

Development and Validation of a Wisdom-Based Educational Package and Examination of Its Effectiveness on Psychological Capital

Nastaran Mehrzad



Corresponding Author, PhD Student in Educational Psychology, Science and Research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran. E-mail: n.mehrzad@atu.ac.ir

Jalil Younesi*



Professor, Department of Assessment and Measurement, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran. E-mail: jalilyounesi@gmail.com

Nourali Farrokhi



Professor, Department of Assessment and Measurement, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran. E-mail: farrokhinoorali@gmail.com

Fariborz Dortaj



Professor, Department of Educational Psychology, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran. E-mail: dortaj@atu.ac.ir

Abstract

The present study aimed to develop and validate a wisdom-based educational package and to determine its effectiveness on students' psychological capital. This research was conducted using a quasi-experimental design (pretest–posttest with experimental and control groups) alongside an educational package development and validation approach. The statistical population in the quantitative phase consisted of students from the Faculty of Psychology and Educational Sciences at Allameh Tabataba'i University during the 2024–2025 academic year. A sample was selected through convenience sampling and then randomly assigned to experimental and control groups. In the first phase, the wisdom-based educational package was developed based on theoretical foundations and previous studies, and its content validity was examined and confirmed using content validity indices (CVR and CVI) and expert judgments from specialists in psychology and educational sciences. In the second phase, the experimental group participated in eight sessions of the wisdom-based educational package, while the control group received no intervention. Data were collected using the Psychological Capital Questionnaire, which was administered at the pretest and posttest stages. Data were analyzed using descriptive statistics and analysis of covariance (ANCOVA) via SPSS version 26. The findings indicated that the wisdom-based educational package demonstrated satisfactory content validity. Moreover, the results showed that after controlling for pretest effects, the mean scores of psychological capital in the experimental group were significantly higher than those in the control group. Overall, the results support the validity and effectiveness of the wisdom-based educational package and emphasize its applicability in educational programs and university-based psychological interventions aimed at enhancing students' psychological capital.

Keywords: wisdom-based educational package, self-compassion, happiness, students



اندازه‌گیری تربیتی
<https://jem.atu.ac.ir/>

تدوین و اعتباریابی بسته آموزشی خردورزی و تعیین اثربخشی آن بر سرمایه روان‌شناختی

نسترن مهرزاد *

دانشجوی دکتری رشته روانشناسی تربیتی واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران. رایانامه: n.mehrzad@atu.ac.ir

جلیل یونسی

نویسنده مسئول، استاد گروه سنجش و اندازه‌گیری دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.. رایانامه: jalilyounesi@gmail.com

نورعلی فرخی

استاد گروه سنجش و اندازه‌گیری دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران. رایانامه: farrokhinoorali@gmail.com

فریبرز درتاج

استاد گروه روانشناسی تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.. رایانامه: dortaj@atu.ac.ir

چکیده

پژوهش حاضر با هدف تدوین و اعتباریابی بسته آموزشی خردورزی و تعیین اثربخشی آن بر سرمایه روان‌شناختی دانشجویان انجام شد. این پژوهش به صورت طرح نیمه‌آزمایشی (پیش‌آزمون و پس‌آزمون همراه با گروه آزمایش و گروه کنترل) و با رویکرد تدوین و اعتبارسنجی بسته آموزشی اجرا گردید. جامعه آماری پژوهش در بخش کمی شامل دانشجویان دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بود که نمونه‌ای از آنان به روش در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی ساده در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. در مرحله نخست، بسته آموزشی خردورزی بر اساس مبانی نظری و پژوهش‌های پیشین تدوین شد و روایی محتوایی آن با استفاده از شاخص‌های روایی محتوا (CVR و CVI) و نظر متخصصان حوزه روان‌شناسی و علوم تربیتی مورد بررسی و تأیید قرار گرفت. در مرحله دوم، گروه آزمایش در هشت جلسه بسته آموزشی خردورزی شرکت کرد، در حالی که گروه کنترل مداخله‌ای دریافت نکرد. ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی بود که در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون اجرا شد. داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی و آزمون تحلیل کوواریانس از طریق نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ تحلیل گردید. یافته‌ها نشان داد که بسته آموزشی خردورزی از روایی محتوایی مطلوبی برخوردار است. همچنین نتایج تحلیل داده‌ها حاکی از آن بود که پس از کنترل اثر پیش‌آزمون، میانگین نمرات سرمایه روان‌شناختی در گروه آزمایش به طور معناداری بالاتر از گروه کنترل است. در مجموع، نتایج پژوهش حاضر از اعتبار و اثربخشی بسته آموزشی خردورزی حمایت کرده و بر قابلیت کاربرد آن در برنامه‌های آموزشی و مداخلات روان‌شناختی دانشگاهی با هدف ارتقای سرمایه روان‌شناختی دانشجویان تأکید دارد.

