and secure relationships
3. control
4. spiritual influences
5. Adult Domain-Specific Hope Scale (DSHS)
6. Symptom
7. Adult Attachment Styles (AAS)
8. Hazan & Shaver
9. Ainsworth, M. D. S.
10. Bartholomew & shaver
11. Kirkpatrick & Hazan

۱۲، ۱۴ و ۱۹)، اجتنابی (گویه‌های ۲، ۴، ۸، ۱۳، ۱۵، ۱۸ و ۲۰) و دوسوگرا (گویه‌های ۵، ۶، ۹، ۱۰، ۱۶، ۱۷ و ۲۱) هفت گویه تعلق می‌گیرد. پرسشنامه سبک‌های دلبستگی بزرگسالان سه سبک دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا را به کمک ۲۱ ماده در مقیاس پنج‌درجه‌ای لیکرت (۱ = هیچ تا پنج = خیلی زیاد) می‌سنجد. بشارت و همکاران (۱۳۸۲) روایی محتوایی این مقیاس را با سنجش ضرایب همبستگی نمرات چهار متخصص روان‌شناسی به‌دست آوردند. براساس نتایج، ضریب همبستگی از ۰/۷۳ تا ۰/۷۶ برای سبک دلبستگی ایمن، ۰/۶۰ تا ۰/۷۶ برای سبک دلبستگی اجتنابی و از ۰/۶۳ تا ۰/۸۷ برای سبک دلبستگی دوسوگرا محاسبه شد. روایی هم‌زمان مقیاس دلبستگی بزرگسال با مقایسه نتایج آزمون عزت‌نفس کوپر اسمیت<sup>۱</sup> (۱۹۶۷) بررسی شد (بشارت و همکاران، ۱۳۸۲). هازن و شیور (۱۹۸۷) پایایی بازآزمایی کل پرسشنامه را ۰/۸۱ و پایایی به روش آلفای کرونباخ را ۰/۷۸ به‌دست آوردند. کالینز و رید<sup>۲</sup> (۱۹۹۴) پایایی با آلفای کرونباخ را در مورد این ابزار ۰/۷۹ گزارش کرده‌اند. پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ توسط فرزادی و همکاران (۱۳۹۵) برای سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا به‌ترتیب ۰/۸۱، ۰/۸۵ و ۰/۸۴ به‌دست آمد. در پژوهش مرادی و همکاران (۱۳۹۳) پایایی پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ برای کل مقیاس و هریک از خرده‌مقیاس‌ها محاسبه شد که این ضرایب از ۰/۹۴ تا ۰/۹۸ متغیر بود. روایی مقیاس نیز با استفاده از ضرایب همبستگی بین گویه‌های هر بعد و نمره کل آن بعد محاسبه شد که ضرایب معنادار به‌دست آمدند. در این پژوهش نیز میزان پایایی پرسشنامه در سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ به‌ترتیب ۰/۷۹، ۰/۷۵ و ۰/۷۴ محاسبه شد.

### ۲-۲-۴. پرسشنامه چشم‌انداز زمان زیمباردو<sup>۳</sup> (ZTPI)

پرسشنامه چشم‌انداز زمان توسط زیمباردو و بوید<sup>۴</sup> (۱۹۹۹) تهیه شد. این پرسشنامه ابزاری خودگزارش‌دهی شامل ۶۶ گویه است که شش خرده‌مقیاس گذشته منفی<sup>۵</sup> (شامل ده سؤال ۴، ۵، ۱۶، ۲۲، ۲۷، ۳۳، ۳۴، ۳۶، ۵۰ و ۵۴)، گذشته مثبت<sup>۶</sup> (شامل ده سؤال ۲، ۷، ۱۱، ۱۵، ۲۰، ۲۵، ۲۹، ۴۱، ۴۷ و ۴۹)، حال لذت‌گرا<sup>۷</sup> (شامل هفده سؤال ۱، ۸، ۱۲، ۱۷، ۱۹، ۲۳، ۲۶، ۲۸، ۳۱، ۳۲، ۳۵، ۴۲، ۴۴، ۴۶، ۴۸، ۵۲ و ۵۵)، حال جبرگرای<sup>۸</sup> (شامل شش سؤال ۳، ۱۴، ۳۷، ۳۸، ۳۹ و ۵۳)، آینده<sup>۹</sup> (شامل سیزده سؤال ۶، ۹، ۱۰، ۱۳، ۱۸، ۲۱، ۲۴، ۳۰، ۳۰، ۴۰، ۴۳، ۴۵، ۵۱ و ۵۶) و آینده متعالی<sup>۱۰</sup> (شامل ده سؤال ۵۷، ۵۸، ۵۹، ۶۰، ۶۱، ۶۲، ۶۳، ۶۴، ۶۵ و ۶۶) را ارزیابی می‌کند. سؤالات در طیف لیکرت پنج‌درجه‌ای (۱ = بسیار درست تا ۵ = بسیار نادرست)، با توجه به اینکه چقدر هر حالت منطبق با عقاید شرکت‌کنندگان است، نمره‌گذاری می‌شوند. دامنه نمرات این پرسشنامه ۶۶ تا ۳۳۰ است. سؤالات ۹، ۲۴، ۲۵، ۴۱ و ۵۶ به شکل معکوس نمره‌گذاری می‌شوند (زیمباردو و بوید<sup>۱۱</sup>، ۲۰۰۸). زیمباردو و بوید (۱۹۹۹) ضریب آلفای کرونباخ را برای خرده‌مقیاس‌های گذشته منفی، گذشته مثبت، حال لذت‌گرا، حال جبرگرا و آینده به‌ترتیب ۰/۸۲، ۰/۸۰، ۰/۷۹، ۰/۷۴ و ۰/۷۷ گزارش کردند. روایی همگرا، واگرا، افتراقی و پیش‌بین توسط تحقیقات آزمایشی و همبستگی تکمیل‌شده به‌وسیله مطالعات موردی نشان داده شد (زیمباردو و بوید، ۱۹۹۹). مطالعات متنوعی به ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه چشم‌انداز زمان در بافت‌های فرهنگی خاص پرداختند و مقیاس‌ها همسانی‌های درونی مناسب را نشان دادند (در دامنه ۰/۶۳ تا ۰/۸۴). ویژگی‌های روان‌سنجی رضایت‌بخش در بیشتر از بیست کشور یافت شدند. روایی پیش‌بین، همگرا و افتراقی ابزار نیز در شماری از مطالعات اثبات شده است (سیرکوا و همکاران<sup>۱۲</sup>، ۲۰۱۴). نتایج تحقیقات علیرزاده‌فرد و همکاران (۱۳۹۵) نشان داد این پرسشنامه برای

1. Coopersmith Self-Esteem Inventory (CSEI)
2. Collins & Read
3. Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI)
4. Zimbardo & Boyd
5. past-negative
6. past-positive
7. present-hedonistic
8. present-fatalistic
9. future
10. future-transcendental
11. Zimbardo & Boyd
12. Sircova et al.



جامعه ایرانی نیز از پایایی و روایی خوبی برخوردار است. در این بررسی، ضریب پایایی کل مقیاس با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۱ بود که حاکی از پایایی مطلوب برای کل مقیاس و هر کدام از عوامل است. ضریب بازآزمایی پس از دو هفته نیز ۰/۸۱ بوده است. شاخص روایی محتوایی کل آزمون (میانگین همه گویه‌ها) ۰/۸۳ بود. برای بررسی روایی سازه و میزان انسجام درونی پرسشنامه با مؤلفه‌های آن، نتایج نشان داد بین کل مقیاس و مؤلفه‌های آن همبستگی زیادی وجود دارد که نشان می‌دهد روابط درونی خوبی بین مؤلفه‌ها برقرار است (علیزاده‌فرد و همکاران، ۱۳۹۵). پایایی پرسشنامه حاضر در این پژوهش با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌های گذشته منفی، گذشته مثبت، حال لذت‌گرا، حال جبرگرا، آینده و آینده متعالی به ترتیب ۰/۷۴، ۰/۷۹، ۰/۷۶، ۰/۷۸، ۰/۷۷ و ۰/۷۷ و برای نمره کل پرسشنامه ۰/۷۷ به دست آمد.

## ۲-۳. روش تجزیه و تحلیل اطلاعات

در پژوهش حاضر، توصیف داده‌ها به روش‌های آمار توصیفی از قبیل فراوانی، درصد، میانگین و انحراف استاندارد، و تحلیل داده‌ها متناسب با سؤال‌ها و فرضیه‌های پژوهش به روش‌های آمار استنباطی مانند آزمون همبستگی و تحلیل مسیر انجام گرفت. برای سهولت تجزیه و تحلیل داده‌ها و کاهش خطاهای آماری از نرم‌افزارهای SPSS-26 و AMOS-23 استفاده شده است.

