

بررسی رابطه بین خوش بینی اسلامی، خوش بینی آموخته شده سلیگمن و امنیت روانی

رضانعلی حسینی* / محمدرضا احمدی** / رحیم میردریکوندی***

چکیده

هدف از این پژوهش، شناسایی رابطه بین خوش بینی اسلامی، خوش بینی آموخته شده سلیگمن و امنیت روانی است. در این پژوهش، از روش همبستگی استفاده شده است. ۳۰۰ نفر از طلبه ها و دانش پژوهان مؤسسه آموزش عالی علوم انسانی جامعه المصطفی^ع به صورت تصادفی انتخاب شدند که به سه پرسش نامه خوش بینی اسلامی نوری، خوش بینی - بدبینی سلیگمن و ایمنی - نایمنی مازلو پاسخ دادند. نتایج به دست آمده نشان می دهد که بین این سه متغیر رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. سطح دو نوع خوش بینی و امنیت روانی بر اساس متغیرهای جمعیت شناختی تفاوت معنادار پیدا می کند؛ مردان نسبت به زنان، دانش پژوهان نسبت به طلبه ها، افراد متأهل نسبت به افراد مجرد، از خوش بینی و امنیت روانی بالاتری برخوردارند. در بین چهار گروه سنی (۲۰-۶۰)، گروه سنی (۲۰-۲۵) از خوش بینی و امنیت روانی پایین تری برخوردارند. واژگان کلیدی: خوش بینی آموخته شده، خوش بینی اسلامی، امنیت روانی، سبک تبیین، توجه مثبت، تبیین مثبت، انتظار مثبت.

khan_bulbul80@yahoo.com
m.r.Ahmadi313@Gmail.com
mirderikvandi@qabas.net

* دانش آموخته حوزه علمیه قم و کارشناس ارشد روان شناسی
** استادیار گروه روان شناسی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی^ع
*** استادیار گروه روان شناسی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی^ع
دریافت: ۹۰/۸/۲۳ - پذیرش: ۹۰/۱۲/۲۵

مقدمه

برخلاف روان‌شناسان پیشین که محور پژوهش‌ها و کارهای علمی‌شان را جنبه‌های منفی و مخرب افکار، باورها و احساس‌های انسان قرار داده و تمام سعی و تلاش‌شان را بر مدار جنبه‌های اختلال‌انگیز افکار و ابعاد بیمارگونه روان انسان متمرکز کرده و تمام وقت و انرژی‌شان را روی رفع و زدودن نشانه‌های بیماری‌های روانی هزینه می‌کردند، امروزه بسیاری از روان‌شناسان علاوه بر پرداختن به جنبه‌های مرضی و بیمارگونه روان انسان، به جنبه‌های مثبت افکار، باورها، احساس‌ها و رفتارهای انسان نیز توجه دارند.^۱

در دهه اخیر، روان‌شناسان مثبت‌گرا بیشتر بر توانمندی‌ها، شایستگی‌ها و داشته‌های انسان تأکید کرده و بر این باورند که هدف روان‌شناسی باید بهبود و ارتقای سطح زندگی انسان و شکوفا کردن استعدادها و توانمندی‌های به ودیعه نهاده شده در درون انسان باشد. بر این اساس، روان‌شناسان مثبت‌گرا به جنبه‌های مثبت روانی انسان، نظیر مثبت‌اندیشی، خوش‌بینی، شادکامی، خلاقیت، هوش هیجانی، خردمندی، خودآگاهی و مانند آن پرداخته و سعی دارند تا با روش‌ها و نگاه علمی، حضور مؤلفه‌های مثبت را در ابعاد گوناگون زندگی انسان پررنگ‌تر و چشم‌گیرتر جلوه دهند. در روان‌درمانی نیز از رویکردهای مثبت‌درمانی، امیددرمانی و معنادرمانی بهره گرفته و سعی می‌کنند توجه انسان را به جنبه‌های مثبت وجودی و روانی‌اش معطوف سازند.^۲

مفهوم خوش‌بینی از مفاهیم مطرح شده در روان‌شناسی مثبت است. اگرچه لازمه خوش‌بینی، تکرار جمله‌ها و عبارات‌های مثبت، نیرودهنده و انگیزه‌بخش، نظیر «من هر روز گام‌های پیشرفت و ترقی را بر می‌دارم»، «هر روز در مسیر خوش‌بختی، سعادت و پیروزی سیر می‌کنم»، می‌باشد، اما در عین حال، خوش‌بینی چیزی بیش از این مسائل و عمیق‌تر از اینهاست. تلاش‌های پژوهشگران از چیزی ورای این گزاره‌های امیدوارکننده حکایت می‌کند. نتایج به دست آمده بیانگر این مطلب‌اند که خوش‌بینی در چگونگی تفکر و تبیین افراد درباره علل رویدادها و حوادث ریشه دارد. هر فردی برای نسبت دادن پدیده‌ای به علتی معین، گرایش‌های خاص خود را دارد که از آن به سبک تبیین یاد می‌شود.^۳

از مطالعه پژوهش‌های متعدد روان‌شناختی به دست می‌آید که خوش‌بینی با بسیاری از متغیرها، نظیر سلامت جسمانی،^۴ سلامت روانی،^۵ رضایت از زندگی،^۶ انگیزه پیشرفت،^۷ امید به زندگی،^۸ سازگاری با بیماری‌های مزمن جسمی،^۹ راهبردهای مقابله با استرس^{۱۰} و مانند

آن رابطه مثبت و معناداری دارد. امنیت روانی، از جمله متغیرهایی است که می‌تواند با خوش‌بینی رابطه داشته باشد.

مسئله بسیاری از ما با واژه امنیت و مشتقات آن، نظیر امنیت روانی، امنیت شغلی، امنیت اجتماعی، امنیت جانی، امنیت ملی و مانند آن آشنا هستیم. امنیت، یکی از نیازهای اولیه و غریزی بشر بوده، چنان که از دیرباز یکی از دغدغه‌های اساسی بشر، تأمین امنیت در حوزه‌های مختلف زندگی بوده است. بسیاری از جنگ‌ها و صلح‌ها برای تأمین و حفظ امنیت رخ داده و می‌دهد. امنیت به دو بخش امنیت درونی و بیرونی دسته‌بندی می‌شود. امنیت درونی یا امنیت روانی، یکی از مهم‌ترین فاکتورهای زندگی سالم هر فرد را تشکیل می‌دهد. با رشد صنعت و تکنولوژی و پیچیده‌شدن جوامع، روابط اجتماعی نیز دست‌خوش تغییرات شده و پیچیدگی‌های خاصی در آن پدید آمده است. همچنین متغیرهای تأثیرگذار بر امنیت روانی، نظیر شغل، طبقه اجتماعی، امید به زندگی، سیاست، عشق، اعتبار اجتماعی و بسیاری از موارد دیگری که می‌توانند امنیت روانی افراد را تضمین یا مختل نمایند، ساحت‌ها و حوزه‌های گسترده‌ای را به خود اختصاص داده‌اند. با توجه به اینکه امنیت اجتماعی لازم و ملزوم امنیت روانی یک جامعه است، نیاز جامعه سالم و انسانی به امنیت روانی برای رشد و تحول در ابعاد گوناگون زندگی، بیشتر از نیاز به آسایش و رفاه است، زیرا در سایه امنیت و آرامش روانی است که هر هدف ابتدایی، متوسط و غایی قابل دسترسی و تحقق یافتنی است، از این‌رو، تأمین امنیت در همه ابعاد آن، به ویژه امنیت روانی و آرامش جمعی، مهم‌ترین وظیفه و مسئولیت دولت‌ها و خواسته ملت‌ها و جوامع به شمار می‌رود.^{۱۱}

مکاتب روان‌درمانی، اهداف اصلی خود را زدودن نشانه‌های اضطراب و پدیدآوردن احساس امنیت روانی قرار داده‌اند. رویکردهای گوناگون روان‌درمانی با استفاده از روش‌ها و راهبردهای متفاوت، سعی و تلاش لازم را برای پیشگیری از ابتلا به اضطراب و افسردگی، مبذول داشته‌اند. برخی از رویکردهای جدید روان‌درمانی به تأثیر دین و ایمان نیز در سلامت و بهداشت روان اشاره کرده‌اند. ایمان به خدا از نگاه این دسته از روان‌شناسان، سرچشمه‌ای بیکران برای آرامش روانی قلمداد شده است که انسان را در برابر هر گونه اضطراب و نگرانی بیمه کرده و در برابر هر گونه فشار درونی و بیرونی به انسان مصونیت می‌بخشد.^{۱۲}

دین اسلام خوش‌بینانه‌ترین نگرش و نگاه به خدا، انسان، جهان هستی و زندگی را فراروی بشر قرار می‌دهد. خداوند متعال در آیات متعدد قرآن کریم انسان را به تفکر، تدبیر و تعقل در مورد نشانه‌های انفسی و آفاقی، دعوت کرده و از او می‌خواهد که به یادآوری و توجه به نعمت‌ها، زیبایی‌ها و شگفتی‌های جهان هستی بپردازد تا از این راه به مبدأ و خاستگاه این نعمت‌ها و زیبایی‌های وجودی پی برده، به او ایمان آورده، سر تسلیم و بندگی به درگاه پاکش ساییده و شکرگزار نعمت‌های او باشد. احساس امنیت واقعی فقط در سایه خداآوری حاصل می‌شود، چون میل به احساس امنیت، زائیده ترس از محرک‌های واقعی یا خیالی است. اما فرد مؤمن و موحد با استناد به دو منبع گران‌سنگ و حیانی (قرآن کریم) و نقلی (روایات)، به پدیده‌ها و رویدادهای اضطراب‌زا و نگران‌کننده زندگی اسناد منطقی می‌دهد؛ به این بیان که پاره‌ای از رویدادها را از جانب خداوند برای آزمایش خویش دانسته و برخی از آنها را محصول رفتارهای نابهنجار خویش در نظر گرفته و در برابر رویدادهای نوع اول، صبر و بردباری پیشه کرده و آنها را نردبان ترقی و تکامل مادی و معنوی خویش قرار می‌دهد. همچنین در برابر رویدادهای نوع دوم، احساس پشیمانی و ندامت کرده و درصدد تلافی و جبران بر می‌آید. انسان مؤمن، مشکلات و سختی‌ها را موقتی و قابل حل در نظر گرفته و در همه حال به قدرت بی‌نهایت خداوند متعال متکی شده و به او توکل می‌کند. همچنین با یادآوری، نیایش و توکل به خداوند بر نگرانی‌ها فایق می‌آید.^{۱۳}

پژوهش‌های متعدد^{۱۴} نشان داده‌اند که خوش‌بینی رابطه مستقیم و مثبتی با سلامت روانی دارد، زیرا خوش‌بینی، امنیت روانی را در پی دارد، و امنیت روانی به نوبه خود بستر سلامت روانی را فراهم می‌کند، از این رو، افرادی که امنیت روانی دارند، از سلامت روانی نیز بهره‌مندند. بیشتر بیماری‌های روانی از ناامنی روانی سرچشمه می‌گیرند. فردی که به طور مداوم از محرک‌های درونی و بیرونی احساس ناامنی، ترس و خطر می‌کند، سلامت جسمی و روانی او در معرض خطر واقع می‌شود، در بسیاری از موقعیت‌ها با پرخاشگری یا اضطراب واکنش نشان می‌دهد و در دنیای ذهنی او مدام کشمکش و حالت تدافعی وجود دارد. احساس ناامنی دائمی، متابولیسم بدن را به هم می‌ریزد، زیرا دستگاه ایمنی بدن، توان محدود دارد و از تحمل تنش دائمی ناتوان است، در نتیجه، ادامه این وضع، فرد را به سمت و سوی بیماری‌های جسمی و روانی سوق خواهد داد. امنیت روانی باعث

می‌شود که انسان احساس آرامش کند؛ به بیان دیگر، فردی می‌تواند احساس آسودگی و اطمینان کند که احساس تهدید نکرد و امنیت روانی داشته باشد.^{۱۵}

دو دیدگاه عمده در مورد خوش‌بینی وجود دارد: ۱. خوش‌بینی سرشتی^{۱۶} که توسط کارور^{۱۷} و شییر^{۱۸} مطرح شده و پژوهش‌های مختلفی را به سوی خود منعطف ساخته است؛ ۲. خوش‌بینی آموخته‌شده که سلیگمن آن را مطرح ساخته و یکی از جدیدترین دیدگاه‌ها در روان‌شناسی شناختی شمرده می‌شود که توانسته نظر بسیاری از افراد مشهور در روان‌شناسی معاصر، از جمله آلبرت ایس،^{۱۹} آیرون بک^{۲۰} و سایرین را به خود جلب کند.^{۲۱} توجه به چند نکته، اهمیت و ضرورت پرداختن به موضوع مورد پژوهش حاضر را آشکار و روشن می‌سازد:

تحقیقات و بررسی‌های میدانی نشان می‌دهد که متغیر خوش‌بینی رابطه مستقیم و معناداری با سلامت جسمی،^{۲۲} سلامت روانی،^{۲۳} سلامت معنوی،^{۲۴} سبک اسناد،^{۲۵} روابط نزدیک،^{۲۶} کارآمدی خانواده،^{۲۷} رضایتمندی از زندگی،^{۲۸} رضایت شغلی،^{۲۹} رضایت زناشویی،^{۳۰} سازگاری با تنش‌های زندگی^{۳۱} و مانند آن دارد. از جمله متغیرهایی که می‌توان درباره رابطه آن با خوش‌بینی بحث کرد، امنیت روانی است.

