

## مدل ارتقای بهزیستی ذهنی بر مبنای شخصیت و تاب‌آوری در زمان همه‌گیری کووید-۱۹

آذین کبیری<sup>۱</sup>

<sup>۱</sup> کارشناس ارشد رشته مشاوره شغلی، دانشگاه آزاد اسلامی، تنکابن، ایران

### چکیده

پژوهش با هدف بررسی تأثیر ویژگی‌های شخصیت بر بهزیستی ذهنی میانجیگری تاب‌آوری در زمان همه‌گیری بیماری کووید-۱۹ در بین کارکنان شرکت اسنپ انجام شده است. کارکنان اداری شرکت اسنپ به تعداد ۵۰۰۰ نفر به‌عنوان جامعه آماری و ۳۵۷ نفر بر طبق جدول کرجسی و مورگان به عنوان نمونه انتخاب شدند. نمونه‌گیری به روش در دسترس انجام شد. به‌منظور جمع‌آوری داده از پرسشنامه پنج عامل بزرگ شخصیت رامستد و جون (۲۰۰۵)، پرسشنامه تاب‌آوری کانر (۲۰۰۷) و پرسشنامه بهزیستی ذهنی کیز (۲۰۰۲) استفاده شد. به منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از تکنیک مدل‌سازی معادلات ساختاری (و تحلیل مسیر) و نرم‌افزار Smart PLS3 برای سنجش رابطه علی بین متغیرها بهره گرفته شد. نتایج تحلیل داده‌ها نشان داد که شخصیت برونگرا و شخصیت باز بر تاب‌آوری، شخصیت موافق و روان‌رنجور بر تاب‌آوری و بهزیستی ذهنی و تاب‌آوری بر بهزیستی ذهنی تأثیر معنادار دارد. همچنین شخصیت برونگرا، روان‌رنجور و باز با میانجی‌گری تاب‌آوری بر بهزیستی ذهنی تأثیر معنادار دارند.

واژه‌های کلیدی: پنج عامل بزرگ شخصیت، بهزیستی ذهنی، تاب‌آوری

## ۱. مقدمه

همه گیری بیماری کووید-۱۹ اکثر جمعیت جهان را نه تنها از نظر تهدیدات بهداشتی و خواسته های سیستم پزشکی تحت فشار قرار داده، بلکه اقدامات فاصله گذاری اجتماعی و ارتباطات بین فردی محدود، روال های روزمره را مختل و دسترسی ها را نیز محدود کرده است [۱، ۲]. در مقایسه با موقعیت های بسیار ساختاریافته که پاسخ های مشابهی را در افراد با ویژگی های شخصیتی متنوع برمی انگیزد، این موقعیت بی سابقه و استثنایی نامطمئن، ممکن است واکنش های خود به خودی قوی تری را در افراد ایجاد کند که منعکس کننده ویژگی های تمایلی پایدار آن ها باشد [۳]. در واقع، پیامدهای روانی اپیدمی های مربوط به تهدید سلامت، قرنطینه، بیکاری و عدم اطمینان در مورد آینده تا حدی در طول شیوع ویروس قبل از نیز مورد بررسی قرار گرفته است. به عنوان مثال، افرادی که در طول اپیدمی سارس بیش از ۱۰ روز در قرنطینه بودند، در مقایسه با افرادی که روزهای کمتری در قرنطینه بودند، علائم استرس پس از سانحه را به طور قابل توجهی بالاتر گزارش کردند. به گونه ای که اگر یک فرد بتواند با موقعیت های تنش زا روزمره کنار بیاید، به ارتقا سلامتی جسمی، روانی و بهبود عملکرد اجتماعی و بهزیستی ذهنی خود کمک کرده است [۴].

بهزیستی ذهنی یکی از متغیرهای برگرفته از رویکرد روانشناسی مثبت نگر (رویکردی که از تمرکز صرف بر آسیب شناسی فاصله گرفته) است که پژوهش های بسیاری را به خود اختصاص داده است. بهزیستی ذهنی به عنوان احساس شادی و نبود فشار روانی در زندگی تعریف می شود و شامل شادی، هدفمندی و احساس تعلق با وجود درد و رنج است [۵]. بهزیستی ذهنی بر سلامت مثبت تأکید می کند و چیزی فراتر از بیماری است. در این دیدگاه، بهزیستی به معنای تلاش برای استعلا و ارتقا است که در تحقق استعدادها و توانایی های فرد متجلی می شود. به عبارت دیگر، بهزیستی ذهنی یعنی برداشت مثبت افراد از ابعاد مختلف زندگی فردی و اجتماعی که این ابعاد شامل استقلال، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران، هدفمندی در زندگی و پذیرش خود است [۶]. بهزیستی ذهنی را برحسب شکوفایی انسانی و درک چالش های وجودی زندگی می توان بیان کرد. با وجود این، بهزیستی ذهنی را می توان به صورت های مختلفی عملیاتی نمود. این موضوع تنها بستگی به این دارد که برای کدامیک از جنبه های زندگی نظریه پردازی شود [۷].

تحقیقاتی که عوامل شخصی فرآیند استرس را بررسی کرده اند، عمدتاً بر روی سبک های مقابله و سایر سازگاری های مشخصاتی، مانند انگیزه، خودکارآمدی و تاب آوری متمرکز بوده اند و یک زمینه خاص را در نظر گرفته اند؛ بنابراین مستقیماً با استرس مرتبط بودند، این در حالی است که ویژگی های شخصیتی گرایشی تا حدودی، کمتر مورد بررسی قرار گرفته اند [۸]. تجربه و پاسخ فرد به یک موقعیت استرس زا نتیجه پیچیده ای از تعامل بین عوامل مختلف از جمله ویژگی های فردی، منابع موجود، حمایت اجتماعی و ویژگی های فرهنگی است [۹]. ویژگی های شخصیتی ممکن است عوامل خوبی برای توضیح تفاوت های فردی در واکنش های استرس زا، از جمله بهزیستی ذهنی باشد. بیش از صد سال تحقیق درباره شخصیت، منجر به اجماع در مورد ساختار و محتوای ویژگی های شخصیتی اساسی (پنج عامل بزرگ - برون گرایی، توافق پذیری (سازگاری)، وظیفه شناسی، روان رنجورخویی و گشودگی) شد که نمایانگر ابعاد اصلی شخصیت است [۱۰]. در میان پنج عامل بزرگ شخصیت، برون گرایی (تجربه عاطفه مثبت)، معمولاً بالاترین همبستگی را با معیارهای بهزیستی و روان رنجورخویی (موقعیت تجربه عاطفه منفی) و بیشترین همبستگی را با شاخص های منفی عملکرد روان شناختی دارد [۱۱].

---

<sup>۱</sup>autonomy

<sup>۲</sup>environmental mastery

<sup>۳</sup>personal growth

<sup>۴</sup>positive relations with others

<sup>۵</sup>purpose in life

<sup>۶</sup>self-acceptance

فرض بر این است که این همبستگی ها را می توان حداقل تا حدی با مسیر مزاجی توضیح داد [۱۲] که به موجب آن تمایل فرد به عاطفه مثبت یا منفی بر ارزیابی شناختی اولیه موقعیتی تأثیر می گذارد و بنابراین تأثیر مستقیمی بر شاخص های مثبت و منفی دارد. وظیفه شناسی، توافق پذیری و گشاده رویی نیز به طور مثبت با بهزیستی ذهنی مرتبط هستند [۱۱]، اما ارتباط آن ها با شاخص های منفی عملکرد روانی کمتر است. در حالی که برخی از مطالعات پیشنهاد کرده اند که وظیفه شناسی، توافق پذیری و گشاده رویی، استرس ادراک شده را کمتر پیش بینی می کنند، مطالعات دیگر این ویژگی های شخصیتی را با استرس مرتبط ندانسته اند [۱۳، ۱۴، ۱۵] با توجه به ویژگی های شخصی، تاب آوری در مطالعاتی که تفاوت های فردی را در پاسخ به رویدادهای استرس زا بررسی می کنند، به طور فزاینده ای محبوب شده است. تاب آوری را می توان به عنوان ظرفیتی توصیف کرد که به فرد کمک می کند تا به طور مؤثر با موقعیت های استرس زا سازگار شود [۱۶]. اقدامات تاب آوری را نیز می توان از نظر شایستگی، عزم برای مقابله با موقعیت های دشوار و الگوهای سالم خودتنظیمی عملیاتی کرد [۱۷].

