

Prediction of Students Psychological Well-being based on Multicultural Experiences

Mohammadreza Yousef Zadeh ¹, Davoud Mirzaie ^{2,*}, Hanieh Hassani ³

¹ Associate Professor of Curriculum Studies, Department of Education, Bu-Ali Sina University, Hamadan, Iran

² PhD of Curriculum Studies, Department of Education, Bu-Ali Sina University, Hamadan, Iran

³ MA Student of Clinical Psychology, Department of Psychology, Azad Islamic University, Hamadan Branch, Hamadan, Iran

Received: 11 Jan 2019

Accepted: 04 Feb 2019

Keywords:

Multicultural Experience

Multicultural Desire

Psychological Well-being

PhD Students

© 2019 Baqiatallah University of
Medical Sciences

Abstract

Introduction: The purpose of this study was to prediction of students psychological well-being based on multicultural experiences among students of Ph.D. University of Bu Ali Sina, To achieve this goal, was used a descriptive correlational study.

Methods: The statistical population of this study is the Ph.D. students of Bu Ali Sina University in the academic year of 96-97 With 854 people what using a stratified sampling method, 269 people were selected using Morgan's table. Information Collection Tool was Narvaez and Hill multicultural experiences questionnaire (2009) and Ryff psychological well-being questionnaire (1998). For data analysis, Pearson correlation and stepwise regression methods have been used.

Results: The results of this study showed that there is a positive and significant relationship between multicultural experiences. Also, multicultural experience alone Explain the 17 hundredth of the variance of psychological well-being and with Multicultural desire explains the hundredth of the variance of psychological well-being.

Conclusions: In the first step Entered multicultural experience and has a meaningful and positive coefficient (0.418) and in the second step entered the multicultural desire in Equation and also has a meaningful and positive coefficient (0.196).

پیش بینی بهزیستی روان‌شناختی دانشجویان بر اساس تجربه چند فرهنگی

محمد رضا یوسف‌زاده^۱، داود میرزایی^{۲*}، هانیه حسینی^۳

^۱ دانشیار برنامه‌ریزی درسی، گروه علوم تربیتی، دانشگاه بوعلی‌سینا، همدان، ایران

^۲ دکتری برنامه‌ریزی درسی، گروه علوم تربیتی، دانشگاه بوعلی‌سینا، همدان، ایران

^۳ دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد همدان، همدان، ایران

چکیده

مقدمه: هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه تجربه چند فرهنگی با بهزیستی روان‌شناختی در بین دانشجویان دکتری دانشگاه بوعلی سینا بوده است.

روش کار: روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی بود. جامعه آماری این پژوهش دانشجویان دکتری دانشگاه بوعلی سینا در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ با تعداد ۸۵۴ نفر بودند که به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای نسبتی و با استفاده از جدول مورگان ۲۶۹ نفر انتخاب شد. ابزار جمع‌آوری اطلاعات پرسشنامه تجربه‌های چند فرهنگی ناروز و هیل (۲۰۰۹) و پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی ریف (۱۹۹۸) بود. جهت تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش از روش آماری همبستگی پیرسون و رگرسیون گام‌به‌گام استفاده شده است.

یافته‌ها: نتایج پژوهش نشان داد که بین تجربه‌های چند فرهنگی و بهزیستی روان‌شناختی رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد، همچنین تجربه چند فرهنگی به‌تنهایی ۱۷ صدم از واریانس بهزیستی روان‌شناختی را تبیین می‌کند و با تمایل فرهنگی حدود ۲۰ صدم از واریانس بهزیستی روان‌شناختی را تبیین می‌کند.

نتیجه‌گیری: در گام اول تجربه چند فرهنگی وارد شده است و ضریب معنادار و مثبت (۰/۴۱۸) دارد و در دومین گام تمایل چند فرهنگی وارد معادله شده است و ضریب نیز معنی‌دار و مثبت (۰/۱۹۶) است.

تاریخ دریافت: ۱۳۹۷/۱۰/۲۱

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۷/۱۱/۱۵

واژگان کلیدی:

تجربه چند فرهنگی
تمایل چند فرهنگی
بهزیستی روان‌شناختی

تمامی حقوق نشر برای دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله (عج) محفوظ است.

مقدمه

می‌شود [۹]. تاکون مدل‌هایی مانند مدل جاهودا (Jahoda)، مدل بهزیستی روان‌شناختی ذهنی داینر (Dainer)، مدل ۶ عاملی بهزیستی روان‌شناختی ریف و مدل خودمختاری رایان (Ryan) و دسی (Deci) تدوین شده است [۱۰]. در دیدگاه Ryff (۲۰۱۴) بهزیستی به معنای تلاش برای استعلا و ارتقا است که در تحقق استعدادها و توانایی‌های فرد متجلی می‌شود. بنا به تعریف وی بهزیستی روان‌شناختی از ۶ عامل پذیرش خود (Self-acceptance)، رابطه مثبت با دیگران (Positive relation with other)، خودمختاری (Autonomy)، زندگی هدفمند (Purpose in life)، رشد شخصی (Persona growth) و تسلط بر محیط (Environmental mastery) تشکیل شده است [۱۱، ۱۲]؛ بنابراین احساس بهزیستی دربرگیرنده احساس انسجام و پیوستگی در زندگی، تعادل عاطفی و رضایت کلی از زندگی است و به معنای قابلیت یافتن تمام استعدادهای فرد است [۱۳]. افراد در صورتی که از بهزیستی روان‌شناختی بالایی برخوردار باشند، تجربه‌های خوشایند بیشتری را ادراک می‌کنند و کمتر از عواطف ناخوشایند رنج می‌برند [۱۴]. بهزیستی روان‌شناختی توسط بسیاری از عوامل می‌تواند ایجاد و یا تقویت شود. یکی از عواملی که در تقویت بهزیستی روانی می‌تواند نقش داشته باشد، تجربه چند فرهنگی فرد است. انسان‌ها ذاتاً نسبت به یکدیگر برتر یا پست‌تر نیستند؛ آن‌ها فقط متفاوت هستند که صاحب‌نظران آن را نگرش نسبی‌گرایی فرهنگی می‌نامند [۱۵]. الگوهای

