

The structural relation between personality traits, self-efficiency beliefs and subjective well-being among staff of Universities

Sourati P. MSc[✉], Farahani MN. PhD¹, Moradi A. PhD¹

[✉] Department of Psychology, Faculty of Psychology, Baku State University, Baku, Azerbaijan

¹ Department of Psychology, Psychology & Educational Sciences Faculty, Kharazmi University, Karaj, Iran

Received: 2013.9.16

Accepted: 2014.1.20

Abstract

Introduction: Subjective well-being is the psychological component of quality of life, which has a pivotal role in achievement of success and increasing favourable behaviours; therefore it is of great importance to study that in different societies. Current Study aimed to investigate the structural relations between personality, self-efficiency and subjective well-being.

Method: This is a correlational study which was performed on 479 individuals of Guilan universities' staff. They were selected by cluster sampling. The data collection tools were Iranian Big Five Inventory (GARDON), Self-Efficacy and subjective well-being questionnaires. Next, data analysis was done using structural equation modeling.

Results: Analysis showed that personality traits and self-efficacy predict 46% of subjective well-being variation. The total effect coefficients (summation of direct and indirect path coefficient) of the three factors of neuroticism/emotional stability, extraversion/happiness and conscience/humility was significant ($p < 0.01$); and self-efficacy significantly mediates the relations between these three traits and subjective well-being.

Conclusion: Considering the significant mediating role of self-efficacy in relation between personality traits and subjective well-being, we can increase the positive effect of extraversion trait, and decrease the negative effect of neuroticism on the well-being of individuals through training cognitive skills.

Keywords: Subjective Well-Being, Self-Efficacy Beliefs, Personality Traits

رابطه ساختاری بین صفات شخصیت، باورهای خودکارآمدی و بهزیستی ذهنی در کارمندان دانشگاه

پوران صورتی[✉]، محمد نقی فراهانی^۱، علیرضا مرادی^۱

[✉]گروه روانشناسی، دانشکده روانشناسی، دانشگاه دولتی باکو، آذربایجان
^۱گروه روان‌شناسی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه خوارزمی، کرج، ایران

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۲/۱۰/۳۰

تاریخ دریافت: ۱۳۹۲/۶/۲۵

چکیده

مقدمه: بهزیستی‌ذهنی مؤلفه روان‌شناختی کیفیت زندگی است که نقش اساسی در کسب موفقیت و افزایش رفتارهای مطلوب دارد، بنابراین مطالعه آن در جوامع مختلف از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. پژوهش حاضر با هدف مطالعه رابطه ساختاری بین صفات شخصیت، باورهای خودکارآمدی و بهزیستی‌ذهنی انجام شده است.

روش: این پژوهش به روش همبستگی و با نمونه‌ای به حجم ۴۷۹ نفر از کارمندان دانشگاه که با روش نمونه‌برداری خوشه‌ای انتخاب شده بودند، انجام شده است. این پژوهش برای سنجش متغیرها از پرسشنامه‌های پنج بزرگ ایرانی (گردون)، باورهای خودکارآمدی و بهزیستی‌ذهنی بزرگسالان و برای تحلیل داده‌ها از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری استفاده نموده است.

یافته‌ها: تحلیل‌ها نشان داد صفات شخصیت و باورهای خودکارآمدی ۴۶ درصد از واریانس بهزیستی‌ذهنی را تبیین می‌کند. ضرایب مسیر کل (مجموع ضرایب مسیر مستقیم و غیرمستقیم) سه عامل روان‌رنجورخویی/ثبات هیجانی، برون‌گرایی/شادخویی و وجدان/فرونتی و بهزیستی‌ذهنی می‌باشد و خودکارآمدی به صورت معناداری رابطه بین آن صفات و بهزیستی‌ذهنی را میانجی‌گری می‌کند. **نتیجه‌گیری:** با توجه به معناداری نقش میانجیگر باورهای خودکارآمدی در رابطه بین صفات شخصیت و بهزیستی‌ذهنی می‌توان با آموزش مهارت‌های شناختی به افراد تأثیر مثبت صفت برون‌گرایی بر بهزیستی را افزایش و تأثیر منفی روان‌رنجورخویی بر آن را کاهش داد.

کلید واژه‌ها: بهزیستی‌ذهنی، باورهای خودکارآمدی، صفات شخصیت

مقدمه

بهبودی ذهنی ارزیابی میزان رضایت از زندگی و توازن بین عواطف مثبت و منفی تعریف شده است [۱] که از سال ۱۹۵۰ به عنوان مؤلفه روان‌شناختی کیفیت زندگی به منظور ثبت تغییرات اجتماعی و بهبود رویه اجتماعی مورد توجه پژوهشگران حوزه روان‌شناسی قرار گرفته است. اگرچه موضوع بهزیستی‌ذهنی تنها از نیمه دوم قرن بیستم به صورت جدی مورد توجه پژوهشگران قرار گرفته، با وجود این بشر در طول تاریخ با طرح این سوال که «زندگی خوب» چیست همواره آن را مورد توجه قرار داده است. موضوع بهزیستی‌ذهنی از آن جهت مهم است که افراد با این که در جهانی زندگی می‌کنند که به صورت عینی تعریف شده، به جهانی پاسخ می‌دهند که به صورت ذهنی آن را تعریف نموده‌اند [۲]. بهزیستی‌ذهنی علاوه بر افزایش رفتارهای مطلوب در یک جامعه دستیابی به اهداف را برای افراد تسهیل می‌کند [۳]. شاید به همین دلیل پیش‌بینی بهزیستی‌ذهنی و شناسایی عوامل تعیین‌کننده آن یکی از مهمترین موضوعات پژوهشی حوزه روان‌شناسی نوین نام گرفته است [۴].

امروزه مشخص شده است که صفات شخصیت مهمترین پیش‌بینی‌کننده بهزیستی‌ذهنی بوده [۵، ۶، ۷، ۸] و به تهایلی ۳۹ تا ۶۳ درصد واریانس بهزیستی‌ذهنی را تبیین می‌کند [۶]. علاوه بر این کوستا و مک‌کری [۶] نشان دادند که صفات شخصیت می‌تواند بهزیستی‌ذهنی در ۲۰ سال آینده را نیز پیش‌بینی کند. مروری بر مطالعات انجام شده نشان می‌دهد بیش‌تر پژوهش‌هایی که رابطه بین بهزیستی‌ذهنی و صفات شخصیت را مورد مطالعه قرار داده‌اند، بر دو عامل روان‌رنجورخویی و برون‌گرایی متمرکز شده‌اند [۷، ۶، ۵]. آن‌ها نشان داده‌اند که بین روان‌رنجورخویی و بهزیستی‌ذهنی یک رابطه منفی قوی و بین برون‌گرایی و بهزیستی‌ذهنی یک رابطه مثبت قوی وجود دارد. مک‌کری و کوستا [۹] نیز در یک مطالعه نشان دادند که عامل‌های وظیفه‌شناسی و توافق هم بهزیستی‌ذهنی را پیش‌بینی می‌کند. با وجود این تمرکز بیش از حد پژوهش‌های پیشین بر برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی باعث شده تا تصویر کاملی از رابطه بین صفات شخصیت و بهزیستی‌ذهنی حاصل نشود. استیل و همکاران [۶] در یک مطالعه جامع با روش فراتحلیل نشان دادند که بین چهار عامل روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، توافق و وظیفه‌شناسی و همه مؤلفه‌های بهزیستی‌ذهنی رابطه قوی وجود دارد. همچنین آن‌ها نشان دادند که بین عامل گشودگی در برابر تجارب و عامل عاطفه مثبت و کیفیت زندگی رابطه معنادار وجود دارد. این یافته به صورت تلویحی نشان می‌دهد که نادیده گرفتن نقش عامل‌های گشودگی، وظیفه‌شناسی و توافق در تبیین بهزیستی‌ذهنی، علاوه بر هدر دادن اطلاعات مهم در آن حوزه، تصویر ناقصی از رابطه بین دو سازه صفات شخصیت و بهزیستی‌ذهنی خلق می‌کند. خودکارآمدی یکی دیگر از متغیرهایی است که از نظر بندورا به