کلیدواژه‌ها: بسته آموزشی خردورزی، خودشفقت‌ورزی، شادکامی، دانشجویان

استناد به این مقاله: مهرزاد، نسترن، یونسی، جلیل، فرخی، نورعلی، و درتاج، فریبرز. (۱۴۰۴). تدوین و اعتباریابی بسته آموزشی خردورزی و تعیین اثربخشی آن بر سرمایه روان‌شناختی. اندازه‌گیری تربیتی، ۲۱(۷۶)، ۴۵-۷۷. <https://doi.org/10.29253/2538-3183.76.45-77>

© ۲۰۱۶ دانشگاه علامه طباطبائی
 ناشر: دانشگاه علامه طباطبائی



مقدمه

در سال‌های اخیر، پژوهش‌های حوزه روان‌شناسی تربیتی و اندازه‌گیری آموزشی به‌طور فزاینده‌ای بر شناسایی و پرورش سازه‌های مثبت روان‌شناختی متمرکز شده‌اند که نقش تعیین‌کننده‌ای در سازگاری تحصیلی، سلامت روان و کارکرد بهینه فراگیران ایفا می‌کنند. در این میان، سرمایه روان‌شناختی به‌عنوان سازه‌ای مرکب متشکل از خودکارآمدی، امید، خوش‌بینی و تاب‌آوری، جایگاه ویژه‌ای در تبیین پیامدهای آموزشی، انگیزشی و بهزیستی یافته است (Avey et al., 2009؛ Chen et al., 2019؛ Luthans et al., 2007؛ Luthans & Youssef-Morgan, 2017؛ کریمی، ۱۴۰۱). شواهد پژوهشی نشان می‌دهد که سرمایه روان‌شناختی با رضایت از زندگی، عملکرد تحصیلی و سلامت روان رابطه مثبت دارد و در مقابل، با فشار روانی و فرسودگی رابطه منفی نشان می‌دهد (Carmona-Halty et al., 2021؛ Finch et al., 2020؛ López-Núñez et al., 2020؛ احمدنیا و همکاران، ۱۴۰۳).

با وجود این، بخش قابل توجهی از مطالعات موجود در این حوزه، به سنجش توصیفی یا تحلیل روابط همبستگی سرمایه روان‌شناختی محدود مانده‌اند و کمتر به طراحی و ارزیابی مداخلات آموزشی هدفمند برای ارتقای این سازه پرداخته‌اند. از منظر اندازه‌گیری تربیتی، این خلأ زمانی برجسته‌تر می‌شود که مداخلات آموزشی فاقد چارچوب نظری منسجم، تعریف عملیاتی روشن مؤلفه‌ها و شواهد معتبر روایی و پایایی باشند؛ امری که تفسیر نتایج و قابلیت تعمیم آن‌ها را با چالش مواجه می‌سازد (Field, 2013). از سوی دیگر، ادبیات سرمایه روان‌شناختی تصریح می‌کند که PsyCap یک «منبع توسعه‌پذیر» است و می‌توان آن را از طریق مداخلات آموزشی و ریزمداخله‌ها ارتقا داد؛ بنابراین، تدوین بسته‌های آموزشی با پشتوانه نظری روشن و شواهد روایی کافی، یک ضرورت روش‌شناختی و کاربردی محسوب می‌شود (Luthans et al., 2006؛ Luthans et al., 2008؛ Newman et al., 2014).

