



The Multiple Relationships between Hope and Psychological Well-Being in Adolescent Girls with War Anxiety

Elham Amini¹, Yasaman Kordi^{2*}, Maryam EslamiKalantari³

¹ Master of Science in Curriculum Management, Principal of Imam Hossein Ardakan School, Ardakan Education Organization, Yazd, Iran

² Master of Psychology, Counselor of Imam Hossein Ardakan School, Ardakan Education Organization, Yazd, Iran

³ Master of Science in Curriculum Management, Deputy Director of Education, Imam Hossein Ardakan School, Ardakan Education Organization, Yazd, Iran

* **Corresponding Author:** msih.402.sol@gmail.com

Received: 2026-08-09

Accepted: 2026-08-21

Publication: 2026-08-29

Abstract

During wartime, attention to adolescents' well-being is considered an important aspect of mental health. The present study aimed to examine the multiple relationships between hope and psychological well-being among adolescent girls experiencing war anxiety. The statistical population consisted of female adolescents studying in schools in Ardakan. Using a voluntary sampling method, 150 participants were selected and completed the War Anxiety Questionnaire (Shomali & Barkhordari, 2025), the Psychological Well-Being Scale (Ryff, 1989), and the Hope Scale (Snyder et al., 1991). Data were analyzed using Pearson correlation and simultaneous multiple regression with SPSS version 28. The results indicated a significant positive relationship between hope and its dimensions and the psychological well-being of adolescent girls ($p < .001$). Furthermore, multiple regression analysis confirmed that hope significantly predicts psychological well-being ($p < .001$). The findings highlight the importance of hope in enhancing adolescents' psychological well-being and may inform the development of effective psychological interventions.

Keywords: War, Hope, Psychological well-being, War anxiety, Adolescent girls

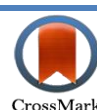
© 2026 A New Approach To School Education (NASE)



This work is published under CC BY-NC 4.0 license.

© 2022 The Authors.

How to Cite This Article: Kordi, Y & et al. (2026). The Multiple Relationships between Hope and Psychological Well-Being in Adolescent Girls with War Anxiety. *NASE*, 1(2): 17-25.





روابط چندگانه امیدواری و بهباشی روانی در نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ

الهام امینی^۱، یاسمن کردی^{۲*}، مریم اسلامی کلانتری^۳

^۱ کارشناسی ارشد مدیریت برنامه‌ریزی درسی، مدیر مدرسه امام حسین اردکان، سازمان آموزش و پرورش اردکان، یزد، ایران

^۲ کارشناسی ارشد روانشناسی، مشاور مدرسه امام حسین اردکان، سازمان آموزش و پرورش اردکان، یزد، ایران

^۳ کارشناسی ارشد مدیریت برنامه‌ریزی درسی، معاون پرورشی مدرسه امام حسین اردکان، سازمان آموزش و پرورش اردکان، یزد، ایران
* نویسنده مسئول: msih.402.sol@gmail.com

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۵/۰۵/۱۸ تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۵/۰۵/۳۰ تاریخ چاپ مقاله: ۱۴۰۵/۰۶/۰۷

چکیده

در جنگ، توجه به مسأله بهباشی نوجوانان یکی نکات مهم بهداشت روانی به شمار می‌رود. پژوهش حاضر با هدف بررسی روابط چندگانه امیدواری و بهباشی روانی در نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ انجام شد. جامعه آماری شامل نوجوانان دختر مدارس اردکان بود. از طریق روش نمونه‌گیری دواطلبانه، ۱۵۰ نفر به عنوان نمونه انتخاب و به پرسشنامه‌های اضطراب جنگ (شمالی و برخورداری، ۱۴۰۴)، بهزیستی روانشناختی (ریف، ۱۹۸۹) و امیدواری (اسنایدر و همکاران، ۱۹۹۱) پاسخ دادند. برای تحلیل داده‌ها از روش همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان با استفاده از نرم‌افزار SPSS28 بهره گرفته شد. نتایج نشان داد که بین امیدواری و ابعاد آن و بهباشی روانی نوجوانان دختر یک رابطه مثبت و معنادار وجود دارد ($P < 0/001$). همچنین، تحلیل رگرسیون چندگانه تأیید کرد که امیدواری در پیش‌بینی بهباشی روانی نقش معنی داری دارد ($P < 0/001$). نتایج این تحقیق تأکید بر اهمیت امید به زندگی در افزایش بهزیستی روانشناختی نوجوانان دارد و می‌تواند در طراحی مداخلات روانشناختی مؤثر مورد استفاده قرار گیرد.

واژگان کلیدی: جنگ، امیدواری، بهباشی روانی، اضطراب جنگ، نوجوانان دختر

تمامی حقوق نشر برای مجله رویکردی نو بر آموزش مدارس محفوظ است.

شیوه استناد به این مقاله: امینی، الهام؛ کردی، یاسمن؛ اسلامی کلانتری، مریم. (۱۴۰۵). روابط چندگانه امیدواری و بهباشی روانی در نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ. *مجله رویکردی نو بر آموزش مدارس*، ۱(۲): ۱۷-۲۵.