روش‌های مختلف، بهزیستی فردی را تحت تاثیر قرار می‌دهد. از نظر او افرادی که نسبت به توانایی‌های خود اعتماد بیش‌تری دارند، تکالیف دشوار را نه به عنوان تهدیدی که باید از آن اجتناب نمود بلکه چالش‌هایی که می‌توان بر آن‌ها مسلط شد، می‌نگرند. آن‌ها به موقعیت‌های تهدیدکننده با این اطمینان که می‌توان، تسلط بر آن‌ها را تمرین نمود، نزدیک می‌شوند. چنین چشم‌اندازی دست آوردهای فردی را بهبود بخشیده و تنش‌ها و آسیب‌پذیری در برابر افسردگی را کاهش می‌دهد [۱۰]. در همین راستا، کاراداماس [۱۱] نشان داد که خودکارآمدی حل مسئله‌ای، بهزیستی‌ذهنی را به صورت معنادار پیش‌بینی می‌کند. کامفه و میته [۱۲]، نادری و همکاران [۱۳] و چنیو و همکاران [۱۴] نیز نشان دادند که خودکارآمدی یک رابطه همبستگی قوی با تجربه عاطفه مثبت و منفی دارد. بیسچوپ و همکاران [۱۵] معتقدند خودکارآمدی از طریق تنظیم تنش، افزایش عزت‌نفس و بهبود شرایط جسمی و انطباق بهتر با بیماری‌های حاد و مزمن علاوه بر ارتقای سلامت روان، بهزیستی آنان را افزایش می‌دهد. لیوت و همکاران [۱۶] در یک مطالعه ادعای بیسچوپ و همکاران [۱۵] را آزمون کرده و نشان دادند که خودتنظیمی رابطه بین تنش و بهزیستی‌ذهنی را میانجیگری می‌کند. مطالب فوق نشان می‌دهد که خودکارآمدی نقش بسیار مهمی در تبیین بهزیستی‌ذهنی ایفا می‌کند.

مروری بر مطالعات انجام شده نشان می‌دهد خودکارآمدی علاوه بر بهزیستی‌ذهنی، با عامل‌های شخصیت نیز رابطه قوی دارد. به عنوان مثال جادج و ایلر [۱۷] نشان دادند خودکارآمدی به صورت منفی با عامل روان‌رنجورخویی و به صورت مثبت با عامل‌های برون‌گرایی، گشودگی و وظیفه‌شناسی رابطه دارد. ابستروپ و همکاران [۱۸] در مطالعه خود نشان دادند که علاوه بر چهار عاملی که جادج و ایلر به آن‌ها اشاره کرده‌اند، عامل توافق نیز با خودکارآمدی همبستگی معناداری دارد. آن‌ها نشان دادند که عامل توافق همانند عامل روان‌رنجورخویی به صورت منفی خودکارآمدی عمومی را پیش‌بینی می‌کند. استروبل و همکاران [۱۹] در مطالعه خود علاوه بر تایید یافته‌های جادج و ایلر، نشان دادند که باورهای خودکارآمدی به صورت معناداری رابطه بین چهار عامل روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، گشودگی و وظیفه‌شناسی و بهزیستی‌ذهنی را میانجیگری می‌کند.

عمده‌ترین دلیل انتخاب کارکنان دانشگاه به عنوان جامعه آماری پژوهش، آن است که آن‌ها همانند کارمندان بسیاری از سازمان‌ها با منابع مختلف تنیدگی حرفه‌ای و سازمانی مواجه هستند که زمینه فرسودگی شغلی و به دنبال آن آسیب‌های روانی را در آنان فراهم می‌سازد [۲۰]. به علاوه کم‌ترکی ناشی از ساختار شغل [۲۱]، ناراضی‌تی از میزان رفاه و عدم توجه مسئولان دانشگاه به مشکلات کارکنان دانشگاه [۲۲] و عدم وجود امکانات کافی برای گذران اوقات فراغت [۲۳] زمینه کاهش طراوت، شادابی و بهزیستی را در آنان فراهم نموده است. چنین شرایطی می‌تواند

- با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ بررسی کرده و دامنه آن را ۰/۸۸ - ۰/۷۳ برای پسران و ۰/۸۶ - ۰/۶۴ برای گروه دختران گزارش نمودند. در کل این پرسشنامه شامل ۵۰ ماده است و در یک مقیاس ۵ درجه‌ای (کاملاً مخالفم، مخالفم، نظری ندارم، موافقم و کاملاً موافقم) پنج عامل روان رنجورخویی / ثبات هیجانی، برون‌گرایی / شادخویی، گشودگی / اشیستیگی، نرم خویی / ملاحظه کاری و وجدان / فروتنی را اندازه‌گیری می‌کند.

باورهای خودکارآمدی: در این پژوهش همانند کاپرارا و استکا [۲۵] برای اندازه‌گیری باورهای خودکارآمدی، از دو مقیاس «خودکارآمدی تنظیم هیجانی» و «خودکارآمدی ادراک شده بین فردی» استفاده شده است. مقیاس خودکارآمدی تنظیم هیجانی شامل ۱۲ گویه است که ۸ گویه آن به منظور سنجش خودکارآمدی ادراک شده در مدیریت عاطفه منفی و ۴ گویه آن به منظور سنجش ابراز عاطفه مثبت ساخته شده است [۲۶، ۲۷]. مقیاس خودکارآمدی ادراک شده بین فردی شامل ۱۱ گویه است که توسط دی‌گیوتتا و همکاران [۲۸] باهدف سنجش خودکارآمدی اجتماعی و همدلی ادراک شده طراحی شده است. در این مقیاس ۶ گویه خودکارآمدی همدلی ادراک شده و ۵ گویه دیگر خودکارآمدی اجتماعی را اندازه‌گیری می‌کند. گویه‌های این مقیاس همانند مقیاس خودکارآمدی تنظیم هیجانی باید با توجه به یک مقیاس ۵ درجه‌ای اصلاح نمی‌توانم (۱) تا خیلی خوب می‌توانم (۳) تکمیل شوند. کاپرارا و استکا [۲۵] اعتبار خرده مقیاس‌های دو مقیاس خودکارآمدی تنظیم هیجانی و خودکارآمدی ادراک شده بین فردی را بین ۰/۸۰ تا ۰/۸۶ گزارش نموده‌اند.

