



The Relationship between Economic Resilience, Age and Psychological Well-being with the Mediating Role of Optimism in COVID-19 epidemic in Small and Medium Businesses

- **Dr Somayeh Pourehsan**, (*Corresponding author), Assistant Professor Department of Psychology, Shahid Bahonar University, Kerman, Iran. pourehsan@uk.ac.ir
- Dr Sayyed Abdolmajid Jalaee Esfandabadi**, Full Professor Department of Economics, Faculty of Management and Economics, Shahid Bahonar University of Kerman, Kerman, Iran.
- Dr Mahshid Tajrobehkar**, Assistant Professor Department of Psychology, Shahid Bahonar University, Kerman, Iran.

Abstract

Background and aims: The present study aimed to investigate the relationship between economic resilience, age and psychological well-being with the mediating role of optimism in COVID-19 epidemic in small and Medium businesses.

Methods: The methodology was correlational using structural equations. To this end, 230 people with small businesses in Kerman were selected using purposeful non-random sampling method. They answered the questionnaires of economic resilience, optimism, and psychological well-being. The data were analyzed by path analysis using Amos and SPSS.

Results: The findings showed that economic resilience not only directly affected psychological well-being, but it also indirectly affected people's psychological well-being in COVID-19 epidemic through influencing optimism. Moreover, it was found that age had an indirect effect on psychological well-being and the model had a good fit.

Conclusion: According to the findings, it can be concluded that in the situation of COVID-19 epidemic, optimism plays a mediating role in the relationship between economic resilience, age and psychological well-being.

Conflicts of interest: None

Funding: None

Keywords

Optimism
Economic Resilience
Psychological Well-being
COVID-19

Received: 2021/09/02

Accepted : 2022/03/12

INTRODUCTION

In December 2019, a viral disease from the corona family of viruses called SARS-CoV-2 started in Wuhan, China, and spread rapidly throughout the world, including Iran in a short time (less than four months) due to its high transmission power (1,2). The rate of spread, as well as the percentage of deaths caused by SARS-CoV-2 in different groups of society, have somewhat endangered different occupations (3). This virus has infected many people in Iran until today, and every day many people are infected and some die due to the effects of this disease. Due to the pandemic situation, this disease has affected various aspects of the life of people and countries, including biological, psychological, economic, political, social and even military aspects. The disease caused economically severe harms and damaged to occupations, including freelance jobs and small and medium-sized enterprises (SMEs). SMEs are economic businesses that are established and managed by an independent individual (entrepreneur) (4). About 90% of Iranian economic businesses are enterprises with less than 50 employees which play a significant role in economic growth and expansion (5).

One of the fields of psychology that can affect people in difficult and stressful situations and thus their living, social and economic environment is positive psychology. Positive psychology emphasizes the capabilities and resources of the individual and considers the purpose of psychology to improve the standard of living and actualize talents (6). Psychological well-being and correlated variables that affect it such as resilience and optimism are some of the positive and effective variables in positivist psychology. Psychological well-being is one of the topics that has had a long history in terms of nature and structure among philosophers and various scientific disciplines (7). Ryff (1989) considers psychological well-being as an individual's attempts in the pursuit of perfection and the actual attainment of his/her potential abilities (8). Psychological well-being includes the individual's perceptions of the degree of consistency between specific goals and functional outcomes that result from continuous evaluations and lead to internal and relatively stable satisfaction at different stages of life (9). One of the factors affecting psychological well-being is resilience. Connor and Davidson (2003) consider resilience as the ability of an individual to maintain bio-psychological balance in difficult conditions. In this definition, resilience is not a passive concept

in the face of difficult situations. But it is a dynamic concept which means active and constructive participation in the environment surrounding the person (10). Resilience is an indicator of effective adaptation to adverse conditions such as traumatic events or poverty (11, 12). Resilience in economics refers to the inherent response and adaptation of individuals and societies to risks and damages to the extent that they empower individuals to reduce the potential harms and losses caused by risks (13). In their study, Briguglio, Cordina, Farrugia, and Vella (2009) showed that economic vulnerability has a negative effect and economic resilience has a positive effect on GDP (14).

Resilience causes people, in the face of risk factors, to use their abilities to achieve success and growth in life in difficult and stressful situations and take advantage of these challenges and tests as an opportunity to empower themselves (15). Resilient individuals can maintain their physical and mental health in the face of stressful events and conditions (16). Resilience promotes psychological well-being and mental health (17,18, 19). Resilience training increases optimism and effective coping styles by increasing flexibility and improving mental health (20). Resilience is positively correlated with psychological well-being (21, 22).

One of the variables that plays a prominent role between resilience and psychological well-being is optimism (23). Optimism is a variable by which an individual preserves the desired experiences for the future (24). Optimism plays a decisive role in people's psychological well-being and has a positive and meaningful relationship with positive emotions and coping strategies. Optimism is an effective attitude of an individual towards life (25). Optimism is the expectation of outcome, that is, regardless of one's performance, a positive outcome will occur and common expectations in various areas of one's life are met (26). Optimism leads to psychological well-being and there is a significant positive relationship between these two variables (23,22, 27). Optimism also improves resilience (28,24).

Considering Iran's tough position under economic sanctions on the one hand and the consequences of the COVID-19 outbreak, on the other hand, pathological analysis of SMEs during the COVID-19 outbreak with a focus on the role of effective psychological variables can demonstrate the success and failure of SMEs in these situations and contribute to developing a local model of success in such businesses by taking into account

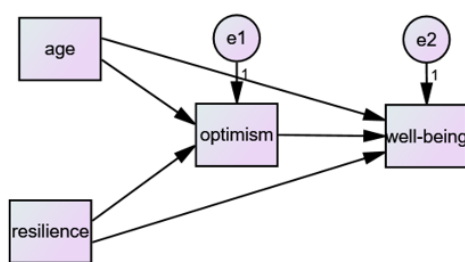


Figure 1. The conceptual model of the study

the role of psychological variables. Accordingly, this study aims to investigate the relationship between economic resilience and psychological well-being and the mediating role of optimism in SMEs during the COVID-19 outbreak.

METHODOLOGY

This study employed a type of correlation was performed using the structural equation method. The research population included all citizens living in Kerman province in 2020-2021 during the COVID-19 outbreak who had small and medium businesses and freelance jobs. A total of 230 people were selected as the participants using convenience sampling and completed the following questionnaires:

Life Orientation Test (LOT; Scheier & Carver, 1985)

The Life Orientation Test (LOT) also called the Optimism Scale was developed by Scheier and Carver (1985) to assess optimistic and pessimistic explanatory styles (29). Khodaei, Zare, Alipour, and Shokri (2016) examined the psychometric properties of the revised version and showed that this scale consists of two factors of optimism and pessimism and has a good fit with the data. Besides, the assessment of the validity of the test indicated its convergence and discriminant validity. Moreover, the internal consistency coefficient of the test was 0.88 for optimism and 0.77 for pessimism (30). Kajbaf, Arizi, and Khodabakhshi (2006) conducted a study for standardization, reliability, and validity of the LOT. They assessed the reliability of the instrument using the test-retest method. The Cronbach's alpha was 0.87 and 0.74, respectively. The concurrent validity coefficient between the optimism scale with depression and self-control was -0.65 and 0.72, respectively (31).