مقدمه

جنگ پدیده‌ای چندبعدی و ویرانگری است که فراتر از خسارات نظامی و تخریب زیرساخت‌های یک جامعه، بنیان‌های اجتماعی، فرهنگی و روان‌شناختی جوامع از جمله محیط‌های تحصیلی و دانشگاهی را نیز دستخوش آسیب‌های گسترده می‌سازد و افت تمرکز تحصیلی و تضعیف امید به آینده را به دنبال داشته باشد (Lagrange, 2026). تهدیدات نظامی با افزایش معنادار

مشکلات روان‌شناختی از جمله اضطراب جنگ همراه است (گلی گرمخانی، امیری، گل محمدیان، ۱۴۰۴؛ پور پورسید آقایی، تشکری موحد و قاسمی نیائی، ۱۴۰۴)؛ که به‌عنوان پاسخی چندبعدی به تهدیدها، تصاویر و اخبار مرتبط با درگیری‌های نظامی تعریف شده و مؤلفه‌های شناختی، فیزیولوژیک و رفتاری را دربر می‌گیرد (شمالی احمدآبادی و برخورداری احمدآبادی، ۱۴۰۴). ترس مداوم از ناامنی و نگرانی درباره خود و خانواده

2025; Mancini, Özal, Biolcati, Trombini & Petrides, 2024; Kim, Kim, Park, Song, Lee, Kim, & Park, 2024). از سوی دیگر، امیدواری^۲ یکی از مؤلفه‌های کلیدی در بهبازی روانی است که می‌تواند نقش مهمی در بهبود وضعیت دختران دارای اضطراب جنگ ایفا کند (Rasimus, Rosti-Otajärvi, & Koskinen, 2023). امیدواری به عنوان یک مفهوم برای نخستین بار توسط Snyder معرفی شد و به نوعی نگرش ذهنی اشاره دارد که به تمایل کلی فرد برای انتظار نتایج مثبت در زندگی مرتبط می‌شود (Snyder, 2000). نقش امیدواری در پیش‌بینی بهبازی روانی، به ویژه در مورد نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. مطالعات نشان داده‌اند که افرادی که خوش‌بینی بیشتری دارند، معمولاً تجربه سطوح کمتری از پریشانی روانی را از سر می‌گذرانند و قادر به سازگاری بهتری با آسیب‌های خود هستند. این توانایی به نوبه خود به بهبود کیفیت زندگی آنها کمک می‌کند (Nierop-van Baalen, Grypdonck, Van Hecke, & Verhaeghe, 2020). برقراری ارتباط میان امیدواری و سطوح بالاتر رضایت از زندگی، همچنین سطوح پایین‌تر مشکلات روانی در بیماران، نشان می‌دهد که تقویت امیدواری در بحران‌هایی چون جنگ ممکن است به عنوان یک عامل حفاظتی در برابر پیامدهای منفی روان‌شناختی ناشی از آسیب‌های پیچیده و تغییردهنده زندگی عمل کند (Salimi, Zadeh Fakhar, Hadizadeh, Akbari, Izadi, MohamadiRad, ... & Hoseini, 2022). افزون بر این، مطالعات پیشین نشان داده‌اند که افراد امیدوار به احتمال زیاد در برنامه‌های مشاوره شرکت می‌کنند و در طول زمان، فعالیت‌ها و دستاوردهای بیشتری در زمینه استقلال عملکردی از خود نشان می‌دهند (Befecadu, Perrenoud, Behaghel, Jaques, Pautex, Rodrigues & Larkin, 2022). این امر بر اهمیت نقشی که امیدواری در ارتقای تاب‌آوری و سازگاری مثبت با چالش‌های ناشی از تروماهایی چون جنگ می‌کند، تأکید دارد. بسیاری از نتایج مطالعات مختلف نیز به وضوح از رابطه مثبت بین امیدواری و بهبازی روانی حمایت کرده‌اند (جعفری، تجلی، قنبری پناه، شهریاری احمدی، ۱۴۰۲؛ Bandieri, Borelli, Bigi, Mucciari, Gilioli, Ferrari, ... & Potenza, 2024; Tran, Khoury, Chau, Van Pham, Dang, Ngo, ... & Le Dao, 2024).

درک عوامل روان‌شناختی مؤثر بر بهبازی روانی نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ برای ارائه مراقبت‌های بهداشتی و روان‌شناختی و حمایت مؤثر از این گروه آسیب‌پذیر ضروری است. با وجود تحقیقات گسترده در زمینه نوجوانان، هنوز درک کاملی از نقش امیدواری در بهبازی روانی این گروه در شرایط جنگ وجود ندارد. مطالعات نشان داده‌اند که امیدواری می‌تواند

می‌تواند ابعاد شناختی اضطراب جنگ را تداوم بخشیده و به چرخه‌های پایدار افکار ناکارآمد منجر شود (Aldabbour, El-Jamal, Abuabada, Al-Dardasawi, Abusedo, Abu Daff, ... & Dardas, 2025).