بهزیستی ذهنی: مقیاس بهزیستی ذهنی مورد استفاده در این پژوهش دارای ۱۷ ماده است که از دو قسمت T1 و T2 تشکیل شده است. T1 شامل پنج ماده اول (به عنوان مثال، «در بیشتر موارد، زندگی به ایده‌آل‌هایم نزدیک است» و «شرایط زندگی‌ام عالی است») و ترجمه دقیق مقیاس رضایت از زندگی (SWLS) است [۲۹]. T2 شامل ۱۲ ماده باقی مانده (به عنوان مثال «وجود خود را ارزشمند می‌بینم» و «در تصمیم‌گیری‌های خود مستقل هستم») بوده و اقتباسی است از مقیاس بهزیستی ذهنی. در این مقیاس برای هر یک از شش مقوله پذیرش خود، روابط مثبت با دیگران، استقلال، کنترل و مدیریت محیط، هدف زندگی و رشد شخصی دو ماده در نظر گرفته شده است. این مقیاس که در مطالعه فرهانی و همکاران [۲۹، ۳۰] و کرمی نوری و همکاران [۳۰] نیز مورد استفاده قرار گرفته، در یک طیف هفت درجه‌ای کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۷) T1 و T2 را اندازه‌گیری می‌کند. کرمی‌نوری و همکاران [۳۰] اعتبار و روایی این مقیاس را در جامعه ایرانی مطلوب و قابل قبول توصیف نموده‌اند.

لازم به توضیح است که پس از آماده‌سازی پرسشنامه‌های پژوهش و مشخص شدن گروه نمونه و هماهنگی با

بهره‌وری سازمانی، تعهد سازمانی و در نهایت موفقیت فردی و سازمانی را کاهش دهد [۳]. یکی از جنبه‌های جدید پژوهش حاضر آن است که برای سنجش صفات شخصیت از پرسشنامه پنج بزرگ ایرانی (گردون) استفاده نموده و برخلاف بسیاری از پژوهشگران که تنها عامل‌های روان رنجورخویی و برون‌گرایی را در پیش‌بینی بهزیستی ذهنی به کار گرفته‌اند، همه عامل‌های شخصیت را به کار گرفته است. در کل پژوهش حاضر سعی نموده با استفاده از صفات شخصیت و باورهای خودکارآمدی و با به کارگیری روش مدل‌یابی معادلات ساختاری، بهزیستی ذهنی کارمندان دانشگاه را پیش‌بینی کند و این پرسش را مطرح می‌سازد که آیا صفات شخصیت و باورهای خودکارآمدی می‌تواند بهزیستی ذهنی را پیش‌بینی کند؟

روش

جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمامی کارمندان زن و مرد دانشگاه‌های دولتی و غیر دولتی واقع در استان گیلان بود که ۴۷۹ نفر (۱۹۹ زن) از آنان به روش نمونه‌گیری چندمرحله‌ای انتخاب شدند. ۲۰۶ نفر از آنان کارمند دانشگاه آزاد، ۱۱۸ نفر کارمند دانشگاه‌های روزانه (علوم پزشکی و دانشگاه گیلان)، ۶۳ نفر کارمند دانشگاه پیام‌نور، ۴۴ نفر کارمند دانشگاه غیرانتفاعی و ۴۸ نفر کارمند دانشگاه علمی-کاربردی بودند. میانگین و انحراف استاندارد سن گروه نمونه به ترتیب ۴۰/۳۶ و ۸/۳۳ بود. ۴۸ نفر از آنان دارای مدرک دیپلم، ۵۰ نفر مدرک کاردانی، ۳۰۹ کارشناسی و ۶۶ نفر کارشناسی ارشد و بالاتر بودند. ۶ نفر از آنان مدرک تحصیلی خود را اعلام ننمودند. لازم به توضیح است که استفاده از آزمون باکس پلات (Box Plot) نشان داد که میانگین نمرات ۷ نفر از آزمودنی‌ها با آزمودنی‌های دیگر تفاوت فاحشی دارد (پرت‌های تک متغیری) لذا اطلاعات مربوط به آنان حذف و بنابراین داده‌های مربوط به ۴۷۲ شرکت‌کننده برای تحلیل نهایی در نظر گرفته شد.

در این پژوهش ابزارهای زیر به کار گرفته شدند:

صفات شخصیت: به منظور اندازه‌گیری صفات شخصیت از پرسشنامه شخصیتی پنج بزرگ ایرانی (گردون) استفاده شد. فرهانی و فرزاد [۲۴] با استفاده از منابع مختلف موجود در زبان فارسی ابتدا ۱۲۰۰ صفت و در ادامه با ادغام یا حذف صفات مشابه، در نهایت ۱۲۶ صفت را برای طراحی پرسشنامه مذکور در نظر گرفتند. آن‌ها در یک نمونه ۲۴۰۰ نفری از دانش‌آموزان روایی عاملی این پرسشنامه را با استفاده از تحلیل مؤلفه‌های اصلی و تحلیل عاملی تاییدی مورد بررسی قرار داده و علاوه بر تایید ساختار عاملی آن، عامل‌های آن را با عناوین روان رنجورخویی / ثبات هیجانی، برون‌گرایی / شادخویی، وجدان / فروتنی، گشودگی / اشیستیگی و نرم‌خویی / ملاحظه‌کار نام گذاری کردند. همچنین آن‌ها همسانی‌درونی نمره‌های عامل‌های پرسشنامه گردون را - در گروه دختران و پسران به صورت مجزا

۰/۰۱ معنادار و به استثنای رابطه روان رنجورخویی/ثبات هیجانی، اندازه اثر روابط بین همه عامل‌های شخصیت و خرده‌مقیاس‌های خودکارآمدی از نظر کوهن، متوسط محسوب می‌شود. در نهایت علی‌رغم معناداری همه ضرایب همبستگی بین خرده‌مقیاس‌های خودکارآمدی و بهزیستی ذهنی در سطح ۰/۰۱، اندازه اثر روابط بین عامل‌های خودکارآمدی و خرده‌مقیاس T2 بهزیستی ذهنی متوسط و اندازه اثر روابط همان عامل‌ها با خرده‌مقیاس T1 بهزیستی ذهنی، براساس ملاک‌های کوهن ضعیف است.

هدف مطالعه حاضر بررسی روابط ساختاری بین صفات شخصیت و باورهای خودکارآمدی و بهزیستی ذهنی بود که مدل کلی آن در شکل ۱ آمده است. در این مدل چنین فرض شده است که متغیرهای مشاهده شده صفات شخصیت و متغیر مکنون خودکارآمدی، متغیر مکنون بهزیستی ذهنی (با نشانگرهای T1 و T2) را پیش‌بینی می‌کند. همچنان که در شکل ۱ دیده می‌شود متغیر مکنون خودکارآمدی به واسطه چهار نشانگر مدیریت عاطفه منفی، ابراز عواطف مثبت، خودکارآمدی همدلی ادراک شده و خودکارآمدی اجتماعی و بهزیستی ذهنی به وسیله دو نشانگر T1 و T2 سنجیده می‌شود. بنابراین قبل از آزمون مدل ساختاری، لازم بود تا با استفاده از روش تحلیل عاملی تاییدی مشخص شود نشانگرهای خودکارآمدی و بهزیستی ذهنی تا چه اندازه از توان لازم برای اندازه‌گیری متغیرهای مکنون متناسب با خود برخوردارند.