یک متاآنالیز انجام شده توسط [۱۸] شامل ۶۰ مطالعه نشان داد که تاب آوری با شاخص های منفی عملکرد روان شناختی مانند افسردگی، اضطراب و تجربه هیجانی منفی ارتباط منفی و با شاخص های مثبت عملکرد روان شناختی مانند سلامت روان، رضایت از زندگی و تجربه هیجانی مثبت ارتباط مثبت دارد. رفتارهای مشتق شده از شاخص های مثبت و منفی برای به تصویر کشیدن تمام جنبه های عملکرد روانی فرد و پیشی گرفتن از دیدگاه ساده و قدیمی سلامت روان، به عنوان عدم وجود بیماری و ناتوانی روانی ضروری است. در حالی که تاب آوری عمدتاً در تحقیقات متمرکز بر نمونه های خاصی از شرکت کنندگان در موقعیت های استرس زای خاص (اغلب مربوط به سلامت یا کار) مورد مطالعه قرار گرفته، اعتبار پیش بینی کننده ویژگی های شخصیتی تمایلی اغلب در جمعیت عمومی تحت شرایط روزمره مورد بررسی کمتری قرار گرفته است [۱۹]. با این حال، در خصوص ارتباط میان پنج عامل بزرگ شخصیت و تاب آوری نیز، مطالعات عموماً همبستگی متوسطی را بین آن ها گزارش داده اند [۲۰]. علاوه بر این، مطالعات انجام شده در میان دانش آموزان دبیرستانی و دانشجویان کارشناسی، ارتباط پنج عامل بزرگ را با تاب آوری بین ۲۷ تا ۳۷ درصد توضیح داده اند [۲۱، ۲۲، ۲۳].

در حالی که یک مطالعه دیگر گزارش می دهد که پنج عامل بزرگ شخصیت، ۷۶ درصد از واریانس تاب آوری را توضیح می دهند. این نتایج نشان می دهد که اگرچه تاب آوری به خوبی در فضای پنج عامل شخصیتی بزرگ نشان داده می شود، اما به جنبه های خاص تر شخصیت نیز کمک می کند که مخصوصاً برای انطباق با چالش های یک محیط همیشه در حال تغییر مهم هستند. علاوه بر این، پنج عامل بزرگ شخصیت، نمایانگر ویژگی های گرایشی گسترده و غیرمتمنی هستند که یک فرد را به طور کلی و رفتار او را در بسیاری از زمینه های مختلف در زمان های مختلف توصیف می کنند، در حالی که تاب آوری را می توان به عنوان یک سازگاری مشخصاتی، یعنی جنبه ای از شخصیت که در یک موقعیت خاص زمینه ای می شود، مشاهده کرد [۱۶]. بر این اساس، تاب آوری ممکن است نشان دهنده مکانیسمی باشد که تأثیر شخصیت بر عملکرد روانی را تحت شرایط استرس زا مانند همه گیری کرونا توضیح دهد. برای مثال، وظیفه شناسی می تواند از طریق خودتنظیمی بهتر، توافق پذیری و برون گرایی از طریق دسترسی بهتر به حمایت اجتماعی و گشودگی از طریق رویارویی انعطاف پذیرتر با موقعیت، که همه عناصر انعطاف پذیری و تاب آوری بالا هستند، بر رفاه ذهنی فرد تأثیر بگذارند.

در راستای این مفهوم، نتایج مطالعات بیانگر آن است که تاب آوری را می توان به عنوان واسطه ای در ارتباط بین پنج عامل بزرگ شخصیت و جنبه های مختلف عملکرد روان شناختی بررسی کرد. به طور خاص، میانجی گری تاب آوری در رابطه بین پنج عامل بزرگ شخصیت و علائم افسردگی در نوجوانان [۲۴]؛ ارتباط توافق پذیری، وظیفه شناسی و باز بودن با علائم اضطراب در بین دانشجویان پزشکی [۲۵]؛ ارتباط برون گرایی و روان رنجوری با شادی دانشجویان [۲۶] و رابطه بین شخصیت و کیفیت زندگی در بیماران اسپانیایی [۲۷] مورد بررسی قرار گرفته است. با این وجود تأثیر پنج عامل بزرگ شخصیت بر مؤلفه های عملکرد روانی از جنبه مثبت (بهزیستی ذهنی) با نقش میانجی تاب آوری در موقعیت استرس زای جدید (بیماری کووید-۱۹) در پژوهش کمتری مورد بررسی قرار گرفته و در این زمینه خلاء مطالعاتی بسیاری وجود دارد. از این رو پژوهش حاضر به طرح موضوع در این زمینه

پرداخته است تا به این سؤال اساسی پاسخ دهد که ویژگی های شخصیتی با توجه به نقش تاب آوری، چه تأثیری بر بهزیستی ذهنی در زمان همه گیری بیماری کووید-۱۹ دارند؟

## ۲. روش پژوهش

پژوهش حاضر از لحاظ روش، توصیفی همبستگی و به لحاظ هدف، بنیادین است. جامعه آماری پژوهش، کارکنان اداری شرکت اسنپ در زمان انجام پژوهش (سال ۱۴۰۱) به تعداد ۵۰۰۰ نفر می باشد. تعداد نمونه بر طبق جدول کرجسی و مورگان برابر ۳۵۷ نفر محاسبه شد. به علت عدم دسترسی به تمامی افراد، نمونه گیری به روش دردسترس انجام شده است. بدین ترتیب که ابتدا پرسشنامه بصورت آنلاین تنظیم شد و لینک آن در سامانه گروهی و جامع شرکت اسنپ که کلیه کارکنان به آن دسترسی دارند قرار داده شد تا به سؤالات تنظیم شده پاسخ دهند. برای گردآوری اطلاعات از دو روش کتابخانه ای (برای جمع آوری داده های نظری) و روش میدانی (برای جمع آوری داده های آماری) بهره گرفته شد. جهت آزمون فرضیه های تحقیق نیز ابتدا از آزمون کولموگروف اسمیرنوف جهت بررسی نرمال بودن توزیع داده ها استفاده شد. با مشخص شدن غیرنرمال بودن داده ها از روش معادلات ساختاری بمنظور بررسی میزان تاثیر متغیرهای مستقل و میانجی بر متغیر وابسته با استفاده از نرم افزار آماری Smart PLS ورژن سوم بهره گرفته شد.

## ۳. ابزار پژوهش

**ویژگی های شخصیتی:** ویژگی های شخصیتی با ۶۰ سؤال در یک طیف پنج گزینه ای لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) اندازه گیری می شود. سؤالات استاندارد و برگرفته از پرسشنامه پنج عامل بزرگ شخصیت رامستد و جون (۲۰۰۵) می باشد. این پرسشنامه بر طبق پژوهش خرمائی و فرمانی (۱۳۹۳) از روایی و پایایی (ضریب آلفا کرونباخ از ۰/۶۹ تا ۰/۸۳) مناسبی در ایران برخوردار است و برای استفاده در فعالیتهای پژوهشی مناسب می باشد. علاوه بر این، در پژوهش حاضر نیز پایایی به کمک ضریب آلفا کرونباخ و روایی به روش روایی صوری، محتوا و سازه (به کمک نرم افزار) مورد بررسی مجدد قرار می گیرد.