نوجوانی یکی از حساس‌ترین و سرنوشت‌سازترین مراحل رشد انسان است که با دگرگونی‌های گسترده جسمانی، عاطفی و اجتماعی همراه می‌شود (خدابخش و قادری، ۱۴۰۳). در این دوره، نوجوانان با مجموعه‌ای از چالش‌های تحولی از جمله فشارهای اجتماعی، نیاز به پذیرش در میان همسالان و تغییر در الگوهای تعامل خانوادگی مواجه هستند (Pine, Baumann, Modugno, & Compas, 2024). در چنین شرایطی، عوامل محیطی و تجربه‌های آسیب‌زا، به‌ویژه رویدادهایی مانند جنگ، می‌توانند این چالش‌ها را تشدید کرده و زمینه بروز مشکلات روان‌شناختی، از جمله اضطراب جنگ، را فراهم سازند (شمالی و برخورداری، ۱۴۰۴). پژوهش‌ها نشان می‌دهد که دختران نوجوان در مقایسه با پسران بیشتر تحت تأثیر انتظارات اجتماعی، هنجارهای فرهنگی و الگوهای ارتباطی منفی قرار می‌گیرند؛ شرایطی که می‌تواند به افزایش احساس ناامیدی، کاهش عزت‌نفس و شکل‌گیری خودکم‌بینی در آنان منجر شود (اسماعیلی، منادی و محسن پور، ۱۴۰۳). همچنین شواهد پژوهشی حاکی از آن است که میزان تجربه پریشانی روان‌شناختی در دختران به طور متوسط حدود دو برابر پسران گزارش شده است (Zhou, Wei & Xue, 2024). این تفاوت‌ها می‌تواند تحت تأثیر عواملی مانند حساسیت هیجانی بیشتر، فشارهای اجتماعی مضاعف و نقش‌های جنسیتی حاکم بر جامعه باشد که دختران در فرایند اجتماعی‌شدن خود تجربه می‌کنند. در مقابل، پسران غالباً هیجان‌های خود را از طریق شیوه‌هایی همچون بروز خشم یا رفتارهای پرخطر ابراز می‌کنند؛ امری که ممکن است باعث شود نشانه‌های افسردگی و پریشانی روانی در آنان کمتر آشکار شود (Arnison, Evans, Schrooten, Persson & Palermo, 2024).

بر اساس آنچه گفته شد نوجوانان و بخصوص دختران نوجوان ممکن است طیف وسیعی از مشکلات روان‌شناختی از جمله افسردگی و ناامیدی را در شرایط جنگ متحمل شوند و این ویژگی می‌تواند بر بهبازی روانی^۱ تأثیر منفی داشته باشد (Golfam, Hosseinian & Abdollahi, 2024). بهبازی روانی به عنوان یک حالت مثبت از سلامت روان و کیفیت زندگی تعریف می‌شود که شامل عناصر مختلفی همچون خودآگاهی، هدف‌مندی در زندگی و روابط مثبت با دیگران است (Ryff & Singer, 2008). در سال‌های اخیر، توجه به بهبازی روانی به ویژه در گروه‌های آسیب‌پذیر مانند نوجوانان افزایش یافته است (Panda, Sastry, Ludam, Padhy & Chandra, 2024).

به ذکر است که پژوهش حاضر با موازین دینی و فرهنگی آزمودنی‌ها و جامعه هیچگونه تضاد و تداخلی نداشته و به این ملاحظات به‌طور جدی توجه شده است.

اضطراب جنگ: مقیاس اضطراب جنگ شمالی و برخورداری (۱۴۰۴)، ابزاری خودگزارشی ۱۵-گویه‌ای است که برای سنجش سطوح اضطراب مرتبط با تهدیدات و درگیری‌های نظامی در بزرگسالان ایرانی (سنین ۱۸ تا ۶۰ سال) طراحی و اعتباریابی شده و بر پایه رویکرد داده‌بنیاد کیفی و تحلیل عاملی کمی ساختار یافته است؛ این مقیاس شامل سه زیرمقیاس جسمی (۷ گویه: تمرکز بر علائم فیزیولوژیکی مانند تپش قلب و اختلالات خواب)، روانی-شناختی (۶ گویه: تمرکز بر افکار و احساسات منفی مانند ترس مداوم و افکار مزاحم) و رفتاری (۲ گویه: تمرکز بر رفتارهای اجتنابی/اجباری مانند چک کردن اخبار) است و پاسخ‌ها بر اساس طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (۱=هرگز، ۲=به ندرت، ۳=گاهی، ۴=اغلب، ۵=همیشه) نمره‌گذاری می‌شوند. نمرگذاری برای بعد جسمی شامل سوالات ۱، ۲، ۳، ۴، ۱۱، ۱۲، ۱۴، روانی-شناختی: ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، رفتاری: ۱۳، ۱۵ است، با نمره کل از ۱۵ (حداقل اضطراب) تا ۷۵ (حداکثر اضطراب) که نمرات بالاتر نشان‌دهنده شدت بیشتر اضطراب جنگ است. نتایج بخش کیفی مطالعه شمالی و برخورداری (۱۴۰۴)، نشان داد اضطراب جنگ شامل سه عامل جسمی، روانی-شناختی و رفتاری است. در مطالعه شمالی و برخورداری (۱۴۰۴)، روایی محتوایی با شاخص $CVR > 0/6$ برای همه گویه‌ها و $CVI = 0/96$ برای کل مقیاس (بر اساس نظر ۶ خبره) تأیید شد. نتایج تحلیل عاملی اکتشافی نشان داد مقیاس اضطراب جنگ دارای سه عامل جسمی، روانی-شناختی و رفتاری است که $68/694$ درصد از واریانس را تبیین می‌کنند. تحلیل عاملی تأییدی برازش مناسب مدل را تأیید کرد ($RMSE = 0/079$ ، $GFI = 0/907$ ، $CFI = 0/949$). روایی همگرا با همبستگی مثبت با پریشانی روانی ($r = 0/701$) و روایی واگرا با همبستگی منفی با رضایت از زندگی ($r = -0/339$) تأیید شد. پایایی مقیاس با آلفای کرونباخ $0/923$ به دست آمد. نتایج نشان داد که زنان در عامل روانی-شناختی نمرات بالاتری داشتند، اما تفاوت جنسیتی در اضطراب کلی جنگ مشاهده نشد. پایایی اضطراب جنگ در این پژوهش برابر $0/837$ به دست آمد.