استفاده از نرم افزار AMOS 6.0 و برآورد بیشینه احتمال (ML) برای آزمون مدل اندازه‌گیری پژوهش، نشان داد که، مدل اندازه‌گیری با داده‌ها برازش ندارد. $GFI=0.923$, $CFI=0.884$, $\chi^2(N=472, df=8)=115/60$, $AGFI=0.799$ و $RMSEA=0.068$.

مسئولان پژوهشی دانشگاه، پرسشنامه‌ها جهت پاسخگویی در اختیار کارمندان قرار گرفت تا خود پس از مطالعه هر یک از سوالات به آن‌ها پاسخ دهند. با توجه به این که مجموع سوالات مربوط به اطلاعات جمعیت-شناختی و سه پرسشنامه گردون، باورهای خودکارآمدی و بهزیستی ذهنی ۹۵ بود، بنابراین مدت پاسخ‌گویی به آن‌ها ۳۰ تا ۳۵ دقیقه در نظر گرفته شد.

یافته‌ها

جدول ۱ میانگین، انحراف استاندارد، ضریب آلفای کرونباخ و ماتریس همبستگی عامل‌های پنج بزرگی ایرانی (روان رنجورخویی/ثبات هیجانی، برون‌گرایی/شادخویی، گشودگی/شایستگی، نرم‌خویی/ملاحظه‌کاری و وجدان/فروتنی)، بهزیستی ذهنی (T1 و T2) و باورهای خودکارآمدی (مدیریت عاطفه منفی، ابراز عاطفه مثبت، خودکارآمدی همدلی ادراک شده و خودکارآمدی اجتماعی) را نشان می‌دهد. براساس جدول ۱ به غیر از رابطه بین روان رنجورخویی/ثبات هیجانی و خرده‌مقیاس T1 بهزیستی ذهنی، رابطه دیگر عامل‌های شخصیت و مقیاس‌های بهزیستی ذهنی در سطح ۰/۰۱ معنادار است. براساس ملاک‌های کوهن [۳۱] (براساس دیدگاه کوهن ضریب همبستگی کمتر از ۰/۳۰ ضعیف، بین ۰/۳۰ تا ۰/۵۰ متوسط و بالاتر از ۰/۵۰ قوی محسوب می‌شود) اندازه اثر روابط برون‌گرایی/شادخویی، گشودگی/شایستگی و وجدان/فروتنی با خرده‌مقیاس T2 بهزیستی ذهنی متوسط است. اندازه اثر همه عامل‌های شخصیت و مقیاس T1 بهزیستی ذهنی براساس ملاک‌های کوهن ضعیف محسوب می‌شود. همچنین رابطه همه عامل‌های شخصیت و خرده‌مقیاس‌های خودکارآمدی در سطح

جدول ۱. میانگین (M)، انحراف استاندارد (S) و ماتریس همبستگی بین متغیرهای تحقیق

متغیرهای تحقیق	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱
صفات شخصیت											
۱. روان رنجور خویی/ثبات هیجانی	-										
۲. برون‌گرایی/شادخویی	-0.146**	-									
۳. گشودگی/شایستگی	-0.134**	0.739**	-								
۴. نرم‌خویی/ملاحظه‌کاری	0.065	0.528**	0.593**	-							
۵. وجدان/فروتنی	-0.166**	0.661**	0.758**	0.644**	-						
باورهای خودکارآمدی											
۶. مدیریت عاطفه منفی	-0.254**	0.409**	0.402**	0.320**	0.408**	-					
۷. ابراز عاطفه مثبت	-0.308**	0.308**	0.300**	0.147**	0.345**	0.551**	-				
۸. خودکارآمدی همدلی	-0.196**	0.317**	0.382**	0.389**	0.363**	0.504**	0.374**	-			
۹. خودکارآمدی اجتماعی	-0.177**	0.411**	0.421**	0.312**	0.370**	0.634**	0.374**	0.620**	-		
بهزیستی ذهنی											
T1 ۱۰	-0.072	0.299**	0.284**	0.133**	0.291**	0.290**	0.263**	0.120**	0.252**	-	
T2 ۱۱	-0.250**	0.413**	0.359**	0.245**	0.404**	0.442**	0.342**	0.278**	0.465**	0.482**	-
A	0.870	0.869	0.838	0.846	0.852	0.737	0.700	0.826	0.844	0.892	0.892
M	26/20	39/54	39/34	41/72	41/81	31/32	13/62	23/74	20/75	24/73	68/74
S	7/34	5/53	4/88	5/05	5/01	4/30	3/03	3/25	3/06	5/94	9/04

**P < 0.01

با داده‌ها دارد. اما به دلیل حساست بالای شاخص کای اسکوئر به حجم نمونه بالا، دیگر شاخص‌های براندگی مورد بررسی قرار گرفت و مشاهده شد مدل با داده‌ها برازش مطلوبی دارد ($AGFI=0/915$ ، $GFI=0/968$ ، $CFI=0/972$ ، $\chi^2=89/84$) و $(RMSEA=0/074)$. بنابراین می‌توان گفت صفات شخصیت و خودکارآمدی در قالب یک مدل بهزیستی‌ذهنی را پیش‌بینی می‌کند. جدول ۳ ضرایب مسیر کل، مستقیم و غیر مستقیم بین صفات شخصیت، خودکارآمدی و بهزیستی‌ذهنی را نشان می‌دهد.

جدول ۳ نشان می‌دهد از بین عامل‌های شخصیت عامل روان رنجورخویی/اثبات هیجانی به صورت منفی و عامل‌های برون‌گرایی/شادخویی و وجدان/فروتنی، همانند باورهای خودکارآمدی به صورت مثبت و معنادار (در سطح $0/01$) بهزیستی‌ذهنی را پیش‌بینی می‌کنند. از طرف دیگر نتایج پژوهش حاضر نشان می‌دهد که روان رنجورخویی/اثبات هیجانی به صورت منفی و نرم‌خویی/ملاحظه‌کار به صورت مثبت در سطح معناداری $0/01$ خودکارآمدی را پیش‌بینی می‌کند و سه عامل دیگر شخصیت (برون‌گرایی/شادخویی، گشودگی/شایستگی و وجدان/فروتنی) در سطح معناداری $0/05$ خودکارآمدی را پیش‌بینی می‌کند. در نهایت براساس جدول ۳ خودکارآمدی به استثنای عامل نرم‌خویی/ملاحظه‌کار، رابطه عامل‌های شخصیت و بهزیستی‌ذهنی را به صورت معناداری میانجیگری می‌کند که این نقش در رابطه بین روان رنجورخویی/اثبات هیجانی و بهزیستی‌ذهنی منفی (در سطح $0/01$) و در رابطه برون‌گرایی/شادخویی، گشودگی/شایستگی و وجدان/فروتنی مثبت (در سطح $0/05$) معنادار است. این یافته بدان معناست که به ازای هر انحراف استاندارد افزایش در عامل روان رنجورخویی/اثبات هیجانی، به واسطه خودکارآمدی $0/121$ انحراف استاندارد از بهزیستی‌ذهنی کاسته می‌شود.