## ۳. یافته‌ها

### ۳-۱. توصیف جمعیت‌شناختی

۳۱۲ آزمودنی دختر (۶۵ درصد) با میانگین سنی ۱۹/۶۶ و انحراف استاندارد ۲/۴۲ و ۱۶۸ آزمودنی پسر (۳۵ درصد) با میانگین سنی ۲۰/۴۶ و انحراف استاندارد ۲/۱۱ در این پژوهش شرکت داشتند.

### ۳-۲. شاخص‌های توصیفی

جدول ۱. یافته‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	چولگی	کشیدگی
دلبستگی ایمن	۲۳/۲۱	۳۹/۴	-۷۹/۰	-۱۰/۱
دلبستگی اجتنابی	۸۴/۱۸	۵۲/۴	-۵۲/۰	-۸۰/۰
دلبستگی دوسوگرا	۹۳/۱۸	۵۴/۴	-۲۶/۰	-۴۲/۰
نمره کل چشم‌انداز زمان	۶۳/۱۷۹	۲۲/۱۶	-۳۳/۰	-۶۶/۰
گذشته منفی	۲۴/۳۶	۵/۲۶	-۰/۶۳	-۱/۱۶
حال لذت‌گرا	۴۲/۷۹	۷/۷۷	-۰/۴۷	-۰/۹۳
آینده	۲۸/۴۲	۵/۴۳	-۰/۳۲	-۰/۵۲
زیرمقیاس‌های گذشته مثبت	۲۶/۲۶	۶/۲۵	-۰/۴۶	-۰/۷۹
چشم‌انداز زمان آینده متعالی	۲۷/۴۴	۶/۴۱	-۰/۸۸	-۰/۹۳
حال جبرگرا	۳۰/۳۶	۶/۲۷	-۰/۹۳	-۱/۲۱
نمره کل تاب‌آوری روانی	۱۰/۵۷	۹۲/۱۵	-۶۵/۰	-۳۳/۱
شایستگی فردی	۲۱/۲۱	۴/۴۶	-۰/۳۶	-۰/۵۴
تحمل عاطفه منفی	۱۴/۱۶	۳/۳۳	-۰/۶۳	-۰/۷۹
پذیرش مثبت تغییر	۹/۵۲	۲/۲۴	-۰/۴۰	-۰/۷۱
زیرمقیاس‌های مهار تاب‌آوری روانی	۶/۷۷	۱/۳۶	-۰/۵۱	-۱/۱۱
تأثیرات معنوی	۵/۴۴	۱/۰۲	-۰/۴۷	-۰/۹۳
نمره کل امید	۰۷/۲۰۶	۸۱/۲۸	-۴۰/۰	-۲۲/۱
حیطه اجتماعی	۳۹/۳۸	۶/۳۶	-۰/۶۹	-۰/۹۳
حیطه تحصیلی	۳۱/۲۵	۵/۴۵	-۰/۲۲	-۰/۶۳
زیرمقیاس‌های امید	۳۱/۱۰	۵/۳۳	-۰/۵۴	-۰/۸۵
حیطه روابط عاشقانه	۳۷/۰۷	۷/۷۱	-۰/۶۳	-۱/۰۲
حیطه خانوادگی	۳۲/۱۳	۶/۶۲	-۰/۴۱	-۰/۷۹
حیطه شغلی	۳۵/۱۴	۵/۴۵	-۰/۲۸	-۰/۴۹

جدول ۱ میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای مورد بررسی در پژوهش حاضر (امید، دل‌بستگی ایمن، دل‌بستگی اجتنابی، دل‌بستگی دوسوگرا، چشم‌انداز زمان و تاب‌آوری روانی) را نشان می‌دهد.

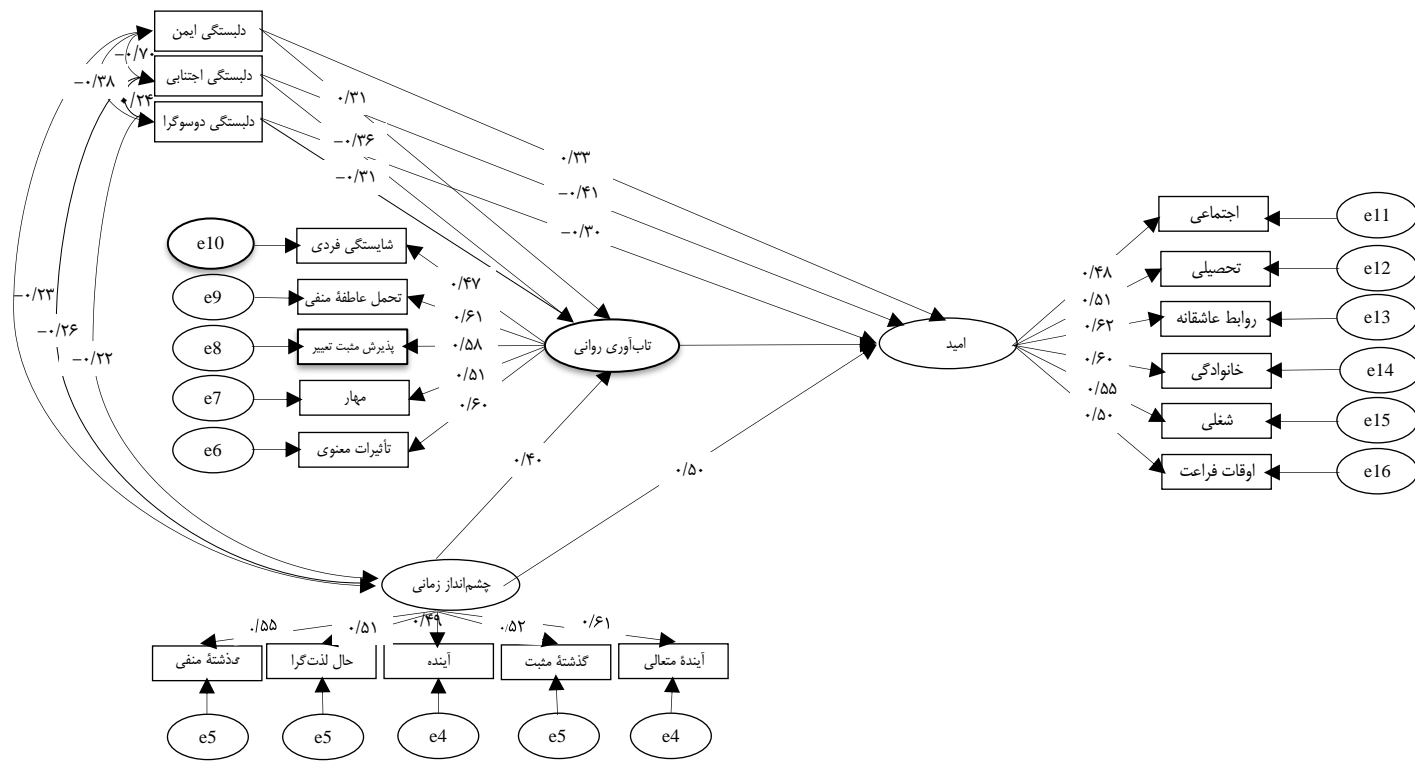
### ۳-۳. بررسی پیش‌فرض‌های آزمون‌های پارامتریک

قبل از ارائه نتایج تحلیل آزمون همبستگی پیرسون، پیش‌فرض‌های آزمون‌های پارامتریک سنجش شدند. بر همین اساس نتایج آزمون شاپیرو-ویلک<sup>۱</sup> بیانگر آن بود که پیش‌فرض نرمال بودن توزیع نمونه‌ای داده‌ها در متغیرهای امید ( $F=0/89$ ;  $P=0/42$ )، دل‌بستگی ایمن ( $F=0/74$ ;  $P=0/15$ )، دل‌بستگی اجتنابی ( $F=0/88$ ;  $P=0/41$ )، دل‌بستگی دوسوگرا ( $F=0/80$ ;  $P=0/17$ )، چشم‌انداز زمان ( $F=0/92$ ;  $P=0/50$ ) و تاب‌آوری روانی ( $F=0/89$ ;  $P=0/41$ ) برقرار است. همچنین پیش‌فرض همگنی واریانس توسط آزمون لوین<sup>۲</sup> سنجش شد که نتایج آن معنادار نبود. این یافته نشان داد پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها در متغیرهای امید ( $F=0/96$ ;  $P=0/51$ )، دل‌بستگی ایمن ( $F=0/69$ ;  $P=0/63$ )، دل‌بستگی اجتنابی ( $F=1/43$ ;  $P=0/31$ )، دل‌بستگی دوسوگرا ( $P=0/44$ )، چشم‌انداز زمان ( $F=0/85$ ;  $P=0/42$ ) و تاب‌آوری روانی ( $F=1/14$ ;  $P=0/38$ ) رعایت شده است. علاوه‌براین، پیش‌فرض‌های استفاده از آزمون همبستگی پیرسون نیز بررسی شدند. بدین‌صورت که مقیاس متغیرها فاصله‌ای بود. همچنین توزیع‌ها تقریباً نرمال بودند. علاوه‌براین، رابطه بین متغیرها خطی بود و شرط یکسانی واریانس‌ها رعایت شد. حال به ارائه نتایج جداول استنباطی پرداخته می‌شود.