بهباشی روانی: بهباشی روانی مقیاسی است که توسط ریف در سال ۱۹۸۹ ارائه گردید. این مقیاس شامل ۱۸ گویه و شش زیرمقیاس اصلی است: پذیرش خود، خودمختاری، هدفمندی، روابط مثبت با دیگران، تسلط بر محیط و رشد فردی. سوالات این مقیاس بر اساس یک طیف شش درجه‌ای (از ۱ = کاملاً مخالفم تا ۶ = کاملاً موافقم) طراحی شده‌اند. در مطالعه ریف

تأثیر قابل توجهی بر سازگاری و رفاه روانی نوجوانان دختر داشته باشد. با این حال، تحقیقات خاصی که بر تعامل امیدواری و تأثیر آن بر بهباشی روانی این جامعه و در شرایط جنگ متمرکز شود محدود است. این شکاف پژوهشی بر لزوم درک بهتر چالش‌های خاص نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ و مکانیسم‌هایی که از طریق آنها امیدواری بر بهباشی روانی آنها اثر می‌گذارد، تأکید دارد. پردازش این موضوع نه تنها می‌تواند درک نظری از سازگاری روان‌شناختی نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ را تقویت کند، بلکه به توسعه مداخلات هدفمند برای بهبود کیفیت زندگی و بهباشی روانی آنها نیز کمک خواهد کرد. بنابراین مطالعه حاضر با هدف بررسی روابط چندگانه امیدواری و بهباشی روانی در نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ انجام شد.

روش پژوهش

پژوهش حاضر به‌صورت توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری این تحقیق شامل دختران نوجوانی بود که دچار اضطراب جنگ در مدارس اردکان در سال تحصیلی ۱۴۰۵ - ۱۴۰۴ بودند. برای انتخاب نمونه آماری، از شیوه نمونه‌گیری داوطلبانه استفاده شده است. بر اساس فرمول گرین، حجم نمونه تعیین گردیده که دو قاعده را در بر می‌گیرد: قاعده اول بیان می‌دارد که $N \geq 8k + 10$ و قاعده دوم حداقل حجم نمونه را برابر با $208 + k$ در نظر می‌گیرد. در این مطالعه، از قاعده دوم بهره‌برداری شد و حجم نهایی نمونه به‌طور مشخص ۱۱۰ نفر در نظر گرفته شد. با این حال، به‌منظور اطمینان از کفایت حجم نمونه، حجم نهایی ۱۵۰ نفر در نظر گرفته شد. ابزار جمع‌آوری داده‌ها شامل پرسشنامه‌های اضطراب جنگ (شمالی و برخورداری، ۱۴۰۴)، بهباشی روانی (Ryff, 1989) و امیدواری (Snyder et al, 1991) می‌باشد. پس از حذف داده‌های پرت، داده‌های جمع‌آوری شده از ۱۵۰ نفر با استفاده از روش همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه به شیوه همزمان مورد تحلیل و بررسی قرار گرفت و این تحلیل با استفاده از نرم‌افزار SPSS 28 انجام شد. در طول فرآیند تحقیق، پس از جلب رضایت و همکاری داوطلبان، از آن‌ها خواسته شد تا به همراه یک ارزیاب، پرسشنامه‌های مرتبط با پژوهش را تکمیل نمایند. معیارهای ورود به این پژوهش شامل تحصیل در مدارس دوره متوسطه شهر اردکان، کسب نمره‌ای بالاتر از ۴۰ در پرسشنامه اضطراب جنگ (شمالی و برخورداری، ۱۴۰۴)، تمایل به شرکت در تحقیق و دقت در پاسخگویی به سوالات بوده است. جهت رعایت ملاحظات اخلاقی، به مشارکت‌کنندگان تضمین داده شد که اطلاعات خصوصی آن‌ها به‌خوبی محافظت خواهد شد و مشارکت در این تحقیق هیچ‌گونه هزینه مالی برای آن‌ها در پی نخواهد داشت. علاوه بر این، لازم

(۱۹۸۹)، پایایی این پرسشنامه با استفاده از آلفای کرونباخ محاسبه شد و نتایج به دست آمده به شرح زیر بود: برای پذیرش خود ۰/۹۳، برای ارتباط با دیگران ۰/۹۰، برای استقلال ۰/۸۶، برای تسلط بر محیط ۰/۹۰، برای هدفمندی ۰/۹۰ و برای رشد شخصی ۰/۸۷. این مقیاس ابتدا بر روی ۳۲۱ شرکت کننده اجرا شد و ضریب همبستگی بین مقیاس ها بین ۰/۸۶ تا ۰/۹۳ گزارش گردید. همچنین، ضریب پایایی در آزمون بازآزمایی برای نمونه ای شامل ۱۱۷ نفر، پس از گذشت شش هفته، بین ۰/۸۱ تا ۰/۸۶ مشاهده شد. در پژوهش نوفرستی، روشن، فتی، حسن آبادی، پسندیده و شعیری، (۱۳۹۴)، پایایی مقیاس با آلفای کرونباخ معادل ۰/۷۳ و در مطالعه امینی، شهنی ییلاق، حاجی یخچالی (۱۳۹۹) با ۰/۷۶ (با استفاده از آلفای کرونباخ) و ۰/۷۳ (با شیوه تصنیف اسپیرمن-براون) به دست آمد. پایایی مقیاس با آلفای کرونباخ ۰/۸۳۴ به دست آمد.