از سوی دیگر بزرگ‌ترین دستاورد ادیان الهی، به ویژه دین اسلام، حفظ امنیت روحی و روانی انسان‌هاست. و بدیهی است که تأمین امنیت روانی در گرو تأمین و ارضای نیازهای غریزی، فطری و معنوی انسان است.

بیشتر روان‌شناسان، رویکرد مادی به انسان و زندگی دارند و محور پژوهش‌ها و مطالعاتشان جنبه‌های مادی، زیستی و اجتماعی انسان است، از این رو، از جنبه‌های معنوی انسان غفلت کرده و در روش‌های گوناگون روان‌درمانی نیز به جنبه معنوی بیمار اهمیت نمی‌دهند.^{۳۲}

مربیان و اساتید اخلاق اسلامی در بحث خوش‌بینی و بدبینی، بیشتر روی سوءظن و بدبینی متمرکز شده و روان‌شناسان مسلمان نیز آن گونه که باید و شاید به جنبه‌های خوش‌بینی از دیدگاه اسلام نپرداخته‌اند، و نیز با توجه به اینکه روان‌شناسان غربی بیشتر درباره خوش‌بینی سرشتی بررسی و تحقیق کرده و به خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن^{۳۳} کمتر پرداخته‌اند، پژوهشگر ضرورت پرداختن به این موضوع را احساس نموده و درصدد

بررسی رابطه بین خوش‌بینی اسلامی، خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن و امنیت روانی^{۳۴} برآمده است.

پرسش‌های پژوهش

آیا رابطه‌ای بین خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن و امنیت روانی وجود دارد؟
آیا رابطه‌ای بین خوش‌بینی اسلامی و امنیت روانی وجود دارد؟
آیا میزان خوش‌بینی و امنیت روانی بر اساس متغیرهای جمعیت‌شناختی، نظیر جنسیت، سن و سطح تحصیلات تغییر معناداری پیدا می‌کند؟

روش پژوهش

روش تحقیق در پژوهش حاضر، توصیفی از نوع همبستگی است. روش همبستگی به روشی گفته می‌شود که پژوهشگر گروهی از آزمودنی‌ها را به وسیله یکی از روش‌های نمونه برداری انتخاب نموده و می‌خواهد دست‌کم درباره دو متغیر، بدون اینکه هیچ‌یک از این متغیرها را دست‌کاری یا کنترل کند، اطلاعاتی به دست آورد.^{۳۵}

جامعه آماری و حجم نمونه

جامعه آماری در پژوهش حاضر کلیه دانش‌پژوهان مرد مؤسسه علوم انسانی (مربوط به جامعه المصطفی) (حدود پانصد نفر) و همه دانش‌پژوهان خواهر (مربوط به جامعه المصطفی) (حدود سیصد نفر) می‌باشند که در سال تحصیلی ۱۳۸۹-۱۳۹۰ اشتغال به تحصیل داشته‌اند.

حجم نمونه در پژوهش حاضر با استفاده از جدول نمونه‌گیری مورگان^{۳۶} انتخاب شده است. در این جدول، ۲۶۰ نفر از جامعه هشتصد نفری به عنوان نمونه، کافی دانسته شده است، اما برای اطمینان از معرف بودن نمونه، حجم نمونه، سیصد نفر (۱۲۰ نفر زن، ۱۸۰ نفر مرد) در نظر گرفته شده است.

روش نمونه‌برداری

در پژوهش حاضر از روش نمونه‌برداری اتفاقی^{۳۷} استفاده شده است. نمونه‌برداری اتفاقی به روشی اطلاق می‌شود که واحدهای نمونه به صورت اتفاقی در دسترس پژوهشگر قرار می‌گیرند.^{۳۸} از روش نمونه‌گیری اتفاقی به دو صورت استفاده شده است: ۱. هفت کلاس

درس (۱۲۰ نفر) به صورت اتفاقی انتخاب شده است؛ ۲. ۱۸۰ نفر از دانش پژوهان که در محوطه مؤسسه علوم انسانی جامعه المصطفی و کتابخانه مربوطه قرار داشتند، به صورت اتفاقی و در دسترس انتخاب شده و از آنها خواسته شده است تا به این پرسش‌نامه‌ها پاسخ دهند.

ابزار پژوهش

در پژوهش حاضر از سه پرسش‌نامه خوش‌بینی اسلامی نوری، پرسش‌نامه خوش‌بینی - بدبینی سلیگمن و پرسش‌نامه ایمنی - نایمنی مازلو (SII) استفاده شده است.

۱. پرسش‌نامه خوش‌بینی اسلامی

پرسش‌نامه خوش‌بینی اسلامی در سال ۱۳۸۸ توسط نجیب‌الله نوری ساخته شده است. این پرسش‌نامه سه مؤلفه (توجه به جنبه‌های مثبت، تفسیر مشکلات و رویدادها، انتظار مثبت) ۲۱ زیر مؤلفه و شصت گزاره دارد. برای سنجش اعتبار پرسش‌نامه از تعیین ضریب آلفا، دونیمه‌سازی و همبستگی استفاده شده است. ضریب آلفای کرونباخ در سه مرحله اجرا به ترتیب ۰/۹۲، ۰/۸۰ و ۰/۸۶ به دست آمده است. برای سنجش روایی پرسش‌نامه از دو روش تحلیل روایی محتوایی و روایی مبتنی بر ملاک استفاده شده است. در روش روایی محتوایی از نظر پانزده نفر کارشناس در این زمینه استفاده شده است. میانگین نظرات کارشناسان فاصله نزدیکی به هم دارند و این مسئله از روایی محتوایی این پرسش‌نامه حکایت دارد. در روش روایی مبتنی بر ملاک، همبستگی این پرسش‌نامه با پرسش‌نامه خوش‌بینی سرشتی مد نظر قرار گرفته است. همبستگی این دو پرسش‌نامه مثبت و معنادار است (۰/۴۳۶ = r). این پرسش‌نامه به شیوه لیکرت طراحی شده و برای هر گزاره آن، پنج گزینه لحاظ شده است. گزینه‌ها عبارت‌اند از: کاملاً موافقم (۵)، موافقم (۴)، نظری ندارم (۳)، مخالفم (۲) و کاملاً مخالفم (۱).^{۳۹}

۲. پرسش‌نامه خوش‌بینی - بدبینی سلیگمن^{۴۰}

این پرسش‌نامه توسط پترسون، سمل^۱، وون بیر،^۲ آبرامسون،^۳ سلیگمن و همکاران (۱۹۸۲) ساخته شده و سه مؤلفه (۱. پایدار / ناپایدار؛ ۲. خاص / فراگیر؛ ۳. درونی / بیرونی)، هفت مقیاس (تداوم رویدادهای منفی / مثبت^۴، فراگیری رویدادهای منفی / مثبت^۵، مالا مال از امید^۶، شخصی‌سازی رویدادهای منفی / مثبت^۷) و ۴۶ گزاره

فرضی (۲۳ گزاره مثبت و ۲۳ گزاره منفی) دارد.^{۴۸} برای سنجش اعتبار آزمون از روش دوبار اجرا استفاده شده است. نتایج به دست آمده نشان دهنده اعتبار آزمون است.^{۴۹} برای روایی آزمون از فنون تحلیل محتوایی کلمه به کلمه و همبستگی با آزمون‌های مشابه استفاده شده است. نتایج به دست آمده بیانگر روایی محتوایی و همبستگی معنادار آزمون با آزمون‌های مشابه است.^{۵۰}

این پرسش‌نامه در کشور جمهوری اسلامی ایران نیز توسط هاله خواجه امیری هنجاریابی شده است. پژوهشگر به منظور هنجاریابی این پرسش‌نامه، گروه نمونه ۷۵۰ نفری از دانشجویان شهر تهران (گروه سنی ۳۰-۴۵) را به روش نمونه‌برداری تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب نموده و پرسش‌نامه را روی آنها اجرا کرده است. ضریب اعتبار آلفای کرونباخ به دست آمده برابر ۰/۵۹ می‌باشد. برای محاسبه روایی ملاکی آزمون، از دو روش ضریب همبستگی با مقیاس افسردگی بک، و روش آزمون مجدد استفاده کرده است. ضریب همبستگی با مقیاس افسردگی بک، با رویدادهای ناخوشایند ۰/۴۲ و با رویداد خوشایند ۰/۷۷، و ضریب همبستگی آزمون مجدد برابر با ۰/۷۸ می‌باشد.^{۵۱}

شیوه نمره‌گذاری کلی

اگر نمره G منهای B بالای ۸ باشد؛ یعنی بسیار خوش‌بین. اگر نمره G منهای B ۸-۶ باشد؛ یعنی نسبتاً خوش‌بین. اگر نمره G منهای B ۳-۵ باشد؛ یعنی نسبتاً بدبین. و اگر نمره G منهای B ۰ و ۱ و ۲ باشد؛ یعنی بسیار بدبین.

۳. پرسش‌نامه ایمنی - نایمنی مازلو (SI) ^{۵۲}

مازلو در سال ۱۹۵۲م در قدم اول، آزمون مقدماتی‌ای را که ۳۴۹ گزاره داشت، تهیه کرده و در اختیار پانصد دانش‌آموز که به عنوان ایمن یا نایمن شناخته شده بودند، قرار داد. وی بدین طریق، در مجموع ۴۶ نفر نایمن و ۶۶ نفر ایمن شناسایی کرده و با آنها مصاحبه کرد. پس از ارزیابی مجدد این آزمون، مجموعاً صد گزاره به عنوان بهترین گزاره‌هایی که به وضوح، ایمنی - نایمنی را نشان می‌دادند انتخاب نموده و روی صد دانشجوی دانشگاه بروکلین^{۵۳} اجرا کرد. پس از بررسی‌ها و ارزیابی‌های مکرر، ۷۵ گزاره را از میان صد گزاره، گزینش نمود. این گزاره‌ها در سه گروه ۲۵ گزاره‌ای دسته‌بندی شده و شکل هم‌سان و مشابهی دارند.