جدول ۲. پارامترهای مدل اندازه‌گیری در تحلیل عاملی تأییدی

متغیرهای مکنون- نشان‌گر	پارامتر استاندارد B	خطای استاندارد
خودکارآمدی - خودکارآمدی اجتماعی	0/784*	0/055
خودکارآمدی - خودکارآمدی همدلی	0/598*	0/059
خودکارآمدی - مدیریت عاطفه منفی	0/808*	0/114
خودکارآمدی - ابراز عاطفه مثبت	0/674*	0/078
بهزیستی ذهنی - T1	0/549*	0/052
بهزیستی ذهنی - T2	0/876*	0/153
	<0/01	
	*P	

به همین جهت، بررسی شاخص‌های اصلاح نشان داد که با ایجاد سه کوواریانس بین خطاهای مربوط به سه نشانگر خودکارآمدی اجتماعی، خودکارآمدی همدلی و ابراز عاطفه مثبت، شاخص کای اسکوئر به میزان $101/30$ کاهش خواهد یافت. بدین ترتیب با ایجاد سه کوواریانس یاد شده، مدل اصلاح و شاخص‌های برازندگی بهبود یافت ($\chi^2=14/30$)، $AGFI=0/958$ ، $GFI=0/987$ ، $CFI=0/990$ و $(RMSEA=0/063)$. جدول ۲ پارامترهای مدل اندازه‌گیری در تحلیل عاملی تأییدی را نشان می‌دهد.

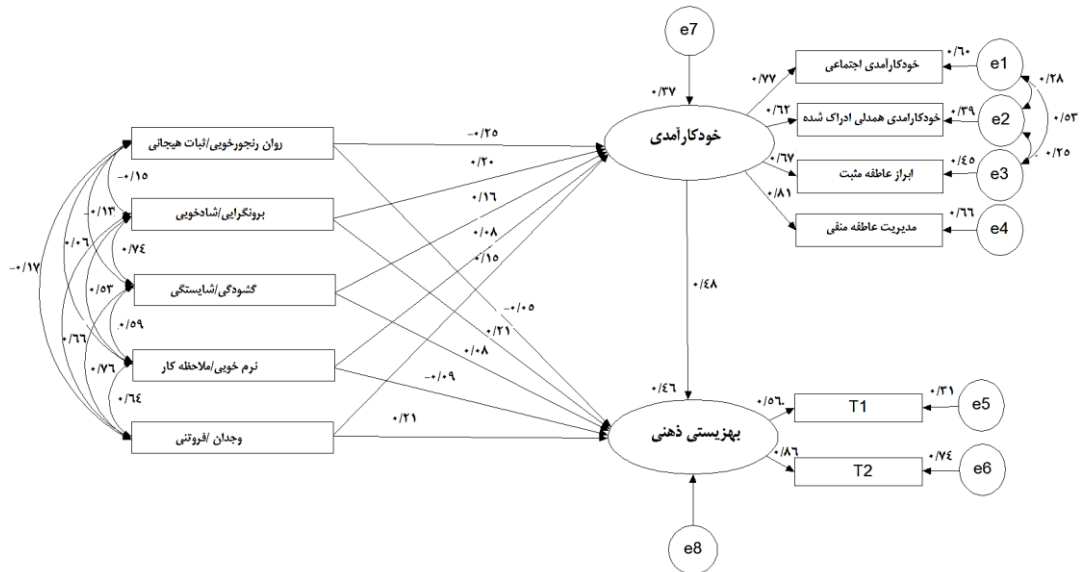
بر اساس جدول ۲ همه بارهای عاملی استاندارد بزرگتر از $0/45$ است. این موضوع از آن جهت اهمیت دارد که طبق دیدگاه *تاب‌چینک و فیدل* [۳۱] بارهای عاملی بزرگتر از $0/55$ خوب و مناسب محسوب می‌شود. بنابراین براساس نتایج جدول ۲ می‌توان گفت نشانگرها در اندازه‌گیری متغیرهای مکنون مرتبط با خود، از توان قابل قبولی برخوردارند.

پس از اطمینان از توان نشانگرها در اندازه‌گیری دو متغیر مکنون بهزیستی‌ذهنی و باورهای خودکارآمدی، چگونگی برازش مدل کلی با استفاده از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری مورد بررسی قرار گرفت. بررسی شاخص‌های برازندگی نشان داد که منطبق بر انتظار، کای اسکوئر به دست آمده نشان از عدم برازش مدل

جدول ۳. ضرایب مسیر کل، مستقیم و غیر مستقیم بین صفات شخصیت، خودکارآمدی و بهزیستی‌ذهنی

متغیرها	اثر کل		اثر مستقیم		اثر غیرمستقیم	
	پارامتر استاندارد B	خطای استاندارد	پارامتر استاندارد B	خطای استاندارد	پارامتر استاندارد B	خطای استاندارد
روان رنجورخویی/اثبات هیجانی - بهزیستی‌ذهنی	-0/174**	0/055	-0/053	0/059	-0/121**	0/03
برون‌گرایی/شادخویی - بهزیستی‌ذهنی	0/303**	0/070	0/209**	0/072	0/095*	0/045
گشودگی/شایستگی - بهزیستی‌ذهنی	-0/001	0/074	-0/079	0/074	0/078*	0/04
نرم‌خویی/ملاحظه‌کار - بهزیستی‌ذهنی	-0/050	0/077	-0/09	0/074	0/04	0/031
وجدان/فروتنی - بهزیستی‌ذهنی	0/280**	0/078	0/207**	0/076	0/073*	0/037
روان رنجورخویی/اثبات هیجانی - خودکارآمدی	-0/252**	0/046				
برون‌گرایی/شادخویی - خودکارآمدی	0/198*	0/082				
گشودگی/شایستگی - خودکارآمدی	0/163*	0/077				
نرم‌خویی/ملاحظه‌کار - خودکارآمدی	0/163**	0/062				
وجدان/فروتنی - خودکارآمدی	0/152*	0/075				
خودکارآمدی - خودکارآمدی	0/479**	0/083				

*P < 0/05، **P < 0/01



شکل ۱. بارهای عاملی و ضرایب مسیر استاندارد بین متغیرهای پژوهش

جدی، منظم، دیندار، اهل کار، قانع، خداترس، صرفه‌جو، رازدار، قاطع و خوش‌قول تشکیل شده و موضوع دین، باورهای دینی و عمل به فرائض دینی در آن مستتر است. به همین دلیل *فراهانی و فرزند* [۲۴] این عامل را دینداری نیز نام نهاده‌اند. این موضوع از آن جهت مهم است که پژوهش‌های انجام شده نشان می‌دهد بهزیستی و مؤلفه‌های مرتبط با دینداری (دانش دینی، نگرش دینی و رفتار دینی) رابطه معناداری با یکدیگر دارند [۳۶، ۳۷]