بهزیستی به کارکرد و تجربه روان‌شناختی بهینه اشاره دارد [۱] که انواع مختلفی دارد: بهزیستی ذهنی، هیجانی، اجتماعی، معنوی و بهزیستی روان‌شناختی [۲] و می‌توان یک مثلث شامل سه بعد روانی (ذهنی)، جسمانی (عینی) و اجتماعی (رابطه‌ای) را برای آن مطرح نمود [۳]. به طور کلی بهزیستی دارای دو بخش شناختی و عاطفی است: بعد شناختی بهزیستی، یعنی ارزیابی شناختی افراد از تراز رضایت از زندگی و بعد عاطفی تراز برخورداری از بیشینه عاطفه مثبت و کمینه منفی است [۴]. در سالهای اخیر گروهی از پژوهشگران حوزه‌ی سلامت روانی با بهره‌گیری از مفاهیم روانشناسی مثبت‌نگر، رویکرد نظری و پژوهشی متفاوتی برای تبیین و مطالعه‌ی این مفهوم برگزیده‌اند و سلامت روانی را معادل کارکرد مثبت روان‌شناختی تلقی و آن را در قالب اصطلاح «بهزیستی روان‌شناختی» مفهوم‌سازی کرده‌اند [۵]. Sagone and Caroli (۲۰۱۴) بهزیستی روان‌شناختی را به عنوان یکسری از ویژگی‌های روان‌شناختی دخیل در کارکرد مثبت انسان می‌دانند [۶]. Cripps and Zyromski (۲۰۰۹) معتقدند بهزیستی روان‌شناختی به طور کلی به ارزیابی هر فرد از معنی زندگی خود اشاره دارد [۷]. بنابر این بهزیستی روان‌شناختی از ابعاد روان‌شناختی و عاطفی است که سبب شکوفایی و کامیابی افراد می‌شود [۸] و به کیفیت تجربه‌شده‌ی زندگی اشاره می‌کند و منعکس‌کننده عملکرد و تجربه روان‌شناختی مطلوب است که به‌عنوان رشد استعدادهای واقعی هر فرد تعریف

مرتبط هستند [۲۴]. تحقیقات انجام شده در زمینه موضوع نشان می‌دهد هریک از متغیرهای پژوهش حاضر مورد بررسی قرار گرفته‌اند، اما با توجه به اثر تجربه چند فرهنگی بر بهزیستی روان شناختی، تاکنون رابطه‌ی این دو متغیر مورد بررسی قرار نگرفته است؛ از سوی دیگر با توجه به نقش سلامت روانی افراد جامعه مخصوصاً افراد تحصیل کرده در پیشرفت جامعه، در زمینه بررسی تجربه چند فرهنگی و بهزیستی روانشناختی دانشجویان دکتری خلاء پژوهشی وجود دارد و پژوهشگر در این پژوهش بر آن است تا بررسی نماید که آیا تجربه چند فرهنگی قادر به پیش‌بینی بهزیستی روان شناختی دانشجویان است یا خیر؟ در نتیجه این پژوهش درصد پاسخ‌گویی به موارد زیر است:

- ۱- میزان تجربه چند فرهنگی و بهزیستی روان شناختی دانشجویان چقدر است؟
- ۲- بین تجربه‌های چند فرهنگی با ابعاد بهزیستی روان شناختی رابطه وجود دارد.
- ۳- بین تمایل چند فرهنگی و ابعاد بهزیستی روان شناختی رابطه وجود دارد.
- ۴- تا چه میزان بهزیستی روانشناختی بر اساس تجربه فرهنگی قابل پیش بینی است؟

روش کار

روش پژوهش توصیفی از نوع مطالعات همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش را دانشجویان دکتری دانشگاه بوعلی سینا در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ تشکیل می‌دهند که در مجموع ۸۵۴ نفر بودند و به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای نسبتی، با استفاده از جدول مورگان ۲۶۹ نفر انتخاب شد.

از بین افراد نمونه ۹۵ نفر زن و ۱۷۴ مرد بودند. همچنین از نمونه انتخابی دانشکده کشاورزی با ۷۴ نفر (۲۷٫۵ درصد) بیشترین سهم و دانشکده پیرا دامپزشکی با ۲ نفر (۰٫۷ درصد) کمترین سهم را در نمونه انتخابی داشتند. ابزار جمع‌آوری اطلاعات پرسشنامه تجربه‌های چند فرهنگی ناروز و هیل (۲۰۰۹) و پرسشنامه بهزیستی روان شناختی ریف (۱۹۹۸) بود. جهت تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش نیز از روش آماری همبستگی پیرسون و رگرسیون گام‌به‌گام استفاده شده است.