همان‌طور که در مراحل ساخت این آزمون گفته شد، این آزمون تنها از گزاره‌هایی ساخته شده است که از لحاظ بالینی معتبر بوده‌اند. علاوه بر این، بررسی‌های دیگری نیز برای اعتباریابی این آزمون انجام شده است. برای مثال، از آزمودنی‌ها خواسته شده است تا اعتبار این آزمون را از راه مقایسه نمره‌های کسب شده با نظری که در باره خود دارند، ارزیابی کرده و برآورد کنند. نتایج به‌دست آمده نشان داده که ۸۸٪ آزمودنی‌ها معتقد بوده‌اند که نتایج به‌دست آمده از آزمون بسیار دقیق یا بالنسبه دقیق است. نکته‌ای دیگر اینکه دانشجویانی که به علت مشکلات روانی برای دریافت خدمات درمانی مراجعه کرده بودند، با اجرای این آزمون از لحاظ احساس ناایمنی نمره‌های بالایی کسب کرده‌اند.^{۴۹}

روایی این آزمون با فنون مختلف، بررسی شده است. برای بررسی هم‌سانی درونی این آزمون، از دو روش دونیمه‌کردن و دسته‌بندی زوج سؤال‌هایی که هریک چهار زیر‌نشگان را اندازه‌گیری می‌کنند، استفاده شده است. نتایج به‌دست آمده همبستگی ۹۱٪ را نشان می‌دهد که این میزان برای یک آزمون کوتاه، بالنسبه بالاست. همبستگی این آزمون با آزمون‌های مشابه، نظیر پرسش‌نامه روان‌آزردگی ترستن^{۵۰} و آزمون تمایلات روان‌آزرده وار برن رویتر^{۵۱} نیز ارزیابی شده که به ترتیب همبستگی $(.۳۰ \pm .۶۸)$ و $(.۶۰ \pm .۵۸)$ را کسب نموده است.^{۵۲}

این آزمون در جمهوری اسلامی ایران نیز برای اولین بار توسط طاهره حق‌طلب (۱۳۷۳) هنجاریابی شده است. گروه هنجاریابی چهارصد دانشجوی دختر و پسر دانشگاه‌های بوعلی‌سینا و علوم پزشکی همدان بوده که در نیم‌سال دوم سال تحصیلی ۱۳۷۲-۱۳۷۳، به تحصیل اشتغال داشته‌اند. پژوهشگر به منظور بررسی روایی آزمون در بحث نظری، از روایی‌سازه و همچنین روش هم‌سانی درونی، و در بررسی اعتبار آن، از روش آلفای کرونباخ (a) استفاده کرده و ضریب اعتبار $۰/۹۱۶۱$ را به دست آورده است که این ضریب از اعتبار بالای این آزمون حکایت دارد.

روش نمره‌گذاری

این آزمون، ۷۵ گزاره دارد. حداکثر نمره‌ای که یک آزمودنی در این آزمون می‌تواند کسب کند، ۷۵ نمره است. به علت اینکه این آزمون، احساس ناایمنی را اندازه‌گیری می‌کند، نمره بالا نشانه ناایمنی بیشتر، و نمره پایین، نشانه ایمنی بیشتر است.^{۵۳}

یافته‌های پژوهش

تحلیل داده‌ها در ارتباط با سؤال و فرضیه اول و دوم پژوهش

آیا رابطه‌ای بین خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن و امنیت روانی وجود دارد؟ آیا رابطه‌ای بین خوش‌بینی اسلامی و امنیت روانی وجود دارد؟

جدول ۱: تحلیل رابطه همبستگی بین خوش‌بینی اسلامی، خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن و امنیت روانی

| خوش‌بینی آموخته شده | خوش‌بینی اسلامی | متغیر | |
|---------------------|-----------------|----------------------|----------------|
| | | امنیت روانی | همبستگی پیرسون |
| ۰/۳۶۶ (***) | ۰/۱۶۳ (***) | سطح معناداری دو سویه | |
| ۰/۰۰۱ | ۰/۰۰۵ | | |

در جدول ۱ رابطه همبستگی بین سه متغیر خوش‌بینی اسلامی، خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن و امنیت روانی ارائه شده است. همان‌گونه که مشاهده می‌شود، رابطه مثبت و معناداری بین خوش‌بینی اسلامی و خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن وجود دارد ($r=0/474$). همچنین رابطه مثبت و معناداری بین خوش‌بینی اسلامی و امنیت روانی وجود دارد ($r=0/163$). همین‌طور رابطه مثبت و معناداری بین خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن و امنیت روانی وجود دارد ($r=0/366$).

تحلیل داده‌ها در ارتباط با سؤال و فرضیه سوم پژوهش

آیا میزان خوش‌بینی و امنیت روانی بر اساس متغیرهای جنسیت، سن و سطح تحصیلات تغییر می‌کند؟

جنسیت

آیا مردان و زنان از لحاظ دو نوع خوش‌بینی و امنیت روانی با یکدیگر تفاوت دارند یا نه؟ در جدول زیر به مقایسه این دو گروه پرداخته شده است.

جدول ۲: آزمون تی برای مقایسه میانگین‌ها بر اساس جنسیت

| آزمون تی برای مقایسه میانگین‌ها | | | | | آزمون لوین برای واریانس‌های برابر | | متغیر | |
|---------------------------------|---------------|----------------------|------------|---------|-----------------------------------|--------|-------------------------|-------------------------|
| تفاوت خطای استاندارد | تفاوت میانگین | سطح معناداری دو سویه | درجه آزادی | T | سطح معناداری | F | فرض واریانس‌های برابر | فرض واریانس‌های نابرابر |
| ۲.۶۲۰۹۰ | -۴۴.۹۶۳۸۹ | .۰۰۰ | ۲۹۸ | -۱۷.۱۵۶ | .۰۵۶ | .۳۴۸ | فرض واریانس‌های برابر | خوش‌بینی اسلامی |
| ۲.۴۶۱۴۸ | -۴۴.۹۶۳۸۹ | .۰۰۰ | ۲۹۵.۹۵۲ | -۱۸.۲۶۷ | | | فرض واریانس‌های نابرابر | |
| .۱۳۴۴۴ | -۵.۹۴۴۴۴ | .۰۰۰ | ۲۹۸ | -۴۴.۲۱۸ | .۸۷۲ | .۰۲۶ | فرض واریانس‌های برابر | خوش‌بینی سلیگمن |
| .۱۳۲۴۸ | -۵.۹۴۴۴۴ | .۰۰۰ | ۲۶۷.۵۸۸ | -۴۴.۸۷۰ | | | فرض واریانس‌های نابرابر | |
| .۱۰۰۲۳ | ۳.۳۳۸۸۹ | .۰۰۰ | ۲۹۸ | ۳۳.۳۱۴ | .۰۰۰ | ۴۵.۳۰۳ | فرض واریانس‌های برابر | امنیت روانی |
| .۱۱۲۹۲ | ۳.۳۳۸۸۹ | .۰۰۰ | ۱۶۰.۱۱۹ | ۲۹.۵۶۸ | | | فرض واریانس‌های نابرابر | |

داده‌های جدول ۲ نشان می‌دهد که تفاوت معناداری بین گروه زنان و مردان از نظر خوش‌بینی اسلامی، خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن و امنیت روانی در هر دو فرض واریانس‌های برابر و نابرابر در سطح (۰/۰۵) وجود دارد، زیرا (t) مشاهده شده در خوش‌بینی اسلامی و خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن، کوچک‌تر از (۱/۹۶-) و در امنیت روانی بزرگ‌تر از (۱/۹۶+) است، از این رو، گروه مردان در مقایسه با زنان، از نظر دو نوع خوش‌بینی و امنیت روانی، در سطح بالاتری قرار دارند.

شغل

آزمودنی‌ها از لحاظ شغل به دو گروه دسته‌بندی شده‌اند: ۱. طلبه: آزمودنی‌هایی که فقط مشغول درس حوزوی هستند؛ ۲. دانش‌پژوه: آزمودنی‌هایی که علاوه بر درس حوزوی، به فراگیری علوم انسانی نیز اشتغال دارند.

جدول ۳: آزمون تی برای مقایسه میانگین‌ها بر اساس شغل

| آزمون تی برای مقایسه میانگین‌ها | | | | آزمون لوین برای واریانس‌های برابر | | متغیر | | |
|---------------------------------|---------------|---------------------|------------|-----------------------------------|--------------|--------|-------------------------|-----------------|
| تفاوت خطای استاندارد | تفاوت میانگین | سطح معناداری دوسویه | درجه آزادی | t | سطح معناداری | | F | |
| ۳.۵۹۴۵۰ | ۲۹.۶۷۵۰- | .۰۰۰ | ۲۹۸ | -۸.۲۵۶ | .۴۰۱ | .۷۰۹ | فرض واریانس‌های برابر | خوش‌بینی اسلامی |
| ۳.۷۹۶۲۵ | ۲۹.۶۷۵۰- | .۰۰۰ | ۲۰۷.۱۲۲ | -۷.۸۱۷ | | | فرض واریانس‌های نابرابر | |
| .۱۲۹۸۵ | ۲.۵۴۱۷- | .۰۰۰ | ۲۹۸ | -۱۹.۵۷۳ | .۷۷۲ | .۰۸۴ | فرض واریانس‌های برابر | خوش‌بینی سلیگمن |
| .۱۲۷۳۲ | ۲.۵۴۱۷- | .۰۰۰ | ۲۷۱.۶۰۳ | -۱۹.۹۶۲ | | | فرض واریانس‌های نابرابر | |
| .۶۳۷۵۱ | ۵.۶۵۲۸ | .۰۰۰ | ۲۹۸ | ۸.۸۶۷ | .۰۰۰ | ۳۷.۱۳۵ | فرض واریانس‌های برابر | امنیت روانی |
| .۶۸۳۵۷ | ۵.۶۵۲۸ | .۰۰۰ | ۱۹۴.۸۲۴ | ۸.۲۶۹ | | | فرض واریانس‌های نابرابر | |

در جدول ۳ دو گروه آزمودنی با استفاده از آزمون تی مقایسه شده‌اند. همان‌گونه که مشاهده می‌شود، تفاوت این دو گروه از نظر خوش‌بینی اسلامی، خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن و امنیت روانی در سطح (۰/۰۵) در هر دو فرض واریانس‌های برابر و نابرابر معنادار است، زیرا مقدار (t) مشاهده شده در دو نوع خوش‌بینی کوچک‌تر از (۱/۹۶-) و در امنیت روانی بزرگ‌تر از (۱/۹۶+) است، از این رو، دانش‌پژوهان در مقایسه با طلبه‌ها در دو نوع خوش‌بینی و امنیت روانی، در سطح بالاتری قرار دارند.

وضعیت تأهل

آیا تفاوتی بین افراد مجرد و متأهل از لحاظ خوش‌بینی اسلامی، خوش‌بینی آموخته‌شده

سلیگمن و امنیت روانی وجود دارد؟ جدول ۴ برای مقایسه آزمودنی‌ها بر اساس تأهل و مجرد اختصاص یافته است.

در جدول ۴ دو گروه آزمودنی با استفاده از آزمون t مقایسه شده‌اند. همان‌گونه که مشاهده می‌شود، تفاوت این دو گروه از نظر خوش‌بینی اسلامی، خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن و امنیت روانی در سطح (۰/۰۵) در هر دو فرض واریانس‌های برابر و نابرابر معنادار است؛ زیرا مقدار (t) مشاهده شده در دو نوع خوش‌بینی کوچکتر از (۱/۹۶-) و در امنیت روانی بزرگتر از (۱/۹۶+) است، از این رو، افراد متأهل در مقایسه با افراد مجرد از لحاظ دو نوع خوش‌بینی و امنیت روانی، در سطح بالاتری قرار دارند.

جدول ۴: آزمون تی برای مقایسه میانگین‌ها بر اساس تأهل و مجرد

| آزمون تی برای مقایسه میانگین‌ها | | | | آزمون لوین برای واریانس‌های برابر | | متغیر | |
|---------------------------------|---------------|---------------------|------------|-----------------------------------|--------------|--------|--|
| تفاوت خطای استاندارد | تفاوت میانگین | سطح معناداری دوسویه | درجه آزادی | t | سطح معناداری | | F |
| ۳.۱۴۸۵۷ | ۴۰.۱۳۷۲۹- | .۰۰۰ | ۲۹۸ | ۱۲.۷۴۸- | .۰۰۴ | ۸.۳۰۱ | فرض واریانس‌های برابر فرض واریانس‌های نابرابر |
| ۲.۶۴۲۱۴ | ۴۰.۱۳۷۲۹- | .۰۰۰ | ۲۷۱.۰۷۲ | ۱۵.۱۹۱- | .۰۰۰ | ۲۵.۵۸۸ | فرض واریانس‌های برابر |
| .۲۴۵۴۱ | ۵.۲۶۷۲۶- | .۰۰۰ | ۲۹۸ | ۲۱.۴۶۳- | | | فرض واریانس‌های نابرابر |
| .۱۹۷۳۰ | ۵.۲۶۷۲۶- | .۰۰۰ | ۲۹۰.۴۸۴ | ۲۶.۶۹۷- | .۳۸۹ | .۷۴۳ | فرض واریانس‌های برابر |
| .۱۱۲۷۷ | ۳.۴۷۵۳۰ | .۰۰۰ | ۲۹۸ | ۳۰.۸۱۸ | | | فرض واریانس‌های نابرابر |
| .۱۱۳۳۹ | ۳.۴۷۵۳۰ | .۰۰۰ | ۱۷۴.۹۵۳ | ۳۰.۶۴۹ | | | |

سن

آیا تفاوت معناداری بین سطح‌های مختلف سنی از لحاظ خوش‌بینی اسلامی، خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن و امنیت روانی وجود دارد؟ جدول ۵ برای مقایسه آزمودنی‌ها بر اساس سن اختصاص یافته است.