جدول ۲. تحلیل همبستگی پیرسون بین دل‌بستگی ایمن، دل‌بستگی اجتنابی، دل‌بستگی دوسوگرا، چشم‌انداز زمان و تاب‌آوری روانی با امید دانشجویان

متغیرها	دل‌بستگی ایمن	دل‌بستگی اجتنابی	دل‌بستگی دوسوگرا	چشم‌انداز زمان	تاب‌آوری روانی	امید
دل‌بستگی ایمن	-					
دل‌بستگی اجتنابی	$-0/74^{**}$	-				
دل‌بستگی دوسوگرا	$-0/362^{**}$	$-0/228^{**}$	-			
چشم‌انداز زمانی	$-0/199^*$	$-0/259^{**}$	$-0/151^*$	-		
تاب‌آوری روانی	$0/344^{**}$	$-0/383^{**}$	$-0/336^{**}$	$0/402^{**}$	-	
امید	$0/358^{**}$	$-0/398^{**}$	$-0/319^{**}$	$0/494^{**}$	$0/591^{**}$	-

با توجه به ضریب همبستگی پیرسون در جدول ۲، دل‌بستگی ایمن، دل‌بستگی اجتنابی، دل‌بستگی دوسوگرا، چشم‌انداز زمان و تاب‌آوری روانی با امید در دانشجویان همبستگی معنادار دارند ( $p < 0/01$ ). در ادامه به بررسی پیش‌بینی امید براساس دل‌بستگی ایمن، دل‌بستگی اجتنابی، دل‌بستگی دوسوگرا و چشم‌انداز زمان با میانجی‌گری تاب‌آوری روانی در دانشجویان پرداخته می‌شود.



شکل ۲. ضرایب استاندارد مدل پیشنهادی پیش‌بینی امید براساس دلبستگی ایمن، دلبستگی اجتنابی، دلبستگی دوسوگرا و چشم‌انداز زمان با میانجی‌گری تاب‌آوری روانی در دانشجویان

جدول ۳. ضرایب رگرسیونی غیراستاندارد و استاندارد مسیرهای مدل پیش‌بینی امید براساس دل‌بستگی ایمن، دل‌بستگی اجتنابی، دل‌بستگی دوست‌گرا و چشم‌انداز زمان با میانجی‌گری تاب‌آوری روانی در دانشجویان

مسیرهای مدل	ضرایب غیراستاندارد	خطای استاندارد	مقدار بحرانی (t)	ضرایب استاندارد	مقدار معناداری	ضریب تعیین
دل‌بستگی ایمن ← تاب‌آوری روانی	۰/۳۷۰	۰/۰۹	۴/۱۲	۰/۳۱۳	۰/۰۰۱	۰/۰۹۸
دل‌بستگی ایمن ← امید	۰/۵۰۴	۰/۱۲	۴/۲۰	۰/۳۳۲	۰/۰۰۱	۰/۱۱
دل‌بستگی اجتنابی ← تاب‌آوری روانی	-۰/۶۷۷	۰/۱۴	-۴/۸۴	-۰/۳۵۶	۰/۰۰۱	۰/۱۲۶
دل‌بستگی اجتنابی ← امید	-۰/۵۵۸	۰/۱۱	-۵/۰۸	-۰/۴۱۱	۰/۰۱	۰/۱۶۹
دل‌بستگی دوست‌گرا ← تاب‌آوری روانی	-۰/۴۹۵	۰/۱۲	-۴/۱۳	-۰/۳۱۵	۰/۰۰۱	۰/۰۹۹
دل‌بستگی دوست‌گرا ← امید	-۰/۳۹۲	۰/۱۰	-۳/۹۲	-۰/۲۹۸	۰/۰۱	۰/۰۸۸
چشم‌انداز زمان ← تاب‌آوری روانی	۰/۷۰۴	۰/۱۴	۵/۰۳	۰/۳۹۸	۰/۰۰۱	۰/۱۵۸
چشم‌انداز زمان ← امید	۰/۹۳۲	۰/۱۶	۵/۸۳	۰/۵۰۲	۰/۰۱	۰/۲۵۲
تاب‌آوری روانی ← امید	۰/۷۳۲	۰/۱۱	۶/۶۶	۰/۶۴۲	۰/۰۱	۰/۴۱۲

چنان که در جدول ۳ و شکل ۲ مشاهده می‌شود، دل‌بستگی ایمن بر تاب‌آوری روانی ( $\beta=0/313$ ;  $p<0/05$ ) و امید ( $p<0/05$ ) در دانشجویان دارای اثر مستقیم معنادار است و توانسته به ترتیب ۹/۸ و ۱۱ درصد از واریانس این متغیرها را تبیین کند. از طرف دیگر دل‌بستگی اجتنابی بر تاب‌آوری روانی ( $\beta=-0/356$ ;  $p<0/05$ ) و امید ( $\beta=-0/411$ ;  $p<0/05$ ) در دانشجویان دارای اثر مستقیم معنادار بوده و توانسته به ترتیب ۱۲/۶ و ۱۶/۹ درصد از واریانس این متغیرها را تبیین کند. دل‌بستگی دوست‌گرا بر تاب‌آوری روانی ( $\beta=-0/315$ ;  $p<0/05$ ) و امید ( $\beta=-0/298$ ;  $p<0/05$ ) در دانشجویان دارای اثر مستقیم معنادار بوده و به ترتیب ۹/۹ و ۸/۸ درصد از واریانس این متغیرها را تبیین کرده است. چشم‌انداز زمانی هم بر تاب‌آوری روانی ( $\beta=0/398$ ;  $p<0/05$ ) و امید ( $\beta=0/502$ ;  $p<0/05$ ) در دانشجویان دارای اثر مستقیم معنادار است و به ترتیب ۱۵/۸ و ۲۵/۲ درصد از واریانس این متغیرها را تبیین می‌کند. در نهایت تاب‌آوری روانی بر امید ( $\beta=0/642$ ;  $p<0/05$ ) در دانشجویان دارای اثر مستقیم معنادار است و ۴۱/۲ درصد از واریانس این متغیر را تبیین کرده است. برای تعیین کفایت برازندگی مدل پیشنهادی، ترکیبی از شاخص‌های برازندگی استفاده شد که نتایج آن در جدول ۴ آمده است. پیش از ارائه توضیحات جدول ۴ اشاره به چند نکته ضروری است. از نظر کلی یک الگوی مناسب از لحاظ شاخص‌های برازش باید دارای خدو غیرمعنادار، نسبت خدو به درجه آزادی کمتر از ۳، شاخص نیکویی برازش (GFI)، شاخص برازش تطبیقی (CFI) و شاخص برازندگی هنجار شده (NFI) بیشتر از ۰/۹۵، شاخص نیکویی برازش تعدیل‌یافته (AGFI) بالاتر از ۰/۹۰، شاخص برازندگی تطبیقی مقصد (PCFI) بالاتر از ۰/۵۰، شاخص برازش افزایشی (IFI) بزرگ‌تر از ۰/۹ و تقریب ریشه میانگین مجذورات خطا (RMSEA) کوچک‌تر از ۰/۰۹ باشد. ذکر این نکته ضروری است که مهم‌ترین فاکتور قضاوت برازش مدل، توجه به تقریب ریشه میانگین مجذورات خطا (RMSEA) است؛ چرا که این عامل از تعداد حجم نمونه تأثیر نمی‌پذیرد.