پرسشنامه تجربه‌های چند فرهنگی

پرسشنامه تجارب چند فرهنگی یک مقیاس خود سنجی با دو عامل و ۱۵ آیتم است که برای سنجش تجربه و نگرش چند فرهنگی طراحی شده است. اندیکات، بوک و ناروز (۲۰۰۳) در یک نسخه قدیمی پرسشنامه تجربه چند فرهنگی را ارائه داده‌اند [۲۵] و در این نسخه ناروز و هیل (۲۰۰۹) دو عامل و ۱۵ آیتم را نام می‌برند [۲۴]. دو خرده مقیاس اصلی عبارت‌اند از: ۱- زیر مقیاس تجربه چند فرهنگی نشان‌دهنده تعداد تجارب چند فرهنگی است که شخص داشته است. ۲- زیر مقیاس تمایل چند فرهنگی نشان‌دهنده تلاش یا تمایل فرد برای افزایش تجربیات چند فرهنگی است. تجربه چند فرهنگی ۹ گویه و تمایل چند فرهنگی ۶ گویه دارد که بر اساس طیف لیکرت از ۱ تا ۵ نمره گذاری می‌شود و حداقل نمره ۱۵ و حداکثر نمره ۷۵ می‌باشد و هر چه فرد نمره بالاتری بگیرد نشان‌دهنده تجربه چند فرهنگی بیشتر است (نقطه برش ۴۵). آلفای کرونباخ به دست آمده در این مطالعه

زیادی از تفاوت‌های فرهنگی وجود دارد. Harris, Moran and Moran (۲۰۰۴) چهارچوب مفیدی از ده معیار برای تفاوت فرهنگی را ارائه می‌دهند: (۱) احساس خود و فضا (۲) ارتباط و زبان، (۳) لباس و ظاهر، (۴) عادات غذا و تغذیه، (۵) آگاهی زمان و زمان، (۶) روابط، (۷) ارزش‌ها و هنجارها، (۸) باورها و نگرش‌ها، (۹) یادگیری و (۱۰) عادات کار و عمل [۱۶]. جهان در جستجوی تعادل بین مفاهیم ملی و بین‌المللی، محلی و جهانی است زیرا جمعیت کشورها دارای قومیت، نژاد و زبان‌های متفاوت هستند [۱۷]. این امر توجه به مسائل مربوط به تجربه چند فرهنگی را به وجود آورده است. تجربه چند فرهنگی به زمان صرف شده در فرهنگ دیگر، تعامل با افراد دیگر فرهنگ‌ها گفته می‌شود [۱۸]. Pedersen (۱۹۹۹) بیان می‌کند که تجربه چند فرهنگی یک نیروی در حال ظهور در روانشناسی است که به مسائل انسانی، رفتارگرایی و روان‌شناسی گرایش دارد [۱۹]. در مواجهه با افزایش تنوع و جهانی‌شدن، روانشناسان خواستار استفاده از مهارت‌های چند فرهنگی در حوزه‌های آموزش و پژوهش بوده‌اند [۲۰]. تجارب چند فرهنگی به فرد اجازه می‌دهد تا افراد با دیدگاه‌هایی که با فرهنگ بومی در تضاد است، روبرو شوند و این تجربیات می‌تواند منجر به تعدیل در تفکر، گسترش دیدگاه و انعطاف‌پذیری شناختی شود [۲۱]. رشد شناختی معمولاً زمانی اتفاق می‌افتد که یک فرد با ایده‌های جدید مواجه شود، به‌طور قابل‌ملاحظه‌ای با افراد مختلف متفاوت باشد یا رفتارهای جدیدی را انجام دهد [۲۲]. تجربه متقابل فرهنگی به‌طور معمول موجب تقویت توانایی‌های بین فرهنگی، از جمله انعطاف‌پذیری شناختی و رفتاری، همدلی، باز بودن به تجربیات جدید و تحمل می‌شود [۲۳]. یک موضوع مشترک بین رشد اخلاقی و اثرات تجارب چند فرهنگی، بهبود کیفیت دیدگاه و دنیای گسترده‌تر است [۲۴]. تجربیات چند فرهنگی با ارتقاء تفکر انعطاف‌پذیر به رشد اخلاقی کمک می‌کند [۲۵]. Fowers and Richardson (۱۹۹۶) بیان می‌کنند که چند فرهنگی، نشانه «جنبش اخلاقی» است که به دنبال «ارتقای شأن، حقوق و ارزش‌های شناخته‌شده گروه‌های حاشیه‌ای» است [۲۶]. افراد با تجربیات چند فرهنگی از طریق درک چالش‌ها، درک خود را از دیدنی‌هایشان به دست می‌آورند و به افزایش تحمل و کاهش تعصبات دست می‌یابند [۲۷]. ناروز و هیل (۲۰۰۹) دو بعد برای تجربه چند فرهنگی نام می‌برند که شامل: ۱- تجربه چند فرهنگی، نشان‌دهنده تعداد تجارب چند فرهنگی است که شخص داشته است و ۲- تمایل چند فرهنگی، نشان‌دهنده تلاش یا تمایل فرد برای افزایش تجربیات چند فرهنگی است [۲۴]. چندین طرح تحقیقاتی اثر تجربیات چند فرهنگی را نشان داده و اثرات مثبت را برای شرکت‌کنندگان در مقایسه با گروه کنترل از نظر نگرش، رشد شناختی و توسعه مهارت‌ها نشان داده است [۲۸]. Brummett, Wade, Ponterotto, Thombs & Lewis (۲۰۰۷) در پژوهشی رابطه بین بهزیستی روان شناختی و شخصیت‌های چند فرهنگی را مورد بررسی قرار داده‌اند و نشان دادند که برخورداری از شخصیت‌های چند فرهنگی با بهزیستی روان شناختی و و اجتماعی ارتباط مثبتی دارد [۲۹]. هم‌چنین Narvaez and Hill (۲۰۱۰) روابط تجربه چند فرهنگی را با قضاوت اخلاقی مورد بررسی قرار داده‌اند و نشان دادند که تجربیات چند فرهنگی به‌طور مثبت با معیارهای قضاوت اخلاقی و ذهنیت‌های رشد

