مقاله پژوهشی

پیش‌بینی سرزندگی تحصیلی بر اساس انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی با واسطه‌گری تفکر انتقادی

الهام سلطانی بناوندی*، قاسم عسکری‌زاده

چکیده

مقدمه: سرزندگی تحصیلی به عنوان یکی از سازه‌های روان‌شناسی مثبت‌نگر متأثر از عوامل خانوادگی و روان‌شناختی است. از میان عوامل خانوادگی مؤثر بر سرزندگی تحصیلی می‌توان به انعطاف‌پذیری خانواده و از بین عوامل روان‌شناختی می‌توان به ذهن‌آگاهی و تفکر انتقادی اشاره نمود. پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی سرزندگی تحصیلی بر اساس انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی با واسطه‌گری تفکر انتقادی انجام شد.

روش‌ها: این پژوهش همبستگی از نوع تحلیل رگرسیون بود. در این مطالعه ۴۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کرمان به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای تصادفی انتخاب شدند و به مقیاس‌های انعطاف‌پذیری خانواده، ذهن‌آگاهی، تفکر انتقادی و سرزندگی تحصیلی پاسخ دادند. سپس داده‌ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه مطابق با مراحل بارون و کنی (Baron, & Kenny) مورد تحلیل قرار گرفت.

نتایج: نتایج تحلیل رگرسیون مطابق با مراحل بارون و کنی نشان داد که انعطاف‌پذیری خانواده ($\beta = ۰/۲۰, P < ۰/۰۲$) و ذهن‌آگاهی ($\beta = ۰/۲۶, P < ۰/۰۰۳$) پیش‌بینی‌کننده‌ی مثبت سرزندگی تحصیلی هستند. انعطاف‌پذیری خانواده ($\beta = ۰/۴۷, P < ۰/۰۰۱$) و ذهن‌آگاهی ($\beta = ۰/۲۷, P < ۰/۰۰۱$)، تفکر انتقادی را نیز به صورت مثبت و معنادار پیش‌بینی می‌کنند. علاوه بر این، یافته‌ها نمایان ساخت که تفکر انتقادی، سرزندگی تحصیلی را به صورت مثبت پیش‌بینی می‌کند ($\beta = ۰/۳۶, P < ۰/۰۰۱$). در نهایت، نتایج حاکی از آن بود که تفکر انتقادی در رابطه‌ی بین انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی با سرزندگی تحصیلی نقش واسطه‌ای ایفا می‌کند.

نتیجه‌گیری: انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی با افزایش تفکر انتقادی موجبات سرزندگی تحصیلی در دانشجویان و مواجهه‌ی آنان با عوامل استرس‌زای تحصیلی را فراهم می‌آورند.

واژه‌های کلیدی: انعطاف‌پذیری خانواده ، ذهن‌آگاهی، تفکر انتقادی، سرزندگی تحصیلی

مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی/ ۱۳۹۹؛ ۲۰(۱۴): ۱۱۶ تا ۱۲۶

مقدمه

سرزندگی تحصیلی، توانایی فراگیران در برخورد موفقیت‌آمیز با موانع و چالش‌های زندگی روزانه‌ی تحصیلی تعریف شده است. مارتین و مارش (Martin, & Marsh)، عوامل پیش‌بین سرزندگی تحصیلی را در مقوله‌ی محیطی و خانوادگی و روان‌شناختی طبقه‌بندی کرده‌اند(۱).

بنابراین، خانواده به عنوان یکی از زمینه‌هایی است که در سرزندگی تحصیلی فرزندان نقش مؤثری دارد. انعطاف‌پذیری

* **نویسنده مسؤول:** الهام سلطانی بناوندی، کارشناسی ارشد، روان‌شناسی تربیتی، گروه روان‌شناسی، دانشکده‌ی ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه شهید باهنر، کرمان، ایران.
alham_s1992@yahoo.com

دکتر قاسم عسکری‌زاده (دانشیار)، گروه روان‌شناسی، دانشکده‌ی ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه شهید باهنر، کرمان، ایران. (askarizadeh@uk.ac.ir)

تاریخ دریافت مقاله: ۹۸/۱۲/۱۱، تاریخ اصلاحیه: ۹۹/۲/۲۴، تاریخ پذیرش: ۹۹/۳/۷

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

خانواده به منزله‌ی بعدی از تئوری سیستمی خانواده، مقدار تغییراتی که در نقش‌ها، قوانین، کنترل و انضباط خانواده وجود دارد، تعریف شده‌است(۲). همان‌گونه که ملاحظه می‌شود در این بعد تأکید بر روی ثبات در مقابل تغییرات است. وقتی که خانواده انعطاف‌پذیر باشد، رهبری و مدیریت خانواده به صورت دموکراتیک است و کم‌تر حالت استبدادی به خود می‌گیرد(۳).

تحقیقات نشان داده‌اند که انعطاف‌پذیری خانواده با متغیرهای همزاد و مشابه سرزندگی تحصیلی ارتباط دارد. برای مثال در پژوهشی که توسط رنجبر صورت پذیرفت، رابطه‌ی میان انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده و تاب‌آوری تحصیلی مورد بررسی قرار گرفت. نتایج تحقیق نشان داد که متغیرهای انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده توانسته‌اند تاب‌آوری تحصیلی را به صورت مثبت و معنادار پیش‌بینی کنند(٤).

امیرتیموری نیز به بررسی رابطه‌ی بین انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده و کمال‌گرایی و شادکامی دانش‌آموزان شهر بافت مبادرت ورزید و بدین نتیجه رسید که انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده از توان پیش‌بینی‌کنندگی شادکامی و کمال‌گرایی برخوردار هستند(٥).

پیش از این یادآوری شد که مارتین و مارش (Martin, & Marsh)، مجموعه‌ای از عوامل روان‌شناختی را نیز به عنوان پیشایندهای سرزندگی تحصیلی برشمرده‌اند(۱).