جدول ۴. شاخص‌های برازندگی مدل پیشنهادی در پژوهش

RMSEA	NFI	CFI	TLI	IFI	AGFI	GFI	$\chi^2/df$	DF	$\chi^2$
(بهینه کمتر از ۰/۰۹)	(بهینه بیشتر از ۰/۹۵)	(بهینه بیشتر از ۰/۹۵)	(بهینه بیشتر از ۰/۹۵)	(بهینه بیشتر از ۰/۹۰)	(بهینه بیشتر از ۰/۹۰)	(بهینه بیشتر از ۰/۹۵)	(بهینه کمتر از ۳)		
۰/۰۶۳	۰/۹۶۳	۰/۹۷۵	۰/۹۷۶	۰/۹۵۵	۰/۹۲۵	۰/۹۶۲	۱/۹۴	۳۲	۶۲/۱۴

با توجه به جدول ۴ در مدل پیشنهادی پژوهش برای کل نمونه آزمودنی‌ها شاخص نسبت مجذور خدو به درجه آزادی ( $\chi^2/df$ ) برابر با ۱/۹۴ (مقدار مطلوب کوچک‌تر از ۳)، شاخص نیکویی برازش (GFI) برابر با ۰/۹۶۲ (مقدار مطلوب بالاتر از ۰/۹۵)، شاخص نیکویی برازش تعدیل‌یافته (AGFI) برابر با ۰/۹۲۵ (مقدار مطلوب بالاتر از ۰/۹۰)، شاخص برازش افزایشی (IFI) برابر با ۰/۹۵۵ (مقدار مطلوب بالاتر از ۰/۹۰)، شاخص توکرلوپس (IFI) برابر با ۰/۹۷۶ (مقدار مطلوب بالاتر از ۰/۹۵)، شاخص برازش تطبیقی (CFI) برابر با ۰/۹۷۵ (مقدار مطلوب بالاتر از ۰/۹۵)، شاخص برازندگی هنجار شده (NFI) برابر با ۰/۹۶۳ (مقدار مطلوب بالاتر از ۰/۹۵) و شاخص جذر میانگین مجذورات خطای تقریب (RMSEA) برابر با ۰/۰۶۳ (مقدار مطلوب پایین‌تر از

۰/۰۹) است. این یافته‌ها نشانگر برآزش مناسب مدل پیشنهادی است. در ادامه برای بررسی نقش میانجی‌گری تاب‌آوری روانی در رابطه دلبستگی ایمن، دلبستگی اجتنابی، دلبستگی دوسوگرا و چشم‌انداز زمان با امید در دانشجویان، نتایج بوت‌استرپ<sup>۱</sup> بررسی می‌شود.

جدول ۵. نتایج آزمون بوت‌استرپ برای بررسی مسیرهای غیرمستقیم

متغیر پیش‌بین	متغیر میانجی	متغیر ملاک	حد پایین	حد بالا	فاصله اطمینان	اثرات غیرمستقیم
دلبستگی ایمن	تاب‌آوری روانی	امید	۰/۱۴	۰/۲۱	۰/۹۵	۰/۱۷۱
دلبستگی اجتنابی	تاب‌آوری روانی	امید	-۰/۳۶	-۰/۱۴	۰/۹۵	۰/۱۹۲
دلبستگی دوسوگرا	تاب‌آوری روانی	امید	-۰/۵۶	-۰/۳۳	۰/۹۵	۰/۲۱۱
چشم‌انداز زمان	تاب‌آوری روانی	امید	۰/۲۳	۰/۴۴	۰/۹۵	۰/۲۴۲

با توجه به نتایج آزمون سوبل در جدول ۵ و در نظر گرفتن اینکه صفر در محدوده بالا و پایین نمرات قرار نگرفته است، نقش میانجی‌گری تاب‌آوری روانی در رابطه دلبستگی ایمن، دلبستگی اجتنابی، دلبستگی دوسوگرا و چشم‌انداز زمان با امید در دانشجویان تأیید می‌شود.

#### ۴. بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف ارائه مدل پیش‌بینی امید براساس سبک‌های دلبستگی و چشم‌انداز زمان با میانجی‌گری تاب‌آوری روانی در دانشجویان صورت پذیرفت. نتایج نشان داد سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا، چشم‌انداز زمان و تاب‌آوری روانی با امید در دانشجویان همبستگی معنادار دارند. همچنین سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا، چشم‌انداز زمان و تاب‌آوری روانی بر امید دانشجویان دارای اثر مستقیم معنادار است. علاوه بر این، نتایج بوت‌استرپ مشخص کرد تاب‌آوری روانی در رابطه سبک‌های دلبستگی و چشم‌انداز زمان با امید دانشجویان دارای نقش میانجی‌گری معنادار است.

اولین یافته این پژوهش در مورد رابطه معنادار سبک‌های دلبستگی ایمن، اجتنابی و دوسوگرا با امید و همچنین اثر مستقیم و معنادار این متغیرها بر تاب‌آوری روانی و امید دانشجویان با نتایج پژوهش‌های زیر همسو است: ایزدی طامه و همکاران (۱۳۹۳) با رابطه سبک‌های دلبستگی با عزت‌نفس و امید در دانشجویان پرستاری، مانوز و همکاران (۲۰۲۲) با نقش سبک‌های دلبستگی در رابطه بین تجارب نامطلوب دوران کودکی و امید، پهلوان شریف و همکاران (۲۰۲۱) با نقش دلبستگی در پیش‌بینی امید و رضایت از زندگی سالمندان، و رینگر و همکاران (۲۰۱۴) با رابطه سبک‌های دلبستگی با امید افراد. در تبیین این یافته باید گفت هنگامی که سبک دلبستگی به صورتی امن نضج گرفت، این حس امنیت به روابط میان‌فردی آینده و به‌خصوص روابط با محیط اطراف (چه در خانواده و چه در دانشگاه) انتقال می‌یابد. بدین جهت افراد بهره‌مند از سبک دلبستگی ایمن، ارتباطات اجتماعی و خانوادگی را سرشار از امنیت و آرامش می‌پندارند؛ بنابراین از برقراری ارتباط ترسی ندارند و روابط با دیگران را مملو از صمیمیت و دلدادگی تلقی می‌کنند (یانگ و همکاران، ۲۰۲۰). چنین فرایندی سبب می‌شود تا دانشجویان دارای دلبستگی ایمن، دنیای اطراف خویش را امن و قابل اعتماد ادراک کنند و با بهبود تحمل روانی و تاب‌آوری روان‌شناختی خود، امید بیشتری را در مورد آینده از خود نمایان سازند. علاوه بر این، باید گفت کسانی که در دوره کودکی دلبستگی مضطرب و ناایمن را از خود نشان داده‌اند، همواره چنین نگرشی دارند که ممکن است افراد نزدیکشان به اندازه‌ای که آن‌ها مایل‌اند، واقعاً آن‌ها را دوست نداشته باشند (کوک و همکاران، ۲۰۲۱). این افراد در عین حال که تمایل دارند با اطرافیان خود کاملاً یکی باشند، مضطرب، مردد و بی‌ثبات‌اند که این روند به کیفیت روابط اجتماعی‌شان آسیب جدی وارد می‌کند، بر ادراک آن‌ها از امنیت محیطی و خانوادگی اثر می‌گذارد و سبب می‌شود امید و خوش‌بینی آن‌ها کاهش یابد. در تبیین اثر دلبستگی اجتنابی بر تاب‌آوری روانی و امید نیز می‌توان گفت افراد با دلبستگی اجتنابی به‌طور معکوس تأثیر می‌پذیرند و از ارتباطات اجتماعی و خانوادگی فاصله می‌گیرند. همچنین آن‌ها درکی منفی از روابط خود دارند و سطوح پایین‌تری از اعتماد، صمیمیت و تعهد را نشان می‌دهند (ویدوم و همکاران، ۲۰۱۸). این روند سبب

می‌شود تا کاستی‌های خود در برقراری ارتباط سازنده با اطرافیان را در قالب ترس از صمیمیت نشان دهند که به شکل معمول این فرایند سبب کاهش آرامش روانی، سلامت روان و بهزیستی روان‌شناختی آن‌ها می‌شود، زمینه را برای کاهش ادراک توانایی ذهنی و تاب‌آوری روانی مهیا می‌سازد و خوش‌بینی و امید آن‌ها را به اطرافیان و آینده کاهش می‌دهد.