**تاب آوری:** تاب آوری با ۲۵ سؤال در یک طیف پنج گزینه ای لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) اندازه گیری می شود. سؤالات استاندارد و برگرفته از پرسشنامه تاب آوری کانر (۲۰۰۷) می باشد. نسخه فارسی این پرسشنامه بر طبق پژوهش آهنگرزاده رضایی و رسولی (۱۳۹۴) در میان نوجوانان و زنان مبتلا به سرطان بررسی شده و از روایی (محتوا، صوری و سازه) و پایایی (ضریب آلفا کرونباخ کل ۰/۸۲) مناسبی برخوردار است و برای استفاده در پژوهش های داخلی مناسب می باشد. علاوه بر این، در پژوهش حاضر نیز پایایی به کمک ضریب آلفا کرونباخ و روایی به روش روایی صوری، محتوا و سازه (به کمک نرم افزار) مورد بررسی مجدد قرار می گیرد.

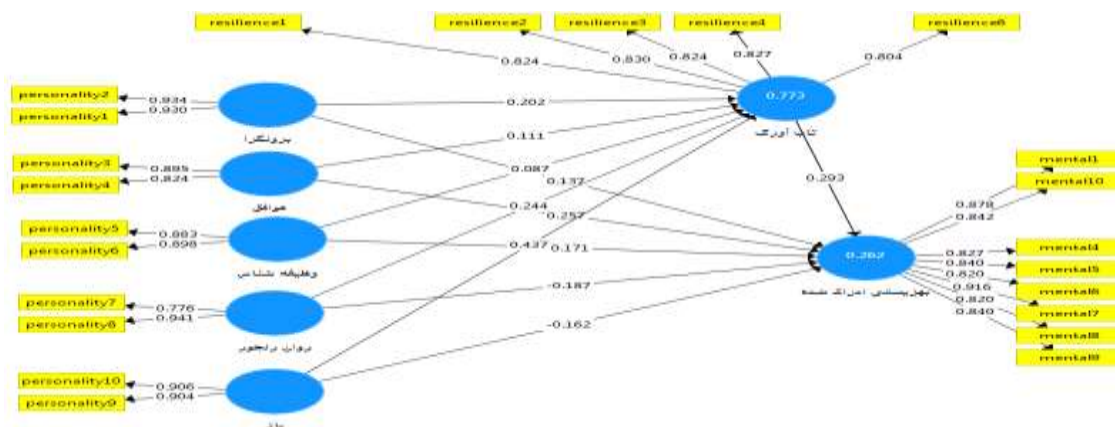
**بهزیستی ذهنی:** بهزیستی ذهنی با ۴۵ سؤال در یک طیف پنج گزینه ای لیکرت از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۵) اندازه گیری می شود. سؤالات استاندارد و برگرفته از پرسشنامه بهزیستی ذهنی کیز (۲۰۰۲) می باشد. بر طبق پژوهش روان سنجی مولوی و همکاران (۱۳۸۹) می توان از این ابزار برای نیل به مقاصد پژوهشی استفاده نمود. روایی پرسشنامه در روان سنجی مولوی و همکاران (۱۳۸۹) توسط روایی محتوایی و روایی تشخیصی و پایایی به روش آلفا کرونباخ (مقادیر ضریب آلفا کرونباخ بالاتر از ۰/۸ به دست آمد) بررسی شد و مورد تأیید قرار گرفت. علاوه بر این، در پژوهش حاضر نیز پایایی به کمک ضریب آلفا کرونباخ و روایی به روش روایی صوری، محتوا و سازه (به کمک نرم افزار) مورد بررسی مجدد قرار می گیرد.

## ۴. یافته ها

تحلیل ویژگی های جمعیت شناختی پاسخ دهندگان بیانگر آن بود که اکثر پاسخ دهندگان به سؤالات پرسشنامه، زن (۵۲ درصد) هستند که در رده سنی ۲۸ تا ۳۲ سال (۴۱ درصد) قرار دارند و دارای تحصیلات لیسانس (۵۶ درصد) هستند و بطور میانگین بین ۳ تا ۵ سال است که در شرکت اسنپ فعالیت می کنند (۵۳ درصد).

برای تحلیل به روش مدل سازی معادلات ساختاری با نرم افزار Smart PLS ورژن سوم در ابتدا اعتبار مدل از حیث شاخص های اندازه گیری و ساختاری مورد بررسی قرار می گیرد. در بحث سنجش اعتبار اندازه گیری، روایی و پایایی مدل بررسی می شود. در این پژوهش برای ارزیابی روایی مدل از معیار روایی سازه استفاده شد که با روایی همگرا و روایی واگرا مورد بررسی قرار گرفت. روایی همگرا که میزان وابستگی شاخص ها را با متغیر مربوطه نشان می دهد و روایی واگرا که به مقایسه میزان همبستگی یک عامل با شاخص هایش در مقابل همبستگی آن عامل با سایر عامل ها می پردازد. از سوی دیگر برای سنجش پایایی پرسشنامه از آلفای کرونباخ، استفاده شده است (جدول ۱). معیار مناسب برای آلفای کرونباخ برای تمامی عوامل بالای ۰/۷ است. در این پژوهش مقدار آلفای کرونباخ محاسبه شده برای تمامی عوامل بالاتر از ۰/۷ حاصل شد، لذا پرسشنامه پایایی لازم را نیز داراست. جهت سنجش پایایی مدل از شاخص های پایایی ترکیبی در روش حداقل مجذور مربعات جزئی استفاده شد (جدول ۲). اعتبارسنجی مدل پژوهش: براساس نتایج جدول (۱)، آزمون های اعتبارسنجی مدل اندازه گیری در ادامه آمده است، که همگی در محدوده مجاز و مورد تأیید می باشند:

آزمون همگن بودن و برازش مدل های اندازه گیری: در روش حداقل مجذور مربعات جزئی شرط پذیرش ضرایب بارهای عاملی مقدار ۰/۷ و بالاتر می باشد. برخی از سؤالات که دارای ضرایب عاملی کمتر از ۰/۷ بودند، حذف شدند، مدل بار دیگر اجرا شد و به علت آنکه کلیه مقادیر به دست آمده (شکل ۱) دارای بار عاملی بیشتر از ۰/۷ بودند؛ لذا همگن بودن و برازش مدل اندازه گیری تأیید می گردد.



شکل ۱- مدل پژوهش در حالت مقادیر بار عاملی (ضرایب مسیر)

آزمون روایی همگرا و پایایی مدل اندازه گیری: مطابق جدول (۱) آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی به دست آمده برای متغیرها نشان می دهد که سازگاری درونی در حد مطلوب قرار دارد. همچنین درخصوص روایی همگرا با توجه به نتایج کلیه بارهای عاملی سؤالات، بعد از برازش معنادار می باشند، یعنی T-Value از قدر مطلق ۱/۹۶ بزرگتر می باشند. از سوی دیگر میانگین واریانس استخراجی بزرگتر از ۰/۵ بوده و نیز در مقایسه پایایی ترکیبی با میانگین واریانس استخراج شده برای هر یک از عوامل  $CR > AVE$  می باشد؛ لذا می توان نتیجه گرفت که مدل پژوهش از روایی همگرایی مناسبی برخوردار است.

جدول ۱- معیارهای سنجش پایایی و روایی همگرا

متغیر	آلفا کرونباخ	پایایی ترکیبی	AVE	CR>AVE
شخصیت باز	۰/۷۸۰	۰/۹۰۱	۰/۸۲۰	تأیید
شخصیت برونگرا	۰/۸۴۹	۰/۹۳۰	۰/۸۶۹	تأیید
بهزیستی ادراک شده	۰/۹۴۵	۰/۹۵۴	۰/۷۲۰	تأیید
تاب آوری	۰/۸۸۰	۰/۹۱۲	۰/۶۷۵	تأیید
شخصیت روان رنجور	۰/۷۸۲	۰/۸۵۲	۰/۷۴۴	تأیید
شخصیت موافق	۰/۷۵۴	۰/۸۵۱	۰/۷۴۱	تأیید
شخصیت وظیفه شناس	۰/۷۳۹	۰/۸۸۴	۰/۷۹۳	تأیید

آزمون های روایی و اگر مدل اندازه گیری

الف) بررسی جدول Cross Tab: جدول بار تقاطعی شاخص ها قابل مشاهده می باشد که بار عاملی هر یک از شاخص ها را بر عامل خود و دیگر عامل ها نشان می دهد. بار عاملی هر شاخص بر عامل خود باید حداقل ۰/۱ بیشتر از بار عاملی آن بر دیگر شاخص ها باشد. در پژوهش حاضر کلیه موارد نشان دهنده ۰/۱ بیشتر می باشد.