ذهن‌آگاهی به عنوان یکی از عوامل روان‌شناختی پیش‌بین سرزندگی به افزایش ادراک افراد در رابطه با این که ممکن است هیجان‌های منفی رخ دهند اما این هیجانات جزء ثابت و دائمی شخصیت نیستند، کمک می‌کند و موجب می‌شود که افراد به جای واکنش غیرارادی و بدون تأمل نسبت به رویدادها، با تفکر و تأمل به آن‌ها پاسخ دهند(٦).

تحقیقات نشان می‌دهد که ذهن‌آگاهی پیش‌بینی‌کننده‌ی حالات هیجانی مثبت بوده و می‌تواند از طریق واضح نشان دادن تجربیات، تغییرات مثبتی را در شادکامی و بهزیستی ایجاد نماید(۷). واکر و کولوسیمو (Walker, & Colosimo) معتقدند که افراد ذهن‌آگاه در شناخت، مدیریت و حل مشکلات روزمره، تواناتر عمل می‌کنند و به صورت کارآمدتری به مقابله با چالش‌ها و موانع زندگی می‌پردازند(۸). همچنین، پژوهش‌های دیگر نشان می‌دهند که ذهن‌آگاهی موجب بهبود بهزیستی روانی(۸)، توانایی سازش(۹)، لذت بردن از زندگی، کیفیت زندگی بهتر و کاهش خشم(۱۰) می‌گردد.

یکی دیگر از عوامل روان‌شناختی که می‌تواند بر سرزندگی تحصیلی تأثیرگذار باشد، تفکر انتقادی است. تفکر انتقادی به منزله‌ی یک مهارت اساسی و توانایی مهم شناختی افراد متفکر است که در به چالش کشیدن مسائل نقش اساسی دارد(۱۱). این توانایی مستلزم آن است که اشخاص معیارهای خود را برای تجزیه، تحلیل و ارزیابی تفکراتشان وسعت دهند و به صورت عادی از آن معیارها و استانداردها برای گسترش کیفیت تفکراتشان استفاده کنند(۱۲).

شایان ذکر است که پژوهش‌هایی چند بر تأثیر خانواده(۱۳و۱٤) و ذهن‌آگاهی(۱٥و۱٦) بر تفکر انتقادی و فرآیندهای شناختی تأکید کرده‌اند.

از سوی دیگر، بررسی‌ها نشان داده‌اند که تفکر انتقادی با سازه‌هایی همچون خودکارآمدی تحصیلی(۱۷)، پیشرفت تحصیلی(۱۸) و عملکرد تحصیلی(۱۹) رابطه‌ای مثبت دارد. شایان ذکر است که دوران تحصیل با چالش‌های متعددی روبه‌رو است و این امر می‌تواند در لطمه زدن به زمینه‌ی درسی و تحصیلی دانشجویان نقش داشته باشد؛ بنابراین، می‌توان با به کارگیری توانمندی‌های این افراد در هنگام بروز این‌گونه چالش‌ها، میزان رضایت از زندگی و سلامت روان آنان را ارتقاء داد و از آسیب‌های گسترده‌تری که ممکن است در آینده رخ دهد و صرف هزینه‌های گزاف تحمل رنج‌های ناشی از چالش‌های روحی و روانی، پیشگیری کرد. در چنین شرایطی، افزایش قدرت انطباق، سازگاری و سرزندگی می‌تواند یاری‌دهنده‌ی دانشجویان

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

در مواجهه با چالش‌های حیطه‌ی تحصیلی باشد.

بنابراین، در تعلیم و تربیت لازم است که روی شایستگی دانشجویان سرمایه‌گذاری کنیم. برای دست‌یابی به این امر نه تنها باید عوامل خطرزا و استرس‌زا را مشخص ساخت، بلکه نیاز به شناسایی عوامل متعدد تأثیرگذار بر سرزندگی تحصیلی نیز ضروری می‌نماید. پر واضح است که با توجه به رویکردهای جدید به مسائل علوم انسانی مبنی بر تأثیرپذیری یافته‌های علمی از بافت و زمینه‌ی فرهنگی و خانوادگی و درهم‌تنیدگی مسائل فرهنگی با تعلیم و تربیت، انجام پژوهش حاضر، گام‌هایی در این قلمرو و فرهنگ ایرانی، در قالبی عالمانه برداشته و سنگ‌بنای بسیار مناسبی برای کارهای بعدی خواهد شد. از لحاظ نظری نیز شکاف موجود در پژوهش‌های انجام شده در حوزه‌ی عوامل مرتبط با سرزندگی تحصیلی در قالب نظریه‌های سیستمی آن چنان گسترده است که هرگونه تلاش در جهت پر کردن آن می‌تواند به گسترش مدل‌های سرزندگی تحصیلی کمک شایانی نماید.

با توجه به مطالب گفته شده، سؤالی که در این پژوهش ذهن آدمی را دچار مسأله می‌نماید این است که نقش عوامل بافتی و اجتماعی و عوامل روان‌شناختی در سرزندگی تحصیلی چیست؟ آیا عوامل بافتی و اجتماعی نظیر خانواده و عوامل روان‌شناختی نظیر ذهن‌آگاهی و تفکر انتقادی قادر به پیش‌بینی سرزندگی تحصیلی هستند؟ کدامیک از عوامل ذکر شده تأثیر مستقیم و غیرمستقیم بر سرزندگی تحصیلی دارند؟ در پی پاسخ به این ابهام‌ها، پژوهش حاضر به بررسی پیشایندهای سرزندگی تحصیلی در قالب یک مدل علّی پرداخته است که متغیرهای انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی به عنوان متغیرهای برون‌زاد، تفکر انتقادی به عنوان متغیر واسطه‌ای و سرزندگی به عنوان متغیر درون‌زاد در نظر گرفته شده‌اند. بنابراین پژوهش حاضر با هدف پیش‌بینی سرزندگی تحصیلی بر اساس انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی با واسطه‌گری تفکر انتقادی انجام شد.