نتایج به دست آمده از جدول ۵ نشان می‌دهد که گروه سنی (۲۵-۲۰) از لحاظ دو نوع خوش‌بینی و امنیت روانی با سه گروه دیگر، تفاوت معناداری دارد و سایر گروه‌ها در مقایسه با این گروه از لحاظ دو نوع خوش‌بینی و امنیت روانی، در سطح بالاتری قرار دارند. گروه سنی (۳۰-۲۶) با گروه سنی (۲۵-۲۰) و گروه سنی (۳۵-۳۱) از لحاظ دو نوع خوش‌بینی و امنیت روانی، تفاوت معناداری دارد، اما با گروه سنی (۴۰-۳۶) تفاوت معناداری ندارد. گروه سنی (۳۵-۳۱) از لحاظ خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن با سایر گروه‌ها تفاوت معناداری دارد. گروه سنی (۳۰-۲۶) از لحاظ امنیت روانی با سایر گروه‌ها تفاوت معناداری داشته و در مقایسه با سایر گروه‌ها در سطح پایین‌تری قرار دارد.

جدول ۵: مقایسه یک به یک گروه‌های سنی از لحاظ دو نوع خوش بینی و امنیت روانی

| متغیر وابسته | گروه سنی (I) | گروه سنی (J) | تفاوت میانگین (I-J) | انحراف استاندارد | سطح معناداری | فاصله اطمینان ۹۵٪ | |
|-----------------|--------------|--------------|---------------------|------------------|--------------|-------------------|----------|
| | | | | | | حد پایین | حد بالا |
| خوش بینی اسلامی | ۲۰ - ۲۵ سال | ۲۶ - ۳۰ سال | *-۲۶.۰۱۳۴۲ | ۴.۶۲۹۶ | .۰۰۰ | -۳۵.۱۲۴۵ | -۱۶.۹۰۲۳ |
| | | ۳۱ - ۳۵ سال | *-۳۷.۷۶۴۷۵ | ۴.۶۷۳۳۴ | .۰۰۰ | -۴۶.۹۶۱۹ | -۲۸.۵۶۷۶ |
| | | ۳۶ - ۴۰ سال | *-۳۲.۶۱۱۶۱ | ۵.۰۵۶۰۹ | .۰۰۰ | -۴۲.۶۱۲۱ | -۲۲.۷۱۱۲ |
| | ۲۶ - ۳۰ سال | ۲۰ - ۲۵ سال | *۲۶.۰۱۳۴۲ | ۴.۶۲۹۶ | .۰۰۰ | ۱۶.۹۰۲۳ | ۳۵.۱۲۴۵ |
| | | ۳۱ - ۳۵ سال | *-۱۱.۷۵۱۳۴ | ۵.۲۲۰۸۵ | .۰۲۵ | -۲۲.۰۲۶۰ | -۱.۴۷۶۶ |
| | | ۳۶ - ۴۰ سال | -۶.۶۴۸۱۹ | ۵.۵۶۶۰۸ | .۲۳۳ | -۱۷.۶۰۲۳ | .۴۳۰۵۹ |
| | ۳۵ - ۳۱ سال | ۲۵ - ۲۰ سال | *۳۷.۷۶۴۷۵ | ۴.۶۷۳۳۴ | .۰۰۰ | ۲۸.۵۶۷۶ | ۴۶.۹۶۱۹ |
| | | ۳۰ - ۲۶ سال | *۱۱.۷۵۱۳۴ | ۵.۲۲۰۸۵ | .۰۲۵ | ۱.۴۷۶۶ | ۲۲.۰۲۶۰ |
| | | ۳۶ - ۴۰ سال | ۵.۱۰۳۱۵ | ۵.۶۰۲۵۱ | .۳۶۳ | -۵.۹۲۲۶ | ۱۶.۱۲۸۹ |
| | ۴۰ - ۳۶ سال | ۲۵ - ۲۰ سال | *۳۲.۶۱۱۶۱ | ۵.۰۵۶۰۹ | .۰۰۰ | ۲۲.۷۱۱۲ | ۴۲.۶۱۲۱ |
| | | ۲۶ - ۳۰ سال | ۶.۶۴۸۱۹ | ۵.۵۶۶۰۸ | .۲۳۳ | -۴.۳۰۵۹ | ۱۷.۶۰۲۳ |
| | | ۳۱ - ۳۵ سال | -۵.۱۰۳۱۵ | ۵.۶۰۲۵۱ | .۳۶۳ | -۱۶.۱۲۸۹ | ۵.۹۲۲۶ |
| خوش بینی سلگمن | ۲۰ - ۲۵ سال | ۳۰ - ۲۶ سال | *-۲.۱۹۵۵۶ | .۱۶۶۰۶ | .۰۰۰ | -۲.۵۲۲۴ | -۱.۸۶۸۷ |
| | | ۳۱ - ۳۵ سال | *-۲.۸۷۵۶۰ | .۱۶۷۶۳ | .۰۰۰ | -۳.۲۰۵۵ | -۲.۵۴۵ |
| | | ۳۶ - ۴۰ سال | *-۲.۴۰۸۲۳ | .۱۸۱۳۶ | .۰۰۰ | -۲.۷۶۵۲ | -۲.۰۵۱۳ |
| | ۲۶ - ۳۰ سال | ۲۵ - ۲۰ سال | *۲.۱۹۵۵۶ | .۱۶۶۰۶ | .۰۰۰ | ۱.۸۶۸۷ | ۲.۵۲۲۴ |
| | | ۳۱ - ۳۵ سال | *-۶.۸۰۰۴ | .۱۸۷۲۷ | .۰۰۰ | -۱.۰۴۸۶ | -۳.۱۱۵ |
| | | ۳۶ - ۴۰ سال | -۲.۲۱۶۷ | .۱۹۹۶۶ | .۲۸۸ | -۶.۰۵۶ | .۱۸۰۳ |
| | ۳۵ - ۳۱ سال | ۲۵ - ۲۰ سال | *۲.۸۷۵۶۰ | .۱۶۷۶۳ | .۰۰۰ | ۲.۵۴۵۷ | ۳.۲۰۵۵ |
| | | ۳۰ - ۲۶ سال | *۶.۸۰۰۴ | .۱۸۷۲۷ | .۰۰۰ | ۳.۱۱۵ | ۱۰.۴۸۶ |
| | | ۳۶ - ۴۰ سال | *۴.۶۷۳۳۷ | .۲۰۰۹۶ | .۰۲۱ | .۰۷۱۹ | .۸۶۲۹ |
| | ۴۰ - ۳۶ سال | ۲۵ - ۲۰ سال | *۲.۴۰۸۲۳ | .۱۸۱۳۶ | .۰۰۰ | ۲.۰۵۱۳ | ۲.۷۶۵۲ |
| | | ۳۰ - ۲۶ سال | .۲۱۶۷ | .۱۹۹۶۶ | .۲۸۸ | -۱.۸۰۳ | .۶۰۵۶ |
| | | ۳۵ - ۳۱ سال | *۴.۶۷۳۳۷ | .۲۰۰۹۶ | .۰۲۱ | -۸.۶۲۹ | -۰.۷۱۹ |
| امنیت روانی | ۲۵ - ۲۰ سال | ۳۰ - ۲۶ سال | *۲.۲۵۰۵۲ | .۸۳۰۹۲ | .۰۰۷ | .۶۱۵۳ | ۳.۸۸۵۸ |
| | | ۳۵ - ۳۱ سال | *۵.۶۰۹۲۵ | .۸۳۸۷۶ | .۰۰۰ | ۳.۹۵۸۶ | ۷.۲۵۹۹ |
| | | ۳۶ - ۴۰ سال | *۶.۵۲۷۶۷ | .۹۰۷۴۶ | .۰۰۰ | ۴.۷۴۱۸ | ۷.۳۱۳۶ |
| | ۳۰ - ۲۶ سال | ۲۵ - ۲۰ سال | *-۲.۲۵۰۵۲ | .۸۳۰۹۲ | .۰۰۷ | -۳.۸۸۵۸ | -۶.۱۵۳ |
| | | ۳۵ - ۳۱ سال | *۳.۳۵۸۷۳ | .۹۳۷۰۳ | .۰۰۰ | ۱.۵۱۴۶ | ۵.۲۰۲۸ |
| | | ۳۶ - ۴۰ سال | *۴.۲۷۷۱۵ | .۹۹۸۹۹ | .۰۰۰ | ۲.۳۱۱۱ | ۶.۲۴۳۲ |
| | ۳۵ - ۳۱ سال | ۲۵ - ۲۰ سال | *-۵.۶۰۹۲۵ | .۸۳۸۷۶ | .۰۰۰ | -۷.۲۵۹۹ | -۳.۹۵۸۶ |
| | | ۳۰ - ۲۶ سال | *-۳.۳۵۸۷۳ | .۹۳۷۰۳ | .۰۰۰ | -۵.۲۰۲۸ | -۱.۵۱۴۶ |
| | | ۳۶ - ۴۰ سال | .۹۱۸۴۱ | ۱.۰۰۵۵۳ | .۳۶۲ | -۱.۰۶۰۵ | ۲.۸۹۷۳ |
| | ۴۰ - ۳۶ سال | ۲۵ - ۲۰ سال | *-۶.۵۲۷۶۷ | .۹۰۷۴۶ | .۰۰۰ | -۸.۳۱۳۶ | -۴.۷۴۱۸ |
| | | ۳۰ - ۲۶ سال | *-۴.۲۷۷۱۵ | .۹۹۸۹۹ | .۰۰۰ | -۶.۲۴۳۲ | ۲.۳۱۱۱ |
| | | ۳۵ - ۳۱ سال | *-۹.۱۸۴۱ | ۱.۰۰۵۵۳ | .۳۶۲ | -۲.۸۹۷۳ | ۱.۰۶۰۵ |

* معنادار بودن میانگین در سطح (۰.۰۵)

سطح تحصیلات

آیا بین افرادی که سطوح مختلف تحصیلی دارند، تفاوت معناداری از لحاظ خوش‌بینی اسلامی، خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن و امنیت روانی وجود دارد؟ جدول ۶ برای مقایسه آزمودنی‌ها بر اساس سطح تحصیلات اختصاص داده شده است.