امیدواری: این مقیاس توسط Snyder et al در سال ۱۹۹۱ طراحی شده است. این مقیاس به منظور ارزیابی سطح امیدواری در بزرگسالان ساخته شده است و شامل ۱۲ آیت می باشد که از میان آن ها، ۸ آیت انتخاب شده اند. این ۸ آیت شامل ۴ آیت مربوط به مؤلفه کارگزار (آیت های ۲، ۹، ۱۰ و ۱۲) و ۴ آیت مربوط به مؤلفه گذرگاه (آیت های ۱، ۴، ۶ و ۸) است. همچنین، ۴ آیت انحرافی شامل سوالات ۳، ۵، ۶ و ۱۱ می باشند. نمره گذاری این مقیاس به صورت لیکرت پنج درجه ای از ۱ (کاملاً مخالفم) تا ۵ (کاملاً موافقم) صورت می گیرد. مجموع نمرات نشان دهنده میزان امیدواری فرد است و نمرات بالاتر نشان دهنده امید بیشتر می باشد. Snyder ضریب آلفای کرونباخ نمره کل مقیاس را ۰/۸۶، و برای خرده مقیاس کارگزار ۰/۸۲ و

برای مؤلفه گذرگاه ۰/۸۴ گزارش کرده است (Snyder, 2000). در ایران، پژوهش گلزاری (۱۳۸۶) بر روی ۶۶۰ دانش آموز دختر در تهران نشان داد که پایایی مقیاس امیدواری اسنایدر با استفاده از روش همسانی درونی، ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۹ را به دست آورده است. مقیاس امید با مقیاس های مشابهی که فرایندهای روانشناختی نزدیک تری را ارزیابی می کنند، همبستگی بالایی دارد؛ به طور مثال، نمرات مقیاس امید با مقیاس خوش بینی شییر و کارور بین ۰/۵۰ تا ۰/۶۰ همبستگی دارد. همچنین نمرات این مقیاس با نمرات سیاهه افسردگی بک همبستگی منفی (۰/۵۱ و ۰/۴۲) دارد (به نقل از بیجاری، قنبری هاشم آبادی، و آقامحمدیان شعراف، ۱۳۸۸). ملقب زاهدبالان، قاسم پور و حسن زاده و همکاران (۱۳۹۰) نیز در بررسی خود پایایی پرسشنامه را با آزمون آلفای کرونباخ ۰/۷۹ گزارش کردند، در حالی که پایایی مقیاس امید اسنایدر در این پژوهش برابر ۰/۸۰۹ به دست آمد.

یافته های پژوهش

از مجموع ۱۵۰ آزمودنی شرکت کننده در پژوهش، ۴۱ نفر (۲۷/۳ درصد) در پایه دهم، ۴۷ نفر (۳۱/۳ درصد) پایه یازدهم و ۶۲ نفر (۴۱/۴ درصد) دوازدهم بوده است. وضعیت تحصیلی ۳۹ نفر (۲۶/۰ درصد) ضعیف، ۷۳ نفر (۴۸/۶ درصد) متوسط و ۳۸ نفر (۲۵/۳ درصد) خوب بود. میانگین نمرات افسردگی نیز ۳۷/۶۸ با انحراف معیار ۲/۳۴ بود. توزیع فراوانی نمرات متغیرها و وضعیت نرمال بودن داده های پژوهش در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱: توزیع فراوانی نمرات متغیرها و وضعیت نرمال بودن داده های پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
اضطراب جنگ	۴۲/۴۷	۹/۶۲	۰/۹۴۲	۱/۴۲۲
بهباشی روانی	۵۰/۲۳	۱۲/۷۴	۰/۳۶۳	-۰/۳۸۵
امیدواری	۲۱/۷۲	۱۲/۳۰	۱/۶۱۱	-۰/۳۴۹
کارگزار	۱۱/۳۱	۳/۱۹	۱/۰۷۲	۰/۲۵۸
عامل	۱۰/۴۱	۲/۸۲	-۰/۴۴۴	۰/۲۰۹

ماتریس همبستگی مربوط به متغیرهای مختلف در جدول ۲ ارائه شده که به روشنی روابط و پیوندهای بین این متغیرها را به نمایش می گذارد.

طبق نتایج حاصل از جدول ۱، مشخص می شود که مقدار کجی و کشیدگی تقریباً در حدود مقدار مجاز مطلق ۲ قرار دارد. این نکته نشان دهنده این است که پیش فرض نرمال بودن توزیع نمرات در این تحقیق به خوبی رعایت شده است. همچنین،

جدول ۲: ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

ردیف	متغیر	۱	۵	۶	۷
۱	بهباشی روانی	۱			
۵	امیدواری	۰/۶۴۵**	۱		
۶	کارگزار	۰/۵۳۴**	۰/۶۵۱**	۱	
۷	عامل	۰/۴۴۳**	۰/۶۳۹**	۰/۵۲۴**	۱

نتایج جدول ۲، نشان می‌دهد بین امیدواری و بهباشی روانی نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ رابطه مثبت معنی‌دار وجود دارد ($P < ۰/۰۰۱$). نتایج حاصل از رگرسیون چندگانه به روش همزمان پس از ورود متغیرهای پیش‌بین در جدول ۳ ارائه شده است.