در این راستا، خرد و خردورزی به‌عنوان یکی از عالی‌ترین ظرفیت‌های روان‌شناختی انسان، توجه فزاینده‌ای را در پژوهش‌های معاصر به خود جلب کرده است. خرد نه صرفاً

انباشت دانش، بلکه توانایی قضاوت سنجیده، تصمیم‌گیری متعادل و ادغام شناخت، هیجان و ارزش‌ها در موقعیت‌های پیچیده و عدم قطعیت‌آمیز زندگی است (Sternberg, 2010; Sternberg & Karami, 2021; Jeste et al., 2019; Zhang et al., 2023). برخلاف دیدگاه‌های سنتی که خرد را پدیده‌ای وابسته به افزایش سن می‌دانستند، شواهد جدید نشان می‌دهد که خردورزی قابلیت‌ی رشدپذیر و آموزش‌پذیر است و می‌توان آن را از طریق برنامه‌های آموزشی ساختاریافته تقویت کرد (Bruya & Ardelt, 2018; Sternberg et al., 2013; شوقی و همکاران، ۱۴۰۱؛ کریمی، ۱۴۰۱).

از منظر مفهومی، خردورزی با مؤلفه‌هایی نظیر خوداندیشی، تنظیم هیجان، همدلی، پذیرش عدم قطعیت و معناجویی پیوند دارد؛ مؤلفه‌هایی که به‌طور نظری و تجربی با اجزای سرمایه روان‌شناختی همپوشانی معنادار دارند (Vasconcelos, 2022; Zacher & Staudinger, Csikszentmihalyi & Nakamura, 2014; 2018). افراد خردمند به دلیل برخورداری از نگاه کل‌نگر، انعطاف‌پذیری شناختی و حساسیت اخلاقی، در مواجهه با چالش‌ها از تاب‌آوری بالاتری برخوردارند، آینده را واقع‌بینانه‌تر ارزیابی می‌کنند و باور بیشتری به توانمندی‌های خود برای مدیریت شرایط دشوار دارند؛ ویژگی‌هایی که هسته مفهومی سرمایه روان‌شناختی را تشکیل می‌دهند (Hariri & Jeengar & Nanglu, Weststrate & Glück, 2017; Atarodi, 2016; 2025؛ لاتویا، ۲۰۱۳؛ کریمی، ۱۴۰۱).

با این حال، مرور ادبیات پژوهش نشان می‌دهد که علی‌رغم پشتوانه نظری قوی، بسته‌های آموزشی خردورزی که به‌صورت نظام‌مند تدوین و از نظر روایی محتوایی اعتباریابی شده باشند، اندک‌اند و به‌ویژه مطالعاتی که اثربخشی چنین بسته‌هایی را بر سرمایه روان‌شناختی با طرح‌های نیمه‌آزمایشی و تحلیل‌های سنجشی دقیق بررسی کرده باشند، محدود است. افزون بر این، در بسیاری از پژوهش‌ها فرایند تدوین بسته آموزشی، شاخص‌های تصمیم‌گیری درباره گویه‌ها و معیارهای پذیرش یا حذف محتوا به‌طور شفاف گزارش نشده است؛ امری که از منظر اندازه‌گیری تربیتی، ارزیابی کفایت علمی مداخله را دشوار می‌سازد. در همین راستا، پژوهش‌هایی که به «طراحی بسته آموزش خرد» پرداخته‌اند، بر ضرورت تدوین مبتنی

بر نظریه و گزارش شفاف شاخص‌های روایی (از جمله روایی محتوا) تأکید دارند (آسمانی و شوقی، ۱۳۹۹؛ Bruya & Ardel, 2018؛ Mirdavood et al., 2024). همچنین برخی پژوهش‌های داخلی نیز نشان داده‌اند آموزش خرد می‌تواند به بهبود سرمایه روان‌شناختی منجر شود، اما همچنان نیاز به بسته‌های تدوین‌شده و اعتباریابی‌شده با گزارش دقیق معیارهای پذیرش/حذف محتوا و آزمون اثربخشی باقی است (شوقی و همکاران، ۱۴۰۱؛ کریمی، ۱۴۰۱).