دومین یافته این پژوهش در مورد رابطه معنادار چشم‌انداز زمان با امید و همچنین اثر مستقیم و معنادار این متغیر بر تاب‌آوری روانی و امید دانشجویان با نتایج پژوهش رحیمی و همکاران (۱۳۹۸) مبنی بر رابطه ابعاد چشم‌انداز زمان با ذهن‌آگاهی و امید به زندگی در دانشجویان، با یافته محمدی و همکاران (۱۳۹۵) مبنی بر نقش مؤثر چشم‌انداز زمان در پیش‌بینی امیدواری دانشجویان، و با کاوش تقی‌لو و لطیفی (۱۳۹۵) مبنی بر رابطه چشم‌انداز زمان با امیدواری و آسفتگی روان‌شناختی هم‌راستا است. در تبیین یافته حاضر می‌توان گفت چشم‌انداز زمان مطلوب و متعادل، مهم‌ترین عامل سلامت روان‌شناختی و عملکرد اجتماعی موفق است (اونیل و همکاران، ۲۰۲۲). کسی که نمرات بالا و متعادل در هردو بعد آینده و حال لذت‌گرا دارد، برای آینده برنامه‌ریزی می‌کند، اما در آینده زندگی نمی‌کند. در واقع می‌تواند در عین حال که به عواقب رفتارهای خود می‌اندیشد و سنجیده عمل می‌کند، در لحظه حال حضور داشته باشد و با بهره‌مندی از لذت‌های سالم و بی‌خطر، شرایطی پر از شور و انرژی برای خود فراهم کند. آینده‌نگری، زندگی در حال، سنجیده عمل کردن و بررسی کردن همه‌جانبه موقعیت‌ها موجب دیدن ابعاد مختلف یک مسئله می‌شود و راه غلبه بر مشکلات و چالش‌ها را با بهره‌گیری از تاب‌آوری روانی پیش‌روی فرد باز می‌کند. فردی که پرشور و انرژی است، با انگیزه راه رسیدن به خواسته‌هایش را طی می‌کند که این روند نیز به افزایش امیدواری می‌انجامد. در تبیینی دیگر باید گفت چشم‌انداز زمان سبب می‌شود تا گذشته، حال و آینده برای فرد معنا و مفهوم پیدا کند. به عبارت دیگر، چشم‌انداز زمانی به‌عنوان سبک شناختی بهنجار موجب می‌شود تا افراد با گذشته، حال و آینده خود به شکل بهنجاری ارتباط برقرار کنند (مک‌کی و کول، ۲۰۲۰). براساس چنین رویکرد و نگرش سازنده‌ای، چشم‌انداز زمان سبب می‌شود دانشجویان بتوانند بدون درگیری افراطی با رخدادهای گذشته و همچنین بدون نگرانی فزاینده از آینده، در زمان حال زندگی کنند و امید و خوش‌بینی بهنجاری را به آینده و اتفاقات پیرامونی از خود نشان دهند.

در نهایت، نتایج بوت‌استرپ نشان داد تاب‌آوری روانی نقش میانجی‌گری معناداری در رابطه بین سبک‌های دلبستگی و چشم‌انداز زمان با امید در دانشجویان دارد. یافته حاضر با نتایج پژوهش‌های زیر هم‌راستا است: امیرحسینی و همکاران (۱۳۹۸) با نقش میانجی‌گری تاب‌آوری در رابطه بین سخت‌رویی و خودکارآمدی کارکنان، هاشمی و همکاران (۱۳۹۸) با نقش میانجی تاب‌آوری در ارتباط راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و تحمل پریشانی با رضایت از زندگی دانشجویان مستعد اعتیاد، میرزایی جولادی و همکاران (۱۳۹۹) با نقش میانجی تاب‌آوری در پیش‌بینی کیفیت زندگی افراد داغ‌دیده براساس هوش معنوی، موسوی و همکاران (۱۳۹۹) با نقش میانجی تاب‌آوری در رابطه بین سواد سلامت و کیفیت زندگی اختصاصی در بیماران مبتلا به سرطان پستان، خردمند و همکاران (۱۴۰۰) بر نقش میانجی‌گری تاب‌آوری در پیش‌بینی سلامت روان و رشد پس از آسیب پرستاران براساس خوش‌بینی، یانگ و همکاران (۲۰۲۲) با نقش میانجی‌گری تاب‌آوری در رابطه بین آسیب‌های روان‌شناختی و هیجانی با افسردگی نوجوانان و رشید و همکاران (۲۰۲۲) با نقش میانجی‌گری تاب‌آوری در رابطه بین بهزیستی روانی و معنا در زندگی دانشجویان. در تبیین نتایج حاضر ابتدا باید به مبنای نظری تاب‌آوری روانی توجه کرد. تاب‌آوری روانی یکی از راهبردهای مناسب برای ارتقای سلامت روان در افراد است (خردمند و همکاران، ۱۴۰۰). تاب‌آوری روانی کمک می‌کند فرد با وجود قرارگرفتن در معرض فشارهای شدید و عوامل خطر بتواند عملکرد اجتماعی، فردی و روان‌شناختی خود را بهبود دهد و بر مشکلات چیره شود. علاوه بر این، تاب‌آوری روانی برای افراد، یک فاکتور محافظتی در مقابل سختی‌ها و خطرات به‌شمار می‌رود. تاب‌آوری روانی در پی آن است تا در راستای شتاب‌بخشیدن به تغییر روان‌شناختی از طریق درگیری ذهنی، نه تنها ترمیم بدترین رویدادها در زندگی را برعهده گیرد، بلکه بهترین کیفیت در زندگی را نیز ایجاد کند (یانگ و همکاران، ۲۰۲۲). براین اساس مبانی نظری و مفهومی تاب‌آوری روانی بر دیدن جنبه‌های مثبت رویدادها و رخدادهای زندگی تأکید دارند. این امر می‌تواند افکار و اندیشه‌های دانشجویان را از قرارگرفتن در چرخه‌ای ناکارآمد و ناسالم دور کند و از این طریق امید آن‌ها را افزایش دهد. همچنین باید گفت تاب‌آوری دارای ویژگی‌هایی است که سبب می‌شود فرد با بهره‌گیری از آن، آرامش خود را در شرایط تنیدگی حفظ کند، در

مواجهه با موانع منطف باشد، از راهبردهای فرسایشی اجتناب ورزد و خوش‌بینی و احساسات مثبت را به هنگام دشواری‌ها حفظ کند (حق رنجبر و همکاران، ۱۳۹۰). براین اساس افرادی که از تاب‌آوری روانی مناسبی برخوردارند، اغلب با ایجاد هیجانات مثبت، پس از مقابله و رویارویی با موقعیت‌های تنیدگی‌زا به حالت طبیعی بازمی‌گردند (آرک و همکاران<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹). آن‌ها با این روش می‌توانند راهبردهای فعالانه‌ای را برای بهبود شرایط شناختی و روانی خود به کار گیرند و با گسترش توانایی روانی خود، برنامه‌ریزی بهتری را در تعاملات محیطی، اجتماعی و فردی خود انجام دهند و امید خود به آینده را تقویت کنند.

پژوهش حاضر محدود به دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه‌های غیردولتی (شامل دانشگاه آزاد اسلامی و غیرانتفاعی - غیردولتی) بود. علاوه بر این، این پژوهش در عدم کنترل متغیرهای تأثیرگذار اجتماعی، خانوادگی و شخصیتی در کاهش امید دانشجویان و همچنین نقش این فرایند بر سبک‌های دلبستگی، چشم‌انداز زمان و تاب‌آوری روانی دانشجویان محدودیت‌هایی داشت. پیشنهاد می‌شود به منظور افزایش تعمیم‌پذیری یافته‌ها، در سطح طرح پیشنهادی پژوهشی، این پژوهش در سایر استان‌ها و مناطق با فرهنگ‌های مختلف با توجه به نگرش‌ها و باورهای اجتماعی متفاوت، دانشجویان دانشگاه‌های دولتی و کنترل عوامل ذکر شده انجام شود. در سطح عملی نیز پیشنهاد می‌شود با توجه به نقش میانجی‌گری تاب‌آوری روانی در پیش‌بینی امید براساس سبک‌های دلبستگی و چشم‌انداز زمان در دانشجویان، لازم است درمانگران بالینی و مشاوران متخصص با استفاده از تکنیک‌هایی مانند آموزش تاب‌آوری روانی تلاش کنند امید و خوش‌بینی دانشجویان به آینده را بهبود بخشند تا از این طریق میزان بروز و تشدید علائم آسیب‌زای روان‌شناختی و هیجانی نیز در نزد آن‌ها کاهش یابد.

## ۵. ملاحظات اخلاقی

مقاله حاضر مستخرج از رساله دکتری تخصصی نویسنده اول مقاله و مصوب کمیته اخلاق در پژوهش دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی با کد IRCT به شناسه IR.IAU.CTB.REC.1401.085 است. در اجرای این پژوهش، ملاحظات اخلاقی از جمله اصالت داده‌ها و محرمانه نگه‌داشتن اطلاعات فردی شرکت‌کنندگان در پژوهش رعایت شد. اطلاعات به صورت کد در اختیار افراد دیگر (متخصص آماری و...) قرار گرفت. ارجاع‌دهی مناسب به منابع مورد استفاده و تشریح اهداف پژوهش برای آزمودنی‌ها، کسب رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان و در نظر گرفتن حق آن‌ها در عدم تکمیل پرسشنامه‌های پژوهش نیز رعایت شد.