Economic Resilience Scale

The Economic Resilience Scale is a researcher-made 18-item tool that was developed based on a 5-point Likert scale (strongly agree, agree, undecided, disagree, and strongly disagree).

Exploratory factor analysis of this scale showed 3 factors that explained 42.45% of the total variance of the scale. These factors were problem analysis, efficiency, adaptability and flexibility based on the purpose. The confirmatory factor analysis confirmed the good fit of the second-order three-factor model. The convergence validity of the scale with Connor and Davidson Resilience Scale was 0.60 and its discriminant validity with the general health scale for physical symptoms, anxiety, insomnia, social dysfunction, depression and the total general health score were -0.19, -0.26, -0.29, -0.28 and -0.31, respectively. Content Validity Ratio (CVR) and Content Validity Index (CVI) were estimated by 5 professors of economics and 4 professors of psychology were equal to 0.80 and 0.78, respectively. The total reliability of the scale for 18 items was 0.81 by Cronbach's alpha method.

Ryff's Psychological Welfare Scale (Short Form-18)

The scale was designed in 1989 and revised in 2002. The scale contains 18 items scored on a six-point Likert scale ranging from strongly disagree (1) to strongly agree (6). It has six factors of Autonomy, Environmental Mastery, Personal Growth, Positive Relations with Others, Purpose in Life, Self-Acceptance and it constitutes the total score of psychological well-being. The correlation between the short version of this scale and the original scale was 0.7 to 0.89. Cronbach's alpha coefficients for the 6 factors of self-acceptance, environmental mastery, positive relations with others, purpose in life, personal growth and autonomy were equal to 0.51, 0.76, 0.75, 0.52, 0.73 and 0.72, respectively. The corresponding value for the whole scale was 0.71 (32).

RESULTS

As can be seen from Table 1, there is a significant relationship between related variables. To investigate the mediating role of optimism in the relationship of age and economic resilience with psychological well-being, the path analysis method was applied using AMOS software. As can be seen

Table 1. correlations

		Well-being	Economic resilience	Optimism	Age
Well-being	Pearson correlation	1	.820**	.887**	.442**
	sig		.000	.000	.000
Economic resilience	Pearson correlation	.820**	1	.783**	.431**
	sig	.000		.000	.000
Optimism	Pearson correlation	.887**	.783**	1	.497**
	sig	.000	.000		.000
Age	Pearson correlation	.442**	.431**	.497**	1
	sig	.000	.000	.000	

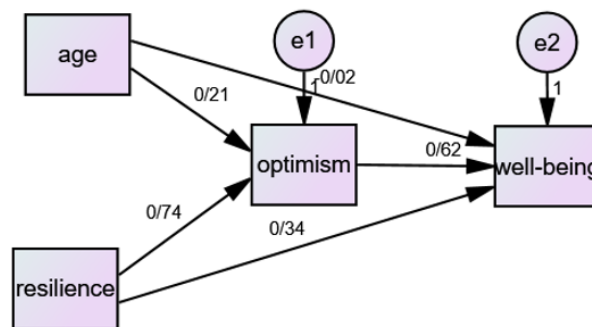


Figure 2. The relationship between economic resilience and psychological well-being with the mediating role of optimism in SMEs

in Figure 2, there was no direct and significant relationship between age and psychological well-being, so this path was removed.

After removing the direct path of age to psychological well-being, the model was re-examined and the following model was developed:

The GOF indices are shown in Table 2. As can be seen, all the indices are within their acceptable range, indicating the optimal fit of the model.

The results presented in Table 3 indicate that resilience has a direct and positive effect on optimism ($\beta = 0.74$; $P = 0.001$). Optimism also has a direct effect on psychological well-being ($\beta = 0.38$; $P = 0.001$). Resilience has both a direct effect on well-being ($\beta = 0.34$) and a positive and significant indirect effect on psychological well-being ($\beta = 0.46$; $P = 0.001$). Moreover, age has a direct effect on optimism ($\beta = 0.21$; $P = 0.001$) and an indirect effect on well-being ($\beta = 0.130$)

DISCUSSION AND CONCLUSION

This study aimed to assess the mediating role of optimism in the relationship of economic resilience and age with psychological well-being in people with SMEs during the COVID-19 outbreak. The results showed that resilience directly improves

psychological well-being, as confirmed by the previous studies (16, 17,18,19, 20; 21, 22). It was also shown that resilience affects optimism and psychological well-being, as indicated in the literature (23,33). This finding suggests that people with economic resilience can cope with adverse conditions and, as a result, they have a high level of psychological well-being. When resilience is high, people have the power to deal with life's difficulties and hardships. Although, there are workplace challenges and social problems, they make more efforts to achieve success. Masten considers resilience as a factor in people's ability to adapt to the changes and unexpected consequences (34). Resilience helps to adapt to the traumatic experiences and gives a person the power to return and grow effectively in the face of difficult and unfavorable conditions (35). The term resilience is used to describe a stable personality trait or ability that keeps people safe from the negative effects of danger and disaster. A resilient person can overcome and deal with the life stressors (36).

The results confirmed the effect of optimism on psychological well-being and its mediating role in the relationship of economic resilience and age with psychological well-being. The findings

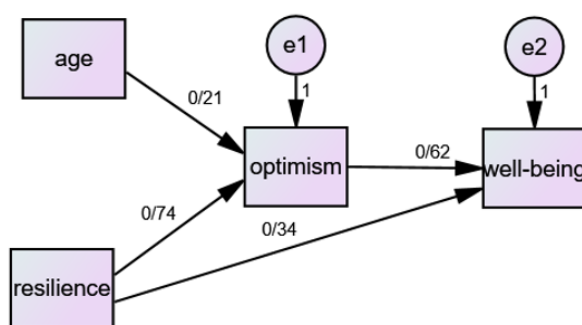


Figure 3. The modified model of the relationship between economic resilience and psychological well-being with the mediating role of optimism in SMEs

Table 2. Goodness of fit (GOF) indices of the research model

Parameter	CMIN/DF	CFI	NFI	IFI	TLI	GFI	RMSEA
value	2/60	0/93	0/93	0/93	0/81	0/92	0/045

Table 3. The direct, indirect, and standardized total effects of the variables in the research model

Directions	Variables	Direct effect	Indirect effect	Total effect
To optimism from	Resilience	**0/743	-	**0/743
To well-being from	Resilience	**0/339	**0/461	**0/800
To well-being from	Optimism	**0/381	-	**0/381
To well-being from	age	-	**0/130	**0/130
To optimism from	age	**0/209	-	**0/209

are in line with previous studies (37,38,28, 24). Accordingly, it can be argued that optimistic people experience low levels of stress due to their attitude in stressful situations and illnesses, and as a result, they have higher levels of mental and physical health.