روش‌ها

پژوهش حاضر به لحاظ روش تحقیق، همبستگی از نوع تحلیل رگرسیون است. جامعه‌ی آماری پژوهش، شامل تمامی دانشجویان پسر و دختر مشغول به تحصیل در دانشگاه علوم پزشکی کرمان (۶۰۰۰ نفر) در سال تحصیلی ۹۸-۱۳۹۷ بود. به منظور انتخاب آزمودنی‌ها از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چند مرحله‌ای تصادفی استفاده گردید و از بین تمام دانشکده‌ها، ۵ دانشکده (شامل دندان‌پزشکی، داروسازی، پرستاری، مامایی و پزشکی) انتخاب شد. حجم نمونه با توجه به تعداد کل جامعه‌ی آماری و بر اساس جدول پیشنهادی کرجسی و مورگان(۲۰)، ۳۶۱ نفر تعیین گردید که این تعداد به ۴۰۰ نفر افزایش یافت. تعداد ۲۵ پرسشنامه به دلیل مخدوش بودن کنار گذاشته شد و در نهایت تعداد ۳۷۵ پرسشنامه در تحلیل نهایی مورد بررسی قرار گرفت.

به منظور رعایت ملاحظات اخلاقی، به دانشجویان توضیح و اطمینان داده شد که اطلاعات مندرج در پرسشنامه‌ها کاملاً محرمانه بوده و کاربرد پژوهشی دارد. همچنین، این مطالعه بر طبق اصول اخلاقی بوده و با کد اخلاق به شماره‌ی E.A.98.10.15.01 در تاریخ ۱۳۹۸/۹/۱۰ به تأیید کمیته‌ی اخلاق رسیده است و کد ORCID پژوهشگر به شماره ۰۰۰۰-۰۰۰۱-۹۴۴۷-۱۴۲۵ است.

در ادامه به معرفی و توصیف ابزارهای استفاده شده در پژوهش حاضر مبادرت شده است.

مقیاس انعطاف‌پذیری خانواده: شاکری، پرسشنامه‌ی انعطاف‌پذیری خانواده را با اقتباس از الگوی مدور ترکیبی السون (Olson) طراحی کرد. مقیاس مذکوردارای ۱۶ ماده است و پاسخ‌ها بر اساس طیف ۵ درجه‌ای لیکرت (از ۵ برای کاملاً موافقم تا ۱ برای کاملاً مخالفم) تنظیم شده‌اند. پایایی و روایی این مقیاس در پژوهش شاکری بر روی ۴۸ آزمودنی مورد تأیید قرار گرفته است. همچنین، میزان پایایی با استفاده از روش آلفای کرونباخ معادل ۰/۸۹

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

گزارش گردیده است. نتیجه‌ی تحلیل عاملی نیز تنها یک عامل عمومی تحت عنوان انعطاف‌پذیری به دست داده است(۲۱). در پژوهش حاضر نیز که در انتهای جمع‌آوری اطلاعات برای محاسبه‌ی پایایی انجام شد، آلفای کرونباخ مورد استفاده قرار گرفت که ضریب آلفا ۰/۷۹ به دست آمد.

پرسشنامه‌ی ذهن‌آگاهی: ابزار مذکور توسط براون و رایان (Brown, & Ryan) تهیه شده است که دارای ۱۵ گویه است و پاسخ هر گویه بر اساس طیف شش درجه‌ای لیکرت تنظیم شده‌است و از (تقریباً همیشه) تا (تقریباً هرگز) نمره‌گذاری می‌شود. میزان پایایی این ابزار بین ۰/۸۲ تا ۰/۸۷ گزارش شده است. همچنین ضریب پایایی بازآزمایی نیز در فاصله‌ی زمانی یک‌ماهه، ثابت گزارش شده است(۷). همچنین این مقیاس در ایران توسط معنوی‌پور، باغداساریانس و خدایی ساخلو بر روی نمونه‌ی ۳۵۰ نفری از دانشجویان هنجاریابی شده است. در تحقیق مذکور به منظور محاسبه‌ی پایایی، روش آلفای کرونباخ به کار برده شده که میزان آلفا ۰/۸۵ به دست آمده است(۲۲). در مطالعه‌ی جاری، در انتهای جمع‌آوری اطلاعات برای محاسبه‌ی پایایی این ابزار از روش آلفای کرونباخ استفاده شد که ضریب آلفا ۰/۸۳ به دست آمد.

مقیاس تفکر انتقادی: این ابزار یک مقیاس خودسنجی است که سه مؤلفه‌ی خلاقیت، بلوغ شناختی و درگیری ذهنی را اندازه‌گیری می‌کند. مقیاس مذکور مشتمل بر ۳۳ گویه است و پاسخ‌ها در آن بر اساس طیف ۵ درجه‌ای لیکرت از تقریبا هرگز(۱) تا تقریبا همیشه(۵) نمره‌گذاری می‌شوند. در مطالعه‌ی ریکتس (Ricketts)، میزان پایایی این ابزار ۰/۸۶ گزارش گردیده است(۲۳). همچنین این مقیاس در ایران توسط پاک‌مهر، میردورقی، غنایی و کرمی بر روی دانشجویان هنجاریابی شده است. در تحقیق مذکور به منظور محاسبه‌ی پایایی، روش آلفای کرونباخ به کار برده شده که میزان آلفا ۰/۶۸ به دست آمده است. همچنین در تحقیق ایشان برای محاسبه‌ی پایایی کل از روش دو نیمه کردن سؤالات استفاده شده که میزان آن ۰/۷۰ گزارش شده است(۲۴). در پژوهش حاضر نیز در انتهای جمع‌آوری اطلاعات برای محاسبه‌ی پایایی این ابزار از روش آلفای کرونباخ استفاده گردید. ضریب آلفا ۰/۹۳ به دست آمد که نشان‌دهنده‌ی پایایی مطلوب این مقیاس است.