نتایج جدول ۲، نشان می‌دهد بین امیدواری و بهباشی روانی نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ رابطه مثبت معنی‌دار وجود دارد ($P < ۰/۰۰۱$). بین ابعاد امیدواری (کارگزار و عامل) و بهباشی روانی نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ رابطه مثبت

جدول ۳: خلاصه مدل رگرسیون چندگانه به روش همزمان، تحلیل واریانس و مقادیر آماری

Model	SS	MS	F	P	R	R ²	R ² adjust	WD
۱	۴۲۸۸/۴۲۸	۲۱۴۴/۲۱۴	۱۳/۵۹۸	۰/۰۰۱	۰/۵۶۳	۰/۳۱۷	۰/۳۰۹	۲/۰۹۹

که نشان می‌دهد فرض استقلال باقی‌مانده‌ها به درستی رعایت شده است. ضرایب رگرسیونی متغیرهای مورد مطالعه در جدول ۴ ارائه شده است.

با توجه به نتایج جدول ۳، مدل رگرسیون قادر به تبیین ۳۱ درصد متغیر ملاک است ($R^2 = ۰/۳۰۹$ تعدیل یافته) و به صورت معنی‌داری متغیر ملاک را پیش‌بینی می‌کند ($F = ۱۳/۵۹۸$ ، $P = ۰/۰۰۱$). همچنین مقدار آزمون دوربین واتسون ۲/۰۹۹ بود

جدول ۴: ضرایب رگرسیونی متغیرهای مورد مطالعه

متغیرها	ضرایب غیر استاندارد		آزمون t	معنی‌داری	شاخص‌های چندم خطی	
	B	Std. Error			β	
مقدار ثابت	۱۲/۵۸۴	۳/۲۵۸	-	۰/۰۰۱		Tolerance
کارگزار	۱/۳۵۴	۰/۳۳۹	۰/۳۶۳	۰/۰۰۱	۳/۲۷۳	VIF
عامل	۱/۳۶۸	۰/۴۱۵	۰/۳۸۸	۰/۰۰۱	۳/۴۹۱	

بر اساس تحلیل رگرسیون کارگزار و عامل نقش معناداری در پیش‌بینی بهباشی روانی نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ دارند و مدل برازش شده توانست ۳۱ درصد از واریانس بهباشی روانی نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ را پیش‌بینی کند. نتایج بدست آمده در راستای مطالعات پیشین ازجمله نیز جعفری و همکاران (۱۴۰۲)، Bandieri et al., (2024); Tran et al., (2024) قرار دارد.

این مطالعات نیز بر نقش مثبت امید به زندگی در ارتقاء بهباشی روانی تأکید کرده‌اند و نشان داده‌اند که افراد با امیدواری بیشتر، در مواجهه با چالش‌ها و مشکلات روزمره، عملکرد بهتری دارند. همچنین، یافته‌ها با پژوهش‌های Tran et al., (2024) نیز به‌خوبی مطابقت دارد که ارتباط بین امید و کاهش نشانه‌های افسردگی را مورد تایید قرار داده‌اند. در توضیح نتایج بدست آمده می‌توان گفت بر اساس نظریه استایدر امیدواری شامل توانایی

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی روابط چندگانه امیدواری و بهباشی روانی در نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ انجام شد. نتایج نشان داد بین امیدواری و بهباشی روانی در نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ رابطه مثبت معنی‌دار وجود دارد. همچنین نتایج نشان داد بین ابعاد امیدواری (کارگزار و عامل) و بهباشی روانی در نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ رابطه مثبت

فرد برای تعیین اهداف، شناسایی مسیرهای ممکن جهت دستیابی به این اهداف و نهایتاً ایجاد انگیزه برای پیگیری آنها است (Snyder, 2000). در این راستا، امیدواری در شرایط جنگ به نوجوانان این امکان را می‌دهد که به زندگی خود معنا و هدف بدهند، که می‌تواند به افزایش احساس بهبایشی روانی آنها منجر شود. به عبارتی دیگر، نوجوانانی که در بحران‌هایی چون جنگ امیدوارتر هستند، احتمالاً استرس‌ها و چالش‌های زندگی در شرایط جنگ را به‌طور مثبت‌تری مدیریت می‌کنند و کمتر دچار اضطراب جنگ می‌شوند. از سوی دیگر، نظریه شناختی بک، به تأثیر افکار و باورهای منفی بر وضعیت روان‌شناختی فرد تأکید دارد. اضطراب معمولاً با افکار و نگرش‌های منفی مرتبط با نگرانی از آینده همراه است. بنابراین، وقتی نوجوانان با امیدواری مواجه می‌شوند، این احساس می‌تواند مقابله‌گر با افکار منفی و کاهش‌دهنده نشانه‌های اضطراب جنگ باشد و بهبایشی روانی را بهبود بخشد. در واقع، امیدواری می‌تواند به عنوان یک عامل محافظ در برابر تجارب منفی در زمان جنگ عمل کند، که به نوبه خود موجب افزایش بهبایشی روانی می‌شود. در نتایج تحقیق حاضر، همچنین مشاهده شد که ابعاد امیدواری، به ویژه کارگزار و عامل، به طور معناداری با بهبایشی روانی رابطه چندگانه دارند. این ابعاد می‌توانند به دو شکل مهم در فرایند بهزیستی دخالت کنند. ابعاد کارگزار، که شامل توانایی برای ایجاد تغییر و جابه‌جایی در زندگی است، به نوجوانان کمک می‌کند تا در مواجهه با چالش‌های زندگی مرتبط با جنگ، حس کنترل بیشتری داشته باشند و از این طریق به احساس بهبایشی روانی بیشتر دست یابند. در حالی که ابعاد عامل، که شامل هدف‌گذاری و ایجاد انگیزه است، می‌تواند به نوجوانان کمک کند انگیزه لازم برای مقابله با مشکلات و ارتقاء روحیه خود در زمان جنگ را پیدا کنند.