The results also indicated that age increases psychological well-being by affecting optimism, as was observed by Owrang et al. (39). The implication is that increasing age increases purposefulness in life, which according to the theory of ultimate goal (40) achieving this purposefulness leads to happiness and thus optimism. Therefore, optimism affects psychological well-being. Age is also an effective factor in regulating positive and negative emotions

and responding effectively to environmental conditions. Therefore, it can be argued that the variables assessed in this study can help a lot to maintain morale and resilience in the current situation for people with poor economic conditions. Thus, educational and therapeutic interventions need to be conducted to help vulnerable groups. One of the limitations of this study was that the research population included people living in Kerman province and, thus, care should be taken in generalizing the findings to other provinces. To this end, similar studies can be conducted in other provinces to increase the generalizability of the findings. Moreover, other intervening and effective variables can be explored in future studies.

How to cite this article:

Somayeh Pourehsan, Sayyed Abdolmajid Jalae Esfandabadi, Mahshid Tajrobehkar. The Relationship between Economic Resilience, Age and Psychological Well-being with the Mediating Role of Optimism in COVID-19 epidemic in Small and Medium Businesses. Iran Occupational Health. 2022 (01 July);19:14.

***This work is published under CC BY-NC 4.0 licence**



رابطه ی بین تاب آوری اقتصادی، سن و بهزیستی روان شناختی با نقش واسطه‌ای خوش بینی در شرایط همه‌گیری کووید-۱۹ در کسب‌وکارهای کوچک و متوسط

سمیه پوراحسان: (* نویسنده مسئول) استادیار گروه روان شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه شهید باهنر، کرمان، ایران. purehsan@uk.ac.ir
سید عبدالمجید جلالی اسفندآبادی: استاد گروه اقتصاد، دانشکده اقتصاد و مدیریت، دانشگاه شهید باهنر، کرمان، ایران.
مهشید تجربه کار: استادیار گروه روان شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی، دانشگاه شهید باهنر، کرمان، ایران.

چکیده

کلیدواژه‌ها

خوش‌بینی
تاب‌آوری اقتصادی
بهزیستی روانی
کووید ۱۹

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۶/۱۱

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۱۲/۲۱

زمینه و هدف: هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه ی تاب‌آوری اقتصادی، سن و بهزیستی روانی با نقش واسطه‌ای خوش‌بینی در شرایط همه‌گیری کووید ۱۹ در کسب‌وکارهای کوچک و متوسط بود.

روش بررسی: روش پژوهش، از نوع همبستگی و استفاده از روش معادلات ساختاری است. بدین منظور از بین کلیه ی شهروندان استان کرمان که دارای کسب‌وکارهای کوچک و متوسط هستند، نمونه‌ای با حجم ۲۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شد و به پرسشنامه‌های تاب‌آوری اقتصادی، خوش‌بینی و بهزیستی روانی پاسخ دادند. داده‌ها با استفاده از تحلیل مسیر و با نرم‌افزارهای Amos 24 و SPSS 21 مورد تجزیه‌وتحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها: یافته‌های پژوهش، نشان داد که تاب‌آوری اقتصادی، علاوه بر اینکه می‌تواند مستقیماً بر بهزیستی روان شناختی تأثیر بگذارد، می‌تواند به‌طور غیرمستقیم و با تأثیر بر خوش‌بینی، بهزیستی روانی افراد را در شرایط کووید ۱۹ در کسب‌وکارهای کوچک و متوسط نیز تحت تأثیر قرار دهد، همچنین سن، بر بهزیستی روان شناختی تأثیر غیرمستقیم دارد و مدل پیش فرض دارای برازش مطلوب بود.

نتیجه گیری: با توجه به یافته‌ها، می‌توان نتیجه گرفت که در کسب‌وکارهای کوچک و متوسط در دوران کووید ۱۹، خوش‌بینی در ارتباط بین تاب‌آوری اقتصادی، سن و بهزیستی روان شناختی، نقش یک متغیر میانجی را ایفا می‌کند.

تعارض منافع: گزارش نشده است.

منبع حمایت کننده: ندارد.

شیوه استناد به این مقاله:

Somayeh Pourehsan, Sayyed Abdolmajid Jalae Esfandabadi, Mahshid Tajrobehkar. The Relationship between Economic Resilience, Age and Psychological Well-being with the Mediating Role of Optimism in COVID-19 epidemic in Small and Medium Businesses. Iran Occupational Health. 2022 (01 July);19:14.

*انتشار این مقاله به صورت دسترسی آزاد مطابق با CC BY-NC 4.0 صورت گرفته است

مقدمه

در دسامبر ۲۰۱۹، بیماری ویروسی از خانواده ی کرونا ویروس‌ها با نام سارس-کووید ۲ انتشار یافت که از ووهان چین آغاز شد و به علت قدرت سرایت بالا، در طی زمانی کوتاه با سرعت زیاد در کل جهان و از جمله ایران (کمتر از چهار ماه) پخش شد (۱،۲). سرعت انتشار و همچنین درصد مرگ‌ومیر ناشی از ویروس، اقشار مختلف جامعه و پرسنل مشاغل مختلف را به‌نوعی در معرض مخاطره قرار داده است (۳). این ویروس، در کشور ما تا به امروز، افراد زیادی را درگیر کرده و همه‌روزه تعدادی از هم‌وطنان ما مبتلا و تعدادی به خاطر آثار ناشی از این بیماری فوت می‌شوند. با توجه به وضعیت پاندمی، این بیماری بر جنبه‌های مختلفی از زندگی مردم و کشورها از جمله زیستی، روان‌شناختی، اقتصادی، سیاسی، اجتماعی و حتی نظامی تأثیر گذاشته است. برخی محدودیت‌ها همچون فاصله‌گذاری اجتماعی و دستور بستن بعضی مشاغل به‌منظور کنترل این بیماری، از نیمه‌ی دوم اسفندماه در کشور اجرا شد (۴۱). این اقدامات، از طرفی در کاهش سیر بیماری بسیار مؤثر بوده است؛ اما از نظر اقتصادی، ضربه‌ها و آسیب‌های جدی به مشاغل از جمله مشاغل آزاد و کسب‌وکارهای کوچک و متوسط وارد کرده است. کسب‌وکارهای کوچک و متوسط، واحدهای اقتصادی هستند که از طرف شخصی مستقل (کارآفرین) تأسیس و اداره می‌شوند (۴). در ایران، حدود ۹۰ درصد بنگاه‌های اقتصادی را بنگاه‌هایی با کمتر از ۵۰ کارمند تشکیل می‌دهند و کسب‌وکارهای کوچک و متوسط، نقش بسزایی در رشد و گسترش اقتصادی ایفا می‌کنند (۵).