پرسشنامه‌ی سرزندگی تحصیلی: این ابزار یک مقیاس خودگزارش‌دهی است که توسط حسین‌چاری و دهقانی‌زاده تهیه گردیده است و دارای ۹ گویه است که پاسخ‌ها در هر گویه بر اساس طیف پنج درجه‌ای لیکرت از کاملا مخالفم (۱) تا کاملا موافقم (۵) نمره‌گذاری شده‌اند. ایشان به منظور بررسی ساختار عاملی (روایی سازه) پرسشنامه از تحلیل مؤلفه‌ی اصلی با چرخش متعامد واریماکس در سطح گویه استفاده کردند. در نهایت، نتایج نشان داد که یک عامل قابل استخراج است. میزان پایایی این پرسشنامه به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۷ گزارش شده است(۲۵). در تحقیق حاضر در انتهای جمع‌آوری اطلاعات برای محاسبه‌ی پایایی این ابزار روش آلفای کرونباخ مورد استفاده قرار گرفت که ضریب آلفا ۰/۸۴ معادل به دست آمد.

پرسشنامه‌ها توسط محققین بین دانشجویان پنج دانشکده و در داخل کلاس‌ها به صورت تصادفی و البته با هماهنگی اساتید محترم، توزیع شد. در ابتدا در مورد هدف پژوهش توضیح داده شد و پس از جلب رضایت دانشجویان به شرکت در پژوهش و اطمینان دادن به آن‌ها جهت محرمانه بودن اطلاعات فردی و اخذ رضایت کتبی، ایشان به صورت داوطلبانه در طرح شرکت کردند. به منظور رعایت ملاحظات اخلاقی از ذکر نام و نام خانوادگی دانشجو امتناع گردید. برای انجام تحلیل‌ها، نسخه‌ی نرم‌افزار SPSS-21 (IBM, Armonk, NY, USA) و آزمون ضریب همبستگی پیرسون و روش رگرسیون هم‌زمان به شیوه‌ی بارون و کنی (Baron, & Kenny)(۲۶)مورد استفاده قرار گرفت.

نتایج

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

از ٤٠٠ پرسشنامه‌ی توزیع شده در بین دانشجویان، ٣٧٥ پرسشنامه (٩٣/٧٥٪) تحلیل شد که از این تعداد ١٣٨ نفر پسر (٣٦/٨٪) و ٢٣٧ نفر دختر (٦٣/٢٪) بودند. از نظر توزیع فراوانی نمونه‌ها در دانشکده‌ها نیز ٩١ نفر دندان‌پزشکی (٢٤/٣٪)، ٥٦ نفر داروسازی (١٤/٩٪)، ٧٧ نفر پرستاری (٢٠/٥٪)، ٨١ نفر مامایی (٢١/٦٪) و ٧٠ نفر پزشکی (١٨/٧٪) بودند. به منظور ارائه‌ی تصویری واضح از ارتباط بین متغیرها، ضرایب همبستگی بین آن‌ها محاسبه گردید (جدول ١). علاوه بر این میانگین و انحراف معیار متغیرهای مورد مطالعه در همین قسمت گزارش شده‌است.

جدول ١: میانگین، انحراف معیار و ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرها	١	٢	٣	٤	میانگین و انحراف استاندارد	P
١) انعطاف‌پذیری	١				٥٢/١٠±٨/٤٨	<٠/٠١**
٢) ذهن‌آگاهی	٠/١٧**	١			٥٧/٢١±٦/٨٤	
٣) تفکر انتقادی	٠/٥٣**	٠/٣٥**	١		١١٨/٨٤±١١/٩٤	
٤) سرزندگی تحصیلی	٠/٢٣**	٠/٣٠**	٠/٣٩**	١	٣٠/١٠±٤/٦٤	

**سطح معناداری کمتر از یک صدم

همان‌طور که نتایج جدول ١ نشان می‌دهد، متغیرهای انعطاف‌پذیری خانواده ، ذهن‌آگاهی و تفکر انتقادی با سرزندگی تحصیلی رابطه‌ای مثبت دارند؛ بین انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی با تفکر انتقادی نیز همبستگی مثبتی وجود دارد. همچنین، میانگین و انحراف استاندارد متغیر انعطاف‌پذیری ٥٢/١٠±٨/٤٨، ذهن‌آگاهی ٥٧/٢١±٦/٨٤، تفکر انتقادی ١١٨/٨٤±١١/٩٤ و سرزندگی تحصیلی ٣٠/١٠±٤/٦٤ بود که حاکی از آن است میانگین‌ها در سطح مطلوبی قرار دارند.

به منظور بررسی رابطه‌ی بین انعطاف‌پذیری خانواده، ذهن‌آگاهی و سرزندگی تحصیلی با واسطه‌گری تفکر انتقادی از روش رگرسیون همزمان مطابق با مراحل پیشنهادی بارون و کنی (Baron, & Kenny)(٢٦) استفاده گردید. در نخستین گام، متغیرهای انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی به عنوان متغیرهای پیش‌بین و سرزندگی تحصیلی به عنوان متغیر ملاک وارد معادله‌ی رگرسیونی شدند. خلاصه‌ی نتایج این تحلیل در جدول ٢ ارائه شده است.

جدول ٢: نتایج تحلیل رگرسیون انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی بر سرزندگی تحصیلی

متغیر پیش‌بین	F	P	R	R^2	β	t	سطح معناداری
انعطاف‌پذیری	٨/٩٣	٠/٠٠١	٠/٣٦	٠/١٣	٠/٢٠	٢/٣٥	٠/٠٢
ذهن‌آگاهی					٠/٢٦	٣/٠٣	٠/٠٠٣

نتایج جدول ٢ حاکی از آن است که متغیرهای انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی، اثر مستقیم، مثبت و معناداری بر سرزندگی تحصیلی دارند.