بر این اساس، پژوهش حاضر با هدف تدوین و اعتباریابی بسته آموزشی خردورزی و بررسی اثربخشی آن بر سرمایه روان‌شناختی دانشجویان انجام شده است. این مطالعه می‌کوشد با بهره‌گیری از رویکردی ترکیبی، از یک سو با استفاده از قضاوت متخصصان و شاخص‌های روایی محتوایی به اعتباریابی بسته آموزشی پردازد و از سوی دیگر، با به‌کارگیری طرح نیمه‌آزمایشی پیش‌آزمون-پس‌آزمون و تحلیل‌های آماری مناسب، اثربخشی این بسته را بر سرمایه روان‌شناختی ارزیابی کند. انتظار می‌رود یافته‌های این پژوهش، ضمن غنای ادبیات نظری خردورزی و سرمایه روان‌شناختی، برای پژوهشگران حوزه سنجش آموزشی، طراحان برنامه‌های درسی و متخصصان مداخلات تربیتی، دلالت‌های روش‌شناختی و کاربردی معناداری به همراه داشته باشد.

روش^۱

روش پژوهش حاضر از نظر هدف، در مرحله تدوین بسته آموزشی خردورزی بنیادی و در مرحله بررسی اثربخشی بسته آموزشی کاربردی بود و از نظر ماهیت با رویکرد آمیخته (کیفی-کمی) انجام شد. در بخش کیفی پژوهش، تدوین و اعتباریابی بسته آموزشی خردورزی و در بخش کمی، ارزیابی اثربخشی آن بر سرمایه روان‌شناختی با استفاده از طرح نیمه‌آزمایشی پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل صورت گرفت. در بخش کیفی، به‌منظور استخراج مؤلفه‌ها و تدوین محتوای بسته آموزشی خردورزی، از روش تحلیل مضمون بر اساس الگوی آتراید-استرلینگ (۲۰۰۱) استفاده شد. در این

روش، مضامین به صورت استقرایی و در سه سطح مضامین پایه، سازمان دهنده و فراگیر شناسایی و سازمان دهی شدند. فرایند تحلیل مضمون شامل سه مرحله کلی کاهش و تفکیک متن، کشف متن و ادغام و تفسیر یافته ها بود. بدین ترتیب، داده های متنی مرتبط با خردمندی کدگذاری اولیه شدند، مضامین پایه در قالب مضامین سازمان دهنده گروه بندی شد و در نهایت، مضامین فراگیر به عنوان الگوهای مفهومی کلان استخراج گردید. بر اساس نتایج این تحلیل و با اتکا به دیدگاه نظریه پردازان معاصر خردمندی، مؤلفه های اصلی بسته آموزشی شامل تفکر باز و تحلیلی، تنظیم هیجانی، شفقت ورزی و همدلی، تجربه گرایی و یادگیری از زندگی، جهت گیری اخلاقی و معنابخشی، و تعادل منافع انتخاب شد.