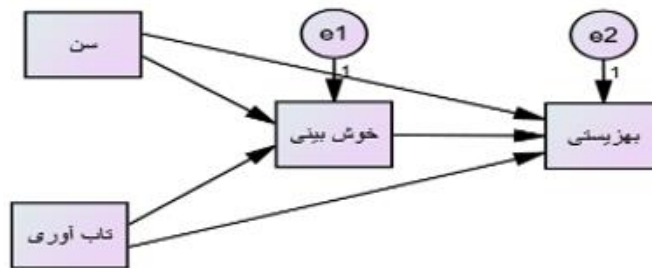
یکی از زمینه‌های روانشناسی که در شرایط سخت و استرس‌زا می‌تواند بر روی افراد و در نتیجه بر روی محیط زندگی، اجتماعی و اقتصادی افراد تأثیر بگذارد، روانشناسی مثبت‌گرا است. روانشناسی مثبت‌گرا، بر توانمندی‌ها و داشته‌های فرد تأکید می‌کند و هدف روانشناسی را ارتقای سطح زندگی فرد و بالفعل کردن استعدادها می‌داند (۶). از جمله ی متغیرهای مثبت و اثربخش در روانشناسی مثبت‌گرا، بهزیستی روان‌شناختی و متغیرهای همبسته ی تأثیرگذار بر آن چون تاب‌آوری و خوش‌بینی است. بهزیستی روان‌شناختی، در عصر کنونی، مورد توجه بسیاری از متخصصان روان‌شناسی قرار گرفته و مطالعات زیادی بر روی آن از جنبه‌های مختلف انجام شده است. بهزیستی روان‌شناختی، از جمله ی موضوعاتی است که از نظر ماهیت و ساختار، پیشینه‌ای دیرینه در بین فلاسفه و رشته‌های مختلف علمی داشته و به‌تازگی

در مرکز توجه روانشناسان به‌ویژه روانشناسان مثبت‌گرا قرار گرفته است (۷).

ریف (۱۹۸۹)، بهزیستی روان‌شناختی را تلاش فرد در جهت رسیدن به کمال و بالفعل رسیدن توانایی‌های بالقوه ی فرد می‌داند (۸). بهزیستی روان‌شناختی، شامل دریافت‌های فرد از میزان همسانی بین اهداف مشخص با پیامدهای عملکردی است که بر اثر ارزیابی‌های مستمر حاصل شده و باعث رضایت درونی و نسبتاً پایدار در مراحل مختلف زندگی می‌شود (۹). در مدل ریف، بهزیستی روان‌شناختی از شش عامل پذیرش خود (ارزیابی مثبت فرد از خود و گذشته)، خودمختاری (استقلال فرد)، رابطه ی مثبت با دیگران (کیفیت رابطه با افراد)، زندگی هدفمند (داشتن هدف و معنا در زندگی)، رشد شخصی (توسعه و پیشرفت فرد) و تسلط بر محیط (مدیریت بهتر در زندگی و شرایط) تشکیل می‌شود (۸ و ۴۲).

یکی از مؤلفه‌های تأثیرگذار بر بهزیستی روان‌شناختی، تاب‌آوری است. کانر و دیویدسون^۱ (۲۰۰۳)، تاب‌آوری را توانایی فرد در جهت حفظ تعادل زیستی-روانی در شرایط سخت می‌دانند که در این تعریف، تاب‌آوری یک مفهوم انفعالی در برابر شرایط سخت نیست، بلکه مفهومی پویا به معنای شرکت فعال و سازنده در محیط اطراف فرد دارد (۱۰). تاب‌آوری، شاخصی از سازگاری خوب در شرایط ناگوار مانند حوادث آسیب‌زا یا تنگدستی است (۱۱ و ۱۲). تاب‌آوری در اقتصاد، به‌عنوان واکنش و سازگاری ذاتی افراد و جوامع در برابر خطرها و آسیب‌ها است تا جایی که افراد را در کاهش خسارات و ضرر و زیان‌های بالقوه ی ناشی از مخاطرات، توانمند سازد (۱۳). در مطالعه‌ای، نتایج نشان داد که آسیب‌پذیری اقتصادی، تأثیر منفی و تاب‌آوری اقتصادی، تأثیر مثبت بر تولید ناخالص داخلی سرانه دارند (۱۴).

تاب‌آوری، سبب می‌شود که افراد در شرایط سخت و طاقت‌فرسا با وجود عوامل خطر، از توانایی‌های خود در رسیدن به موفقیت و رشد در زندگی استفاده کنند و از این چالش‌ها و آزمون‌ها به‌عنوان فرصتی برای توانمند کردن خود بهره‌مند شوند (۱۵). افراد تاب‌آور، توانایی حفظ سلامت خود اعم از جسمانی و روانی را در برابر رویدادها و شرایط استرس‌زا دارند (۱۶). تاب‌آوری، باعث افزایش ارتقای بهزیستی روان‌شناختی و افزایش سلامت روانی می‌شود (۱۷، ۱۸ و ۱۹). آموزش تاب‌آوری با افزایش انعطاف‌پذیری و بهبود سلامت روان‌شناختی، باعث افزایش خوش‌بینی و سبک‌های مقابله کارآمد می‌شود (۲۰).



نمودار ۱. مدل مفهومی پژوهش

هدف از پژوهش حاضر، بررسی رابطه‌ی بین تاب‌آوری اقتصادی با بهزیستی روان‌شناختی و نقش میانجی‌گری خوش‌بینی در کسب‌وکارهای کوچک و متوسط در شرایط کووید-۱۹ است.

روش، جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

روش پژوهش در این تحقیق، از نوع همبستگی بوده و با استفاده از روش معادلات ساختاری انجام شد. جامعه‌ی پژوهش، کلیه‌ی شهروندان استان کرمان در سال ۱۴۰۰-۱۳۹۹ در شرایط کووید ۱۹ است که دارای کسب‌وکارهای کوچک و متوسط در مشاغل آزاد بودند. در تحلیل عاملی تأییدی و مدل ساختاری، حداقل حجم نمونه بر اساس متغیرهای پنهان تعیین می‌شود نه متغیرهای مشاهده‌پذیر. در اینجا ۲۰ نمونه برای هر عامل (متغیر پنهان) لازم است. به‌طور کلی، حداقل ۲۰۰ نمونه توصیه شده است (حیبی و عدن‌ور، ۱۳۹۶)؛ که از این جامعه، تعداد ۲۳۰ نفر به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و به پرسشنامه‌های مورد نظر در این پژوهش پاسخ دادند. معیارهای ورود به این پژوهش، عبارت بودند از: داشتن حداقل ۱۸ سال، داشتن شغل آزاد، حداقل داشتن سواد خواندن و نوشتن. همچنین پژوهشگران در این تحقیق با کسب رضایت از آزمون‌شوندگان، از آنها می‌خواستند که به پرسشنامه‌ها با کمال صداقت پاسخ دهند.