در دومین مرحله از تحلیل، امکان پیش‌بینی تفکر انتقادی بر اساس انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی بررسی شد. به منظور بررسی اثر انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی بر تفکر انتقادی، این دو متغیر به عنوان متغیر پیش‌بین و تفکر انتقادی به عنوان متغیر ملاک وارد معادله شدند. شاخص‌های مختلف حاصل از تحلیل رگرسیون در

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

جدول ۳ ارائه شده‌است.

جدول۳: نتایج تحلیل رگرسیون انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی بر تفکر انتقادی

متغیر پیش‌بین	F	P	R	R^2	β	t	سطح معناداری
انعطاف‌پذیری	۲۷/۵۸	۰/۰۰۱	۰/۵۸	۰/۳۴	۰/۴۷	۵/۹۵	۰/۰۰۱
ذهن‌آگاهی					۰/۲۷	۳/۳۸	۰/۰۰۱

همانگونه که از نتایج جدول ۳ پیداست، متغیر انعطاف‌پذیری خانواده تأثیر مستقیم، مثبت و معناداری بر تفکر انتقادی دارد؛ همچنین یافته‌ها نشان می‌دهند که متغیر ذهن‌آگاهی به صورت مثبت و معنادار تفکر انتقادی را پیش‌بینی می‌کند.

در مرحله‌ی سوم، متغیرهای انعطاف‌پذیری خانواده، ذهن‌آگاهی و تفکر انتقادی به عنوان متغیرهای پیش‌بین و سرزندگی تحصیلی به عنوان متغیر ملاک مورد تحلیل قرار گرفتند. نتایج حاصل از این تحلیل در جدول ٤ گزارش شده است.

جدول۴: نتایج تحلیل رگرسیون انعطاف‌پذیری خانواده، ذهن‌آگاهی و تفکر انتقادی بر سرزندگی تحصیلی

متغیر پیش‌بین	F	P	R	R^2	β	t	سطح معناداری
انعطاف‌پذیری	۸/۵۸	۰/۰۰۱	۰/۴۴	۰/۲۰	۰/۰۲	۰/۲۳	N.S
ذهن‌آگاهی					۰/۱۷	۱/۸۸	N.S
تفکر انتقادی					۰/۳۶	۳/۳۴	۰/۰۰۱

به منظور بررسی نقش واسطه‌ای تفکر انتقادی در رابطه‌ی بین انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی با سرزندگی تحصیلی، نتایج به دست آمده از مراحل اول و سوم تحلیل رگرسیون با یکدیگر مقایسه گردید. با توجه به افزایش R^2، همزمان با کاهش معنادار ضرایب مسیر بتا در متغیرهای انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی از مرحله‌ی اول به سوم می‌توان گفت که تفکر انتقادی برای متغیرهای مذکور نقش واسطه‌ای ایفا می‌کنند. علاوه بر این، تفکر انتقادی که در این تحلیل به صورت همزمان با متغیرهای پیش‌بین وارد تحلیل رگرسیون شده بود نیز سرزندگی تحصیلی را پیش‌بینی کرد ($\beta = ۰/۳۶, P <۰/۰۰۱$).

بحث

هدف پژوهش حاضر، پیش‌بینی سرزندگی تحصیلی بر اساس انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی بود. در عین حال امکان واسطه‌گری تفکر انتقادی در روابط بین متغیرهای مذکور نیز مورد بررسی قرار گرفت. نتایج اولین گام پژوهش نشان داد که هر دو متغیر انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی پیش‌بینی‌کننده‌ی مثبت و معنادار سرزندگی تحصیلی هستند.

در تبیین این یافته می‌توان گفت خانواده‌هایی که به عنوان نهادی منعطف هستند و مبنایشان بر گفتمان، پاسخ‌گویی بالا و ایجاد خودمختاری است، شرایطی را بوجود می‌آورند که فرزندان بتوانند، عواطف و احساساتشان را ابراز کنند و به شرکت فعال و آزاد در بحث و تبادل نظر و تعامل در موضوعات متنوع بپردازند. فرزندان در این خانواده‌ها یاد می‌گیرند که چگونه به صورت مستقل با چالش‌ها و موانع روبه‌رو گردند و در برابر آن‌ها، انعطاف‌پذیری از خود نشان دهند و به تبع آن، از قدرت حل مسأله و انطباق و سازگاری بهتری بهره‌مند می‌گردند(۲۷). این یافته با نتایج تحقیقات رنجبر(٤) و امیر تیموری(٥) هم‌سو است.

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

همچنین نتایج تحلیل رگرسیونی حاکی از آن بود که ذهن‌آگاهی به صورت مثبت و معناداری سرزندگی تحصیلی را پیش‌بینی می‌کند. در تبیین این یافته می‌توان چنین استدلال کرد که ذهن آگاهی موجب افزایش شناخت فرد نسبت به خود، دیگران و موقعیت در زمان کنونی می‌گردد و فرد را از چالش‌های افکار و مشکلات به سمت آرامش و انعطاف‌پذیری بیش‌تر روانه می‌کند. افزایش سطح آگاهی، فرد را نسبت به شرایط خود هشیار نموده تا بتواند تحت هر شرایطی در زمان کنونی حضور داشته و از موقعیت به دست آمده در فعالیت‌های مختلفی که می‌تواند به عنوان راهبردهای مناسب در جهت سرزندگی شخص عمل کند، نهایت استفاده را داشته باشد. افرادی که ذهن‌آگاه هستند از دانش و بینش مناسبی در مورد فرایندهای شناختی و توانمندی‌های خود برخوردارند و همچنین راهبردهای مؤثر برخورد با تکالیف و استفاده از مهارت‌ها را در موقعیت‌های دشوار و ناخوشایند به کار می‌بندند(۲۸). با توجه به این که موقعیت‌های تحصیلی به عنوان یکی از محیط‌های پر چالش محسوب می‌شوند، ذهن‌آگاهی این امکان را برای افراد بوجود می‌آورد که از نشخوارهای فکری مداوم خودداری کنند و با موانع محیط تحصیلی به صورت کارآمد مواجه شوند(۲۹). این نتیجه با پژوهش‌های واکر و کوسیمولو (Walker, & Colosimo)(۸)، گاردنر- نیکس (Gardner-Nix)(۹)، و کیویت ـ استیجن (Kieviet-Stijnen) و همکاران(۱۰) هم‌خوانی دارد.