پژوهش حاضر نشان داد باورهای خودکارآمدی رابطه بسیار قوی با بهزیستی ذهنی دارد و به صورت معنادار آن را پیش‌بینی می‌کند. این یافته همسو با نتایج مطالعاتی است که نقش خودکارآمدی را به عنوان یکی از مؤلفه‌های شناخت اجتماعی در پیش‌بینی بهزیستی ذهنی برجسته ساخته‌اند [۱۹، ۳۸]. در همین راستا ویچو و همکاران [۳۹] در یک مطالعه باورهای خودکارآمدی چند وجهی (تحصیلی، خودتنظیمی و اجتماعی) را به منظور پیش‌بینی رضایت از زندگی در پنج سال آتی به کار گرفتند. نتایج مطالعه آنها نشان داد که خودکارآمدی تحصیلی و اجتماعی به صورت معناداری رضایت زندگی نوجوانان در پنج سال آتی را پیش‌بینی می‌کند. رئوسر و همکاران [۳۹] براین باورند که افراد خودکارآمد از شایستگی اجتماعی بالایی برخوردارند، آنها از رفتارهای پرخطر اجتناب می‌کنند و در مقایسه با افرادی که از خودکارآمدی پایینی برخوردارند، موفقیت بیشتری در زمینه‌های مختلف کسب می‌کنند و این مسئله رضایت از زندگی و شادکامی را در آنان افزایش می‌دهد. از نظر بندورا احساس ناکارآمدی، نقش مهمی در افسردگی، اضطراب، تنش، روان‌آزردگی و دیگر حالت‌های عاطفی بازی می‌کند. موریس [۴۰] همسو با بندورا معتقد است زمانی که فرد خود را در رسیدن به انتظارات با ارزش، ناکارآمد بداند افسرده و زمانی که خود را در کنار آمدن با محرک‌های تهدید کننده ناتوان ببیند،

شکل ۱ بارهای عاملی و ضرایب مسیر استاندارد بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد. همانطور که در شکل ۱ دیده می‌شود، مجذور همبستگی‌های چندگانه برای متغیرهای خودکارآمدی و بهزیستی ذهنی به ترتیب ۰/۳۷ و ۰/۴۶ به دست آمده است. بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که صفات شخصیت ۳۷ درصد از واریانس خودکارآمدی و دو متغیر خودکارآمدی و صفات شخصیت ۴۶ درصد از واریانس بهزیستی ذهنی را تبیین می‌کند.

بحث

مطالعه حاضر با استفاده از روش مدل‌یابی معادلات ساختاری، روابط ساختاری بین صفات شخصیت، باورهای خودکارآمدی و بهزیستی ذهنی را مورد بررسی قرار داد. نتایج تحلیل نشان داد که صفات شخصیت و باورهای خودکارآمدی در قالب یک مدل، بهزیستی ذهنی را پیش‌بینی کرده و ۴۶ درصد از واریانس آن را تبیین می‌کند. بررسی روابط بین متغیرهای پژوهش نشان داد که از بین صفات شخصیت، برون‌گرایی/اشادخویی، وجدان/فروتنی و روان‌رنجورخویی/اثبات‌هیجانی به صورت معناداری بهزیستی ذهنی را پیش‌بینی می‌کند. معناداری رابطه بین برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی و بهزیستی ذهنی در مطالعات زیادی نشان داده شده است [۶، ۳۲، ۳۳، ۳۴] اگر چه یافته پژوهش حاضر که نشان داد عامل وجدان/فروتنی به صورت معناداری بهزیستی ذهنی را پیش‌بینی می‌کند، همسو با نتایج مطالعه مک‌کری و کوستا [۹] و دنیو و کوپر [۳۵] است، با وجود این بیشتر پژوهش‌های انجام شده نقش عامل‌های وظیفه‌شناسی، توافق و گشودگی را در تبیین بهزیستی ذهنی چندان مورد توجه قرار نداده‌اند [۳۲، ۳۶]. شاید عمده‌ترین دلیل رابطه بین عامل وجدان/فروتنی و بهزیستی ذهنی نوع ابزاری است که برای سنجش عامل وجدان/فروتنی مورد استفاده قرار گرفته است. زیرا که عامل وجدان/فروتنی در پرسشنامه گردون از مؤلفه‌های

بالا باورهای خودکارآمدی بالایی نیز دارند، بنابراین اثر منفی گشودگی/شایستگی بر بهزیستی ذهنی به واسطه داشتن باورهای خودکارآمدی بالا تعدیل می‌یابد. *مغانلو و آگیلار-وفایی* [۴۷] نیز همسو با مطالعه حاضر نشان دادند که عامل گشودگی به صورت منفی اما معنادار، شادکامی، سلامت جسمی و سلامت روانی را پیش‌بینی می‌کند. *مک‌کری و کوستا* [۴۸] معتقدند عامل گشودگی با کنجکاوی، هوش، خلاقیت و سطح تحصیلات رابطه مثبت دارد. بنابراین با توجه به این که نمونه پژوهش حاضر را کارمندان دانشگاه‌ها تشکیل می‌دادند و کار آن‌ها اغلب روتین بوده و نیاز کمتری به نوع‌آوری و خلاقیت دارد، منطقی به نظر می‌رسد چنین نتیجه‌گیری شود که احتمالاً افراد برخوردار از صفت گشودگی بالا در صورت قرار گرفتن در معرض امور یکنواخت و اموری که کمتر به کنجکاوی، خلاقیت و چالش نیاز دارند، احساس رضایت و در کل بهزیستی کمتری گزارش خواهند کرد. اما از آنجا که افراد توانمند و خلاق از باورهای خودکارآمدی بالایی برخوردارند، این عامل اثر منفی گشودگی/شایستگی بر بهزیستی ذهنی را تعدیل می‌کند.

در پایان لازم به توضیح است که مدل تدوین شده در پژوهش حاضر، با این فرض پذیرفته شده است که احتمالاً مدل‌های دیگری نیز وجود دارد که به خوبی مدل پژوهش حاضر، با داده‌ها برازش دارد. بنابراین علاوه بر محدود کردن نمونه پژوهش به کارمندان دانشگاه‌های استان گیلان، یکی دیگر از محدودیت‌های پژوهش حاضر، عدم توجه به برازش مدل‌های احتمالی دیگر با داده‌های پژوهش حاضر است. از این رو نتایج پژوهش حاضر را می‌توان به عنوان یک مطالعه اولیه تصور کرد که تکرار آن با داده‌های برآمده از نمونه‌های مستقل دیگر و آزمون چگونگی برازش مدل‌های رقیب با داده‌های حاصل می‌تواند از یک سو روابطی که در بین متغیرهای مطالعه حاضر نشان داده شده را تایید کند و از سوی دیگر دانش ما را نسبت به چگونگی برازش مدل‌های رقیب با داده‌های مشابه افزایش دهد.