جدول ۶: مقایسه یک به یک گروه‌های آزمودنی بر اساس سطح تحصیلات

| فاصله اطمینان ۹۵٪ | | سطح معناداری | انحراف استاندارد | تفاوت میانگین (ب-ج) | سطح تحصیلات (ج) | سطح تحصیلات (ب) | متغیر وابسته |
|-------------------|----------|--------------|------------------|---------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| حد بالا | حد پایین | | | | | | |
| -۲۷.۶۵۷۳ | -۴۲.۳۷۱۳ | .۰۰۰ | ۳.۷۳۸۳۴ | -۳۵.۰۱۴۲۹* | کارشناسی | دیپلم | دین‌داری اسلامی |
| ۳.۷۲۱ | -۲۱.۲۲۲۱ | .۰۵۸ | ۵.۴۸۶۳۹ | -۱۰.۴۲۵۰۰ | ارشد | کارشناسی | |
| ۴۲.۳۷۱۳ | ۲۷.۶۵۷۳ | .۰۰۰ | ۳.۷۳۸۳۴ | ۳۵.۰۱۴۲۹* | دیپلم | کارشناسی | |
| ۳۵.۱۹۱۸ | ۱۳.۹۸۱۷ | .۰۵۸ | ۵.۳۸۷۵۳ | ۲۴.۵۸۹۲۹* | ارشد | کارشناسی | |
| ۲۱.۲۲۲۱ | -۳.۷۲۱ | .۰۰۰ | ۵.۴۸۶۳۹ | ۱۰.۴۲۵۰۰ | دیپلم | کارشناسی | کارشناس ارشد |
| -۱۳.۹۸۱۷ | -۳۵.۱۹۱۸ | .۰۰۰ | ۵.۳۸۷۵۳ | -۲۴.۵۸۹۲۹* | کارشناسی | کارشناسی | کارشناس ارشد |
| -۲.۵۰۸۴ | -۳.۰۲۴۹ | .۰۰۰ | ۱.۳۱۲۱ | -۲.۷۶۶۶۷* | کارشناسی | کارشناسی | دیپلم |
| -۱.۴۶۲۷ | -۲.۲۲۰۶ | .۰۰۰ | ۱.۹۲۵۶ | -۱.۸۴۱۶۷* | ارشد | کارشناسی | کارشناسی |
| ۳.۰۲۴۹ | ۲.۵۰۸۴ | .۰۰۰ | ۱.۳۱۲۱ | ۲.۷۶۶۶۷* | دیپلم | کارشناسی | کارشناسی |
| ۱.۲۹۷۱ | .۵۵۲۹ | .۰۰۰ | ۱.۸۹۰۹ | .۹۲۵۰۰* | ارشد | کارشناسی | کارشناسی |
| ۲.۲۲۰۶ | ۱.۴۶۲۷ | .۰۰۰ | ۱.۹۲۵۶ | ۱.۸۴۱۶۷* | دیپلم | کارشناسی | کارشناس ارشد |
| -۰.۵۵۲۹ | -۱.۲۹۷۲ | .۰۰۰ | ۱.۸۹۰۹ | -۰.۹۲۵۰۰* | کارشناسی | کارشناسی | کارشناس ارشد |
| ۷.۳۹۲۶ | ۴.۵۹۳۱ | .۰۰۱ | ۰.۷۱۱۲۸ | ۵.۹۹۲۸۶* | کارشناسی | کارشناسی | دیپلم |
| ۵.۵۷۹۳ | ۱.۴۷۰۷ | .۰۰۰ | ۱.۰۴۳۸۷ | ۳.۵۲۵۰۰* | ارشد | کارشناسی | کارشناسی |
| -۴.۵۹۳۱ | -۷.۳۹۲۶ | .۰۱۷ | ۰.۷۱۱۲۸ | -۵.۹۹۲۸۶* | دیپلم | کارشناسی | کارشناسی |
| -۴.۵۰۶ | -۴.۴۸۵۲ | .۰۰۱ | ۱.۰۲۵۰۶ | -۲.۴۶۷۸۶* | ارشد | کارشناسی | کارشناسی |
| -۱.۴۷۰۷ | -۵.۵۷۹۳ | .۰۱۷ | ۱.۰۴۳۸۷ | -۳.۵۲۵۰۰* | دیپلم | کارشناسی | کارشناسی |
| ۴.۴۸۵۲ | .۴۵۰۶ | .۰۰۱ | ۱.۰۲۵۰۶ | ۲.۴۶۷۸۶* | کارشناسی | کارشناسی | کارشناس ارشد |

* معنادار بودن میانگین در سطح (۰.۰۵)

نتایج به دست آمده از جدول ۶ نشان می‌دهد که تفاوت معناداری بین گروه دیپلمه و کارشناسی از لحاظ خوش‌بینی اسلامی وجود دارد و گروه کارشناسی در مقایسه با افراد دیپلمه، از خوش‌بینی بالاتری بهره‌مندند، اما تفاوت معناداری بین گروه دیپلمه و کارشناسی ارشد، مشاهده نمی‌شود. همچنین تفاوت معناداری بین گروه کارشناسی و کارشناسی ارشد، وجود دارد و گروه کارشناسی در مقایسه با گروه کارشناسی ارشد از خوش‌بینی بالاتری بهره‌مندند. از لحاظ خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن نیز تفاوت معناداری بین افراد دیپلمه، کارشناسی و کارشناسی ارشد وجود دارد و گروه کارشناسی در سطح بالاتری از افراد دیپلمه و پایین از کارشناسی ارشد قرار دارند. از لحاظ امنیت روانی نیز تفاوت معناداری بین افراد دیپلمه، کارشناسی و کارشناسی ارشد وجود دارد و گروه کارشناسی ارشد در مقایسه با دو گروه دیگر، از امنیت روانی بالاتری بهره‌مندند.

نتیجه‌گیری

تفسیر نتایج مربوط به سؤال اول و دوم و فرضیه اول و دوم پژوهش

نتایج به دست آمده از پژوهش حاضر نشان می‌دهد که رابطه مثبت و معناداری بین سه متغیر خوش‌بینی اسلامی، خوش‌بینی آموخته شده سلیگمن و امنیت روانی وجود دارد. میزان همبستگی بین خوش‌بینی اسلامی و امنیت روانی $0/163$ و میزان همبستگی بین خوش‌بینی آموخته شده سلیگمن و امنیت روانی $0/366$ است (جدول ۱).
رابطه خوش‌بینی و امنیت روانی را از سه جهت می‌توان تفسیر کرد:

تفسیر اول بر اساس مؤلفه‌های خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن

الف - تداوم؛ گاهی در برابر همیشگی: برخی افراد علل رویدادهای ناخوشایند را همیشگی دانسته و استدلال‌شان این است که این‌گونه رویدادها دوباره تکرار شده و راه‌گریزی وجود ندارد، از این‌رو، مقاومت و تحملشان را در برابر مشکلات و سختی‌ها از دست داده و در معرض افسردگی و ناامنی روانی قرار می‌گیرند. اما خوش‌بینان وقتی با مشکلی روبه‌رو می‌شوند، روش منطقی در پیش گرفته و آن را موقتی و قابل حل توصیف می‌کنند، از این‌رو، دچار حیرت و سردرگمی نشده و امنیت روانی‌شان را از دست نمی‌دهند.^{۵۹}

ب - فراگیر بودن؛ خاص در برابر کلی: افراد بدبین، علت رخداد هر پدیده و رویداد را کلی و فراگیر دانسته و آن را به جنبه‌های گوناگون زندگی سرایت می‌دهند، از این‌رو، توان مقابله و تصمیم‌گیری را از دست داده و دچار ناامنی روانی شوند. اما در مقابل، خوش‌بینان علت وقوع یک رویداد را خاص همان مورد دانسته و از تعمیم آن در موارد دیگر خودداری می‌کنند. این شیوه باعث می‌شود که آنها کنترل بیشتر و بهتری بر اوضاع و شرایط داشته و از امنیت روانی بهره‌مند شوند.^{۶۰}

ج - شخصی؛ درونی در برابر بیرونی: افراد بدبین، عامل وقوع رویدادهای نامطلوب را خود، یعنی عامل درونی، در نظر گرفته در قبال آن احساس گناه، شرمساری و ناامنی روانی می‌کنند. اما در مقابل، خوش‌بینان هنگامی که با پدیده‌های آسیب‌زای زندگی روبه‌رو می‌شوند، تنها خود را مقصر قلمداد نکرده و در پی یافتن تأثیر احتمالی سایر عوامل و شرایط در این مشکل بر می‌آیند. این شیوه باعث می‌شود که هم عزت نفسشان آسیب نبیند و هم با امنیت خاطر به فعالیت ادامه دهند.^{۶۱}

تفسیر دوم بر اساس مؤلفه‌های خوش‌بینی اسلامی

الف - توجه مثبت: افراد بدبین همواره به جنبه‌های منفی زندگی، نظیر شکست‌ها، بی‌عدالتی‌ها، فقدان‌ها، کمبودها، جنگ‌ها، خشونت‌ها و مانند آن توجه دارند، از این‌رو، همواره احساس تهدید و خطر کرده و از امنیت روانی بهره‌مند نیستند. در مقابل، افراد خوش‌بین از آنجا که همواره به جنبه‌های مثبت استعدادها و توانمندی‌های خود، گفتار، رفتار و ویژگی‌های مثبت دیگران توجه داشته و همیشه فرصت‌ها را مغتنم شمرده و به نعمت‌ها، زیبایی‌ها و داشته‌ها توجه دارند، هیچ‌گاه از ناحیه دیگران و عوامل بیرونی احساس خطر و تهدید نکرده و در امنیت و آرامش به سر می‌برند.

ب - تبیین خوش‌بینانه و مثبت از حوادث و پدیده‌ها: از آنجا که خوش‌بینان از حوادث و پدیده‌های پیرامونی تبیین مثبت دارند، مشکلات را موقتی و قابل حل در نظر گرفته، اطراف آن حصار کشیده و به سایر جنبه‌های زندگی سرایت نمی‌دهند، از این‌رو، هیچ‌گاه خود را در برابر رویدادهای ناخوشایند زندگی نباخته و احساس تهدید نمی‌کنند. طبق آموزه‌های دینی، پایان‌پذیری و قابل حل بودن سختی‌ها و مشکلات از اصول مسلم و قطعی زندگی دنیوی است. قرآن کریم می‌فرماید: «به یقین، با (هر) سختی آسانی است. (آری) مسلماً با (هر) سختی آسانی است.»^{۶۲} خوش‌بینان، طبق آموزه‌های دین اسلام، برخی از سختی‌ها و مشکلات را از ناحیه خداوند متعال دانسته و به جنبه آزمایشی بودن آن تأکید دارند و پاره‌ای از مشکلات را برای توانمندسازی خود در نظر گرفته و برخی از مشکلات و سختی‌ها را اثر وضعی رفتارهای خود قلمداد می‌کنند، از این‌رو، با صبر، توکل و استغفار به جنگ مشکلات رفته و هیچ‌گاه احساس درماندگی و ناامنی روانی نمی‌کنند.

ج - انتظار مثبت: کودک در گستره تحول و رشد، متوجه می‌شود که اطرافیان، به‌ویژه پدر و مادر از او انتظارات و توقعاتی دارند که کودک باید آن انتظارات و توقعات را برآورده کند. به مرور زمان، این انتظارات و توقعات را درون‌فکنی کرده و در واقع، توقعات و انتظاراتی می‌شود که خود کودک از خود دارد. رهاورد تحقق این انتظارات، احساس ایمنی و امنیت روانی است، چنان‌که اگر نتواند از عهده تحقق این انتظارات برآید، احساس ناایمنی می‌کند.^{۶۳} انسان منتظر با توجه به الگوهای ارائه شده از رفتار، افکار و ارزش‌ها در احادیث و روایات، توقعات و انتظاراتی از خود دارد و همیشه در صدد است تا به این انتظارات، جامه تحقق ببوشاند و به هر میزان که در راستای تحقق‌بخشی به این انتظارات

موفق ظاهر شود احساس ایمنی می‌کند. بر عکس اگر نتواند به این انتظارات جامه تحقق ببوشاند، احساس نایمنی، وجود او را فرا خواهد گرفت. در مقابل، افراد بدبین چون نگاه بدبینانه به آینده داشته و انتظار رویدادهای ناخوشایند را می‌کشند، امنیت، آرامش روانی و امید به آینده نداشته و در راستای تحقق‌بخشی به انتظارات بر نمی‌آیند.^{۶۴}

تفسیر سوم بر اساس عوامل نایمنی و ایمنی روانی

الف - کفر و شرک در برابر ایمان: مهم‌ترین عامل ایجاد ناامنی روانی از دیدگاه آیات و روایات، از خود بیگانگی و در نتیجه، از خدا بیگانگی انسان است، زیرا ناامنی روانی زائیده تضاد درونی انسان است. انسان به صورت فطری خداجوست، بنابراین، فردی که در مقام عمل بر خلاف گرایش‌های فطری خویش رفتار می‌کند، دچار تضاد درونی شده و امنیت روانی وی با چالش روبه‌رو می‌شود.^{۶۵} اما افراد خوش‌بین از آنجا که به نعمت‌های مادی و معنوی خداوند، و زیبایی‌های عالم خلقت توجه داشته و در نتیجه به منشأ این نعمت‌ها و سرچشمه این زیبایی‌ها شناخت و ایمان دارند و طبق خواست‌ها و گرایش‌های فطری خویش عمل می‌کنند، هرگز دچار نگرانی و ناامنی روانی نمی‌شوند.