جهت بررسی پایایی برای زیر مقیاس تجربه چند فرهنگی (۰/۸۸) و برای تمایل چند فرهنگی (۰/۸۳) به دست آمد.

جدول ۱: درصد فراوانی و تعداد نمونه پژوهش به تفکیک دانشکده

دانشکده	تعداد جامعه	درصد	تعداد نمونه	جنسیت
علوم	۱۲۸	۱۵	۴۰	زن ۱۴، مرد ۲۶
فنی و مهندسی	۹۳	۱۰٫۹	۲۹	زن ۱۱، مرد ۱۸
ادبیات و علوم انسانی	۱۲۱	۱۴٫۲	۴۰	زن ۱۳، مرد ۲۷
پیرا دامپزشکی	۷	۸	۲	زن ۱، مرد ۱
شیمی	۱۳۴	۱۵٫۷	۴۲	زن ۱۵، مرد ۲۷
هنر و معماری	۴۸	۵٫۶	۱۵	زن ۵، مرد ۱۰
تربیت بدنی و علوم ورزشی	۳۹	۴٫۶	۱۲	زن ۵، مرد ۷
کشاورزی	۲۳۶	۲۷٫۶	۷۴	زن ۲۵، مرد ۴۹
اقتصاد و علوم اجتماعی	۴۸	۵٫۶	۱۵	زن ۶، مرد ۹
مجموع	۸۵۴	۱۰۰	۲۶۹	زن ۹۵، مرد ۱۷۴

به دست آمده برای پذیرش خود (۰/۹۳)، ارتباط مثبت با دیگران (۰/۹۱)، خودمختاری (۰/۸۶)، تسلط بر محیط (۰/۹۰)، هدفمندی در زندگی (۰/۹۰) و رشد شخصی (۰/۸۷) است (میکائیلی منیع، ۲۰۰۹).

یافته‌ها

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از شاخص‌های آمار توصیفی و با توجه به اجرای آزمون لوین و تأیید برابری واریانس‌ها و اجرای آزمون کلموگراف اسمیرنف و تأیید نرمال بودن داده‌ها و همچنین رعایت دیگر پیش‌فرض‌های آزمون پارامتریک از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون گام‌به‌گام استفاده شده است. در این بخش میزان میزان بهزیستی روان شناختی و تجربه چند فرهنگی دانشجویان همراه با زیر مؤلفه‌های آنها آورده شده است.

پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی

برای سنجش بهزیستی روان‌شناختی، از پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی ریف (۱۹۹۸) که توسط میکائیلی منیع (۲۰۰۹) در ایران هنجاریابی شده است استفاده شد. این پرسشنامه دارای سؤال ۸۴ سؤال و هر ۱۴ سؤال به یک زیرمجموعه اختصاص یافته است و روی هم‌رفته دارای ۶ زیرمجموعه است که عبارت‌اند از: پذیرش خود، هدفمندی در زندگی، رشد شخصی، داشتن ارتباط مثبت با دیگران، تسلط بر محیط و خودمختاری. در یک مقیاس شش درجه‌ای از کاملاً موافق (نمره ۶) تا کاملاً مخالف (نمره ۱) نمره گذاری می‌شود. بالاترین نمره در این پرسش نامه ۵۰۴ و کمترین نمره ۸۴ (نقطه برش ۲۹۴) می‌باشد. نمره بالاتر نشان دهنده میزان بهزیستی روان شناختی بیشتر است. آلفای کرونباخ

جدول ۲: میزان بهزیستی روان شناختی و تجربه چند فرهنگی دانشجویان

زیر مؤلفه	میانگین نمونه	انحراف استاندارد	تعداد
تجربه چند فرهنگی			
تجربه چند فرهنگی	۳۱٫۲۳	۱۰٫۳۸	۲۶۹
تمایل چند فرهنگی	۲۵٫۷۸	۱۱٫۹۷	۲۶۹
جمع	۵۶٫۵۵	۱۸٫۴۷	۲۶۹
بهزیستی روان شناختی			
پذیرش خود	۵۴٫۶۷	۶٫۳۵	۲۶۹
هدفمندی در زندگی	۵۵٫۵۷	۱۰٫۵۹	۲۶۹
رشد شخصی	۵۳٫۵۷	۸٫۶۷	۲۶۹
ارتباط مثبت با دیگران	۵۵٫۷۸	۹٫۵۸	۲۶۹
تسلط بر محیط	۵۲٫۴۴	۹٫۸۵	۲۶۹
خودمختاری	۵۲٫۹۶	۹٫۴۶	۲۶۹
جمع	۳۲۴٫۹۹	۳۵٫۴۷	۲۶۹