نتیجه‌گیری

در کل پژوهش حاضر نشان داد که تنها استفاده از دو صفت برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی برای پیش‌بینی بهزیستی ذهنی، تصویر ناقصی از رابطه بین آن دو سازه فراهم می‌کند، زیرا که در پژوهش حاضر نشان داده شد علاوه بر صفات روان‌رنجورخویی/ثبات هیجانی و برون‌گرایی/شادخویی، صفت وجدان/فروتنی نیز می‌تواند به صورت معنادار بهزیستی ذهنی را پیش‌بینی کند. همچنین پژوهش حاضر نشان داد باورهای خودکارآمدی می‌تواند رابطه بین صفات شخصیت و بهزیستی ذهنی را میانجی‌گری کند. بر اساس این یافته می‌توان چنین استنباط کرد که احتمالاً می‌توان با آموزش مهارت‌های شناختی

مضطرب خواهد شد. در کل افرادی که از سطح خودکارآمدی پایینی برخوردارند، در توانایی‌های خود شک دارند و به همین دلیل هر چقدر تکالیف سخت‌تر شود، به همان نسبت احتمال دور شدن آنان از آن تکالیف بیشتر می‌شود.

آن‌ها اصولاً آمال و آرزوهای سطح پایین را انتخاب می‌کنند و در تلاش برای رسیدن به اهداف از پیش تعیین شده خود کمتر متعهد هستند و به سادگی دچار تنش و افسردگی می‌شوند [۴۱]. پژوهش حاضر نشان داد باورهای خودکارآمدی به استثنای رابطه عامل نرم‌خویی/ملاحظه‌کار، رابطه عامل‌های شخصیت و بهزیستی ذهنی را به صورت معناداری میانجی‌گری می‌کند. این یافته منطبق بر یافته‌های مطالعه *استروبل و همکاران* [۱۹] است که نشان دادند خودکارآمدی رابطه بین روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، وظیفه‌شناسی، گشودگی و رضایت از زندگی را میانجی‌گری می‌کند. در همین راستا *دبیری و همکاران* [۴۲] نیز نشان دادند که عزت‌نفس رابطه بین صفات شخصیت (روان-رنجورخویی و برون‌گرایی) و شادکامی را میانجی‌گری می‌کند. *هرن و میشل* [۴۳] برای باورند که افراد روان‌رنجورخو به دلیل برخوردار از مهارت پایین در اغلب حوزه‌ها، در مواجهه با مشکلات از راهبردهای منفعلانه، خود ملامت‌گری، تفکر آزمون‌دانه، شیوه‌های مبتنی بر ستیزه‌جویی استفاده می‌کنند، این موضوع باعث تجربه فراوان عواطف منفی و کاهش بهزیستی ذهنی در آنان می‌شود. در مقابل افراد برون‌گرا در مواجهه با شرایط مختلف از راهبردهای مسئله‌مدار، جستجوی حمایت اجتماعی، تفکر مثبت و ارزیابی مجدد مثبت استفاده می‌کنند، همین عامل باعث می‌شود آن‌ها در مواجهه با شرایط تنش‌زا کمتر احساس درماندگی کنند [۴۴]. شاید مناسب‌ترین تبیین برای نقش باورهای خودکارآمدی در رابطه بین عامل وجدان/فروتنی این مطلب باشد که افرادی که در این عامل نمره بالایی کسب می‌کنند، آماده مواجهه با مسایل و مشکلات زندگی هستند و همواره زندگی آنان منظم و با برنامه است. آنها اصولاً ارزیابی شناختی صحیحی از توانایی‌های خود دارند و در مواجهه با مسائل تلاش‌های هدف‌داری برای حل آن انجام می‌دهند [۴۵]. این تبیین به لحاظ تجربی در مطالعه *حدیان و همکاران* [۴۶] نشان داده شده است. زیرا که نتایج مطالعه آنان نیز همسو با نتایج مطالعه حاضر نشان داد که حس شایستگی رابطه بین وظیفه‌شناسی و بهزیستی روان‌شناختی را به صورت کامل میانجی‌گری می‌کند.

یکی از یافته‌های جالب این پژوهش آن است که نشان داد، درحالی که اثر کل (مجموع اثر مستقیم و غیر مستقیم) گشودگی/شایستگی بر بهزیستی ذهنی نزدیک به صفر و اثر مستقیم آن منفی و غیرمعنادار است، خودکارآمدی رابطه گشودگی/شایستگی و بهزیستی را به صورت مثبت و معنادار میانجی‌گری می‌کند. شاید دلیل این باشد که افراد برخوردار از صفت گشودگی/شایستگی

عجولانه به نظر می‌رسد.

تشکر و قدردانی: در آخر، از آقای موسی رضوانی چمن زمین که در تمامی مراحل این پژوهش ما را یاری نمودند، تشکر و قدردانی می‌نمایم.