## ۶. سپاسگزاری و حمایت مالی

نویسندگان بر خود لازم می‌دانند از دانشجویان گرامی دانشگاه‌های غیردولتی شهر تهران که در اجرای پژوهش همکاری کردند، سپاسگزاری کنند. برای اجرای این پژوهش، هیچ‌گونه حمایت مالی‌ای دریافت نشده است.

## ۷. تعارض منافع

نویسندگان اعلام می‌دارند در پژوهش حاضر هیچ‌گونه تعارض منافی وجود ندارد.

## منابع

- اسفندیار، ی.، راه نجات، ا. م.، موسوی، م.، و صبیان، ب. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش تاب‌آوری در کاهش استرس و اقدام به خودزنی سربازان، در شهر تهران در سال ۱۳۹۷. *مجله طب نظامی*. ۳۲(۱)، ۳۷-۲۵. <https://doi.org/10.30491/JMM.22.1.12>
- امیرحسینی، س. ا.، حسینی، م.، ادریسی، ح.، سیاوش‌پور، ص.، و حسینی، ه. (۱۳۹۸). رابطه بین سخت‌رویی و خودکارآمدی با نقش میانجی‌گری تاب‌آوری در کارکنان نیروی انتظامی جمهوری اسلامی ایران. *فصلنامه مدیریت منابع در نیروی انتظامی*. ۷(۱)، ۱۸۴-۱۶۱. [http://rmpjmd.jrl.police.ir/article\\_91236.html](http://rmpjmd.jrl.police.ir/article_91236.html)
- ایزدی طامه، ا.، حسین‌زاده، م.، و عزت‌آقاجری، پ. (۱۳۹۳). رابطه سبک‌های دلبستگی با عزت‌نفس و امید در دانشجویان پرستاری. *فصلنامه علمی-پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی زابل*. ۶(۱)، ۲۵-۱۶. <https://www.sid.ir/paper/203597/fa>

- بشارت، م. ع.، گلی‌نژاد، م.، و احمدی، ع. ا. (۱۳۸۲). بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و مشکلات بین‌شخصی. *مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران (اندیشه و رفتار)*. ۴/۸، ۸۱-۷۴. <https://www.sid.ir/paper/16754/fa>
- تقی‌لو، ص.، و لطیفی، ح. (۱۳۹۵). نقش واسطه‌ای امیدواری در رابطه بین چشم‌انداز زمان و آشفتگی روان‌شناختی. *مجله اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی*. ۱۱(۳۹)، ۶۷-۷۶. <https://sanad.iau.ir/Journal/jtbcp/Article/1118376>
- حق رنجبر، ف.، کاکوند، ع.، برجلی، ا.، و برماس، ح. (۱۳۹۰). تاب‌آوری و کیفیت زندگی مادران دارای فرزند کم‌توان ذهنی. *فصلنامه سلامت و روان‌شناسی*. ۱(۱)، ۱۸۷-۱۷۷. <https://www.sid.ir/paper/242670/en>
- خردمند، م.، زادافشار، س.، عباسخانیان وانلو، ف.، و یزدخواستی، ف. (۱۴۰۰). نقش خوش‌بینی بر سلامت روان و رشد پس از آسیب پرستاران بخش کرونایی با میانجی‌گری تاب‌آوری و تنظیم شناختی هیجان. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*. ۱۵(۴)، ۵۰-۳۳. <https://doi.org/10.52547/apsy.2021.222392.1070>
- رحیمی، س.، حاجلو، ن.، و بشرپور، س. (۱۳۹۸). نقش ذهن‌آگاهی و امید به زندگی در پیش‌بینی ابعاد چشم‌انداز زمان در دانشجویان. *مجله فرهنگ در دانشگاه اسلامی*. ۹(۲)، ۳۱۱-۲۹۵. [http://ciu.nahad.ir/article\\_671.html](http://ciu.nahad.ir/article_671.html)
- شریفی، ن.، بشرپور، س.، نریمانی، م.، و صبحی قراملکی، ن. (۱۳۹۹). مقایسه اثربخشی آموزش تاب‌آوری و تنظیم هیجان بر استرس ادراک‌شده و حساسیت اضطرابی کارکنان آتش‌نشانی. *مجله روان‌شناسی بالینی*. ۱۲(۴)، ۱۱۳-۱۰۳. <https://doi.org/10.22075/jcp.2021.20165.1860>
- صفاآرا، م.، خانابایی، م.، و خانابایی، م. (۱۳۹۹). تأثیر آموزش مهارت‌های معنوی بر ارتقای کیفیت زندگی و امید به زندگی مادران دارای کودک کم‌توان ذهنی. *فصلنامه روان‌شناسی افراد استثنایی*. ۱۰(۳۷)، ۱۸۰-۱۶۱. <https://doi.org/10.22054/jpe.2020.43806.2009>
- علیزاده‌فرد، س.، محتشمی، ط.، حقیقت‌گو، م.، و زیمباردو، ف. ج. (۱۳۹۵). بررسی خصوصیات روان‌سنجی فرم کوتاه پرسشنامه چشم‌انداز زمان در جمعیت بزرگسالان شهر تهران. *فصلنامه روان‌شناسی بالینی و شخصیت*. ۱۴(۲)، ۱۶۹-۱۵۷. [https://cpap.shahed.ac.ir/article\\_2790.html](https://cpap.shahed.ac.ir/article_2790.html)
- فرزادی، ف.، بهروزی، ن.، و شهینی بیلاق، م. (۱۳۹۵). رابطه علی بین شیوه‌های فرزندپروری، سبک‌های دلبستگی و بی‌انضباطی با میانجی‌گری خودتنظیمی هیجانی، مهارت‌های اجتماعی و نظریه ذهن. *فصلنامه روان‌شناسی خانواده*. ۳(۲)، ۱۶-۳. <https://ijfpjournal.ir/article-245514.html>
- محمدی، م.، دانش، ع.، و تقی‌لو، ص. (۱۳۹۵). پیش‌بینی امیدواری براساس جهت‌گیری مذهبی و چشم‌انداز زمان. *فصلنامه روان‌شناسی کاربردی*. ۱۰(۳)، ۱۵۷-۱۷۴. [https://apsy.sbu.ac.ir/article\\_96589.html?lang=fa](https://apsy.sbu.ac.ir/article_96589.html?lang=fa)
- مرادی، م.، حسین چاری، م.، سلیمانی خشاب، ع. ع.، و دهقانی‌زاده، م. ح. (۱۳۹۳). پیش‌بینی ابعاد بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان براساس ابعاد سبک دلبستگی و عزت‌نفس. *مجله مطالعات روان‌شناسی تربیتی*. ۱۱(۲۰)، ۱۷۴-۱۳۵. <https://ensani.ir/fa/article/353719>
- مظفری، و. (۱۳۹۸). اثربخشی شناخت‌درمانی مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر تاب‌آوری و کنترل هیجانی همسران جانباز اعصاب و روان. *مجله طب جانباز*. ۱۱(۲)، ۶۶-۶۱. <http://ijwph.ir/article-1-772-en.html>
- موسوی، س. ح.، باقریان سرارودی، ر.، مسچی، ف.، خلعتبری، ج.، و تاجری، ب. (۱۳۹۹). نقش میانجی تاب‌آوری در رابطه بین سواد سلامت و کیفیت زندگی اختصاصی در بیماران مبتلا به سرطان پستان. *فصلنامه روان‌شناسی سلامت*. ۹(۱)، ۹۴-۷۹. <https://doi.org/10.30473/hpj.2020.52453.4785>
- موسوی، س. ش.، و هومن، ح. ع. (۱۳۹۲). رابطه بین امید با یادگیری خود‌نظم‌یافته و رضایت‌مندی از تحصیل در بین دانشجویان. *فصلنامه تحقیقات روان‌شناختی*. ۵(۱۹)، ۳۶-۲۱. <https://sanad.iau.ir/Journal/qpr/Article/1070156/FullText>
- مؤمنی، ف. (۱۳۹۹). اثربخشی آموزش تاب‌آوری بر امید به زندگی و بهزیستی روان‌شناختی مادران دارای فرزند ناتوانی‌های خاص یادگیری. *فصلنامه ایده‌های نوین روان‌شناسی*. ۴(۸)، ۱۴-۱. <http://jnip.ir/article-1-264-fa.html>