ب - دوری از یاد خداوند در برابر یاد او: روگردانی از یاد خدا باعث دشواری و سختی زندگی می‌شود.^{۶۶} همچنان که در مقابل، یاد خداوند متعال باعث امنیت و آرامش روانی انسان می‌شود.^{۶۷} یاد خداوند متعال موجب می‌شود که انسان به امیال و تکانش‌هایی که نرسیدن به آنها تنیدگی، سختی و نگرانی ایجاد می‌کند، پشت پا بزند.^{۶۸} از آنجا که خوش‌بینان همواره به یاد خدا هستند، به ویژگی‌ها، نعمت‌ها و الطاف خداوند توجه داشته و خداوند را قادر مطلق، حاضر و ناظر و پاسخ‌گوی نیازهای خویش دانسته، احتمال وقوع رویدادهای خوشایند را برای خود بیشتر دانسته و رویدادهای منفی را با توکل به خداوند به راحتی پشت سر می‌گذارند، از این‌رو، از آرامش و امنیت روانی بهره‌مندند.

ج - اعتماد در برابر بی‌اعتمادی: انسان یک موجود اجتماعی است و در سایه تعاملات اجتماعی و روابط میان فردی است که نیازهای مادی و معنوی انسان برآورده می‌شود. استحکام و دوام روابط اجتماعی به اعتماد متقابل نیاز دارد. هر گونه حرکت یا عاملی که فضای اعتماد اجتماعی را خدشه‌دار کند، عامل به هم زنده‌اند امنیت روانی و اجتماعی شمرده می‌شود.^{۶۹} افراد خوش‌بین از آنجا که بیشتر به جنبه‌های مثبت ویژگی‌ها، افکار، احساس‌ها، گفتارها و رفتارهای دیگران توجه دارند، از لغزش‌های دیگران چشم‌پوشی کرده و رفتار

دیگران را حمل بر درستی نموده، جذب دیگران می‌شوند، در نتیجه، فضای بی‌اعتمادی از بین رفته و جو اعتماد حاکم می‌شود و از ناحیه دیگران احساس خطر و تهدید نکرده و امنیت روانی برای او پدید می‌آید. حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «کسی که به مردم خوش گمان باشد محبت آنها را به سوی خود جلب خواهد کرد»^{۷۰}

د - مشکلات معیشتی در برابر تأمین معیشت: از جمله عواملی که در بسیاری از افراد ایجاد ناامنی روانی می‌کند، مشکلات معیشتی است. در مقابل، تأمین معیشت، زمینه امنیت و آرامش روانی انسان را فراهم می‌سازد.^{۷۱} از آنجا که خوش‌بینی با رضایت شغلی ارتباط مثبت و معناداری دارد،^{۷۲} افراد خوش‌بین هنگام روبه‌رو شدن با رویدادهای تنش‌زای زندگی، احتمال بیشتر دارد که برای رسیدن به اهداف‌شان تلاش کنند.^{۷۳} افراد خوش‌بین بیشتر از افراد بدبین از راهبردهای کنارآمدن مسئله‌مدار استفاده کرده، از ذهن انعطاف‌پذیر بهره‌مند بوده و راه‌حل‌های مختلفی را برای حل مشکلات آزمایش می‌کنند،^{۷۴} از این‌رو، هنگام مواجه شدن با مشکلات معیشتی امنیت روانی‌شان را از دست نمی‌دهند.

ه - تنهایی در برابر دوست و همسر: انسان، موجودی اجتماعی است، به گونه‌ای که بدون داشتن همدم و معاشرت با دیگران، احساس ناامنی روانی کرده و دچار دغدغه خاطر می‌شود.^{۷۵} گذراندن تمام اوقات در عالم تنهایی یکی از دردناک‌ترین تجربیات بشر به شمار می‌آید. آنچه در عالم تنهایی مهم است، کم ارزشیابی کردن خویش‌تر است، و بدیهی است که این دریافت به احساس ناایمنی منجر شده و بیش از پیش فرد را به سمت انزوا و افسردگی سوق می‌دهد.^{۷۶} در حالی که که نگرش خوش‌بینانه باعث می‌شود که افراد خوش‌بین جذب دیگران شده و روابط دوستی آنها قوی‌تر گردد و در نتیجه از شبکه گسترده حمایتی قوی بهره‌برده،^{۷۷} و احساس تنهایی نکرده و دچار ناامنی روانی نمی‌شوند.

و - سوء ظن در برابر حسن ظن: یکی از بارزترین پیامد شوم بدگمانی از بین رفتن اعتماد است. عدم اعتماد، فضای جوامع انسانی را به جهنم سوزانی تبدیل می‌کند که هیچ‌کسی نمی‌تواند به دیگری اعتماد کرده و احساس امنیت کند.^{۷۸} از آنجا که افراد خوش‌بین نگاه خوش‌بینانه به دیگران داشته و همیشه به ویژگی‌ها، افکار، گفتار و رفتار مثبت دیگران توجه دارند، از ناحیه دیگران احساس تهدید و خطر نکرده و امنیت روانی دارند.

تفسیر نتایج مربوط به سؤال و فرضیه سوم پژوهش

فرضیه سوم پژوهش طبق سؤال سوم این بود که در پژوهش حاضر، سطح دو نوع خوش بینی و امنیت روانی به لحاظ متغیرهای جمعیت شناختی تغییر معناداری پیدا نمی کنند. اما نتایج به دست آمده از پژوهش حاضر نشان داد که سطح دو نوع خوش بینی و امنیت روانی بر اساس متغیرهای جمعیت شناختی تغییر معناداری پیدا می کنند.

جنسیت

تفاوت بین گروه زنان و مردان از نظر خوش بینی اسلامی، خوش بینی آموخته شده سلیگمن و امنیت روانی معنادار است و گروه مردان در مقایسه با زنان، از نظر دو نوع خوش بینی و امنیت روانی در سطح بالاتری قرار دارند (جدول ۲). این یافته ها با نتایج به دست آمده از برخی مطالعات همخوانی ندارد. پژوهشی که روی ۴۶۷ دانش آموز دبیرستانی انجام شده است، نشان می دهد که تفاوت معناداری بین دختران و پسران از لحاظ خوش بینی سرشتی به چشم نمی خورد.^{۷۹} در ایران موسوی نسب و تقوی در پژوهشی نشان داده اند که تعداد خوش بینان در بین دختران بیشتر از پسران است.^{۸۰} پژوهش کجباف و دیگران نیز نشان می دهد که جنسیت بر میزان خوش بینی تأثیری ندارد.^{۸۱} نتیجه به دست آمده از پژوهش حاضر را می توان این گونه تفسیر کرد که گروه زنان در این پژوهش همگی در مقاطع ابتدایی درس های حوزوی قرار داشته و زیر ۲۵ سال سن دارند، از این رو، احتمال اینکه هنوز هویت دینی اینها به خوبی شکل نگرفته باشد، وجود دارد.

شغل

نتایج به دست آمده از پژوهش حاضر نشان می دهد که تفاوت معناداری بین دو گروه شغلی (طلبه ها و دانش پژوهان) از نظر خوش بینی اسلامی، خوش بینی آموخته شده سلیگمن و امنیت روانی وجود دارد و دانش پژوهان در مقایسه با طلبه ها، هم از لحاظ دو نوع خوش بینی و هم از لحاظ امنیت روانی، در سطح بالاتری قرار دارند (جدول ۳). نتیجه به دست آمده از پژوهش حاضر با یافته های نوری همخوانی ندارد. در پژوهشی که ایشان روی ۲۶۹ نفر طلبه، دانش پژوه، کارمند مؤسسه امام خمینی^ع و دانشجویان دانشگاه آزاد قم انجام داده، تفاوت معناداری بین طلبه ها و دانش پژوهان به دست نیآورده است.^{۸۲} نتیجه به دست آمده از پژوهش حاضر را می توان این گونه تفسیر کرد که مشکلات معیشتی و

نداشتن شغل، از جمله عواملی هستند که در بسیاری از افراد ایجاد ناامنی روانی می‌کنند. در مقابل، داشتن شغل مناسب و تأمین معیشت زمینه امنیت و آرامش روانی انسان را فراهم می‌سازند.^{۸۳} از آنجا که دانش‌پژوهان علاوه بر داشتن تحصیلات حوزوی، تحصیلات دانشگاهی نیز دارند، طبیعی است که با افراد بیشتری در ارتباط بوده، علاوه بر تدریس در حوزه‌های علمیه، در دانشگاه‌ها نیز می‌توانند تدریس کرده و به انجام پژوهش‌های علمی و کاربردی بپردازند، از این رو، این گروه ممکن است در مقایسه با طلبه‌ها کمتر دچار کمبود شغل و مشکلات معیشتی شوند و در نتیجه از سبک تبیین خوش‌بینانه‌تری بهره‌مند بوده و امنیت روانی بهتری داشته باشند.

وضعیت تأهل

یافته‌ها نشان می‌دهد که تفاوت معناداری، بین دو گروه مجرد و متأهل از لحاظ خوش‌بینی اسلامی، خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن و امنیت روانی، وجود داشته و افراد متأهل در مقایسه با افراد مجرد در سطح بالاتری قرار دارند (جدول ۴). این یافته‌ها با پژوهش نوری که بر روی ۲۶۹ نفر انجام داده است، همخوانی دارد و در پژوهش ایشان نیز افراد متأهل در مقایسه با افراد مجرد، از لحاظ خوش‌بینی اسلامی در سطح بالاتری قرار دارند.^{۸۴} انسان مجموعه‌ای از نیازها و غرایز، از جمله غریزه جنسی را دارد که عدم ارضا یا ارضای غیر صحیح آنها، پیامدهای منفی فراوانی به بار آورده، آرامش روانی را از انسان سلب می‌کند. غریزه جنسی یکی از نیرومندترین غریزه‌هایی است که ارضای صحیح آن فقط از طریق ازدواج امکان پذیر است. از مطالعه تعالیم اسلام به این نتیجه می‌رسیم که یکی از مهم‌ترین و شاید اولین انگیزه ازدواج، کسب آرامش روانی است^{۸۵} و قرآن کریم یکی از فلسفه‌های ازدواج را آرامش روانی انسان بیان کرده است.^{۸۶} نتیجه به‌دست آمده از پژوهش حاضر را می‌توان این‌گونه تفسیر کرد که افراد مجرد به دلیل احساس تنهایی، احساس فشار از ناحیه غریزه جنسی و مشکلات فراوانی که فراروی آنها برای ازدواج قرار دارد، احساس ناامنی روانی و اضطراب کرده و برداشت بدبینانه از رویدادهای زندگی دارند.

سن

نتایج به‌دست آمده از پژوهش حاضر نشان می‌دهد که تفاوت معناداری بین گروه سنی (۲۰-۲۵) از لحاظ دو نوع خوش‌بینی و امنیت روانی و سه گروه دیگر، وجود داشته و سایر

گروه‌ها در مقایسه با این گروه، از لحاظ دو نوع خوش‌بینی و امنیت روانی در سطح بالاتری قرار دارند (جدول ۵). یافته‌های پژوهش حاضر با پژوهش براندون^{۸۷} که به مقایسه نوجوانان ۱۳-۱۹ با بزرگسالان ۲۰-۵۹ و کهن‌سالان بالای شصت سال پرداخته است، همخوانی دارد. پژوهش براندون نشان می‌دهد که نوجوانان بدبینی بیشتری به بزرگسالان گزارش داده‌اند.^{۸۸} نتیجه به دست آمده از پژوهش حاضر را می‌توان این‌گونه تفسیر کرد که گروه سنی (۲۰-۲۵) ممکن است هنوز هویت دینی‌شان به خوبی شکل نگرفته و در مقایسه با سایر گروه‌ها از تجارب کمتری بهره‌مند باشند.

سطح تحصیلات

یافته‌ها نشان می‌دهند که تفاوت معناداری بین گروه دیپلمه و کارشناسی از لحاظ خوش‌بینی اسلامی وجود دارد و گروه کارشناسی در مقایسه با افراد دیپلمه، خوش‌بینی بالاتری دارند، اما تفاوت معناداری بین گروه دیپلمه و کارشناسی ارشد مشاهده نمی‌شود. همچنین تفاوت معناداری بین گروه کارشناسی و کارشناسی ارشد وجود دارد و گروه کارشناسی در مقایسه با گروه کارشناسی ارشد نیز از خوش‌بینی بالاتری بهره‌مندند. از لحاظ خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن نیز تفاوت معنادار بین افراد دیپلمه، کارشناسی و کارشناسی ارشد وجود داشته و افراد دیپلمه در سطح پایین‌تری از کارشناسی و کارشناسی ارشد قرار دارند. از لحاظ امنیت روانی نیز تفاوت معناداری بین افراد دیپلمه، کارشناسی و کارشناسی ارشد، وجود دارد گروه کارشناسی ارشد در مقایسه با دو گروه دیگر از امنیت روانی بالاتری بهره‌مند می‌باشند (جدول ۶). یافته‌های پژوهش حاضر با پژوهش نوری در زمینه خوش‌بینی اسلامی همخوانی ندارد، زیرا در آن پژوهش، گروه کارشناسی در مقایسه با گروه دیپلمه و کارشناسی ارشد، سطح خوش‌بینی کمتری دارند.