ابزارهای پژوهش

پرسشنامه‌ی تجدید نظر شده‌ی خوش‌بینی شی و کارور این پرسشنامه، با نام دیگر پرسشنامه جهت‌یابی زندگی (LOT)، به‌منظور ارزیابی سبک‌های تبیینی خوش‌بینانه و بدبینانه توسط شی و کارور^۱ (۱۹۸۵) ساخته شده است. در این مقیاس، آزمون‌شوندگان به ۱۰ سؤال با مقیاس ۵ درجه‌ای از "کاملاً مخالف" تا "کاملاً

تاب‌آوری، با بهزیستی روان‌شناختی، همبستگی مثبت دارد (۲۱ و ۲۲). افراد تاب‌آور، دارای ویژگی‌هایی مثبت زیادی چون خوش‌بینی، حس شوخ‌طبعی، انعطاف‌پذیری فکری و... هستند که باعث کمک جهت تبدیل مشکلات به فرصتی برای یادگیری و ارتقا می‌شود (۳۳). در بررسی معنای زندگی و بهزیستی روان‌شناختی که مطالعه‌ای مقایسه‌ای بر اساس سن انجام شد، نشان داده شد که عامل سن می‌تواند موجب افزایش معنای زندگی و بهزیستی روان‌شناختی شود (۳۹).

خوش‌بینی، از جمله‌ی متغیرهایی است که بین تاب‌آوری و بهزیستی روان‌شناختی، نقش برجسته‌ای را ایفا می‌کند (۲۳). خوش‌بینی، متغیری است که فرد، تجارب مطلوب را برای آینده‌اش حفظ می‌کند (۲۴). خوش‌بینی، نقش تعیین‌کننده‌ای در بهزیستی روانی افراد دارد و با احساسات مثبت و راهبردهای مقابله‌ای، رابطه‌ی مثبت و معناداری دارد. خوش‌بینی، نگرش مؤثر فردی نسبت به زندگی است (۲۵). خوش‌بینی، انتظار پیامد است؛ یعنی بدون توجه به عملکرد فرد، پیامد مثبت رخ خواهد داد و انتظاراتی که در زمینه‌های مختلف زندگی فرد، عمومیت دارد (۲۶). افراد خوش‌بین، از زندگی لذت بیشتری می‌برند و سلامت روانی و جسمانی بهتری دارند (۳۷ و ۳۸). خوش‌بینی، باعث بهزیستی روان‌شناختی می‌گردد و بین این دو متغیر، رابطه‌ی مثبت معناداری وجود دارد (۲۳، ۲۲ و ۲۷). همچنین خوش‌بینی باعث افزایش تاب‌آوری می‌شود (۲۴، ۲۸).

با توجه به قرارگیری ایران در شرایط تحریم اقتصادی از یک طرف و آثار زیان‌بار شرایط ویروس کووید-۱۹ از طرفی دیگر، بررسی آسیب‌شناسی در کسب‌وکارهای کوچک و متوسط در شرایط کووید-۱۹ با توجه به نقش متغیرهای روان‌شناختی مؤثر، می‌تواند دلایل موفقیت و شکست این کسب‌وکارها را در این شرایط نشان دهد و به ارائه‌ی یک مدل بومی موفق در این‌گونه مشاغل با توجه به نقش متغیرهای روان‌شناختی، منجر شود. بر این اساس،

روش آلفای کرونباخ، ۰/۸۱ به دست آمد.

پرسشنامه‌ی بهزیستی روانی ریف؛ فرم کوتاه ۱۸ سؤالی

این مقیاس، در سال ۱۹۸۹ طراحی و در سال ۲۰۰۲ تجدید نظر شد. این نسخه، شامل ۱۸ سؤال در یک پیوستار ۶ درجه‌ای از "کاملاً مخالفم" (۱) تا "کاملاً موافقم" (۶) است، ده سؤال به صورت مستقیم و ۸ سؤال (۳، ۴، ۵، ۹، ۱۰، ۱۳، ۱۶ و ۱۷) به صورت معکوس نمره‌گذاری می‌شوند و ۶ عامل تسلط بر محیط، استقلال، ارتباط مثبت با دیگران، رشد شخصی، هدفمندی در زندگی و پذیرش خود است که در مجموع نمره‌ی کلی بهزیستی روان‌شناختی را تشکیل می‌دهد. همبستگی نسخه‌ی کوتاه این مقیاس با مقیاس اصلی، ۰/۷ تا ۰/۸۹ بوده است. ضریب آلفای کرونباخ جهت بررسی پایایی این مقیاس در ۶ عامل پذیرش خود، تسلط محیطی، ارتباط مثبت با دیگران، داشتن هدف در زندگی، رشد شخصی و استقلال، به ترتیب برابر ۰/۵۱، ۰/۷۶، ۰/۷۵، ۰/۵۲، ۰/۷۳ و ۰/۷۲ و برای کل مقیاس، ۰/۷۱ به دست آمد (۳۲).

یافته‌های پژوهش

بر اساس جدول شماره ۱، بین متغیرهای مرتبط، رابطه‌ی معناداری وجود دارد. به منظور بررسی نقش واسطه‌ای خوش‌بینی در رابطه بین سن و تاب‌آوری اقتصادی با بهزیستی روان‌شناختی، روش تحلیل مسیر به کار گرفته شد. در ابتدا طبق نمودار زیر، رابطه‌ی بین سن و بهزیستی روان‌شناختی به طور مستقیم معنادار نبود و این مسیر حذف شد.

پس از حذف مسیر مستقیم سن به بهزیستی روان‌شناختی، مدل دوباره مورد بررسی قرار گرفت و مدل زیر اصلاح شد.

شاخص‌های برازش در جدول ۲ آمده است؛ که همه‌ی شاخص‌ها در حد قابل قبول آن قرار دارند و بیانگر برازش مطلوب مدل است.

نتایج جدول ۳، حاکی از آن است که تاب‌آوری، اثر مستقیم و مثبت بر خوش‌بینی ($P=0/001$, $\beta=0/74$) دارد. خوش‌بینی نیز اثر مستقیم بر بهزیستی روان‌شناختی ($P=0/001$, $\beta=0/38$) دارد. تاب‌آوری نیز هم اثر مستقیم بر بهزیستی ($\beta=0/34$) و هم اثر غیرمستقیم مثبت و معنادار بر بهزیستی روان‌شناختی ($P=0/001$, $\beta=0/46$) دارد. همچنین سن، اثر مستقیم بر روی خوش‌بینی ($P=0/001$, $\beta=2=0/21$) و اثر غیرمستقیم بر بهزیستی با مقدار ۰/۱۳۰ دارد.