منابع

1. Keyes CLM, Shmotkin D, Ryff C D. Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *J Pers Soc Psychol.* 2002, 82(6): 1007-22.
2. King LA. Interventions for enhancing subjective well-being. In R J Larsen, M Eid (Eds), the science of subjective well-being (p. 431- 448). New York, The Guilford Press; 2008.
3. Guven C. Reversing the question: Does happiness affect consumption and savings behavior? *J Econ Psychol.* 2012, 33(4): 701-17.
4. Jovanovic V. Personality and subjective well-being: One neglected model of personality and two forgotten aspects of subjective well-being. *Pers Indiv Diff.* 2011; 50(5): 631-5.
5. Farahani MN, Shokri O, Geravand F, Daneshvarpour Z. Individual differences in academic stress and subjective well-being: Role of coping styles. *J Behav Sci.* 2009, 2(4): 297-304. [Persian]
6. Steel P, Schmidt J, Shultz J. Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychol Bull.* 2008, 134(1): 138-61.
7. Souri H, Hejazi E, Ejei J. The correlation of resiliency and optimism with psychological well-being. *J Behav Sci*, 2013. 7(3): 271-7. [Persian]
8. Momeni KH, Hossini H, Akbari M, Karami S. The role of personality traits and resiliency in prediction of nurses' psychological well-being. *J Behav Sci*, 2014, 7(4): 307-313. [Persian]
9. McCrae R R, Costa PT. Adding Liebe and Arbeit: The full five-factor model and well-being. *Pers Soc Psychol Bull.* 1991; 17(2): 227-32.
10. Maluka CS. Subjective well-being and self-esteem in a disadvantaged community [Dissertation]. South Africa: University of South Africa; 2004.
11. Karademas EC. Self-efficacy, social support and well-being The mediating role of optimism. *Pers Indiv Diff.* 2006, 40: 1281-90.
12. Kampfe N, Mitte C. Tell Me Who You Are, And I Will Tell You How You Feel? *Euro J Pers.* 2010, 24(4): 291-308.
13. Naderi F, Heydari ER, Mashalpour M. The relationship between flexibility of action, positive and negative affect and self-efficacy among women. *J Woman Culture Arts.* 2010; 3(9): 7-24. [Persian]
14. Chino B, Nemoto T, Fujii C, Mizuno M. Subjective assessments of the quality of life, well-being and self-efficacy in patients with schizophrenia. *Psychiatr Clin Neurosci.* 2009, 63(4): 521-8.
15. Bisschop MI, Knegsman D M W, Beekman A T, Deeg D J. Chronic diseases and depression: The modifying role of psychosocial resources. *Soc Sci Med.* 2004; 59(4): 271-733.
16. Elliot AJ, Thrash TM, Murayama KA. Longitudinal analysis of self-regulation and well-being: Avoidance personal goals, avoidance coping, Stress generation, and subjective well-being. *J Pers Soc Psychol.* 2012; 79(3): 643-74.
17. Judge TA, Ilies R. Relationship of personality to performance motivation: A meta-analytic review. *J Appl Psychol.* 2002, 87(3): 797-807.
18. Ebstrup J, Eplovb L, Charlotta C, Jørgensena T. Association between the Five Factor personality traits and perceived stress: is the effect mediated by general self-efficacy? *Anxiety Stress Cop.* 2011; 24(4): 407-19.
19. Stroble M, Tumasjan A, Sporle M. Be yourself, believe in yourself, and be happy: Self-efficacy as a mediator between personality factors and subjective well-being. *Scandinavian J Psychol.* 2011; 52(1): 43-8.
20. Safari Sh, Godarzi H. Assessment of occupational burnout and its association with demographic variables among professors and staff of the university. *J Modern Industri/Organ Psychol.* 2010;3(3): 63-9. [Persian]
21. Eshraghi H, Kashef MM. Comparing of general health and social relations of physically active and inactive governmental staff in Isfahan City. *J Biologic Sci Sports.* 2009; 2: 111-28. [Persian]
22. Arshi SH Sadeghi H, Seif Nejad Sh, Salem Safi P, Biria M. Relationship between different levels of Maslow's needs and satisfaction of employees of Ardabil University of Medical Sciences. *J Ardabil University Med Sci.* 2005; 2: 160-6. [Persian]
23. Mirhashemi M, Shokri B, Ghaed Mohammadi MJ. Duration and ways of spending leisure time of staff of Islamic Azad University. *Research in Curriculum Planning. Quart J Sci Res.* 2007; 21(13): 77-98. [Persian]
24. Farahani MN, Farzad V. Evaluation of validity and reliability of Iranian Big Five Personality Questionnaire (GARDON). *Psychol Stud.* 2008; 4(2): 57-80. [Persian]
25. Caprara G, Steca P. prosocial agency: The contribution of values and self-efficacy beliefs to prosocial behaviour ages. *J Soc Clin Psychol.* 2007; 26(2): 218-39.
26. Caprara G, Steca P. Self-efficacy beliefs as determinants of prosocial behavior conducive to life satisfaction across ages. *J Soc Clin Psychol.* 2005; 24(2): 191-217.

27. Caprara G, Di Giunta L, Eisenberg N, Gerbino M, Pastorelli C, Tramontano C. Assessing Regulatory Emotional Self-Efficacy in Three Countries. *Psychol Assess.* 2008; 20(3): 227-37.
28. DiGiunta L, Eisenberg N, Kupfer A, Steca P, Tramontano C, Caprara G. Assessing perceived empathic and social self-efficacy across countries. *European J Psychol Assess.* 2010; 26(2): 77-86.
29. Farahani MN, Mohammadkhani SH, Jokar F. The Relationship between life satisfaction with quality of life and subjective wellbeing of teachers in Tehran city. *Res Psychol Health.* 2009; 3(1): 5-14. [Persian]
30. Kormi Nouri R, Mokri A, Mohammadifar M, Yazdani A. Study of effective factors in happiness and well-being of students of University of Tehran. *J Psychol Behav Sci.* 2002; 32(1): 3-41. [Persian]
31. Kline RB. Principles and practice of structural equation modelling. New York: Guilford press; 2005
32. Gomes V, Krings F, Bangerter A, Grob A. The influence of personality and life events on subjective well-being from a life span perspective. *J Res Pers.* 2009; 43(3): 345-54.
33. Taghiloo S, Salehi M, Shokri O. Structural equation modeling in predicting the association between the personality characteristics, social problem solving and subjective wellbeing. *Res Psychol Health.* 2011, 1&2: 63-76. [Persian]
34. Shokri O, Kadivar P, Daneshvarpour Z. Gender differences in subjective wellbeing: Role of personality characteristics. *Iranian J Med Sci.* 2008. 13(3): 280-9. [Persian]
35. DeNeve KM, Cooper H. The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychol Bull* 1998. 124(2): 197-229.
36. Manzari Tavakoli ER, Eraghipour N. Assessment of The relationship between religiosity and happiness among female students of Azad University. *Quarter J Educ Psychol.* 2010; 6(19): 19-45. [Persian]
37. Hajizade Meimandi M, Barghamdi M. Relationship between practice of religious beliefs and life satisfaction among the elderly. *Iranian J Aging.* 2010; 5(15): 87-94. [Persian]
38. Lent RW. Toward a unifying theoretical and practical perspective on well-being and psychological adjustment. *J Couns Psychol.* 2004; 51(4): 482-509.
39. Vecchio GM, Gerbino M, Pastorelli C, Del Bove G, Caprara G. Multi-faceted self-efficacy beliefs as predictors of life satisfaction in late adolescence. *Pers Individ Diff.* 2007; 43(7): 1807-18.
40. Muris P. Relationship between Self-efficacy and symptoms of anxiety disorder and depression in a normal adolescent sample. *Pers Individ Diff.* 2002; 32(2): 337-48.
41. Bandura A, Locke EA. Negative Self-Efficacy and Goal Effects Revisited. *J Appl Psychol.* 2003; 88(1): 887-99.
42. Dabiri S, Delavar E, Sarami G R, Falsafinejad MR. , Developing the relational model of parenting styles, personality, self-esteem and happiness: analytical path pattern. *Quart J Fam Res.* 2012. 8(30): 141-59. [Persian]
43. Haren E , Mitchell C W. Relationship between the five factor personality model and coping style. *Psychol Educ Interdiscipl J.* 2003, 40(1): 38-49.
44. Lee-Bagley D, Preece M, Delgonis A., Coping with interpersonal stress: role of big five traits. *J Pers Soc Psychol.* 2005; 73(5): 1141-80.
45. Sarvghad S, Rezaeei A, Fadaei Dolat A. Relationship between personality characteristics and coping strategies and subjective well-being of teachers. *Findings Psychol.* 2010; 5(16): 25-41. [Persian]
46. Ahadian H, Jomehri F, Ahadi H, Farrokhi N. Designing and testing the relationship model between personality, subjective needs and cognitive subjective wellbeing. *J Psychol Achievements.* 2012; 6(1): 3-18. [Persian]
47. Moghanlou M, Agilar-Vafaei M. The relationship between factors and aspects of five personality traits pattern with happiness and mental and physical health. *Iranian J Psychiatr Clin Psychol.* 2009; 15(3): 290-9. [Persian]
48. McCrae RR, Costa PT. Personality in adulthood, A five factor theory perspective. New York & London: Guilford Press; 2003.