نتیجه به دست آمده از پژوهش حاضر را می‌توان این‌گونه تفسیر کرد که در زمینه خوش‌بینی اسلامی، از آنجا که این نوع خوش‌بینی از مؤلفه‌های دینی تشکیل شده است و افراد دیپلمه در مقطع‌های ابتدایی درس‌های حوزوی قرار دارند، احتمال اینکه هویت دینی‌شان هنوز به خوبی شکل نگرفته باشد منتفی نیست. اما در گروه کارشناسی ارشد این احتمال وجود دارد که این‌ها چون سالیان طولانی با درس‌های غیر حوزوی سر و کار داشته‌اند، ممکن است تحت تأثیر علوم انسانی که برگرفته از فرهنگ کشورهای غربی است، قرار گرفته باشند.

گروه کارشناسی ارشد در مقایسه با گروه دیپلمه و کارشناسی، از لحاظ خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن و امنیت روانی، در سطح بالاتری قرار دارند و این یافته را می‌توان این گونه تفسیر کرد که دیدگاه‌های شناختی، سلامت یا عدم سلامت روانی، امنیت یا عدم امنیت روانی ما را ناشی از چگونگی دریافت و تفسیر ما از هستی و رویدادهای زندگی می‌دانند. بر این اساس، هرچه دریافت و تفسیر ما از رویدادها و پدیده‌های زندگی نزدیک‌تر به واقعیت باشد، در روابط با محیط، تعامل با دیگران و چگونگی واکنش‌ها در برابر رویدادها منطقی‌تر عمل کرده و به سلامت و امنیت روانی نزدیک‌تر می‌شویم و در غیر این صورت از مبتلا شدن به انواع آسیب‌های روانی و اجتماعی در امان نیستیم.^{۸۹} آگاهی و تجارب، برداشت‌ها و تفسیرهای ما را تحت تأثیر قرار می‌دهند، از این رو، گروه کارشناسی ارشد در مقایسه با دو گروه دیگر در سطح بالاتری از خوش‌بینی و امنیت روانی قرار داشته و از شناخت و تجارب بیشتری بهره‌مندند. به هر حال، هرچه شناخت و آگاهی ما به محیط پیرامون، دیگران و رویدادهای زندگی بیشتر باشد، به همان میزان تفسیرمان از جهان هستی به واقعیت نزدیک‌تر است.

هر پژوهشی با محدودیت‌های خاص خود روبه‌روست، از این رو، پژوهش حاضر نیز از این امر مستثنا نبوده و محدودیت‌هایی به شرح ذیل داشته است:

۱. به سبب عدم همکاری مراکز آموزشی برای ارائه لیست اسامی طلبه‌ها و دانش‌پژوهان، در پژوهش حاضر از روش نمونه‌گیری در دسترس استفاده شده است.
 ۲. پژوهش حاضر تنها در بین دانش‌پژوهان مؤسسه آموزش عالی علوم انسانی جامعه المصطفی و طلبه‌های آن مرکز انجام شده است.
 ۳. تعداد زنان و مردان در گروه نمونه، مساوی نیستند، بنابراین، تعمیم نتایج به سایر دانش‌پژوهان و طلبه‌های حوزه‌های علمیه باید با احتیاط صورت گیرد.
- اجرای پژوهش‌های زیر می‌تواند کاستی‌های این پژوهش را بر طرف سازد:
۱. از سایر روش‌های نمونه‌گیری برای شناسایی رابطه بین خوش‌بینی آموخته‌شده سلیگمن، خوش‌بینی اسلامی و امنیت روانی استفاده شود.
 ۲. رابطه بین خوش‌بینی سرشتی و امنیت روانی نیز مطالعه و بررسی شود.
 ۳. رابطه متغیرهای پژوهش حاضر در سایر مراکز و اقشار مختلف جامعه نیز بررسی شود.

پی‌نوشت‌ها

۱. مارتین سلیگمن و همکاران، *کودک خوش‌بین*، ترجمه فروزنده داورپناه، ص ۱۵-۱۴ همان
۲. مارتین سلیگمن و همکاران، همان، ص ۷۳-۷۲.
۳. Smith T. W., & Others, "Optimism, neuroticism, coping, and symptom reports: an alternative interpretation of the Life Orientation Test". *J Pers Social Psychol*; V.56, p. 640-648.
۴. شهنی بیلاق، شکرکن و موحد، «رابطه علی بین نگرش‌های مذهبی، خوش‌بینی، سلامت روانی و سلامت جسمانی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز»، *علوم‌تربیتی و روان‌شناسی*، ش ۱ و ۲، ۱۳۸۳، ص ۱۹-۳۴.
۵. نجیب‌الله نوری، «بررسی رابطه بین خوش‌بینی سرشتی، خوش‌بینی از دیدگاه اسلام و رضایتمندی از زندگی»، *پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی*، ص ۱۷۹-۱.
۶. نوری، ۱۳۸۵، ص ۱۴۴-۱۳۱.
۷. ندا عبادی و علی‌نقی فقیهی، «بررسی اثربخشی آموزش مثبت‌نگری در افزایش امید به زندگی زنان بدون همسر شهر اهواز؛ با تأکید بر قرآن»، *روان‌شناسی و دین*، ش ۲، ص ۶۱-۷۴.
۸. Friedman, L. C., Nelson, D. V., Baer, P. E., Lane, M., Smith, F. E., & Dworkin, R. J. The relationship of dispositional optimism, daily life stress, and domestic environment to coping methods used by cancer patients. *Journal of Behavioral Medicine*, 15, 127-141
۹. محمد مهدی حسن‌شاهی، «بررسی ارتباط میان خوش‌بینی و راهبردهای مقابله با استرس در دانشجویان دانشگاه»، *اصول بهداشت روانی*، ش ۱۵-۱۶، ص ۸۶-۹۸.
۱۰. سعیده گروسی و دیگران، «بررسی رابطه اعتماد اجتماعی و احساس امنیت...»، *دانش‌انتظامی*، دوم، سال نهم، ص ۲۳.
۱۱. ویلیام جیمز، *دین و روان*، ترجمه مهدی قائن، ص ۱۷۸.
۱۲. نجیب‌الله نوری، همان، ص ۸۴-۳.
۱۳. از جمله پژوهش‌آقایی و همکاران (۱۳۸۵، ص ۱۳۰-۱۱۷)، شهنی و همکاران (۱۳۸۳، ص ۳۴-۱۹)، کانوی و همکاران (۲۰۰۸، ص ۱۳۵۷-۱۳۵۲).
۱۴. سعید شاملو، *بهداشت روانی*، ص ۹۲-۹۱.
16. Dispositional optimism
17. Carver, C.
18. Scheier, M.
19. Albert, E.
20. Iron, B.
۲۱. نجیب‌الله نوری، همان، ص ۲۵-۱۳.
22. Smith T. W., Pope M. K., Rhodewalt F, Poulton J. L. Optimism, neuroticism, coping, and symptom reports: an alternative interpretation of the Life Orientation Test. *J Pers Social Psychol*; 56: 640-648.
۲۳. شهنی بیلاق، شکرکن و موحد، همان، ص ۳۴-۱۹.
۲۴. پرویز عسکری و همکاران، «رابطه اعتقادات مذهبی و خوش‌بینی با سلامت معنوی دانشجویان دانشگاه آزاد اهواز»، *یافته‌های نو در روان‌شناسی*، ش دهم، سال چهارم، بهار ۱۳۸۸، ص ۳۹-۲۷.
۲۵. زهرا نیک‌منش و یحیی کاظمی، «تأثیر الگوی آموزش خوش‌بینی به روش قصه‌گویی بر سبک‌اسناد کودکان»، *پژوهش در سلامت روان‌شناختی*، دوره دوم، ص ۱۳-۵.

26. Scheier, M. F., & Carver, C. S. Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247
۲۷. نسرين جمالی زواره، «بررسی رابطه کارایی خانواده با خوش بینی و سلامت روانی در دانشجویان پسر دانشگاه آزاد اسلامی شهر زواره»، *پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی*، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، ۱۳۸۷
۲۸. نجیب الله نوری، همان، ص ۷۹-۱
29. Luthans. F. & Youssef, C. M. Positive Organizational Behavior in the Workplace: The impact of p: 33-74
۳۰. یوسفعلی عطاری و همکاران «بررسی روابط ساده و چندگانه نگرش مذهبی، خوش بینی و سبک های دلبستگی با رضایت زناشویی در دانشجویان مرد متأهل دانشگاه شهید چمران اهواز»، *علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز*، دوره سوم، ش ۱، سال سیزدهم، ص ۱۱۰-۹۳.
۳۱. محمدمهدی حسن شاهی، همان، ص ۸۶-۹۸
۳۲. محمد عثمان نجاتی، حدیث و روان شناسی، ترجمه حمید رضا شیخی، مشهد، بنیاد پژوهش های اسلامی، ص ۷-۹
33. Learned optimism
34. Mental security
۳۵. حیدرعلی هومن، شناخت روش علمی در علوم رفتاری، ص ۲۵۲
۳۶. رک: احمد بیانی، روش های تحقیق و سنجش در علوم تربیتی و روان شناسی.
37. Haphazard samlilng.
۳۸. حسن سرایی، مقدمه ای بر نمونه گیری در تحقیق، ص ۱۱.
۳۹. نجیب الله نوری، همان، ص ۱۳۲-۱۲۶.
40. Explanatory Style Questionnaire
41. Semmel, A.
42. von Baeyer, C.
43. Abramson, L.
44. Permanence Good/Permanence Bad
45. Pervasiveness Bad/Pervasiveness Good
46. Stuff of Hope
47. Personalization Bad
۴۸. پترسون، سمل، وون بیر، آبرامسون، سلیگمن و همکاران ۱۹۸۲، ص ۲۹۹-۲۸۷
49. Golin, S., Sweeney, P.D., & Schoeffler, D. E). The causality of causal attributions in depression: A cross-lagged panel correlational analysis. *Journal of Abnormal Psychology*, 90, 14-22
۵۰. استپتو، ریویچ و سلیگمن، ۱۹۹۳، ص ۷۱-۶۹
۵۱. هاله خواجه امیری خالدی، «هنجاریابی آزمون خوش بینی - بدبینی سلیگمن بر روی دو گروه سنی ۲۵ - ۱۸ و ۴۵ - ۳۰ سال در شهر تهران»، *پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی*.
52. Security Insecurity Inventory
53. Brooklyn
۵۴. علی زینتی، «بررسی تأثیر احساس ایمنی - نایمنی بر حرمت خود طلاب پایه اول و هفتم در سال تحصیلی ۷۷-۷۸»، *پایان نامه کارشناسی ارشد روان شناسی*، ص ۸۳-۸۰
55. Thurstone
56. Bernreuter
۵۷. علی زینتی، «بررسی تأثیر احساس ایمنی - نایمنی بر حرمت خود طلاب پایه اول و هفتم در سال تحصیلی ۷۷-۷۸»، همان.