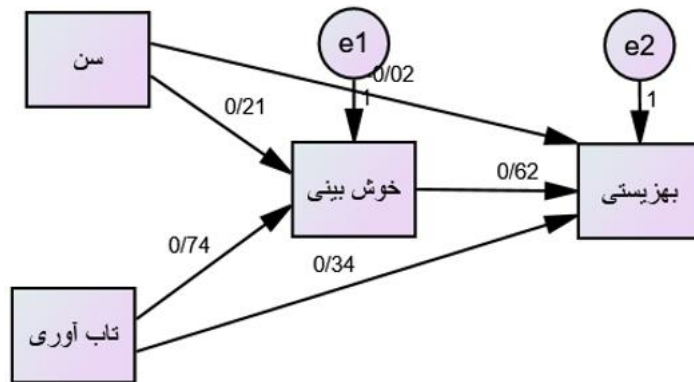
موافق "با توجه به پیامدهای زندگی به آن پاسخ می‌دهند. در نسخه‌ی تجدید نظر شده‌ی آزمون شی‌یر و همکاران (۱۹۹۴)، ۳ گویه ۱، ۴ و ۱۰ به صورت مثبت و ۳ گویه ۳، ۷ و ۹ به صورت منفی و گویه‌های ۲، ۵، ۶ و ۸ به عنوان گویه‌های انحرافی که هدف آن دقت مشارکت‌کنندگان در پاسخ است، نام‌گذاری شده‌اند و در نمره‌گذاری آزمون محاسبه نمی‌شوند (۲۹). خدایی، زارع، علی‌پور و شگری (۱۳۹۵)، در بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی نسخه‌ی تجدید نظر شده، نشان دادند که این مقیاس از دو عامل خوش‌بینی و بدبینی تشکیل شده و با داده‌ها برازش مطلوبی دارد و بررسی روایی سازه، نشان‌دهنده‌ی روایی همگرایی و افتراقی مقیاس بود. همچنین ضریب همسانی درونی آزمون، برای خوش‌بینی ۰/۸۸ و برای بدبینی ۰/۷۷ بود. در بررسی‌ای که به منظور هنجاریابی، پایایی و روایی مقیاس خوش‌بینی انجام شد، نتایج به دست آمده‌ی پایایی بر اساس روش بازآزمایی و آلفای کرونباخ، به ترتیب ۰/۸۷ و ۰/۷۴ بود و ضریب روایی هم‌زمان بین مقیاس خوش‌بینی با افسردگی و خود تسلط‌یابی، به ترتیب ۰/۶۵- و ۰/۷۲ به دست آمد (۳۱).

مقیاس تاب‌آوری اقتصادی

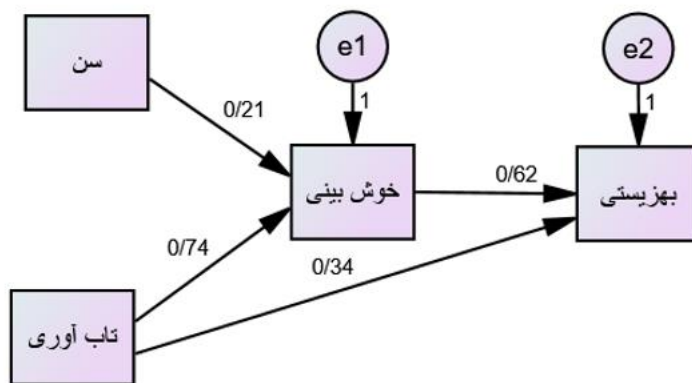
مقیاس محقق‌ساخته‌ای شامل ۱۸ عبارت است که هر گویه، دارای طیف لیکرت ۵ درجه‌ای (کاملاً موافقم، موافقم، نظری ندارم، مخالفم و کاملاً مخالفم) است که به ترتیب از "کاملاً موافقم" تا "کاملاً مخالفم" نمره‌های ۵ تا ۱ کسب می‌کنند. تنها گویه‌ی آخر به دلیل معکوس بودن آن، نمره‌گذاری معکوس می‌شود. تحلیل عاملی اکتشافی این مقیاس، نشان‌دهنده‌ی ۳ عامل بود که در مجموع ۴۲/۴۵ درصد واریانس کل مقیاس را تبیین می‌کرد و بر اساس هدف، به نام‌های تحلیل مسئله، خودکارآمدی و سازگاری و انعطاف‌پذیری نامیده شدند؛ و تحلیل عاملی تأییدی، نشان‌دهنده‌ی برازش مناسب مدل سه‌عاملی مرتبه‌ی دوم بود. در بررسی روایی همگرایی این مقیاس با مقیاس تاب‌آوری کانر و دیویدسون ۰/۶۰ و روایی افتراقی این مقیاس با مقیاس سلامت عمومی به ترتیب برای نشانه‌های جسمانی، اضطراب و بی‌خوابی، نارساکنش‌وری اجتماعی، افسردگی و نمره کل سلامت عمومی به ترتیب ۰/۱۹، ۰/۲۶، ۰/۲۹، ۰/۲۸، ۰/۳۱- به دست آمد. شاخص‌های نسبت روایی محتوایی (CVR) و شاخص روایی محتوایی (CVI) توسط ۵ تن از اساتید گروه اقتصاد و ۴ تن از اساتید حوزه‌ی روانشناسی، به ترتیب ۰/۸۰ و ۰/۷۸ به دست آمد. پایایی کل آزمون برای ۱۸ گویه با

جدول ۱. همبستگی بین متغیرها

سن	خوش بینی	تاب آوری اقتصادی	بهبودی روان شناختی		
**./۴۴۲	**./۸۸۷	**./۸۲۰	۱	همبستگی پیرسون	بهبودی روان شناختی
./۰۰۰	./۰۰۰	./۰۰۰		سطح معناداری	
**./۴۳۱	**./۷۸۳	۱	**./۸۲۰	همبستگی پیرسون	تاب آوری اقتصادی
./۰۰۰	./۰۰۰		./۰۰۰	سطح معناداری	
**./۴۹۷	۱	**./۷۸۳	**./۸۸۷	همبستگی پیرسون	خوش بینی
./۰۰۰		./۰۰۰	./۰۰۰	سطح معناداری	
۱	**./۴۹۷	**./۴۳۱	**./۴۴۲	همبستگی پیرسون	سن
	./۰۰۰	./۰۰۰	./۰۰۰	سطح معناداری	



نمودار ۲. مدل رابطه بین تاب آوری اقتصادی و بهبودی روان شناختی با نقش واسطه‌ای خوش بینی در کسب‌وکارهای کوچک و متوسط



نمودار ۳. مدل اصلاح‌شدهی رابطه بین تاب آوری اقتصادی و بهبودی روان شناختی با نقش واسطه‌ای خوش بینی در کسب‌وکارهای کوچک و متوسط

جدول ۲. شاخص‌های نیکویی برازش مدل پژوهش

شاخص	RMSEA	GFI	TLI	IFI	NFI	CFI	CMIN/DF
مقدار	۰/۰۴۵	۰/۹۲	۰/۸۱	۰/۹۳	۰/۹۳	۰/۹۳	۲/۶۰

جدول ۳. اثر مستقیم، غیرمستقیم و اثرات کل استانداردشده متغیرهای موجود در مدل پژوهش

مسیرهای	متغیرها	اثر مستقیم	اثر غیرمستقیم	اثر کلی
به خوش‌بینی از	تاب‌آوری	۰/۷۴۲**	-	۰/۷۴۲**
به بهزیستی از	تاب‌آوری	۰/۳۳۹**	۰/۴۶۱**	۰/۸۰۰**
به بهزیستی از	خوش‌بینی	۰/۳۸۱**	-	۰/۳۸۱**
به بهزیستی از	سن	۰/۱۳۰**	۰/۱۳۰**	۰/۱۳۰**
به خوش‌بینی از	سن	۰/۲۰۹**	۰/۲۰۹**	۰/۲۰۹**

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش، با هدف بررسی نقش واسطه‌ای خوش‌بینی در رابطه بین تاب‌آوری اقتصادی و سن با بهزیستی روان‌شناختی در افراد دارای کسب‌وکارهای کوچک و متوسط و در شرایط کووید-۱۹ انجام شد.