ب) تست فورنل و لاکر: در این تست به بررسی همبستگی مربوط به متغیرهای پنهان پرداخته می شود، برای رسم جدول فورنل لاکر نیاز به میانگین واریانس استخراجی و جدول همبستگی متغیرها می باشد و باید تمامی اعداد قطر اصلی از اعداد زیرستون خود بیشتر باشند که نشان دهنده همبستگی بین متغیرهای پنهان می باشد. در این پژوهش خروجی های نرم افزار (جدول ۲) نشان دهنده تایید این مطلب می باشد.

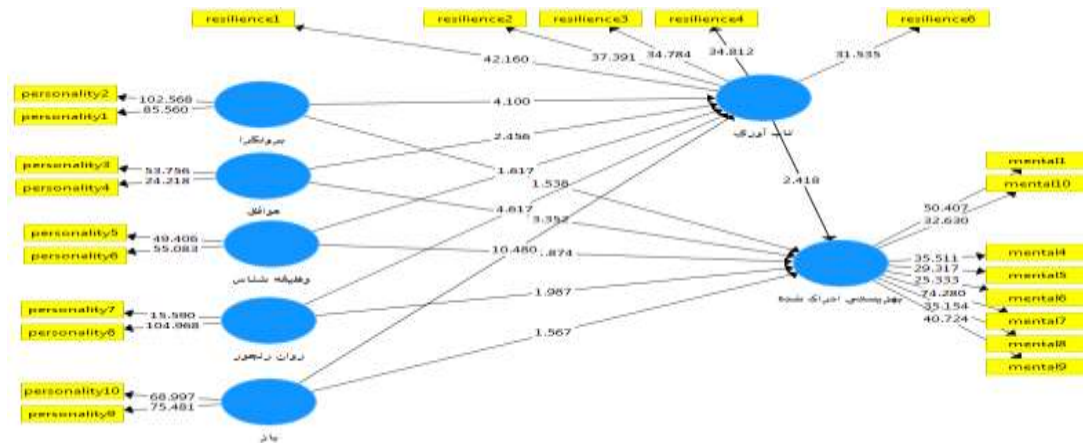
جدول ۲- نتیجه آزمون فورنل لاکر

شخصیت	شخصیت	شخصیت	شخصیت	شخصیت	شخصیت	شخصیت	شخصیت
وظیفه شناس	موافق	روان رنجور	تاب آوری	بهزیستی ادراک شده	برونگرا	باز	شخصیت
						۰/۹۰۵	شخصیت باز
					۰/۹۳۲	۰/۴۶۶	شخصیت برونگرا
				۰/۸۴۸	۰/۴۰۳	۰/۱۹۸	بهزیستی ادراک شده
			۰/۸۲۲	۰/۳۵۴	۰/۶۱۳	۰/۸۰۴	تاب آوری
		۰/۸۶۳	۰/۷۴۶	۰/۱۷۶	۰/۴۰۳	۰/۷۳۲	شخصیت روان رنجور
	۰/۸۶۱	۰/۳۲۱	۰/۵۰۲	۰/۴۴۹	۰/۶۱۶	۰/۳۴۲	شخصیت موافق
۰/۸۹۰	۰/۴۴۷	۰/۷۳۹	۰/۶۹۱	۰/۳۰۹	۰/۴۶۳	۰/۶۴۲	شخصیت وظیفه شناس

ج) کیفیت مدل اندازه گیری و مدل ساختاری: اگر شاخص اعتبار اشتراکی مدل اندازه گیری برای متغیر های پنهان مثبت باشد، نشان دهنده این است که مدل اندازه گیری کیفیت مناسبی دارد. در این پژوهش خروجی نرم افزار نشان دهنده اعداد مثبت می باشد و کیفیت مدل اندازه گیری و ساختاری را تایید می نماید.

تحلیل مدل ساختاری: جهت ارزیابی مدل ساختاری از معیارهای زیر استفاده می شود:

ضرایب معناداری: این شاخص جهت برازش مدل ساختاری به کار می رود، ضرایب باید از ۱/۹۶ بالاتر باشند تا بتوان در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنادار بودن آنها را تایید کرد. مطابق شکل (۲) چهار رابطه دارای ضریب معناداری کمتر از ۱/۹۶ می باشد و بقیه روابط به علت آنکه مقدار معناداری آنها از ۱/۹۶ بیشتر است، مورد تأیید هستند.



شکل ۲- مدل ساختاری پژوهش در حالت ضرایب معناداری

معیار ضریب تعیین: این معیار ضریب تعیین مسیر می باشد که نشان از تأثیر یک متغیر برونزا بر یک متغیر درونزا دارد. برای ضریب تعیین سه مقدار ۰/۱۹، ۰/۳۳ و ۰/۶۷ به عنوان مقدار ملاک برای مقادیر ضعیف، متوسط و قوی به ترتیب در نظر گرفته شده است. در این پژوهش مقدار ضریب تعیین در جدول (۳) آورده شده است که نشان از مناسب بودن آن دارد.

معیار  $Q^2$ : این معیار قدرت پیش بینی مدل را مشخص می سازد و در صورتی که مقدار  $Q^2$  در مورد یک سازه درونزا سه مقدار ۰/۰۲، ۰/۱۵ و ۰/۳۵ را کسب نماید، به ترتیب نشان از قدرت پیش بینی ضعیف، متوسط و قوی سازه های برونزای مربوط به آن را دارد. مقدار  $Q^2$  به دست آمده برای مدل این پژوهش در جدول (۳) آورده شده است که نشان دهنده قدرت پیش بینی مناسب مدل است.

جدول ۳- مقادیر ضریب تعیین و ضریب قدرت پیش بینی

متغیر	ضریب تعیین	ضریب قدرت پیش بینی
بهزیستی	۰/۲۶۲	۰/۱۷۲
تاب آوری	۰/۷۷۳	۰/۵۱۱

برازش مدل کلی: جهت بررسی کیفیت مدل ساختاری به طور کلی از شاخص GOF استفاده شد. مقادیر ۰/۰۱، ۰/۲۵ و ۰/۳۶ به ترتیب قوی، متوسط و ضعیف توصیف شده است. با توجه به مقدار بدست آمده GOF که ۰/۴۷۳ می باشد کیفیت مناسب مدل کیفی تایید می شود.

بر این اساس پس از بررسی مدل اندازه گیری و ساختاری و تأیید آن، فرضیه های پژوهش مورد ارزیابی قرار گرفت که نتایج آن در جدول (۴) آورده شده است.