به منظور بررسی امکان پیش‌بینی تفکر انتقادی بر اساس انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی از تحلیل رگرسیون هم‌زمان استفاده شد. نتایج حکایت از آن داشتند که انعطاف‌پذیری خانواده اثری مثبت بر تفکر انتقادی دارد. در خانواده‌های منعطف، احتمال بیش‌تری وجود دارد که فرزندان در برخورد صحیح با عقاید مختلف احساس کفایت و شایستگی پیدا کنند(۲۷). این احساس شایستگی به اعضاء می‌آموزد تا با انعطاف بیش‌تری با دنیای پیچیده و در حال دگرگونی خود روبه‌رو گردند(۳۰) و دریچه‌ی ذهن خود را نسبت به آن گشوده نگه دارند. درواقع، هرچه انعطاف‌پذیری خانواده بالاتر و شرایطی دموکراتیک در خانواده حکم‌فرما باشد، زمینه‌ای مناسب‌تر برای رشد تفکر انتقادی افراد فراهم می‌شود. این یافته هم‌راستا با نتایج تحقیقات سپهوند، و همکاران(۱۳) و کوئستن (Koesten) و همکاران(۱٤) است.

از طرف دیگر یافته‌های پژوهش نشان دادند که ذهن‌آگاهی نیز تفکر انتقادی را به صورت مثبت و معنادار پیش‌بینی می‌کند. در تبیین این یافته می‌توان بدین نکته اشاره کرد، افرادی که از ذهن آگاهی بالایی برخوردارند، دانش و بینش مناسبی در مورد فرایندهای شناختی و توانمندی‌های خود دارند، در نتیجه بهتر می‌توانند اقدامی مثبت در جهت رفع نقاط ضعف خود بردارند و همچنین راهبردهای مؤثر برخورد با تکالیف و استفاده از مهارت‌ها را به‌کار بگیرند(۳۱). از آنجا که تفکر انتقادی به عنوان یک مهارت قلمداد می‌گردد، ذهن‌آگاهی این امکان را برای افراد فراهم می‌آورد که افراد در شرایط سخت و دشوار زندگی، تصورات و راه‌حل‌های قالبی، خودمحور و مبتنی بر تجربیات شخصی و محدود را کنار گذاشته و با طرح سؤالات منطقی و بازبینی مداوم راه‌حل‌های ممکن به تصمیم‌های هوشمندانه و منطقی دست یابند(۳۲). این یافته با پژوهش‌های نون (Noone) و همکاران(۱۵) و هرندون (Herndon)(۱٦) هم‌خوان است.

هدف اساسی پژوهش بررسی نقش واسطه‌گری تفکر انتقادی در رابطه‌ی بین انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی با سرزندگی تحصیلی بود. نتایج نشان داد که تفکر انتقادی به عنوان یک متغیر واسطه‌ای بین انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی با سرزندگی تحصیلی نقش ایفا می‌کند. علاوه بر این، نتایج پژوهش نشان دادند که تفکر انتقادی به صورت مستقیم نیز بر سرزندگی تحصیلی دانشجویان تأثیری مثبت داشته است. در تبیین این یافته، می‌توان بدین واقعیت اشاره نمود که تفکر انتقادی موجب می‌شود که افراد فعالانه درگیر

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

چالش‌های زندگی شوند و در مواجهه با مسائل، تمام راه‌حل‌های ممکن را به بوته‌ی آزمون بگذارند و بیش از آن که با روش معین و قالبی مسائل را بررسی کنند با اتخاذ دیدگاهی جامع و تیزبینانه و با واکاوی مسایل از زوایای مختلف به تصمیم‌های خلاقانه‌ای دست یابند. چنانچه این فرایند برخورد با شرایط چالش برانگیز با انتخاب راه‌حل‌های درست به‌طور متوالی در بستر زندگی افراد وجود داشته باشد، مقاومت آنان در شرایط مختلف زندگی افزایش می‌یابد. این مهم به نوبه‌ی خود، موجبات افزایش رضایت، خرسندی، انگیزه‌ی قوی و درنتیجه سرزندگی بهتر در برابر موقعیت‌های متفاوت زندگی از جمله موقعیت‌های تحصیلی می‌گردد(۳۳). این یافته با پژوهش‌های نعیمی، آشفته، و طالبی(۱۷)، مسلمی، قمی و محمدی(۱۸) و راست‌جو، سپهر، و زندوانیان(۱۹) هم‌سویی دارد.

با توجه به این که مشارکت‌کنندگان در تحقیق حاضر دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کرمان را شامل می‌شدند، در جهت تعمیم نتایج آن به جمعیت‌های دیگر، مطلوب است که جوانب احتیاط را در نظر داشت. همچنین، تکرار پژوهش‌های مشابه با تحقیق حاضر در جامعه‌های آماری متفاوت دیگر و گروه‌های نمونه‌ی متنوع‌تری از جمله دانشجویان دختر و پسری که در مقاطع مختلف و رشته‌های متفاوت تحصیل می‌کنند و بررسی‌ها به شکل طولی و در یک فاصله‌ی زمانی منطقی نیز می‌تواند افق دید وسیع‌تری را در مورد تعمیم نتایج پدید آورد.