نتایج، نشان داد که تاب‌آوری، به صورت مستقیم باعث افزایش بهزیستی روان‌شناختی می‌شود که با پژوهش‌های ریف و همکاران (۲۰۰۳)، حسن‌زاده نمین و همکاران (۱۳۹۸)، خانجانی و همکاران (۱۳۹۷)، لازاروس^۱ (۲۰۰۴)، سلیمانی و همکاران (۱۳۹۳)، رضانی و همکاران (۱۳۹۶)، بشارت و همکاران (۲۰۰۸) و بهادری و همکاران (۱۳۹۰) هم‌راستا است. همچنین تاب‌آوری، بر خوش‌بینی بر بهزیستی روان‌شناختی تأثیر دارد که با پژوهش‌های ناعمی (۲۰۱۴) و سوری و همکاران (۱۳۹۳) هم‌راستا است و نشان می‌دهد افراد دارای تاب‌آوری اقتصادی، توانایی مقابله با شرایط ناگوار را داشته و در نتیجه، بهزیستی روان‌شناختی مناسبی دارند. زمانی که تاب‌آوری بالا باشد، افراد قدرت مقابله با مشکلات و سختی‌های زندگی حتی در زمینه‌ی شغلی و مشکلات اجتماعی را دارند و تلاش خود را در جهت رسیدن به موفقیت، بیشتر می‌کنند. ماستن، تاب‌آوری را عامل توانمندی افراد در جهت تغییرات و پیامدهای غیرمنتظره می‌داند (۳۴). تاب‌آوری، علی‌رغم انطباق با تجربیات آسیب‌زا، باعث می‌شود که فرد قدرت بازگشت و رشد به شیوه‌ی مؤثر در برابر شرایط سخت و نامناسب را داشته باشد (۳۵). واژه‌ی تاب‌آوری، در توصیف صفت شخصیتی پایدار یا توانایی که افراد را نسبت به آثار منفی خطر و بلا یا مصون نگه می‌دارد، به کار می‌رود و انسان تاب‌آور، قادر است تا بر عوامل استرس‌زای زندگی چیره شده و با آن به مقابله بپردازد (۳۶).

نتایج، نشان‌دهنده‌ی تأثیر خوش‌بینی بر بهزیستی روان‌شناختی و نقش واسطه‌ای آن در رابطه‌ی بین تاب‌آوری اقتصادی و سن با بهزیستی روان‌شناختی است

که این نتایج، با تحقیقات علی بیک و همکاران (۱۳۹۱)، زینی‌وند و همکاران (۱۳۹۳)، مهرآفرید و همکاران (۱۳۹۴)، کارور و همکاران (۲۰۱۰) هم‌راستا است. در تبیین این فرضیه، می‌توان گفت که افراد خوش‌بین به دلیل طرز نگرش در موقعیت‌های استرس‌آور همچون شرایط استرس‌زا و بیماری‌ها، سطح تنش کمی دارند و در نتیجه، سلامت روانی و جسمانی آن‌ها افزایش می‌یابد. همچنین نتایج، حاکی از آن است که سن با تأثیر بر خوش‌بینی، باعث افزایش بهزیستی روان‌شناختی می‌شود؛ که این نتایج با پژوهش اورنگ و همکاران (۱۳۹۷) هم‌راستا است. در تبیین این فرضیه، می‌توان گفت که افزایش سن، باعث افزایش هدفمندی در زندگی می‌شود که بر اساس نظریه‌ی هدف‌گایی (۴۰)، دستیابی به این هدفمندی باعث شادکامی و در نتیجه، خوش‌بینی می‌گردد و خوش‌بینی نیز در بهزیستی روان‌شناختی مؤثر است. همچنین سن، عامل مؤثری در تنظیم هیجانات مثبت و منفی و پاسخ مناسب در برابر شرایط محیطی است؛ بنابراین، می‌توان بیان کرد که متغیرهای مورد مطالعه در این پژوهش، می‌تواند کمک مؤثر زیادی در جهت حفظ روحیه و مقاومت در شرایط حاضر برای این نوع از قشر اقتصادی فراهم کند؛ بنابراین، پیشنهاد می‌شود که در این زمینه مداخلات آموزش و درمانی مناسبی صورت گیرد. از محدودیت‌های این تحقیق، می‌توان بیان کرد که جامعه‌ی این تحقیق، استان کرمان است و در تعمیم یافته‌ها به استان‌های دیگر باید احتیاط کرد؛ در نتیجه، پیشنهاد می‌شود که تحقیقاتی دیگر در استان‌های دیگر انجام شده تا زمینه جهت تعمیم‌پذیری یافته‌ها فراهم آید. همچنین پیشنهاد می‌شود که در زمینه‌ی متغیرهای مداخله‌کننده و مؤثر دیگر با توجه به شرایط حاضر، پژوهش‌های مختلفی برای کمک به این قشر انجام شود.

منابع

- Zangrillo A, Beretta L, Silvani P, Colombo S, Scandroglio AM, Dell'Acqua A, et al. Fast reshaping of intensive care unit facilities in a large metropolitan hospital in Milan, Italy: facing the COVID-19 pandemic