جدول ۴- نتیجه آزمون فرضیه های پژوهش

شماره	فرضیه	ضریب معناداری	ضریب مسیر	نتیجه
۱	شخصیت برونگرا بر تاب آوری تأثیر دارد.	۴/۱۰۰	۰/۲۰۲	پذیرش
۲	شخصیت برونگرا بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد.	۱/۵۳۸	۰/۱۳۷	رد
۳	شخصیت موافق بر تاب آوری تأثیر دارد.	۲/۴۵۶	۰/۱۱۱	پذیرش
۴	شخصیت موافق بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد.	۳/۳۵۲	۰/۲۵۷	پذیرش
۵	شخصیت وظیفه شناس بر تاب آوری تأثیر دارد.	۱/۶۱۷	۰/۰۸۷	رد
۶	شخصیت وظیفه شناس بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد.	۱/۸۷۴	۰/۱۷۱	رد



۷	شخصیت روان رنجور بر تاب آوری تأثیر دارد.	۴/۶۱۷	-۰/۲۴۴	پذیرش
۸	شخصیت روان رنجور بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد.	۱/۹۸۷	-۰/۱۸۷	پذیرش
۹	شخصیت باز بر تاب آوری تأثیر دارد.	۱۰/۴۸۰	۰/۴۳۷	پذیرش
۱۰	شخصیت باز بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد.	۱/۵۶۷	-۰/۱۶۲	رد
۱۱	تاب آوری بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد.	۲/۴۱۸	۰/۲۹۳	پذیرش
۱۲	شخصیت برونگرا با میانجیگری تاب آوری بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد.	۲/۱۰۴	۰/۰۵۹	پذیرش
۱۳	شخصیت موافق با میانجیگری تاب آوری بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد.	۱/۴۵	۰/۰۳۳	رد
۱۴	شخصیت وظیفه شناس با میانجیگری تاب آوری بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد.	۱/۲۵۳	۰/۰۲۵	رد
۱۵	شخصیت روان رنجور با میانجیگری تاب آوری بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد.	۲/۱۶۴	۰/۰۷۲	پذیرش
۱۶	شخصیت باز با میانجیگری تاب آوری بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد.	۲/۴۱۶	۰/۱۲۸	پذیرش

فرضیه ۱: شخصیت برونگرا با ضریب معناداری ۴/۱۰۰ در سطح اطمینان ۹۹ درصد بر تاب آوری تأثیر دارد و فرضیه اول پژوهش مورد تأیید است. ضریب مسیر برابر ۰/۲۰۲ است بدان معنا که با افزایش برونگرا بودن شخصیت، تاب آوری به میزان ۲۰/۲ درصد افزایش می یابد.

فرضیه ۲: شخصیت برونگرا با ضریب معناداری ۱/۵۳۸ بر تاب آوری تأثیر ندارد و فرضیه دوم پژوهش رد می شود.  
فرضیه ۳: شخصیت موافق با ضریب معناداری ۲/۴۵۶ در سطح اطمینان ۹۵ درصد بر تاب آوری تأثیر دارد و فرضیه سوم پژوهش مورد تأیید است. ضریب مسیر برابر ۰/۱۱۱ است بدان معنا که با افزایش موافق بودن شخصیت، تاب آوری به میزان ۲۰/۲ درصد افزایش می یابد.

فرضیه ۴: شخصیت موافق با ضریب معناداری ۳/۳۵۲ در سطح اطمینان ۹۹ درصد بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد و فرضیه چهارم پژوهش مورد تأیید است. ضریب مسیر برابر ۰/۲۵۷ است بدان معنا که با افزایش موافق بودن شخصیت، بهزیستی ذهنی به میزان ۲۵/۷ درصد افزایش می یابد.

فرضیه ۵: شخصیت وظیفه شناس با ضریب معناداری ۱/۶۱۷ بر تاب آوری تأثیر ندارد و فرضیه پنجم پژوهش رد می شود.  
فرضیه ۶: شخصیت موافق با ضریب معناداری ۱/۸۷۴ بر بهزیستی ذهنی تأثیر ندارد و فرضیه ششم پژوهش رد می شود.  
فرضیه ۷: شخصیت روان رنجور با ضریب معناداری ۴/۶۱۷ در سطح اطمینان ۹۹ درصد بر تاب آوری تأثیر دارد و فرضیه هفتم پژوهش مورد تأیید است. ضریب مسیر برابر ۰/۲۴۴ است بدان معنا که با افزایش روان رنجوری شخصیت، تاب آوری به میزان ۲۴/۴ درصد افزایش می یابد.

فرضیه ۸: شخصیت روان رنجور با ضریب معناداری ۱/۹۸۷ در سطح اطمینان ۹۵ درصد بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد و فرضیه هشتم پژوهش مورد تأیید است. ضریب مسیر برابر ۰/۱۸۷- است بدان معنا که با افزایش روان رنجوری شخصیت، بهزیستی ذهنی به میزان ۱۸/۷ درصد کاهش می یابد.

فرضیه ۹: شخصیت باز با ضریب معناداری ۱۰/۴۸۰ در سطح اطمینان ۹۹/۹ درصد بر تاب آوری تأثیر دارد و فرضیه نهم پژوهش مورد تأیید است. ضریب مسیر برابر ۰/۴۳۷ است بدان معنا که با افزایش باز بودن شخصیت، تاب آوری به میزان ۴۳/۷ درصد افزایش می یابد.

فرضیه ۱۰: شخصیت باز با ضریب معناداری ۱/۵۶۷ بر بهزیستی ذهنی تأثیر ندارد و فرضیه دهم پژوهش رد می شود.  
فرضیه ۱۱: تاب آوری با ضریب معناداری ۲/۴۱۸ در سطح اطمینان ۹۹ درصد بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد و فرضیه یازدهم پژوهش مورد تأیید است. ضریب مسیر برابر ۰/۲۹۳ است بدان معنا که با افزایش تاب آوری، بهزیستی ذهنی به میزان ۲۹/۳ درصد افزایش می یابد.



فرضیه ۱۲: شخصیت برونگرا با ضریب معناداری  $2/104$  در سطح اطمینان ۹۵ درصد با میانجیگری تاب‌آوری بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد و فرضیه دوازدهم مورد تأیید است. ضریب مسیر برابر  $0/059$  است بدان معنا که تاب‌آوری  $5/9$  درصد از تأثیر شخصیت برونگرا بر بهزیستی ذهنی را تبیین می‌کند.

فرضیه ۱۳: شخصیت موافق با ضریب معناداری  $1/45$  با میانجیگری تاب‌آوری بر بهزیستی ذهنی تأثیر ندارد و فرضیه سیزدهم رد می‌شود.

فرضیه ۱۴: شخصیت وظیفه‌شناس با ضریب معناداری  $1/253$  با میانجیگری تاب‌آوری بر بهزیستی ذهنی تأثیر ندارد و فرضیه چهاردهم رد می‌شود.

فرضیه ۱۵: شخصیت روان‌رنجور با ضریب معناداری  $2/164$  در سطح اطمینان ۹۵ درصد با میانجیگری تاب‌آوری بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد و فرضیه پانزدهم مورد تأیید است. ضریب مسیر برابر  $0/072$  است بدان معنا که تاب‌آوری  $7/2$  درصد از تأثیر شخصیت روان‌رنجور بر بهزیستی ذهنی را تبیین می‌کند.

فرضیه ۱۶: شخصیت باز با ضریب معناداری  $2/416$  در سطح اطمینان ۹۵ درصد با میانجیگری تاب‌آوری بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد و فرضیه شانزدهم مورد تأیید است. ضریب مسیر برابر  $0/128$  است بدان معنا که تاب‌آوری  $12/8$  درصد از تأثیر شخصیت باز بر بهزیستی ذهنی را تبیین می‌کند.

## ۵. بحث و نتیجه‌گیری

**فرضیه اول:** نتایج نشان داد شخصیت برون‌گرا بر تاب‌آوری تأثیر معنادار دارد و فرضیه پژوهش مورد تأیید است. نتیجه به‌دست آمده در پژوهش حاضر همسو با پژوهش [۲۸]، [۲۹]، [۳۰]، [۳۱]، [۱۹]، [۲۰] و [۳۲] است. آن‌ها نیز به این نتیجه دست یافتند که بین شخصیت برون‌گرا و تاب‌آوری رابطه معنادار مثبتی وجود دارد. پژوهش حاضر نیز همسو با پژوهش‌های پیشین به تأیید این فرضیه پرداخت. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت که برون‌گرایی معمولاً با تجربه هیجانات مثبت و دریافت بازخوردهای مثبت از سوی دیگران همراه است و می‌تواند تاب‌آوری فرد را بالا برده و آسیب‌پذیری وی را نسبت به انواع مشکلات روانی و جسمانی کاهش دهند.