به دلیل اهمیتی که سرزندگی تحصیلی در زندگی روزانه‌ی افراد دارد، پیشنهاد می‌گردد در پژوهش‌های آینده به مطالعه‌ی بیش‌تر پیشایندهای تأثیرگذار بر آن و نیز پیامدهای این سازه در زندگی اشخاص پرداخته شود. همچنین، شیوه‌ی اساسی جمع‌آوری اطلاعات در این پژوهش مبتنی بر پرسشنامه و روش تحقیق به کار برده شده به صورت کمی بوده است؛ گرچه چنین شیوه‌هایی در بیش‌تر پژوهش‌ها غالب بوده اما پیشنهاد می‌گردد که مطالعات آینده از شیوه‌هایی مختلف برای جمع‌آوری اطلاعات و روش‌های تحقیق کیفی و آمیخته نیز برای فهم عمیق‌تر رابطه‌ی میان متغیرهای خانوادگی و روان‌شناختی استفاده کنند.

لازم به ذکر است، با توجه به این که پژوهشگر، تحقیقی در ارتباط بین متغیرهای انعطاف‌پذیری، ذهن‌آگاهی، تفکر انتقادی و سرزندگی تحصیلی به طور هم‌زمان نیافت، پژوهش انجام شده گامی در جهت پر کردن شکاف‌های علمی محسوب می‌شود. لذا این مطالعه می‌تواند در امر برنامه‌ریزی آموزشی، آموزش والدین، مدرسان و تعیین سایر عناصر تعلیم و تربیت مؤثر واقع شود.

نتیجه‌گیری

نتایج، اثر مستقیم انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی را بر سرزندگی تحصیلی و تفکر انتقادی و همچنین تفکر انتقادی را بر سرزندگی تحصیلی مورد تأیید قرار داد. همچنین یافته‌ها حاکی از آن بود که تفکر انتقادی نقش واسطه‌ای بین انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی با سرزندگی تحصیلی ایفا می‌کند. بنابراین، انعطاف‌پذیری خانواده و ذهن‌آگاهی با افزایش تفکر انتقادی موجبات سرزندگی تحصیلی در دانشجویان و رویارویی آنان با چالش‌ها و عوامل استرس‌زای تحصیلی را فراهم می‌آورند.

قدردانی

از تمامی دانشجویان محترمی که نهایت همکاری را در تکمیل پرسشنامه‌ها داشتند، صمیمانه تقدیر و تشکر می‌نماییم.

منابع

1. Martin AJ, Marsh HW. Academic buoyancy: Towards an understanding of students' everyday academic resilience. Journal of School Psychology. 2008; 1(46): 53-83.

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

2. Olson DH. Circumplex model of marital & family systems. Journal of Family Therapy. 2000; 22(2): 144-167.
3. Birshak B, (Translator). [Adaptation in Family Psychology]. Satir V, (Author). 9th ed. Tehran: Roshd; 2017. [Persian]
4. Ranjbar M. [The mediating role of goal orientation in the relationship between family cohesion and flexibility and academic resilience] [dissertation]. Shiraz: Shiraz University; 2013. [Persian]
5. Amir Teymuri A. [The effect of family cohesion and flexibility on children's perfectionism and happiness]. [dissertation]. Shiraz: Shiraz University; 2011. [Persian]
6. Emanuel AS, Updegraff JA, Kalmbach AD, Ciesla JA. The role of mindfulness facets in affective forecasting. Personality and Individual differences. 2010; 49(7): 815-818.
7. Brown KW, Ryan RM. The benefits of being present: mindfulness and its role in psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology. 2003; 84(4): 822-848.
8. Walker L, Colosimo K. Mindfulness, self-compassion and happiness in non-meditators: A theoretical and empirical examination. Personality and Individual Differences. 2011; 50(2): 222-227.
9. Gardner-Nix J. Mindfulness-based Stress reduction for chronic pain management. In: Didonna F, editors. Clinical handbook of mindfulness. New York: Springer; 2009: 81-369.
10. Kieviet-Stijnen A, Visser A, Garssen B, Hudig W. Mindfulness-based stress reduction training for oncology patients: patients' appraisal and changes in well-being. Patient Education and Counseling. 2008; 72(3): 436-42.
11. Elder L, Paul R. Critical Thinking: The Nature of Critical and Creative Thought. Journal of Developmental Education. 2007; 30(3): 36-48.
12. Allah Karami A, Aliabadi Kh. [The role of creativity in the prediction of critical thinking and happiness]. Innovation and creativity in human science. 2012; 2(2): 49-70. [Persian]
13. Sepahvand E, Shehni Yailagh M, Ali Pour Birgani S, Behruzi N. Testing a Model of Causal Relationships of Family Communication Patterns, Metacognition and Personality Traits with Critical Thinking Disposition, Mediated by Epistemic Beliefs of Female High School Students in Ahvaz. International Journal of Psychology. 2018; 12(1): 50-80.
14. Koesten J, Schrodt P, Ford DJ. Cognitive flexibility as a mediator of family communication environments and young adult's well-being. Health Commun. 2009; 24(1): 82-94.
15. Noone C, Bunting B, Hogan MJ. Does mindfulness enhance critical thinking? Evidence for the mediating effects of executive functioning in the relationship between mindfulness and critical thinking. Frontiers in Psychology. 2016; 6: 1-16.
16. Herndon F. Testing mindfulness with perceptual and cognitive factors: external vs. internal encoding, and the cognitive failures questionnaire. Personality and Individual Differences. 2008; 44(1): 32-41.
17. Naeimi A, Ashofte MH, Talebi R. [The study of relationship between academic self-efficacy with self concept and critical thinking in students].Counseling Culture and Psychotherapy. 2016; 7(26): 27-44. [Persian]
18. Moslemi Z, Ghomi M, Mohammadi D. [The Relationship between Critical Thinking Skills with Mental Health and Academic Achievement of Qom University of Medical Sciences Students]. Journal of Medical Education Development. 2016; 9(23): 90-101. [Persian]
19. Rastjoo S, Sepehr H, Zandvanian A. [Critical Thinking Dispositions and relationship: Academic performances among master's degree students at Yazd University]. Journal of Higher Education Letter. 2016; 9(34): 171-189. [Persian]
20. Krejcie RV, Morgan DW. Determining Sample Size for Research Activities. Educational and Psychological Measurement. 1970; 30: 607-610.
21. Shakeri Sh. [The Effect of Family Flexibility on Mental Health of High School Students in Shiraz] [dissertation]. Shiraz: Shiraz University; 2003. [Persian]
22. Manavipour D, Baghdasarianc A, Khodaee sakhlo S. Psychometric properties of the mindfulness inventory. Journal of Industrial/Organization Psychology. 2014; 4(17): 49-56. [Persian]
23. Ricketts JC. The efficacy of leadership development, critical thinking dispositions and student academic performance on the critical thinking skills of selected youth leaders. [dissertation]. Gainesville, Florida: University of Florida; 2003.
24. Pakmehr H, Mirdoragi F, Ghanaei A, Karami M. [Reliability, Validity and Factor Analysis of Ricketts'