شناختی ۳۲۴٫۹۹ (از ۵۰۴) می‌باشد که ارتباط مؤثر با دیگران با میانگین ۵۵٫۷۸ (از ۸۴) دارای بیشترین میانگین و تسلط بر محیط با میانگین ۵۲٫۴۴ (از ۸۴) دارای کمترین میانگین بود. نتایج به دست آمده از زیر مقیاس‌های بهزیستی روان‌شناختی با

همانطور که در جدول ۲ مشاهده می‌شود، میانگین زیر مؤلفه تجربه چند فرهنگی ۳۱٫۲۳ (از ۴۵) و تمایل چند فرهنگی ۲۵٫۷۸ (از ۳۰) است و در کل تجربه چند فرهنگی دارای میانگین ۵۶٫۵۵ (از ۷۵) می‌باشد. همچنین میانگین بهزیستی روان

بین پذیرش خود با تمایل فرهنگی ۰/۳۵ است که در سطح ۰/۰۱ معنی در است. همبستگی بین هدفمندی در زندگی با تمایل فرهنگی ۰/۳۲ است که در سطح ۰/۰۱ معنی در است. همبستگی بین رشد شخصی با تمایل فرهنگی ۰/۳۱ است که در سطح ۰/۰۱ معنی در است. همبستگی بین ارتباط مثبت با دیگران با تمایل فرهنگی ۰/۳۱ است که در سطح ۰/۰۱ معنی در است. همبستگی بین تسلط بر محیط با تمایل فرهنگی ۰/۳۸ است که در سطح ۰/۰۱ معنی در است. همبستگی بین خودمختاری با تمایل فرهنگی ۰/۳۲ است که در سطح ۰/۰۱ معنی در است.

زیر مقیاس‌های چند فرهنگی نیز نشان می‌دهد که همبستگی بین پذیرش خود با تجربه فرهنگی ۰/۴۱ است که در سطح ۰/۰۱ معنی در است. همبستگی بین هدفمندی در زندگی با تجربه فرهنگی ۰/۳۹ است که در سطح ۰/۰۱ معنی در است. همبستگی بین رشد شخصی با تجربه فرهنگی ۰/۴۲ است که در سطح ۰/۰۱ معنی در است. همبستگی بین ارتباط مثبت با دیگران با تجربه فرهنگی ۰/۳۸ است که در سطح ۰/۰۱ معنی در است. همبستگی بین تسلط بر محیط با تجربه فرهنگی ۰/۳۷ است که در سطح ۰/۰۱ معنی در است. همبستگی بین خودمختاری با تجربه فرهنگی ۰/۴۰ است که در سطح ۰/۰۱ معنی در است. همبستگی

جدول ۳: همبستگی تجربه چند فرهنگی با بهزیستی روان‌شناختی

مؤلفه‌ها	تجربه چند فرهنگی		تمایل فرهنگی	
	تعداد	همبستگی	تعداد	همبستگی
پذیرش خود	۲۶۹	۰,۴۱	۲۶۹	۰,۳۵
هدفمندی در زندگی	۲۶۹	۰,۳۹	۲۶۹	۰,۳۲
رشد شخصی	۲۶۹	۰,۴۲	۲۶۹	۰,۳۱
ارتباط مثبت با دیگران	۲۶۹	۰,۳۸	۲۶۹	۰,۳۱
تسلط بر محیط	۲۶۹	۰,۳۷	۲۶۹	۰,۳۸
خودمختاری	۲۶۹	۰,۴۰	۲۶۹	۰,۳۲

**معنی در سطح ۰,۰۱ * معنی‌دار در سطح ۰/۰۵

برای بررسی این موضوع که تا چه اندازه تجربه چند فرهنگی می‌تواند بهزیستی روان‌شناختی را پیش‌بینی کند از رگرسیون خطی گام‌به‌گام استفاده شد. برای بررسی پیش‌شرط‌های انجام آزمون رگرسیون با استفاده از هیستوگرام یا نمودار P-P باقیمانده بررسی فرض نرمال بودن عبارت خطا مورد استفاده قرار گرفت که توزیع خطاها نرمال بود. برای تشخیص هم‌خطی نیز از ضریب تحمل یا تولرانس استفاده شد. نتایج نشان داد مقدار تولرانس متغیرهای پیش‌بین کمتر از ۰/۱ نیست بنابراین از مفروضه چند هم خطی تخطی نشده است. به‌منظور بررسی استقلال خطاها از یکدیگر از آزمون دوربین واتسون استفاده شد که نتایج نشان داد آماره دوربین واتسون برابر با ۱/۶۵ است که نشان از استقلال باقیمانده‌ها است؛ بنابراین فرض عدم وجود همبستگی بین خطاها پذیرفته می‌شود؛ بنابراین با توجه به رعایت پیش‌فرض‌های آزمون پارامتریک برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون گام‌به‌گام استفاده شده است.