۵۸. همان
۵۹. مارتین سلیگمن و همکاران، همان، ص ۷۴-۷۳
۶۰. همان، ص ۷۵
۶۱. همان، ص ۷۹-۷۵
۶۲. انشراح: ۶-۵.
۶۳. سعید شاملو، همان، ص ۹۷-۹۲
۶۴. مکارم شیرازی، ناصر، حکومت جهانی مهدی، ص ۹۸
۶۵. سیدمهدی حسینی زاده، جوان و آرامش روان، ص ۱۲۹-۱۲۷.
۶۶. طه: ۱۲۴.
۶۷. رعد: آیه ۲۸.
۶۸. سیدمهدی حسینی زاده، همان، ص ۱۲۹-۱۲۷
۶۹. سعیده گروسی و دیگران، همان، ص ۳۲
۷۰. عبدالواحدین محمد تمیمی آمدی، غررالحکم ودرالکلم، حدیث ۸۸۴۲
۷۱. سیدمهدی حسینی زاده، همان، ص ۱۲۹-۱۲۷
72. Srivaser, Deepak. Sectorial comparison of factors influencing job Satisfaction in banking sector. *Singapore Management review*:P: 1-200
73. Scheier, M. F., & Carver, C. S. Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247
74. Luthans. F. & Youssef, C. M. Positive Organizational Behavior in the Workplace: The impact of p. 774
۷۵. دوآن شولتز، نظریه های شخصیت، ترجمه یوسف کریمی و همکاران، چ چهارم، تهران، ارسباران، ۱۳۸۳، ص ۳۶۵-۳۶۴
۷۶. آلن فروم؛ درون های نا آرام، ترجمه علی زنجیره ای، تهران، نشر اوحدی، ۱۳۷۸، ص ۱۸-۱۶
77. Carver, C. S., Kus, L. A., & Scheier, M. F. Effects of good versus bad mood and optimistic versus pessimistic outlook on social acceptance versus rejection. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 13, 138-151.
۷۸. سیدمهدی حسینی زاده، همان، ص ۱۲۹-۱۲۷
79. Patton, Wendy; Bartrum, Dee A. and Creed, Peter A. Gender differences for optimism, self esteem, expectations and goals in predicting career planning and exploration in adolescents. *International Jouanal for Educational and Vocational Guidance*, Volum 4 (3), pages 193-209
۸۰. سیدمحمد حسین موسوی نسب، و همکاران، «خوش بینی- بدبینی و راهبردهای کنارآمدن: پیش بینی سازگاری روانشناختی در نوجوانان»، فصلنامه روان پزشکی و روان شناسی بالینی ایران، ش ۴ (پیاپی ۴۷)، سال دوازدهم، زمستان ۱۳۸۵، ص ۳۸۰-۳۸۹
۸۱. محمد باقر کجیاف و دیگران، «هنجار یابی، پایایی و روایی مقیاس خوش بینی و بررسی رابطه بین خوش بینی، خود تسلط یابی و افسردگی در شهر اصفهان»، مطالعات روان شناختی دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه الزهر(س)، دوره ۲، ش ۱ و ۲، بهار و تابستان ۱۳۸۵، ص ۶۸-۵۱
۸۲. نجیب الله نوری، همان، ص ۱۵۶-۱۵۵

۸۳. سیدمهدی حسینی زاده، همان، ص ۱۲۷-۱۲۹

۸۴. نجیب‌الله نوری، همان، ص ۱۷۶

۸۵. سیدمهدی حسینی، همان، ص ۱۰

۸۶. روم: ۲۱

87. Brandon, E.

88. Brandon, Eric A. (2006). The effect of age on optimism, CALIFORNIA STATE SCIENCE FAIR 2006 PROJECT SUMMARY, project Number S0304

۸۹. سیدجلال یونسی، «نقش اساسی معنا شناختی حوادث در کاهش آسیب‌های روانی»، حوزه و دانشگاه، ش

۴۱، زمستان ۱۳۸۳، ص ۲۹-۸.

منابع

- آقایی، اصغر و همکاران، «رابطه خوش‌بینی و بدبینی با سلامت روان در افراد بزرگسال شهر اصفهان»، *مجله دانش و پژوهش در روان‌شناسی*، دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان (اصفهان)، ش ۳۳، پاییز ۱۳۸۶، ص ۱۳۰-۱۱۷.
- آمدی، عبدالواحد ابن محمد تمیمی، *غررالحکم ودرالکلم*، قم، دفتر تبلیغات اسلامی، ۱۳۶۶.
- بیانی، احمد، *روش‌های تحقیق و سنجش در علوم تربیتی و روان‌شناسی*، تهران، رهیافت، ۱۳۷۸.
- جمالی زواره، نسربین، «بررسی رابطه کارایی خانواده با خوش‌بینی و سلامت روانی در دانشجویان پسر دانشگاه آزاد اسلامی شهر زواره»، *پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی*، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، ۱۳۸۷.
- حسن‌شاهی، محمد مهدی، «بررسی ارتباط میان خوش‌بینی و راهبردهای مقابله با استرس در دانشجویان دانشگاه»، *فصلنامه اصول بهداشت روانی*، ش ۱۵-۱۶، سال چهارم، پاییز و زمستان ۱۳۸۱.
- حسینی‌زاده، سید مهدی، *جوان و آرامش روان* (به کوشش علی نقی فقیهی)، قم، پژوهشکده حوزه و دانشگاه، ۱۳۸۲.
- حسینی، سید مهدی، *مشاوره قبل از ازدواج*، چ پنجم، تهران، آوای نور.
- خواججه‌امیری خالدی، هاله، «هنجارهایی آزمون خوش‌بینی - بدبینی سلیگمن بر روی دو گروه سنی ۲۵ - ۱۸ و ۴۵ - ۳۰ سال در شهر تهران»، *پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی*، تهران، دانشگاه الزهرا (دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی)، ۱۳۸۲.
- زیتنی، علی، «بررسی تأثیر احساس ایمنی - نایمنی بر حرمت خود طلاب پایه اول و هفتم در سال تحصیلی ۷۸-۷۷»، *پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی*، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، ۱۳۷۷.
- سرای، حسن، *مقدمه‌ای بر نمونه‌گیری در تحقیق*، تهران، سمت، ۱۳۸۴.
- سلیگمن، مارتین و همکاران، *کودک خوش‌بین*، ترجمه فروزنده داورپناه، تهران، انتشارات رشد، ۱۳۸۳.
- شاملو، سعید، *بهداشت روانی*، چ سیزدهم، تهران، رشد، ۱۳۷۸.
- شهنی بیلاق، شکرکن و موحد، «رابطه علی بین نگرشهای مذهبی، خوش‌بینی، سلامت روانی و سلامت جسمانی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز»، *مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی*، دانشگاه چمران اهواز، دوره سوّم، سال یازدهم، شماره‌های ۱ و ۲، ۱۳۸۳.
- عبادی، ندا و علی‌نقی فقیهی، «بررسی اثربخشی آموزش مثبت‌نگری در افزایش امید به زندگی زنان بدون همسر شهر اهواز؛ با تأکید بر قرآن»، *مجله روان‌شناسی و دین*، ش دوم، سال سوم، تابستان ۱۳۸۹، ص ۶۱ - ۷۴.
- عسکری، پرویز و همکاران، «رابطه اعتقادات مذهبی و خوش‌بینی با سلامت معنوی دانشجویان دانشگاه آزاد اهواز»، *فصلنامه یافته‌های نو در روان‌شناسی*، ش دهم، سال چهارم، بهار ۱۳۸۸، ص ۳۹-۲۷.
- عطاری، یوسفعلی و همکاران «بررسی روابط ساده و چندگانه نگرش مذهبی، خوش‌بینی و سبک‌های دل‌بستگی با رضایت زناشویی در دانشجویان مرد متأهل دانشگاه شهید چمران اهواز»، *مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز*، دوره سوّم، ش ۱، سال سیزدهم، بهار ۱۳۸۵، ص ۱۱۰-۹۳.
- فروم، آلن؛ *درون‌های ناآرام*، ترجمه علی زنجیره‌ای، چاپ اول، تهران، نشر اوحدی، ۱۳۷۸.
- گروسی، سعیده و دیگران، «بررسی رابطه اعتماد اجتماعی و احساس امنیت (مطالعه موردی دانشجویان دختر دانشگاه آزاد جیرفت)»، *فصلنامه دانش انتظامی*، دوم، سال نهم، ۱۳۸۵.
- کجباف، محمد باقر و دیگران، «هنجارهایی، پایایی و روایی مقیاس خوش‌بینی و بررسی رابطه بین خوش‌بینی، خودتسلط‌یابی و افسردگی در شهر اصفهان»، *فصلنامه مطالعات روان‌شناختی دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی*

- دانشگاه الزهراء(س)، دوره ۲، ش ۱ و ۲، بهار و تابستان ۱۳۸۵، ص ۶۸-۵۱.
 مکارم شیرازی، ناصر، حکومت جهانی مهدی(عج)، قم، نسل جوان، ۱۳۵۷.
 نجاتی، محمد عثمان، حدیث و روان‌شناسی، ترجمه حمید رضا شیخی، مشهد، بنیاد پژوهش‌های اسلامی، ۱۳۸۷.
 موسوی‌نسب، سید محمدحسین و همکاران، «خوش‌بینی - بدبینی و راهبردهای کنارآمدن: پیش‌بینی سازگاری روانشناختی در نوجوانان»، فصلنامه روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران، ش ۴ (پیاپی ۴۷)، سال دوازدهم، زمستان ۱۳۸۵، ص ۳۸۰.
 نوری، نجیب‌الله، «بررسی رابطه بین خوش‌بینی سرشتی، خوش‌بینی از دیدگاه اسلام و رضایتمندی از زندگی»، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی(ره)، ۱۳۸۸.
 نوری، نجیب‌الله، «بررسی رابطه میان انگیزه پیشرفت و خوش‌بینی»، فصلنامه روان‌شناسی در تعامل با دین، ش دوم، سال اول، تابستان ۱۳۸۷.
 نیک‌منش، زهرا و یحیی کاظمی، «تأثیر الگوی آموزش خوش‌بینی به روش قصه‌گویی بر سبک‌اسناد کودکان»، فصلنامه علمی-پژوهشی پژوهش در سلامت روان‌شناختی، دوره دوم، ش سوم، پاییز ۱۳۸۷.
 ویلیام جیمز، دین و روان، ترجمه مهدی قائن، تهران، بنگاه ترجمه و نشر کتاب، ۱۳۵۶.
 هومن، حیدرعلی، شناخت روش علمی در علوم رفتاری، چ پنجم، تهران، پارسا، ۱۳۸۳.
 یونسی، سید جلال، «نقش اساسی معناشناختی حوادث در کاهش آسیب‌های روانی»، مجله حوزه و دانشگاه، ش ۴۱، زمستان ۱۳۸۳، ص ۲۹-۸.
- Brandon, Eric A. (2006). The effect of age on optimism, CALIFORNIA STATE SCIENCE FAIR 2006 PROJECT SUMMARY, project Number S0304.
- Conway, Francine; Magai, Carol; Springer, Carolin & Jones C. Optimism and pessimism as predictors of physical and psychological health among grandmothers raising their grandchildren, *Journal of Research in personality*, Volume 42, Issue 5, October 2008, pages 1352-1357.
- Friedman, L. C., Nelson, D. V., Baer, P. E., Lane, M., Smith, F. E., & Dworkin, R. J. (1992). The relationship of dispositional optimism, daily life stress, and domestic environment to coping methods used by cancer patients. *Journal of Behavioral Medicine*, 15, 127-141.
- Golin, S., Sweeney, P.D., & Schoeffler, D. E. (1981). The causality of causal attributions in depression: A cross-lagged panel correlational analysis. *Journal of Abnormal Psychology*, 90, 14-22
- Luthans, F. & Youssef, C. M. (2007). Positive Organizational Behavior in the Workplace: The impact of hope, Optimism, and Resilience. *Journal of Management*. 2007; 33; 77r.
- Maslow, A. H. (1952) The S-I Test: a measure of psychological security-insecurity, Palo Alto, Calif: consulting psychologists press
- Peterson, C., Semmel, A., von Baeyer, C., Abramson, L. Y., Metalsky, G.I., & Seligman, M.E.P. (1982). The Attributional Style Questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, 6, 287-299.
- Reber. S. Ditionary of Psychology, Second.
- Seligman, M. E. P. & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive Psychology: An introduction, *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1985). Optimism, coping, and health: Assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health Psychology*, 4, 219-247.
- Smith T. W., Pope M. K., Rhodewalt F, Poulton J. L. (1989). Optimism, neuroticism, coping, and symptom reports: an alternative interpretation of the Life Orientation Test. *J Pers Social Psychol*; 56: 640-648.
- Patton, Wendy; Bartrum, Dee A. and Creed, Peter A. (2004) Gender differences for optimism, self esteem, expectations and goals in predicting career planning and exploration in adolescents. *International Jouanal for Educational and Vocational Guidance*, Volum 4 (3), pages 193-209.
- Steptoe, A., Reivich, K. and Seligman, M.E.P. (1993). Mozart's Optimism: *A study of explanatory style*. *The Psychologist*, 69-71.