**فرضیه دوم:** نتایج نشان داد شخصیت برون‌گرا بر بهزیستی ذهنی تأثیر ندارد و فرضیه دوم رد می‌شود. نتیجه حاصل شده مخالف پژوهش [۳۳] است که وجود رابطه میان این دو متغیر را به اثبات رساندند. البته لازم به ذکر است که پژوهش حاضر همانند پژوهش [۲۰] در شرایط همه‌گیری کووید-۱۹ انجام شده است و شاید تفاوت در نتیجه حاصل شده با پژوهش دست‌چوردی و همکاران (۱۳۹۰) همین باشد. در تبیین این فرضیه می‌توان بیان کرد که برون‌گراها جامعه‌گرا هستند، اما توانایی اجتماعی فقط یکی از صفاتی است که حیطه برون‌گرایی دارای آن است. علاوه بر آن، دوست داشتن مردم، علاقه به شرکت در گروه‌های بزرگ و گردهمایی‌ها، با جرأت بودن، فعال بودن و پر حرف بودن نیز از صفات برون‌گراهاست. آن‌ها برانگیختگی جنسی و نیز تحریک را دوست دارند و متمایلند که بشاش باشند [۳۴]. سازش‌پذیری نشانگر جهت‌گیری اجتماعی و جامعه‌پسند در مقابل نگرش خصمانه نسبت به دیگران می‌باشند که ویژگی‌هایی چون نوع‌دوستی، خوش‌قلبی، اعتماد و فروتنی را شامل می‌شود [۳۵]. برون‌گرایی مؤلفه‌های پذیرش خود، رشد فردی و تسلط محیطی را پیش‌بینی می‌نماید و به تمایل فرد برای مثبت بودن، جرأت‌طلبی، پرانرژی بودن و صمیمی بودن اشاره می‌کند. افراد برون‌گرا مردم‌آمیز و معاشرتی هستند و هرچه گستره شبکه روابط اجتماعی بیشتر باشد باید بهزیستی روانشناختی نیز افزایش یابد اما در پژوهش حاضر این نتیجه حاصل شد که برون‌گرایی بر بهزیستی ذهنی تأثیری ندارد و شاید علت این امر ریشه در فرهنگ جامعه ما باشد. هنگامی که افراد برون‌گرا هستند آنچه در درون آن‌هاست مطرح می‌کنند و این سبب می‌شود تا بیشتر در معرض قضاوت و دخالت دیگران قرار بگیرند و همین امر باعث برهم زدن آرامش آن‌ها می‌شود لذا این نتیجه حاصل شد که شخصیت برون‌گرا بر بهزیستی ذهنی اثرگذار نیست.

**فرضیه سوم:** نتایج نشان داد شخصیت موافق (سازگار) بر تاب‌آوری تأثیر معنادار دارد و فرضیه سوم مورد تأیید است. نتیجه به‌دست آمده در پژوهش حاضر همسو با پژوهش [۲۸]، [۲۹]، [۳۰]، [۳۱]، [۱۹]، [۲۰] است. آن‌ها نیز به این نتیجه دست یافتند که بین شخصیت موافق و تاب‌آوری رابطه معنادار مثبتی وجود دارد. پژوهش حاضر نیز همسو با پژوهش‌های پیشین به تأیید این فرضیه پرداخت. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت که شخصیت موافق (سازگار) می‌تواند تاب‌آوری فرد را بالا برده و آسیب‌پذیری وی را نسبت به انواع مشکلات روانی و جسمانی کاهش دهند.

**فرضیه چهارم:** نتایج نشان داد شخصیت موافق (سازگار) بر بهزیستی ذهنی تأثیر معنادار دارد. در پژوهش حاضر همسو با پژوهش [۲۰] این نتیجه حاصل شد که شخصیت موافق بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد. از سوی دیگر نتیجه حاصل شده همسو با پژوهش [۳۲] است که وجود رابطه میان این دو متغیر را به اثبات رساندند. البته لازم به ذکر است که پژوهش حاضر همانند پژوهش [۲۰] در شرایط همه‌گیری کووید-۱۹ انجام شده است و از این منظر ثابت‌کننده این است که در زمان همه‌گیری کووید-۱۹ و غیر آن شخصیت سازگار با بهزیستی ذهنی رابطه معنادار دارد. در تبیین این فرضیه می‌توان بیان کرد که داشتن شخصیت سازگار و موافق همواره با کاهش تنش‌ها و ناسازگاری‌ها همراه است، همین امر میزان دغدغه‌ها، دشمنی‌ها و غیره را کاهش داده و در نهایت سبب ایجاد آرامش ذهنی برای افراد می‌شود.

**فرضیه پنجم:** نتایج نشان داد شخصیت وظیفه‌شناس بر تاب‌آوری تأثیر معنادار ندارد و فرضیه پنجم رد می‌شود. نتیجه به‌دست آمده در پژوهش حاضر مخالف با [۲۸]، [۲۹]، [۳۰]، [۳۱]، [۱۹]، [۲۰] است. آن‌ها به این نتیجه دست یافتند که بین شخصیت وظیفه‌شناس و تاب‌آوری رابطه معنادار مثبتی وجود دارد. اما در پژوهش حاضر این فرضیه تأیید نشد. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت که شخصیت وظیفه‌شناس معمولاً با تجربه دریافت بازخوردهای مثبت از سوی دیگران همراه است و می‌تواند تاب‌آوری فرد را بالا برده و آسیب‌پذیری وی را نسبت به انواع مشکلات روانی و جسمانی کاهش دهند. اما وجود شرایط همه‌گیری کووید-۱۹ شرایط متفاوتی را برای افراد رقم زده است و سبب شده تاب‌آوری تحت تأثیر وظیفه‌شناسی نباشد.

**فرضیه ششم:** نتایج نشان داد شخصیت وظیفه‌شناس بر بهزیستی ذهنی تأثیر معنادار ندارد و فرضیه ششم رد می‌شود. در پژوهش حاضر مخالف با پژوهش [۲۰] این نتیجه حاصل شد که شخصیت وظیفه‌شناس بر بهزیستی ذهنی تأثیر ندارد. از سوی دیگر نتیجه حاصل شده نیز مخالف با پژوهش [۳۲] است که وجود رابطه میان این دو متغیر را به اثبات رساندند. در تبیین این فرضیه می‌توان بیان کرد که این عامل با کنترل تکانه‌ها و خویشتن‌داری قدرت اراده و موفقیت ارتباط دارد. این صفت به نشان دادن خود انطباقی، عمل به وظایف و نائل شدن به موفقیت دلالت می‌کند. غلبه نقشه بر رفتار خود به خودی و بی‌نظمی از ویژگی‌های این صفت محسوب شود. با این صفت می‌توان راهی برای کنترل، هدایت و تنظیم تکانه‌های خودمان پیدا کرد. عمده‌ترین مسأله مورد شمول صفت وظیفه‌شناسی عبارت است از «نیاز به موفقیت». آن‌ها علی‌رغم موانع موجود، در رفع آن‌ها مصرنده و تمایل به دقت و کامل بودن دارند [۳۲]. باین وجود حضور عامل استرس‌زای کووید-۱۹ در جامعه می‌توان سبب شود وظیفه‌شناسی یک عامل اثرگذار بر بهزیستی نباشد. از آن جهت که وظیفه‌شناسی و ترس از مرگ می‌توانند در تقابل با یکدیگر در این شرایط باشند.