جدول ۴: نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیره با استفاده از روش گام‌به‌گام

پیش‌بینی	F	R	R ²	B	Beta
۱	۴۱,۸۴	۰,۴۱۸	۰,۱۷۰	-	-
تجربه چند فرهنگی	-	-	-	۰,۴۱۹	۰,۴۱۸
۲	۲۵,۶۵	۰,۴۵۵	۰,۱۹۹	-	-
تجربه چند فرهنگی	-	-	-	۰,۳۳۹	۰,۳۳۸
تمایل چند فرهنگی	-	-	-	۰,۱۷۸	۰,۱۹۶

مثبت (۰,۴۱۸) دارد و در دومین گام تمایل چند فرهنگی وارد معادله شده است و ضریب نیز معنی‌دار و مثبت است.

بحث

نتایج به دست آمده نشان داد، میانگین زیر مؤلفه تجربه چند فرهنگی ۳۱,۲۳ (از ۴۵) و تمایل چند فرهنگی ۲۵,۷۸ (از ۳۰) است و در کل تجربه چند فرهنگی دارای میانگین ۵۶,۵۵ (از ۷۵) می‌باشد. همچنین میانگین بهزیستی روان‌شناختی ۳۲۴,۹۹ (از

نتایج تحلیل رگرسیون چند متغیره با استفاده از روش گام‌به‌گام نشان داد که مقدار F معنی‌دار است. ضریب تعیین در گام اول ۱۷۰؛ و در گام دوم ۱۹۹. حاصل شده است، به عبارت دیگر تجربه چند فرهنگی به‌تنهایی ۱۷ صدم از واریانس بهزیستی روان‌شناختی را تبیین می‌کند و با تمایل فرهنگی حدود ۲۰ صدم از واریانس بهزیستی روان‌شناختی را تبیین می‌کند. همچنین در گام اول تجربه چند فرهنگی وارد شده است و ضریب معنادار و

ترشح هورمون اکسی توسین و منجر به خلق مثبت و تسکین تنیدگی می‌شود. بنابر این روابط مثبت با دیگران بر بهزیستی روانشناختی و حتی سلامت جسمانی اثر گذار است. Seligman (۲۰۱۱) نیز که بی تردید از نظریه پردازان مطرح معاصر در قلمرو روانشناسی مثبت نگر است، با تأکید بر بهزیستی در مسیر خودشکوفایی، پنج عامل کلیدی هیجان مثبت، مجذوبیت، زندگی بامعنا، روابط مثبت و دستاوردها را مؤثر در رسیدن به شادکامی و داشتن زندگی خوب و رضایتبخش معرفی کرد و در این میان روابط مثبت با دیگران به عنوان مؤلفه ایی از تجربه چند فرهنگی به چشم می‌خورد و اهمیت روابط و تعاملات اجتماعی را نشان می‌دهد [۳۰]. با توجه به تحقیقات انجام شده، نژادپرستی یا تبعیض نژادی که به طور آشکار و ناآشکار بر اقلیت‌های قومی و نژادی اعمال می‌شود، اثر عمیقی بر سازگاری روان- شناختی آن‌ها باقی می‌گذارد. استرس‌های وابسته به نژاد، می‌توانند منجر به اضطراب و افسردگی شوند. به علاوه استرس‌های مرتبط با نژاد به طور منفی بر رضایت از زندگی و کیفیت زندگی اثر می‌گذارد. نژاد پرستی و تبعیض علیه اقلیت‌های قومی و نژادی بر بهزیستی روان- شناختی و سلامت روان آنها نیز اثر گذاشته و استرس را تسهیل می‌کند [۳۱] و این امر می‌تواند نشان دهنده عدم تعاملات فرهنگی و قوم گرایی منفی باشد.

نتیجه‌گیری

می‌توان با ارائه تجربیات چند فرهنگی و تعاملات فرهنگی در بین افراد، تبعیض نژادی را کاهش داد و صمیمیت و سلامت روانی را در بین افراد به وجود آورد. در نتیجه تجربه چند فرهنگی عاملی درونی در بهزیستی روان شناختی می‌باشد که اگر در تحصیل مورد توجه قرار گیرد می‌تواند سلامتی روانی جامعه را بوجود آورد. تجربیات چند فرهنگی را می‌توان از طریق آموزش چند فرهنگی تسهیل کرد که از طریق برنامه درسی عملیاتی خواهد شد. با توجه به نتایج پژوهش مبنی بر اینکه افراد در زمینه تمایل چند فرهنگی علاقه و تمایل خود را به این امر نشان داده‌اند و تجربه چند فرهنگی قادر به پیش بینی بهزیستی روانشناختی است می‌توان زمینه آن را با اقداماتی از جمله پذیرش بیشتر دانشجویان خارجی، همکاری‌های علمی دانشجویان داخلی با اساتید و دانشجویان دیگر کشورها، دعوت از اساتید و دانشجویان خارجی برای حضور در سمینارهای دانشگاهی و استفاده از تجربیات آنها و همکاری‌های علمی بین رشته ایی (پژوهش بین رشته‌ای) در سطح کشور جهت استفاده و آشنایی با اندیشه‌های نو، ایجاد کرد. همچنین با توجه به اثر تجربه چند فرهنگی بر بهزیستی روانشناختی می‌توان از مقطع ابتدایی بر اساس قدرت یادگیری و نقش پذیری کودکان در این سنین، از طریق آموزش‌های چند فرهنگی و ایجاد زمینه‌های تجربه چند فرهنگی به بهزیستی روان شناختی آنها در زندگی کمک کرد.