به‌طور کلی، نتایج تحقیق حاضر نشان‌دهنده این است که تقویت امیدواری در نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ می‌تواند ابزار مؤثری برای بهبود بهبایشی روانی آنها باشد. مداخلات روان‌شناختی که بر ارتقاء امیدواری و تغییر الگوهای فکری منفی تمرکز دارند، می‌توانند در کاهش اضطراب جنگ و افزایش بهبایشی روانی این نوجوانان مؤثر واقع شوند. بنابراین، پژوهشگران و متخصصان حوزه روان‌شناسی باید به این نکته توجه داشته باشند که القای امید به زندگی به عنوان یک عامل پیش‌بینی‌کننده بهبایشی روانی می‌تواند در طرح‌های درمانی و مداخلاتی قرار داده شود و به این ترتیب به بهبود وضعیت روانی نوجوانان دختر دارای اضطراب جنگ کمک کند. در نهایت، این پژوهش بر ضرورت پیگیری و گسترش مطالعات بیشتر در این زمینه تأکید می‌کند تا بتوان فهم کامل‌تری از مکانیسم‌های اثر

امیدواری بر بهبایشی روانی به‌دست آورد و در زمینه کاهش مشکلات نوجوانان در زمان جنگ، اقدامات مؤثرتری انجام داد. این مطالعه، مانند سایر تحقیقات در علوم رفتاری و روان‌شناسی، محدودیت‌هایی دارد. نتایج تحقیق بر روی نوجوانان دختر اردکان به سایر گروه‌ها باید با احتیاط تعمیم یابد. یکی از محدودیت‌ها، استفاده از یک منبع اطلاعاتی، یعنی پرسشنامه، برای سنجش متغیرها است. بهره‌مندی از منابع دیگری مانند مصاحبه می‌توانست دقت نتایج را افزایش دهد. همچنین، عدم کنترل متغیرهای مداخله‌گر مانند وضعیت اجتماعی-اقتصادی از دیگر محدودیت‌هاست.

موازن اخلاقی

در این مطالعه اصول اخلاق در پژوهش شامل اخذ رضایت آگاهانه از شرکت‌کنندگان و حفظ اطلاعات محرمانه آنها رعایت گردیده است.

تشکر و قدردانی

پژوهشگران مراتب قدردانی و تشکر خود را از کلیه شرکت‌کنندگان این پژوهش که با استقبال و بردباری، در روند استخراج نتایج همکاری نمودند، اعلام می‌دارند.

تعارض منافع

نویسندگان این مطالعه هیچ گونه تعارض منافی در انجام و نگارش آن ندارند.

واژه نامه

۱. بهبایشی روانی Psychological well-being
۲. امیدواری Hope

منابع فارسی

- زاهدباлян، عادل، قاسم پور، عبدالله و حسن زاده، شهناز. (۱۳۹۰). نقش بخشش و سرسختی روان‌شناختی در پیش‌بینی امید. دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، ۱۲(۳) (پیاپی ۴۵)، ۱۹-۱۲.
- شمالی احمدآبادی، مهدی و برخورداری احمدآبادی، عاطفه. (۱۴۰۴). ساخت و اعتباریابی نسخه ایرانی مقیاس اضطراب جنگ. مجله روانشناسی اجتماعی، ۱۵(۲)، ۱۲۰-۱۴۰.
- گلی گرمخانی، رحیم، امیری، حسن و گل محمدیان، محسن. (۱۴۰۴). تدوین مدل واکاوی آسیب‌های خانواده‌های چنان‌بازان PTSD به روش آمیخته. مجله علوم روانشناختی، ۲۴(۱۵۰): ۳۱۵-۲۹۳.
- نوفروستی، اعظم، روشن، رسول، فتی، لادن، حسن‌آبادی، حمیدرضا، پسندیده، عباس و شعیری، محمدرضا. (۱۳۹۴). اثربخشی روان