**فرضیه هفتم:** نتایج نشان داد شخصیت روان‌رنجور بر تاب‌آوری تأثیر معنادار دارد و فرضیه هفتم مورد تأیید است. بر اساس نتیجه حاصل شده در پژوهش‌های پیشین باید مطرح نمود که نتیجه به‌دست آمده در پژوهش حاضر همسو با پژوهش [۲۸]، [۲۹]، [۳۰]، [۳۱]، [۱۹]، [۲۰] است. آن‌ها به این نتیجه دست یافتند که بین شخصیت روان‌رنجور و تاب‌آوری رابطه معنادار وجود دارد. در پژوهش حاضر نیز این نتیجه حاصل شده است. در تبیین این فرضیه می‌توان بیان کرد که تمایل عمومی به تجربه عواطف منفی چون ترس، غم، دست‌چاچی، عصبانیت، احساس گناه و نفرت روان‌رنجورخویی را تشکیل می‌دهند. بر این اساس این عوامل سبب می‌گردند تا میزان تاب‌آوری فرد در برابر مشکلات کم شود.

**فرضیه هشتم:** نتایج نشان داد شخصیت روان‌رنجور بر بهزیستی ذهنی تأثیر معنادار دارد و فرضیه هشتم تأیید می‌شود. در پژوهش حاضر همسو با پژوهش [۲۰] این نتیجه حاصل شد که شخصیت روان‌رنجور بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد. از سوی دیگر نتیجه حاصل شده نیز همسو با پژوهش [۳۲] است که وجود رابطه میان این دو متغیر را به اثبات رساندند. البته لازم به

ذکر است که پژوهش حاضر همانند پژوهش [۲۰] در شرایط همه گیری کووید-۱۹ انجام شده است و از این منظر ثابت کننده این است که در زمان همه گیری کووید-۱۹ و غیر آن شخصیت روان رنجور با بهزیستی ذهنی رابطه معنادار دارد. در تبیین این فرضیه می توان بیان کرد که عواطف شکننده مانع از سازگاری می شود، هر چند مستعد داشتن علایق غیر منطقی هستند و کمتر قادر به کنترل تکانش های خود بوده و خیلی ضعیف تر از مردان و زنان با نمره بالا در دیگران با استرس کنار می آیند. لذا آرامش روحی روانی پایین تری دارند.

**فرضیه نهم:** نتایج نشان داد شخصیت باز بر تاب آوری تأثیر معنادار دارد و فرضیه نهم مورد تأیید است. بر این اساس و بر اساس نتیجه حاصل شده در پژوهش های پیشین باید مطرح نمود که نتیجه به دست آمده در پژوهش حاضر همسو با پژوهش [۲۸]، [۲۹]، [۳۰]، [۳۱]، [۳۲]، [۳۳] است. آن ها به این نتیجه دست یافتند که بین شخصیت باز و تاب آوری رابطه معنادار وجود دارد. پژوهش حاضر نیز همسو با پژوهش های انجام شده به مثبت بودن روابط میان آن دو رسید. در تبیین این فرضیه می توان بیان کرد که افراد با شخصیت باز تمایل دارند به دنبال ماجراهای جدید، تجربیات و تلاش های خلاقانه باشند. نمونه ای از گشاده رویی کسی است که همیشه چیز جدیدی را امتحان می کند. آن ها همیشه با افراد جدید ملاقات می کنند و ایده های بسیار آزادانه ای را در مورد جامعه نشان می دهد. شاید علت آن است که فردی که شخصیت باز دارد همواره عاشق دیدار با افراد و موضوعات جدید است و همین هم کلام شدن با افراد به آن ها کمک می کند تا تاب آوری خود را ارتقا دهند.

**فرضیه دهم:** نتایج نشان داد شخصیت باز بر بهزیستی ذهنی تأثیر معنادار ندارد و فرضیه دهم رد می شود. در پژوهش حاضر مخالف با پژوهش [۲۰] این نتیجه حاصل شد که شخصیت باز بر بهزیستی ذهنی تأثیر دارد. از سوی دیگر نتیجه حاصل شده نیز مخالف با پژوهش [۳۲] است که وجود رابطه میان این دو متغیر را به اثبات رساندند. در تبیین این فرضیه می توان بیان کرد که افرادی که تمایل زیادی به صراحت دارند، تمایل بیشتری به پذیرش چیزهای جدید، ایده های تازه و تجربیات بدیع دارند، آنها شخصیت باز دارند و با کنجکاوی به چیزهای جدید می پردازند و به دنبال تازگی هستند. آنها تمایل دارند به دنبال ماجراهای جدید، تجربیات و تلاش های خلاقانه باشند. نمونه ای از گشاده رویی کسی است که همیشه چیز جدیدی را امتحان می کند. آن ها همیشه با افراد جدید ملاقات می کنند و ایده های بسیار آزادانه ای را در مورد جامعه نشان می دهند. شاید علت آن است که فردی که شخصیت باز دارد همواره عاشق دیدار با افراد و موضوعات جدید است و شرایط همه گیری کووید-۱۹ و خانه نشینی های مداوم افراد در راستای ایزوله کردن خود، آن ها را غمگین ساخته به گونه ای که افراد پاسخ دهنده، باز بودن شخصیت را عاملی اثرگذار بر بهزیستی نمی دانند.

**فرضیه یازدهم:** نتایج نشان داد تاب آوری بر بهزیستی ذهنی تأثیر معنادار دارد و فرضیه یازدهم مورد تأیید است. در پژوهش حاضر این نتیجه حاصل شد که تاب آوری تأثیر مثبت معناداری بر بهزیستی ذهنی دارد که از این منظر همسو با نتیجه حاصل شده در پژوهش های [۶] و [۲۰] است. در تبیین این فرضیه می توان بیان کرد که تعاریف اخیر از تاب آوری متغیر و مشکل زا هستند. برخی تاب آوری را به عنوان یک صفت یا ویژگی مشخص تعبیر کرده اند، در حالی که دیگران آن را به عنوان یک فرآیند تحولی فرا رونده که سازگاری مثبت در شرایط سخت و دشوار را باز می نمایند تلقی کرده اند. تاب آوری در روانشناسی عبارت است از استعداد و ظرفیت مثبت افراد جهت غلبه بر استرس، حوادث، فجایع، همچنین این کلمه برای مقاومت و تحمل پذیری افراد در برابر وقایع منفی آینده نیز به کار می رود [۳۳]. همین تعاریف از تاب آوری سبب شده است تا این مفهوم در کنار بهزیستی ذهنی قرار گیرد.

**فرضیه های میانجی:** نتایج آزمون فرضیه های میانجی بیانگر آن بود که از میان مؤلفه های شخصیتی تنها شخصیت های باز، برونگرا و روان رنجور با میانجیگری تاب آوری بر بهزیستی ذهنی در شرایط همه گیری کووید-۱۹ اثرگذارند. البته این فرضیه ها برای اولین بار در شرایط همه گیری کووید-۱۹ در ایران مورد آزمون قرار گرفت و شاید نیاز است تا توسط محققان بعدی بطور دقیقتر بررسی شود.

با توجه به نتایج حاصل شده پیشنهادات زیر مطرح می شود:

۱. کارکنان هویت سیاسی و اجتماعی خود را مشخص کرده و با هدف های پایدار روبه جلو حرکت کنند.
۲. کارکنان برای تفکر و روشن شدن ارزش ها، ترجیحات، مهارت ها و استعداد های خود وقت بگذارند
۳. کارکنان تلاش نمایند با استفاده از شبکه های مجازی، ارتباط بیشتری با دوستان خود برقرار نمایند تا بدین ترتیب از طریق مکالمه با آن ها بتوانند بهتر در برابر مشکلات بایستند.
۴. کارکنان تلاش کنند بر خود مسلط شوند و کمتر به مقایسه خود با دیگران بپردازند.
۵. کارکنان صادقانه و روراست افکار و نظرات خود را با همکاران و دوستان در میان بگذارند.
۶. کارکنان تلاش نمایند با همکاری سایر همکاران، مشکلات را حل کنند.
۷. کارکنان همواره همکاران را از میزان اضطراب بالای خود مطلع کنند تا در مواقع نیاز به آن ها کمک نمایند.
۸. کارکنان از طریق صحبت با دوستان و اطرافیان درستکار، قابل اعتماد و رازدار میزان اضطراب خود را کنترل کرده و به حل مشکلات شخصی خود بپردازند.
۹. کارکنان با بهره گیری از قدرت خلاقیت تلاش نمایند بهترین راه را برای حل مشکلات انتخاب نمایند.
۱۰. کارکنان تلاش کنند به استقبال تجربیات تازه بروند و تجربه های جدید را بپذیرا باشند.