۵۰۴) می‌باشد که ارتباط مؤثر با دیگران با میانگین ۵۵٫۷۸ (از ۸۴) دارای بیشترین میانگین و تسلط بر محیط با میانگین ۵۲٫۴۴ (از ۸۴) دارای کمترین میانگین بود. همچنین بین زیر مقیاس‌های بهزیستی روان‌شناختی و زیر مقیاس‌های چند فرهنگی رابطه مثبت وجود دارد و تجربه چند فرهنگی می‌تواند بهزیستی روان‌شناختی را پیش‌بینی نماید. در این راستا Paige (۱۹۹۶) بیان می‌دارد تجربه چند فرهنگی موجب انعطاف پذیری شناختی و رفتاری، همدلی، باز بودن به تجربیات جدید و تحمل می‌شود [۲۳]. Narvaez, D. & Hill (۲۰۱۰) و Endicott, Bock and Narvaez, (۲۰۰۳) نیز رابطه رشد اخلاقی و تجرب چند فرهنگی را نشان داده‌اند [۲۴، ۲۵]. همچنین Zuniga, Nagda, Chesler and Cytron-Walker (۲۰۰۷) نقش تجربیات چند فرهنگی را در رشد شناختی و مهارت‌ها نشان داده‌اند [۲۸]. Fowers and Richardson (۱۹۹۶) معتقد است تجربه چند فرهنگی، به دنبال ارتقای شأن، حقوق و ارزش‌های گروه‌های حاشیه‌ای است [۲۶]. تجربیات چند فرهنگی باعث می‌شود افراد بدبینی‌هایشان را بفهمند و در جهت رفع تعصبات گام بردارند زیرا کمک می‌کند افراد بدانند انسان‌ها ذاتاً نسبت به یکدیگر برتر یا پست‌تر نیستند؛ آن‌ها فقط متفاوت هستند. دنیای امروز ناگزیر از پذیرش تنوع جهانی شدن است و این امر توجه به تجربه چند فرهنگی را موجب شده است. تجارب چند فرهنگی باعث می‌شود دیدگاه‌ها، علایق، سلیقه‌ها و در کل تنوع اجتماعی محترم شمرده شود تا افراد در جامعه بتوانند به درک تفاوت‌ها نائل شوند و وجود فرهنگ‌ها را امری طبیعی و البته زیبا ببینند و سعی نمایند با بودن در کنار یکدیگر به جامعه‌ای بهتر کمک نمایند و با این کار بهزیستی روان‌شناختی و سلامت روانی را ایجاد کنند؛ همان‌گونه که Piaget (۱۹۵۲) معتقد بود رشد شناختی معمولاً زمانی اتفاق می‌افتد که فرد با ایده‌های جدید مواجه شود، با افراد متفاوت باشد یا رفتارهای جدیدی را انجام دهد. این تجربیات موجب عدم تعادل شناختی می‌شود که منجر به تغییر در الگوهای پاسخ می‌شود، مانند ساختارها یا طرح‌های مفهومی [۲۲]. بهزیستی روانشناختی ویژگی‌های روانشناختی دخیل در کارکرد مثبت انسان هستند که ارزیابی هر فرد از معنی زندگی خود را نشان می‌دهد و ایجاد بهزیستی روانی برای افراد جامعه از ضروریات محسوب می‌شود که نظام آموزشی با ایجاد تجربیات چند فرهنگی می‌تواند از نظر روانی در سلامت افراد جامعه نقش مهمی را ایفا نماید؛ زیرا ارتباط با دیگران یکی از منابع مهم بهزیستی روانشناختی در همه جوامع انسانی است. برقراری ارتباط، به عنوان نیاز اساسی عاملی مؤثر در زندگی هر انسان و از ارکان اصلی بهزیستی، نقش مهمی در سلامتی روان شناختی افراد دارد. در روان شناسی تحولی نیز داشتن روابط با دیگران و احساس صمیمیت با آنها از عوامل مهم و تأثیر گذار بر بهزیستی روان شناختی است. برقراری ارتباط که به نوعی از ویژگی‌های تجربه چند فرهنگی محسوب می‌شود، در نظریه ریف به معنای برقراری روابط پایدار و رضایت بخش، توجه به بهزیستی دیگران، همدردی و عطوفت و صمیمیت با دیگران است. ریف در پژوهش‌های خود نشان می‌دهد روابط مثبت با دیگران بر کنش‌های فیزیولوژیک نیز مؤثر است و موجب