- in Early Palliative Care: A Narrative Review of the Roles of Hope, Gratitude, and Death Acceptance. *Current Oncology*, 31(2), 672-684.
- Befecadu, F. B. P., Perrenoud, B., Behaghel, G., Jaques, C., Pautex, S., Rodrigues, M. G. D. R., & Larkin, P. J. (2022). Experience of hope in adult patients with advanced chronic disease and their informal caregivers: a qualitative systematic review protocol. *JB1 evidence synthesis*, 20(8), 2025-2031.
- Frankl, V. E. (1985). *Man's search for meaning*. Simon and Schuster.
- Golfam, M., Hosseinian, S., & Abdollahi, A. (2024). The mediating role of compassion in the relationship between emotional intelligence and psychological well-being of adolescent girls. *Rooyesh-e-Ravanshenasi Journal (RRJ)*, 13(5), 23-32.
- Kim, S. I., Kim, S. M., Park, S. J., Song, J., Lee, J., Kim, K. H., & Park, S. M. (2024). Association of parental depression with adolescent children's psychological well-being and health behaviors. *BMC public health*, 24(1), 1412.
- Lagrange, H. (2026). War Anxiety and Resource-Holding Potential. DOI: 10.5772/intechopen.1014330
- Mancini, G., Özal, Z., Biolcati, R., Trombini, E., & Petrides, K. V. (2024). Trait emotional intelligence and adolescent psychological well-being: a systematic review. *International Journal of Adolescence and Youth*, 29(1), 2292057.
- Nierop-van Baalen, C., Grypdonck, M., Van Hecke, A., & Verhaeghe, S. (2020). Associated factors of hope in cancer patients during treatment: A systematic literature review. *Journal of Advanced Nursing*, 76(7), 1520-1537.
- Panda, D., Sastry, A. S., Ludam, R. K., Padhy, S. K., & Chandra, P. (2025). Health Challenges among Adolescent Girls in Odisha: A Cross-Sectional Study on Nutritional Status, Menstrual Health, and Psychological Well-being.
- Pine, A. E., Baumann, M. G., Modugno, G., & Compas, B. E. (2024). Parental Involvement in Adolescent Psychological
- درمانی مثبت گرا بر شادکامی و بهزیستی روانشناختی افراد دارای نشانه های افسردگی: مطالعه تک آزمودنی با چند خط پایه. پژوهشنامه روانشناسی مثبت، ۱۱(۱ (پیاپی ۱)، ۱-۱۸.
- جعفری، نصرت، تجلی، پرپسا، قنبری پناه، افسانه و شهریار احمدی، منصوره. (۱۴۰۲). شناخت مدل علی بهزیستی روانشناختی دانش آموزان دارای نارسایی شنیداری بر اساس سبکهای دلبستگی، جو عاطفی خانواده، حمایت اجتماعی و نقش میانجی امید به زندگی. دوفصلنامه مطالعات روانشناختی نوجوان و جوان، ۴ (۱)، ۲۳-۳۱.
- خدابخش، محمد رضا و قادری، مهناز. (۱۴۰۳). نقش واسطه‌ای نشخوار فکری و عواطف منفی در آسیب‌های دوران کودکی و نوجوانی با علایم تجزیه‌ای. پژوهش در روان درمانی کودک و نوجوان، ۲۳(۳)، ۳۱-۳۱.
- امینی، مرضیه، شهنی بیلاق، منیجه، حاجی یخچالی، علی رضا. (۱۳۹۹). رابطه علی سرمایه روانشناختی با بهزیستی روانشناختی و عملکرد تحصیلی با میانجیگری سرمایه اجتماعی. پژوهش نامه روانشناسی مثبت، ۶(۲)، ۱-۱۶.
- بیجاری، هانیه، قنبری هاشم آبادی، بهرامعلی و آقامحمدیان شعیراف، حمیدرضا. (۱۳۸۸). بررسی اثر بخشی گروه درمانی مبتنی بر رویکرد امید درمانی بر افزایش میزان امید به زندگی زنان مبتلا به سرطان پستان. مطالعات تربیتی و روان شناسی، ۱۰(۱)، ۱۷۲-۱۸۴.
- پورسید آقایی، زهرا سادات، تشکری موحد، پگاه و قاسمی نیائی، فاطمه. (۱۴۰۴). الگوی تاب‌آوری خانواده در سایه جنگ: تبیین مؤلفه‌های محافظ روانی و معنوی. فرهنگ مشاوره و روان درمانی، ۱۷(۴)، ۲۳-۳۹.
- اسماعیلی، سمیه، منادی، مرتضی و محسن پور، مریم. (۱۴۰۳). نگرش به زندگی در نوجوانان دختر شهر تهران. جامعه شناسی آموزش و پرورش، ۱۰(۲)، ۴۰۹-۴۱۷.

فهرست منابع

- Aldabbour, B., El-Jamal, M., Abuabada, A., Al-Dardasawi, A., Abusedo, E., Abu Daff, H., ... & Dardas, L. A. (2025). The psychological toll of war and forced displacement in Gaza: A study on anxiety, PTSD, and depression. *Chronic Stress*, 9, 24705470251334943.
- Arnison, T., Evans, B., Schrooten, M. G., Persson, J., & Palermo, T. M. (2024). Adolescent Girls' Musculoskeletal Pain is More Affected by Insomnia Than Boys, and Through Different Psychological Pathways. *The Journal of Pain*, 208571.
- Bandieri, E., Borelli, E., Bigi, S., Mucciarini, C., Gilioli, F., Ferrari, U., ... & Potenza, L. (2024). Positive Psychological Well-Being

- Snyder, C. R. (Ed.). (2000). Handbook of hope: Theory, measures, and applications. Academic press.
- Tran, M. A. Q., Khoury, B., Chau, N. N. T., Van Pham, M., Dang, A. T. N., Ngo, T. V., ... & Le Dao, A. K. (2024). The role of self-compassion on psychological well-being and life satisfaction of Vietnamese undergraduate students during the COVID-19 pandemic: Hope as a mediator. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 42(1), 35-53.
- Zhou, J., Wei, X., & Xue, L. (2024). Father presence, adolescent girls' resilience, psychological security, and achievement goal orientation: examining direct and indirect associations. *Frontiers in Psychology*, 15, 1403403.
- Interventions: A Meta-analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 1-20.
- Rasmus, S., Rosti-Otajärvi, E., & Koskinen, E. (2023). Cognitive performance and psychological well-being in chronic traumatic spinal cord injury: comparison of cervical SCI group versus orthopedic injury group. *Neuropsychology open: klinisen neuropsychologian verkkojulkaisu*, (1), 30-47.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies: An Interdisciplinary Forum on Subjective Well-Being*, 9(1), 13–39.
- Salimi, H., Zadeh Fakhar, H. B., Hadizadeh, M., Akbari, M., Izadi, N., MohamadiRad, R., ... & Hoseini, R. (2022). Hope therapy in cancer patients: A systematic review. *Supportive Care in Cancer*, 30(6), 4675-4685.