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

Critical Thinking Disposition Scales in High School]. Educational Measurement. 2013; 4(11): 33-54. [Persian]
25. Dehghanizadeh MH, HosseinChari M,Moradi M, Soleymani Khashab AA. [Academic Buoyancy and Perception of Family Communication Patterns and Structure of Class: The Mediatory Role of Self-Efficacy Dimensions]. Educational Psychology. 2014; 10(32): 1-30. [Persian]
26. Baron RM, Kenny DA. The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations. Journal of Personality and Social Psychology. 1986; 51(6): 1173-1182.
27. Fitzpatrick MA, Koerner AF. Family communication schemata: Effects on children's resiliency: Honoring Jack M. McLeod. In :Dunwoody S, Becker LB, McLeod D, Kosicki G, editors. The evolution of key mass communication concepts: Honoring Jack M. McLeod. New York: Hampton Press; 2005: 113-136.
28. Britton WB, Shahar B, Szepsenwol O, Jacobs WJ. Mindfulness-based cognitive therapy improves emotional reactivityto social stress: results from a randomized controlled trial. Journal of Behavior Therapy. 2012; 43(2): 365-80.
29. Keye MD, Pidgeon AM. Investigation of the relationship between resilience, mindfulness, and academic self-efficacy. Open Journal of Social Sciences. 2013; 1(6): 1-4.
30. Behzadi B, Sarvghad S. [The Relationship between Family Flexibility and Identity Styles with the Mediating Role of Critical Thinking Dispositions in Adolescent Girls]. Woman and Family Studies. 2012; 4(15): 63-80. [Persian]
31. Keng SL, Smoski MJ, Robins CJ. Effects of mindfulness on psychological health: a review of empirical studies. Clinical Psychology Review. 2011; 31(6): 1041-1056.
32. Thompson RW, Arnkoff DB, Glass CR. Conceptualizing mindfulness and acceptance as components of psychological resilience to trauma. Trauma Violence Abuse. 2011; 12(4): 220-35.
33. Tarkhan M. [Effectiveness of Group Critical Thinking Training on the Social Self-efficacy and Resilience]. Social Cognition. 2014; 2(2): 100-110. [Persian]

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]

The Mediating Role of Critical Thinking between Family Flexibility and Mindfulness with Academic buoyancy

Elham Soltani Benavandi[1], Ghasem Askarizadeh[2]

Abstract

Introduction: *Academic buoyancy as one of the positive psychological structures can be affected by family and psychological factors. Family flexibility among the family factors and mindfulness and critical thinking among the psychological factors affect academic buoyancy. Thus, this study endeavors to explore the academic buoyancy on the basis of family flexibility and mindfulness mediated by critical thinking.*
Methods: *This study was a correlation regression analysis. In this study, 400 students who were randomly from Kerman University of Medical Sciences by multi-stage cluster sampling responded to questionnaires about family flexibility, mindfulness, critical thinking and academic buoyancy. Then, the data were analyzed by Pearson correlation coefficient and multiple regression according to Baron and Kenny's steps.*
Results: *The results of multiple regression analysis according to Baron and Kenny's steps revealed that the family flexibility (β = 0/20, P > 0/02) and mindfulness (β = 0/26, P > 0/003) are positive predictors of academic buoyancy. On the other hand, family flexibility (β = 0/47, P > 0/001) and mindfulness (β = 0/27, P > 0/001) predict critical thinking positively and meaningfully. Moreover, the findings showed that critical thinking predicts academic buoyancy positively (β = 0/36, P > 0/001). Finally, the results suggested that critical thinking plays a mediating role in the relationship between family flexibility and mindfulness with academic buoyancy.*
Conclusion: *Family flexibility and mindfulness with increased critical thinking provide academic buoyancy for students and their exposure to academic stressors.*

Keywords: family flexibility, mindfulness, critical thinking, academic buoyancy.

Addresses:
[1.] (✉) MA, Educational Psychology, Psychology Department, Literature & Human Sciences Faculty, Shahid Bahonar University, Kerman, Iran. Email: alham_s1992@yahoo.com
[2.] Associate Professor, Psychology Department, Literature & Human Sciences Faculty, Shahid Bahonar University, Kerman, Iran. Email: askarizadeh@uk.ac.ir

[Downloaded from ijme.mui.ac.ir on 2026-10-30]