11. Lazarus

- vulnerability and resilience: concepts and measurements. Oxford development studies. 2009 Sep 1;37(3):229-47.
15. Agaibi CE, Wilson JP. Trauma, PTSD, and resilience: A review of the literature. *Trauma, Violence, & Abuse*. 2005 Jul;6(3):195-216.
 16. Ryff CD, Singer B. Flourishing under fire: Resilience as a prototype of challenged thriving 2003.
 17. Hasanzadeh Namin F, Peymani J, Ranjbaripoor T, Abolmaali Alhoseini K. Predictive model of psychological well-being based on resilience considering the mediating role of perceived stress, *The Journal of Psychological Science*. 2019; 18 (77) :569-578. [Persian]
 18. Khanjani M, Sohrabi F, Aazami Y. The Effectiveness of Resilience and Stress Management Training Program on Psychological Well-being, Meaning of Life, Optimism, and Satisfaction of Life in Female-Headed Households. *IJPN*. 2018; 6 (2) :1-11. [Persian]
 19. Lazarus, A. (2004). Relationships among indicators of child and family resilience and adjustment following the September 11, 2001 tragedy. *The Emory center for myth and ritual in American life*.
 20. Ramezani S, Mohammadi N, Alizadeh Chhar Borjeh T, Rahmani S. The Effectiveness of Resilient Education on the Coping Style and Optimism of Unprotected and Neglected children. *J Child Ment Health*. 2018; 4 (4) :46-58. [Persian]
 21. Besharat M, Salehi M, Shahmohammadi K, Nadali H, Zebardast A. Relations of resilience and hardiness with sport achievement and menatal health in a sample of athletes. *Contemp Psychol*. 2008;3(2):38-49.
 22. Bahadori Khosroshahi J, Hashemi Nosrat Abad T T. The relation ship between social anxiety , optimism and self-efficacy with psychological well-being in students. *Stud Med Sci*. 2012; 23 (2) :115-122. [Persian]
 23. Suri H, Hejazi E, & Suri Nejad M, The relation ship between social anxiety , optimism and self- efficacy with psychological well-being in students: the mediating role of optimism. *Journal of Knowledge and research in applied psychology*, 2014, 15(1):5-15.
 24. Carver CS, Scheier MF, Segerstrom SC. Optimism. *Clinical psychology review*. 2010 Nov 1;30(7):879-89.
 25. Ho MY, Cheung FM, Cheung SF. The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and individual differences*. 2010 Apr 1;48(5):658-63.
 26. Feldman DB, Kubota M. Hope, self-efficacy, optimism, and academic achievement: Distinguishing constructs and levels of specificity in predicting college grade-point average. *Learning and Individual Differences*. 2015 Jan 1;37:210-6.
 27. Luszczynska A, Gutiérrez-Doña B, Schwarzer R. General self-efficacy in various domains of human functioning: Evidence from five countries. *International journal of emergency. Critical care and resuscitation: journal of the Australasian Academy of Critical Care Medicine*. 2020.
 2. shahyad S, Mohammadi M T. Psychological Impacts of Covid-19 Outbreak on Mental Health Status of Society Individuals: A Narrative Review. *J Mil Med*. 2020; 22 (2) :184-192 [Persian]
 3. Chen Q, Liang M, Li Y, Guo J, Fei D, Wang L, et al. Mental health care for medical staff in China during the COVID-19 outbreak. *The lancet Psychiatry*. 2020;7(4):e15-e6.
 4. Amboise, G; Muldowney, M. (1988); «Management theory for small business: attempts and requirements»; *The Academy of Management Review*; Vol. 13, No. 2, Apr., 1988.
 5. Karimi, A., Bankipour, B., Ahmadpour Daryani, M. Analysis of the Mechanisms of Small and Medium Enterprises (SMEs) Development in Qazvin Province. *Journal of Entrepreneurship Development*, 2014; 7(2): 305-326. doi: 10.22059/jed.2014.52063. [Persian]
 6. Bahadorikhosroshahi, J., Hashemi Nosrat abad, T., Babapur Kheyroddin, J. The Relationship between Social Capital and Psychological Well-being among the Students of Tabriz University. *Social Cognition*, 2015; 3(2): 44-54. [Persian]
 7. Linley PA, Maltby J, Wood AM, Osborne G, Hurling R. Measuring happiness: The higher order factor structure of subjective and psychological well-being measures. *Personality and individual differences*. 2009 Dec 1;47(8):878-84.
 8. Ryff CD. Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*. 1989 Dec;57(6):1069.
 9. Goldsmith AH, Veum JR, Darity Jr W. Unemployment, joblessness, psychological well-being and self-esteem: Theory and evidence. *The Journal of Socio-Economics*. 1997 Jan 1;26(2):133-58.
 10. Connor KM, Davidson JR. Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and anxiety*. 2003 Sep;18(2):76-82.
 11. Zautra AJ, Hall JS, Murray KE. Resilience: a new definition of health for people and communities.. (2010).
 12. Karairmak Ö. Establishing the psychometric qualities of the Connor–Davidson Resilience Scale (CD-RISC) using exploratory and confirmatory factor analysis in a trauma survivor sample. *Psychiatry research*. 2010 Oct 30;179(3):350-6.
 13. Rose, A, “Defining and measuring economic resilience to disasters”, *Disaster Prevention and Management: An International Journal*, 2004, 13(4), 307-314.
 14. Briguglio L, Cordina G, Farrugia N, Vella S. Economic

35. Cenat JM, Derivois D. Psychometric properties of the Creole Haitian version of the Resilience Scale amongst child and adolescent survivors of the 2010 earthquake. *Compr Psychiatry*. 2014;55(2):388-95. DOI: 10.1016/j.comppsy.2013.09.008 PMID: 24262119.
36. Grych J, Hamby S, Banyard V. The resilience portfolio model: Understanding healthy adaptation in victims of violence. *Psychology of Violence*. 2015 Oct;5(4):343.
37. Alibake F, Ahmady A, Farahbakhsh K, Abedi A, Alibake M. The Effect of Optimism Training on Quality of Life among Dormitory Female Students at Isfahan Medical University. *Iranian Journal of Medical Education*. 2012; 12 (9) :709-720. [Persian]
38. zinivand, M., kazemi, F., salimi, H. education for parents of children with cancer 7-3 benchmark hospital in Tehran in 1392. *Counseling Culture and Psychotherapy*, 2014; 5(19): 34-50. [Persian]
39. Orang S, Hashemi Razini H, Ramshini M, Orang T. Investigating the Meaning of Life and Psychological Well-being, in Youth, Adults, and Elderly (A Comparative Study of Three Age Groups). *Salmand: Iranian Journal of Ageing*. 2018; 13 (2) :182-197. [Persian]
40. Diener E. What is positive about positive psychology: The curmudgeon and Pollyanna. *Psychological Inquiry*. 2003 Jan 1;14(2):115-20.
41. Haghdoost A. Trend of the COVID-19 Pandemic in IRAN. *Iranian Journal of Culture and Health Promotion*. 3. 2020; 4 (1) :14-19. [Persian]
42. Ryff CD, Keyes CL. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*. 1995 Oct;69(4):719.
28. Mehafarid M, Khakpour M, Jajarmi M, Alizadeh mousavi A. Effectiveness of positive thinking training on hardiness & resilience and Job burnout in women nurses. *3 JNE*. 2015; 4 (1) :72-83. [Persian]
29. Scheier MF, Carver CS. Optimism, coping, and health: assessment and implications of generalized outcome expectancies. *Health psychology*. 1985;4(3):219.
30. Khodaei A, Zare H, Alipour A, Shokri O. Psychometric properties of the revised version of the life orientation test. *Journal of applied psychology*, 2016;10,3(39):387-405. [Persian]
31. Kagbaf MB, Arizi HR, Khodabakhshi M. Standardization, Reliability, and Validity of Optimism Scale in Esfahan and a Survey of Relationship between Optimism, Self mastery, and Depression. *Journal of Psychological Studies*, 2006; 2(1): 51-68. doi: 10.22051/psy.2006.1678. [Persian]
32. Khanjani, M., Shahidi, S., Fathabadi, J., Mazaheri, M., Shokri, O. Factor structure and psychometric properties of the Ryff's scale of Psychological well-being, short form (18-item) among male and female students. *Thoughts and Behavior in Clinical Psychology*, 2014; 9(32): 27-36. [Persian]
33. Naemi, &. The Effect of Resiliency Training on Mental Health, Optimism and Life Satisfaction of Female-Headed Households. *Positive Psychology Research*, 2015; 1(3): 33-44. [Persian]
34. Masten AS. Ordinary magic. Resilience processes in development. *Am Psychol*. 2001;56(3):227-38. PMID: 11315249.