#### منابع و مراجع

1. Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., et al. (2020). The Psychological impact of quarantine and how to reduce it: Rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395, 912-920.
2. Li, W., Yang, Y., Liu, Z. H., Zhao, Y. J., Zhang, Q., Cheung, T., et al. (2020). Progression of Mental Health Services during the COVID-19 Outbreak in China. *International Journal of Biological Sciences*, 16, 1732-1738.
3. Judge, T. A., & Zapata, C. P. (2015). The person-situation debate revisited: Effect of situation strength and trait activation on the validity of the big five personality traits in predicting job performance. *Academy of Management Journal*, 58, 1149-1170.
۴. پورفرخ، پریسا؛ کرمانی، معین؛ جمالی، جمشید. (۱۳۹۹). بررسی میزان استرس ادراک شده دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مشهد حین پاندمی بیماری کوئید ۱۹ در سال ۹۹-۱۳۹۸، *افق توسعه آموزش علوم پزشکی*، دوره یازده، شماره دو، ۶۶-۷۶.
5. Gray, J. S., Ozer, D. J., & Rosenthal, R. (2017). Goal conflict and psychological well-being: A. (2017). meta-analysis. *Journal of Research Personality*, 66, 27-37.
۶. حسن زاده نمین، فرزانه؛ پیمانی، جاوید؛ رنجبری پور، طاهره؛ ابوالمعالی الحسینی، خدیجه. (۱۳۹۸). مدل پیش بینی بهزیستی روانشناختی بر اساس تاب آوری با در نظر گرفتن نقش میانجی استرس ادراک شده. *فصلنامه علمی پژوهشی علوم روانشناختی*، دوره هجده، شماره هفتاد و هفت، ۵۶۹-۵۷۸.
۷. حق رنجبر، فرخ؛ شیرزاد، محبوبه؛ تقدیسی، محمدحسین؛ صرامی، غلامرضا؛ احدی، حسن. (۱۳۹۵). نقش میانجی گری بهزیستی ذهنی در رابطه با استرس ادراک شده و پرفشاری خون، *آموزش بهداشت و ارتقای سلامت*، دوره چهار، شماره یک، ۵۷-۵۰.
8. Leger, K. A., Charles, S. T., Turiano, N. A., & Almeida, D. (2016). Personality and stressor-related affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 111, 917-928.

9. Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2017). Lazarus and Folkman's psychological stress and coping theory. In C. L. Cooper, & J. C. Quick (Eds.), *The handbook of stress and health: A guide to research and practice*. Wiley-Blackwell.
10. Widiger, T. A. (2017). *The Oxford handbook of the Five Factor Model*. Oxford University Press.
11. Anglim, J., Horwood, S., Smillie, L. D., Marrero, R. J., & Wood, J. K. (2020). Predicting psychological and subjective well-being from personality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 146, 279-323.
12. Heidemeier, H., & Göritz, A. S. (2016). The instrumental role of personality traits: Using mixture structural equation modeling to investigate individual differences in the relationships between the Big Five traits and life satisfaction. *Journal of Happiness Studies*, 17, 2595-2612.
13. Ebstrup, J. F., Eplov, L. F., Pisinger, C., & Jørgensen, T. (2011). Association between the Five Factor personality traits and perceived stress Is the effect mediated by general self-efficacy? . *Anxiety, Stress, & Coping: An International Journal*, 24, 407-419.
14. Kim, S. E., Kim, H. N., Cho, J., Kwon, M. J., Chang, Y., Ryu, S., et al. (2016). Direct and Indirect Effects of Five Factor Personality and Gender on Depressive Symptoms Mediated by Perceived Stress. *Plos One*, 11.
15. Sahin, F., & Cetin, F. (2017). The Mediating Role of General Self-Efficacy in the Relationship Between the Big Five Personality Traits and Perceived Stress: A Weekly Assessment Study. *Psychological Studies*, 62, 35-46.
16. Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist*, 18, 12-23.
17. Grossman, M. R. (2017). *The Structure of Resilience: An Empirical Examination of Resilience Factors*. . Graduate Theses and Dissertations.
18. Hu, T., Zhang, D., & Wang, J. (2015). A meta-analysis of the trait resilience and mental health. . *Personality and Individual Differences*, 76, 18-27.
19. Kocjan, G., Kavčič, T., & Avsec, A. (2021). Resilience matters: Explaining the association between personality and psychological functioning during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 21, 1-9.
20. Oshio, A., Taku, K., Hirano, M., & Saeed, G. (2018). Resilience and Big Five personality traits: A meta-analysis. . *Personality and Individual Differences*, 127, 54-60.
21. 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.
22. Ercan, H. (2017). The Relationship between Resilience and the Big Five Personality Traits in Emerging Adulthood. *Eurasian Journal of Educational Research*, 70, 83-103.
23. Iimura, S., & Taku, K. (2018). Gender differences in relationship between resilience and big five personality traits in Japanese adolescents. *Psychological Reports*, 121, 920-931.
24. Gong, Y., Shi, J., Ding, H., Zhang, M., Kang, C., Wang, K., et al. (2019). Personality traits and depressive symptoms: The moderating and mediating effects of resilience in Chinese adolescents. *Journal of Affective Disorders*, 265, 611-617.

25. Shi, M., Liu, L., Wang, Z. Y., & Wang, L. (2015). The Mediating Role of Resilience in the Relationship between Big Five Personality and Anxiety among Chinese Medical Students: A Cross-Sectional Study. *Plos One*, 10.
26. Lü, W., Wang, Z., Liu, Y., & Zhang, H. (2014). Resilience as a mediator between extraversion, neuroticism and happiness, PA and NA. *Personality and Individual Differences*, 63, 128-133.
27. Temprado, M. D., Nieto, G. A., & Boira, E. J. (2019). The mediating role of resilience in the relationship between personality and adjustment to disease in patients with a drainage entrostomy. *Journal of Health Psychology*, 24, 1110-1124.
۲۸. وقار حسن پور، میترا؛ جلالی، یوسف؛ طیب لی، معصومه . (۱۳۹۹). مدل یابی روابط میان پنج عامل بزرگ شخصیت و تاب آوری، با در نظر گرفتن عزت نفس به عنوان متغیر میانجی. *مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت*، دوره هفت، شماره چهار، ۷۸-۹۲.
۲۹. قلی پور، زهرا؛ مرعشی، سید علی؛ مهربانی زاده هنرمند، مهناز؛ ارشدی، نسرين . (۱۳۹۵). تاب آوری به عنوان میانجی رابطه پنج عامل بزرگ شخصیت و شادکامی. *فصلنامه روان شناسی تربیتی*، دوره دوازده، شماره سی و نه، ۱۵۵-۱۳۵.
۳۰. ناجی حسین دوست، مینا؛ نجات، حمید. (۱۳۹۵). بررسی رابطه بین ویژگی های شخصیتی و تاب آوری با خلاقیت مشاوران. *چهارمین همایش ملی مشاوره و سلامت روان*، (ص. ۱۰-۱). قوچان.
۳۱. نجومی، سیما؛ بهرامی، هادی . (۱۳۹۲). نقش صفات شخصیتی در پیشبینی تاب آوری دانشجویان نظامی. *فصلنامه علمی پژوهشی ابن سینا*، دوره پانزده، شماره سه، ۴۲-۳۵.
۳۲. پروین، لارنس؛ جان، الیور. (۱۳۹۸). شخصیت: نظریه و پژوهش. تهران: آبیژ.
33. Novak, D., Wu, Z., & Dooley, K. (2021). Whose resilience matters? Addressing issues of scale in supply chain resilience. *Journal of Business Logistics*, 42 (3), 323-335.