میرزایی جولادی، م.، بشرپور، س.، و نریمانی، م. (۱۳۹۹). پیش‌بینی کیفیت زندگی افراد داغ‌دیده براساس هوش معنوی: نقش میانجی تاب‌آوری. *مجله علوم پزشکی رازی*. ۲۷(۵)، ۱۶۴-۱۵۳. <http://rjms.iuims.ac.ir/article-1-5932-fa.html>

هاشمی، ن.، سیافی، س.، و اندامی، ع. (۱۳۹۸). ارتباط راهبردهای تنظیم شناختی هیجان و تحمل پریشانی با رضایت از زندگی دانشجویان مستعد اعتیاد: نقش میانجی تاب‌آوری. *مجله اعتیادپژوهی*. ۱۳(۵۳)، ۱۷۶-۱۵۷. <http://etiadjohi.ir/article-1-2072-fa.html>

یوسفیان، ز.، احدی، ح.، و کراسکیان موجمناری، آ. (۱۳۹۸). اثربخشی معنویت‌درمانی بر پریشانی روان‌شناختی و تاب‌آوری بیماران تالاسمی. *فصلنامه علوم روان‌شناختی*. ۱۸(۱۴)، ۲۲۹۳-۲۲۸۵. <http://psychologicalscience.ir/article-1-368-fa.html>

## References

- Abdelrahman, R. M. (2020). Metacognitive awareness and academic motivation and their impact on academic achievement of Ajman University students. *Heliyon*, 6(9), 419-425. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04192>
- Alizadeh Fard, S., Mohtashami, T., Haghightgoo, M., & Zimbardo, P. G. (2017). Investigation of psychometric characteristics of Time Perspective Inventory (short form) in adult population of Tehran. *Biannual Journal of Clinical Psychology and Personality*, 14(2), 157-169. [https://cpap.shahed.ac.ir/article\\_2790.html](https://cpap.shahed.ac.ir/article_2790.html) (In Persian)
- Amir Hoseini, E., Hassani, M., Edrisi, H., Siavashpoor, S., & Hassani, H. (2019). The relationship between hardiness and self-efficacy with the mediating role of resilience in Islamic Republic of Iran law enforcement staff. *Resource Management in Police Journal of the Management Department*, 7(1), 161-184. [https://rmpjmd.jrl.police.ir/article\\_91236.html?lang=en](https://rmpjmd.jrl.police.ir/article_91236.html?lang=en) (In Persian)
- Anderson, J. R., Mayes, T. L., Fuller, A., Hughes, J. L., Minhajuddin, A., & Trivedi, M. H. (2022). Experiencing bullying's impact on adolescent depression and anxiety: Mediating role of adolescent resilience. *Journal of Affective Disorders*, 310, 477-483. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.04.003>
- Arce, E., Simmons, A. N., Stein, M. B., Winkielman, P., Hitchcock, C., & Paulus, M. P. (2009). Association between individual differences in self-reported emotional resilience and the affective perception of neutral faces. *Journal of Affective Disorders*, 114(1-3), 286-293. <http://doi.org/10.1016/j.jad.2008.08.015>
- Backmann, J., Weiss, M., Schippers, M. C., & Hoegl, M. (2019). Personality factors, student resiliency, and the moderating role of achievement values in study progress. *Learning and Individual Differences*, 72, 39-48. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2019.04.004>
- Bartholomew, K., & Shaver, P. R. (1998). Methods of assessing adult attachment: Do they converge? In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 25-45). The Guilford Press. <https://www.psycnet.apa.org/record/1997-36873-001>
- Besharat, M. A., Golinejad, M., & Ahmadi, A. A. (2003). An investigation of the relationship between attachment styles and interpersonal problems. *Iranian Psychiatry and Clinical Psychology*, 8(4), 74-81. <https://www.magiran.com/p121456> (In Persian)
- Chen, M., & Jiang, S. (2019). Analysis and research on mental health of college students based on cognitive computing. *Cognitive Systems Research*, 56(12), 151-158. <https://doi.org/10.1016/j.cogsys.2019.03.003>
- Chung, K., & Choi, E. (2014). Attachment styles and mother's well-being among mothers of preschool children in Korea: The mediating role of marital satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 69, 135-139. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.05.027>
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1994). Cognitive representations of attachment: The structure and function of working models. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Attachment processes in adulthood* (pp. 53-90). Jessica Kingsley Publishers. <http://psycnet.apa.org/record/1994-97997-002>

- Conner, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Conner-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety, 18*(2), 76-82.  
<https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Cooke, J. E., Racine, N., Plamondon, A., Tough, S., & Madigan, S. (2019). Maternal adverse childhood experiences, attachment style and mental health: Pathways of transmission to child behavior problems. *Child Abuse & Neglect, 93*, 27-37. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2019.04.011>
- Dreves, P. A., & Blackhart, G. C. (2019). Thinking into the future: How a future time perspective improves self-control. *Personality and Individual Differences, 149*, 141-151.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.05.049>
- Dunkel, C. S., Lukaszewski, A. W., & Chua, K. (2016). The relationships between sex, life history strategy, and adult romantic attachment style. *Personality and Individual Differences, 98*, 176-178.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.04.040>
- Esfandiar, Y., Rahnejat, A. M., Mousavi, M., & Sabayan, B. (2020). The effectiveness of resiliency training on reduction of emotional stress and self-mutilation attempt in soldiers in Tehran, Iran in 2018. *Journal of Military Medicine, 22*(1), 27-35.  
[https://militarymedj.bmsu.ac.ir/article\\_1000869.html?lang=en](https://militarymedj.bmsu.ac.ir/article_1000869.html?lang=en) (In Persian)
- Farzadi, F., Behroozi, N., & Shehni Yailagh, M. (2017). The causal relationship between parenting styles, attachment styles and indiscipline mediated by the emotional self-regulating mediation, social skills and theory of mind. *Iranian Journal of Family Psychology, 3*(2), 3-16.  
<https://ijfpjournal.ir/article-245514.html?lang=en> (In Persian)
- Hagh Ranjbar, F., Kakavand, A. R., Borjali, A., & Bermas, H. (2011). Resiliency and life quality in mothers of children with mental retardation. *Journal of Health Psychology, 1*(1), 177-187.  
<https://www.sid.ir/paper/242670/en> (In Persian)
- Hashemi, N., Sayafi, S., & Andami, A. (2019). The relationship between cognitive emotion regulation strategies and distress tolerance with life satisfaction in addicted students: The mediating role of resilience. *Research on Addiction Drug Control Headquarters of the Presidency, 13*(53), 157-176.  
<http://etiadpajohi.ir/article-1-2072-en.html> (In Persian)
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Personality and Social Psychology, 52*(3), 511-542. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>
- Izadi Tameh, A., Hosseinzadeh, M., & Ezate Aghajari, P. (2014). Relationship between attachment style, self-esteem and hopefulness in nursing students. *Journal of Zabol University of Medical Sciences and Health Services (Rostamineh), 6*(1), 16-25. <https://www.sid.ir/paper/203597/en> (In Persian)
- Kheradmand, M., Zadafshar, S., Abaskhanian Davanloo, F., & Yazdkhasti, F. (2021). Role of optimism of mental health and post-traumatic growth in Coronavirus unit's nurses by mediation of resilience and cognitive emotion-regulation. *Applied Psychology, 15*(4), 33-50.  
<https://doi.org/10.52547/apsy.2021.222392.1070> (In Persian)
- Kirkpatrick, L. A., & Hazan, C. (1994). Attachment styles and close relationships: A four-year prospective study. *Journal of Personal Relationships, 1*(2), 123-142. <http://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1994.tb00058.x>
- KoelKebeck, K., Liedtke, C., Kohl, W., Alferink, J., & Kret, M. E. (2017). Attachment style moderates theory of mind abilities in depression. *Journal of Affective Disorders, 213*, 156-160.  
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.02.021>
- McKay, M. T., & Cole, J. C. (2020). The relationship between balanced and negative time perspectives, and symptoms of anxiety and depression. *Psychiatry Research, 293*(3), 113383.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113383>