References

- Ryan RM, Deci EL. On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annu Rev Psychol.* 2001;52:141-66. doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.141 pmid: 11148302
- Sadatti F, Multaft G. [Psychometric Indexes of Psychological Well-being Scale in High School Students in Gypsy Schools: Reliability, Validity and Factor Structure]. *J Educ Meas.* 2017;7(27):103-19.
- Salehi Amiri A, Seyah Alborzi H. [The Effect of Social Security (Financial Security) on the Psychological of Well-being, Social and Physical Women in District 12 of Tehran]. *J Soc Secur Stud.* 2016;3:20-46.
- Eid M, Larsen RJ. *The science of subjective well-being*: Guilford Press; 2008.
- Bagheri M, Tahmasian K, Mazaheri MA. [The Effectiveness of Conscious Mindfulness Consolidated Parenting Program and Parent Management Training on Children's Psychological Wellbeing]. *QJ Clini Psychol.* 2018;8(30):1-26.
- Sagone E, Elvira De Caroli M. A Correlational Study on Dispositional Resilience, Psychological Well-being, and Coping Strategies in University Students. *Am J Educ Res.* 2014;2(7):463-71. doi: 10.12691/education-2-7-5
- Pang H. Exploring the beneficial effects of social networking site use on Chinese students' perceptions of social capital and psychological well-being in Germany. *Int J Intercult Relat.* 2018;67:1-11. doi: 10.1016/j.ijintrel.2018.08.002
- Linley PA, Joseph S. Positive change following trauma and adversity: a review. *J Trauma Stress.* 2004;17(1):11-21. doi: 10.1023/B:JOTS.0000014671.27856.7e pmid: 15027788
- Unternaehrer E, Greenlaw K, Hari Dass S, Chen LM, Bouvette-Turcot AA, Cost K, et al. Intergenerational transmission of well being—genetic and epigenetic mechanisms. *Eur Psychiatry.* 2017;41:S29-S30. doi: 10.1016/j.eurpsy.2017.01.146
- Mirzayi S, S N, E Ni, Samaavi SAW. [Developing a Psychological Well-Being Model Based on Nahjulbalaghe's Approaches]. *QJ Couns Psychother.* 2018;9(34):1-26.
- Ryff CD. Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychother Psychosom.* 2014;83(1):10-28. doi: 10.1159/000353263 pmid: 24281296
- Mota NP, Medved M, Hiebert-Murphy D, Whitney D, Sareen J. Negotiating home base: Narratives of psychological well-being among female military members. *Health Place.* 2018;50:105-11. doi: 10.1016/j.healthplace.2018.01.005 pmid: 29414421
- Yadav G. *Parenting and Healthy Family Structure*: Red'shine Publication; 2017.
- Sotoudeh H, Shakrininia I, Ghasemi Jubneh R, Khairati M, Hosseini Sediq MS. [The Role of Family Health and Spiritual Health in Psychological Well-being of Nurses]. *J Med Hist.* 2015;7(25):161-84.
- Banks JA. Diversity, Group Identity, and Citizenship Education in a Global Age. *J Educ.* 2017;194(3):1-12. doi: 10.1177/002205741419400302
- Harris PR, Moran RT. *Managing cultural differences: Global leadership strategies for the 21st century*: Routledge; 2004.
- Gay G, Dingus JE, Jackson CW. *The presence and performance of teachers of color in the profession*. Washington, DC: National Collaborative on Diversity in the Teaching Force, 2003.
- Gurin P, Nagda BA, Lopez GE. The benefits of diversity in education for democratic citizenship. *J Soc Issues.* 2004;60(1):17-34.
- Pedersen P. *Multiculturalism as a fourth force*. Philadelphia: Brunner/Mazel. Piaget, J. (1954). *Construction of reality in the child*. London: Routledge & Kegan Paul; 1999.
- Sue DW, Bingham RP, Porche-Burke L, Vasquez M. The diversification of psychology: a multicultural revolution. *Am Psychol.* 1999;54(12):1061-9. pmid: 15332527
- Narvaez D, Endicott L. *Nurturing character in the classroom*. EthEx Series, Book; 2009.
- Piaget J, Cook M. *The origins of intelligence in children*. New York: International University Press; 1952.
- Ward C, Landis D, Bhagat R. *Handbook of intercultural training*. Thousand Oaks, California: Sage Publications; 1996.
- Narvaez D, Hill PL. The relation of multicultural experiences to moral judgment and mindsets. *J Divers Higher Educ.* 2010;3(1):43-55. doi: 10.1037/a0018780
- Endicott L, Bock T, Narvaez D. Moral reasoning, intercultural development, and multicultural experiences: relations and cognitive underpinnings. *Int J Intercult Relat.* 2003;27(4):403-19. doi: 10.1016/s0147-1767(03)00030-0
- Fowers BJ, Richardson FC. Why is multiculturalism good? *Am Psychol.* 1996;51(6):609-21. doi: 10.1037/0003-066x.51.6.609
- Roccas S, Brewer MB. Social Identity Complexity. *Pers Soc Psychol Rev.* 2016;6(2):88-106. doi: 10.1207/s15327957pspr0602_01
- Zúñiga X, Zuniga X, Nagda BRA, Chesler M, Cytron-Walker A. *Intergroup Dialogue in Higher Education: Meaningful Learning About Social Justice*: ASHE Higher Education Report. John Wiley & Sons, 2007 0787995797 Contract No.: 4.
- Brummett BR, Wade JC, Ponterotto JG, Thombs B, Lewis C. Psychosocial Well-Being and a Multicultural Personality Disposition. *J Couns Dev.* 2007;85(1):73-81. doi: 10.1002/j.1556-6678.2007.tb00446.x
- Seligman M. Flourish: a visionary new understanding of happiness and well-being. *Policy.* 2011;27(3):60-1.
- Urizar GG, Jr., Sears SF, Jr. Psychosocial and cultural influences on cardiovascular health and quality of life among Hispanic cardiac patients in South Florida. *J Behav Med.* 2006;29(3):255-68. doi: 10.1007/s10865-006-9050-y pmid: 16724281