- Meens, E. E. M., Bakx, A. W. E. A., Klimstra, T. A., & Denissen, J. J. A. (2018). The association of identity and motivation with students' academic achievement in higher education. *Learning and Individual Differences, 64*, 54-70. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2018.04.006>
- Mirzaie Joladi, M., Basharpour, S., & Narimani, M. (2020). Prediction of the quality of life in bereaved people based on spiritual intelligence: The mediating role of resilience. *Razi Journal of Medical Sciences, 27*(5), 153-164. <http://rjms.iums.ac.ir/article-1-5932-en.html> (In Persian)
- Mohammadi, M., Danesh, E., & Taghiloo, S. (2016). Predicting hope based on religious orientation and time perspective. *Applied Psychology, 10*(3), 157-174. [https://apsy.sbu.ac.ir/article\\_96589.html?lang=en](https://apsy.sbu.ac.ir/article_96589.html?lang=en) (In Persian)
- Momeni, F. (2020). The effectiveness of resiliency training on life expectancy and psychological well-being of mothers with children with special learning disabilities. *Psychology New Ideas, 4*(8), 1-14. <http://jnip.ir/article-1-264-en.html> (In Persian)
- Moradi, M., Hosen Chari, M., Solemani Khashab, A. A., & Dehghanizadeh, M. H. (2015). The predicting dimensions of psychological well-being of students based on dimensions of attachment style and self-esteem. *Educational Psychology Studies, 11*(20), 135-174. [https://www.jeps.usb.ac.ir/article\\_1856.html?lang=en](https://www.jeps.usb.ac.ir/article_1856.html?lang=en) (In Persian)
- Mousavi, S. H., & Hooman, H. A. (2013). The relationship between hope with self-regulated learning and academic satisfaction among students. *Psychological Research, 5*(19), 21-36. <https://sanad.iau.ir/Journal/qpr/Article/1070156/FullText> (In Persian)
- Mousavi, S. H., Bagherian-Saraoudi, R., Meschi, F., Khalatbari, J., & Tajeri, B. (2020). The role of mediating resilience in the relationship between health literacy and specific quality of life in breast cancer patients. *Health Psychology, 9*(33), 79-94. <https://doi.org/10.30473/hpj.2020.52453.4785> (In Persian)
- Mozaffari, V. (2019). Effectiveness of cognitive mindfulness-based-therapy on resilience and emotional control of psychiatric Veteran's wives. *Iranian Journal of War and Public Health, 11*(2), 61-66. <http://ijwph.ir/article-1-772-en.html> (In Persian)
- Munoz, R. T., Pharris, A. B., & Hellman, C. M. (2022). A linear model of adverse childhood experiences (ACEs) as drivers of lower hope mediated by lower attachment security in an adult sample. *Family Violence, 37*(4), 671-679. <http://doi.org/10.1007/s10896-021-00282-5>
- Nickisch, A., Palazova, M., & Ziegler, M. (2020). Dark personalities-dark relationships? An investigation of the relation between the dark tetrad and attachment styles. *Personality and Individual Differences, 167*, 1102-1105. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110227>
- O'Neill, E., Clarke, P., Fido, D., & Vione, K. C. (2022). The role of future time perspective, body awareness and social connectedness in the relationship between self-efficacy and resilience. *International Journal of Mental Health and Addiction, 20*, 1171-1181. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00434-6>
- Pahlevan Sharif, S., Amiri, M., Allen, K. A., Sharif Nia, H., Khoshnavay Fomani, F., Hatf Matbue, Y., ... & Waheed, H. (2021). Attachment: The mediating role of hope, religiosity and life satisfaction in older adults. *Health and Quality of Life Outcomes, 19*(57), 213-218. <https://doi.org/10.1186/s12955-021-01695-y>
- Rahimi, S., Hajloo, N., & Basharpour, S. (2019). The role of mindfulness and life expectancy in predicting dimensions of time perspective in students. *Iranian Journal of Culture in the Islamic University, 9*(31), 295-311. [http://ciu.nahad.ir/article\\_671.html?lang=en](http://ciu.nahad.ir/article_671.html?lang=en) (In Persian)
- Rand, K. L., Shanahan, M. L., Fischer, I. C., & Fortney, S. K. (2020). Hope and optimism as predictors of academic performance and subjective well-being in college students. *Learning and Individual Differences, 81*, 101906. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2020.101906>

- Rasheed, N., Fatima, I., & Tariq, O. (2022). University students' mental well-being during COVID-19 pandemic: The mediating role of resilience between meaning in life and mental well-being. *Acta Psychologica*, 227, 103618. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103618>
- Ringer, J. M., Buchanan, E. E., Olesek, K., & Lysaker, P. H. (2014). Anxious and avoidant attachment styles and indicators of recovery in schizophrenia: Associations with self-esteem and hope. *Psychology and Psychotherapy*, 87(2), 209-221. <https://doi.org/10.1111/papt.12012>
- Rudzinska-Wojciechowska, J., Wojciechowski, J., & Stolarski, M. (2021). Do time perspectives predict school performance beyond intelligence and personality? *Personality and Individual Differences*, 172, 110594. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110594>
- Safara, M., Khanbabaee, M., & Khanbabaee, M. (2020). The efficacy of spiritual skills training in promoting quality of life and life hope of mothers having child with intellectual disability. *Psychology of Exceptional Individuals*, 10(37), 161-180. <https://doi.org/10.22054/jpe.2020.43806.2009> (In Persian)
- Sharifi, N., Basharpour, S., Narimani, M., & Sobhi-Gharamaleki, N. (2021). Comparison of the effectiveness of resiliency training and emotion regulation on perceived stress and anxiety sensitivity in firefighting staff. *Journal of Clinical Psychology*, 12(4), 103-113. <https://doi.org/10.22075/jcp.2021.20165.1860> (In Persian)
- Shorter, P., Turner, K., & Mueller-Coyne, J. (2022). Attachment Style's impact on loneliness and the motivations to use social media. *Computers in Human Behavior Reports*, 7(4), 100212. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2022.100212>
- Sircova, A., Van De Vijver, F. J., Osin, E., Milfont, T. L., Fieulaine, N., Kislali-Erginbilgic, A., ... & Boyd, J. N. (2014). A global look at time: A 24-country study of the equivalence of the Zimbardo Time Perspective Inventory. *Sage Open*, 4(1), 2158244013515686. <https://doi.org/10.1177/2158244013515686>
- Snyder, C. R., Feldman, D. B., Shorey, H. S., & Rand, K. L. (2002). Hopeful choices: A school counselor's guide to hope theory. *Professional School Counseling*, 5(5), 298-307. <https://www.jstor.org/stable/42732369>
- Sympson, S. C. (1999). Validation of the Domain Specific Hope Scale: Exploring hope in life domains. *Doctoral Dissertation*. Faculty of Psychology, University of Kansas, Lawrence. <https://www.proquest.com/docview/304520150?pqorigsite=gscholar%26fromopenview>
- Taghiloo, S., & Latifi, H. (2016). The mediating role of hopefulness in the relationship between time perspective and psychological crisis. *Thoughts and Behavior in Clinical Psychology*, 39(11), 67-76. <https://sanad.iau.ir/en/Journal/jtbcp/Article/1118376> (In Persian)
- Thomas, L. J., & Asselin, M. (2018). Promoting resilience among nursing students in clinical education. *Nurse Education in Practice*, 28, 231-234. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2017.10.001>
- Tlapek, S. M., Auslander, W., Edmond, T., Gerke, D., Schrag, R. V., & Threlfall, J. (2017). The moderating role of resiliency on the negative effects of childhood abuse for adolescent girls involved in child welfare. *Children and Youth Services Review*, 73, 437-444. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2016.11.026>
- Tomich, P. L., & Tolich, A. (2021). Life is a balancing act: Deviation from a balanced time perspective mediates the relationship between lifetime trauma exposure and optimism. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 40(5), 2472-2480. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00191-3>
- Welch, J. G. (2014). Hope for community college students: The impact of merit aid on persistence, graduation, and earnings. *Economics of Education Review*, 43, 1-20. <https://doi.org/10.1016/j.econedurev.2014.08.001>

- Widom, C. S., Czaja, S. J., Kozakowski, S. S., & Chauhan, P. (2018). Does adult attachment style mediate the relationship between childhood maltreatment and mental and physical health outcomes? *Child Abuse & Neglect*, 76, 533-545. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2017.05.002>
- Yang, Y., Ma, X., Kelifa, M. O., Li, X., Chen, Z., & Wang, P. (2022). The relationship between childhood abuse and depression among adolescents: The mediating role of school connectedness and psychological resilience. *Child Abuse & Neglect*, 131, 1057-1060. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2022.105760>
- Yoosefian, Z., Ahadi, H., & Keraskian Mojmanari, A. (2019). The effectiveness of spirituality therapy on psychological distress and resilience of thalassemia patients. *Psychological Science*, 18(84), 2285-2293. <http://psychologicalscience.ir/article-1-368-en.html> (In Persian)
- Young, L., Kolubinski, D. C., & Frings, D. (2020). Attachment style moderates the relationship between social media use and user mental health and well-being. *Heliyon*, 6(6), 04056. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04056>
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271-1288. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.77.6.1271>
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (2008). *The time paradox: The new psychology of time that will change your life*. New York: Free Press.