پس از تدوین اولیه بسته آموزشی، روایی محتوایی آن با استفاده از نظر ۱۰ نفر از متخصصان حوزه روان شناسی، علوم تربیتی و فلسفه تعلیم و تربیت بررسی شد. برای این منظور، از شاخص نسبت روایی محتوا (Content Validity Ratio; CVR) بر اساس روش لاوشه (۱۹۷۵) استفاده گردید. پس از ارائه اهداف بسته آموزشی و تعاریف عملیاتی مؤلفه ها به متخصصان، از آنان خواسته شد ضرورت هر یک از مؤلفه ها و فعالیت های آموزشی را بر اساس مقیاس سه درجه ای لاوشه (ضروری، مفید ولی غیر ضروری، غیر ضروری) ارزیابی کنند. بر اساس جدول مقادیر بحرانی لاوشه، حداقل مقدار قابل قبول CVR برای ۱۰ داور برابر با ۰/۶۲ در نظر گرفته شد. نتایج نشان داد که تمامی مؤلفه ها و فعالیت هایی که در نسخه نهایی بسته آموزشی حفظ شدند، دارای مقدار CVR بالاتر از حداقل مقدار معیار بودند. مواردی که مقدار CVR آن ها کمتر از مقدار معیار بود، حذف یا پس از اصلاح محتوایی مجدداً بازبینی شدند. در نهایت، بسته آموزشی خردورزی با برخورداری از روایی محتوایی مطلوب در قالب هشت جلسه آموزشی ساختار یافته نهایی شد. در بخش کمی پژوهش، روش اجرا از نوع نیمه آزمایشی با طرح پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری این بخش شامل کلیه دانشجویان رشته های روان شناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی در سال تحصیلی ۱۴۰۳-۱۴۰۴ بود. نمونه گیری به شیوه در دسترس و داوطلبانه انجام شد؛ بدین صورت که دانشجویان واجد شرایط ورود به پژوهش به طور داوطلبانه برای شرکت در مطالعه اعلام آمادگی کردند. در مجموع، ۴۰ نفر به عنوان

نمونه پژوهش انتخاب و سپس با گمارش تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل (هر گروه ۲۰ نفر) قرار گرفتند (دلاور، ۱۳۹۷). ملاک‌های ورود شامل رضایت آگاهانه برای شرکت در پژوهش، سکونت در تهران یا خوابگاه، و اشتغال به تحصیل در رشته‌های روان‌شناسی یا علوم تربیتی بود و غیبت بیش از یک جلسه یا عدم همکاری مؤثر در طول دوره به‌عنوان ملاک خروج در نظر گرفته شد.

در ابتدای پژوهش، پیش‌آزمون برای هر دو گروه آزمایش و کنترل اجرا شد. سپس بسته آموزشی خردورزی طی هشت جلسه برای گروه آزمایش اجرا گردید، در حالی که گروه کنترل در این مدت مداخله‌ای دریافت نکرد. پس از پایان جلسات آموزشی، پس‌آزمون از هر دو گروه به عمل آمد. همچنین، پس از پایان پژوهش و مطابق اصول اخلاق پژوهش، در صورت تمایل گروه کنترل، بسته آموزشی برای آنان نیز ارائه شد.

برای تحلیل داده‌ها، ابتدا شاخص‌های توصیفی شامل میانگین و انحراف معیار محاسبه شد و سپس برای آزمون فرضیه‌ها از تحلیل کوواریانس تک‌متغیری و در صورت لزوم از تحلیل کوواریانس چندمتغیری با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۲۶ استفاده گردید (Field, 2013). پیش‌فرض‌های لازم برای اجرای تحلیل کوواریانس پیش از انجام تحلیل‌ها بررسی و تأیید شد. در تمامی مراحل پژوهش، ملاحظات اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، محرمانه نگه داشتن اطلاعات، اختیاری بودن مشارکت و حق انصراف آزمودنی‌ها رعایت شد و داده‌ها صرفاً در راستای اهداف علمی پژوهش مورد استفاده قرار گرفت.

ابزار سنجش

مقیاس سرمایه‌ی روان‌شناختی لوتانز (۲۰۰۷): پرسشنامه سرمایه روان‌شناختی توسط لوتانز و همکاران به منظور سنجش نیروهای روان‌شناختی مثبت طراحی شدند. این پرسشنامه مشتمل بر ۲۴ سؤال و دارای چهار مؤلفه خوش‌بینی، امید، تاب‌آوری و خودکارآمدی است. هریک از این مؤلفه‌ها با استفاده از ۶ گویه اندازه‌گیری می‌شوند. همچنین نمره‌گذاری هر یک از گویه‌های این پرسشنامه بر مبنای طیف لیکرت ۶ درجه‌ای (از یک برای کاملاً مخالف

تا ۶ برای کاملاً موافقم) صورت می گیرد. افزون بر این، نمره نهایی پاسخگویان برای کل مقیاس می تواند در دامنه ای بین ۲۴ تا ۱۴۴ قرار گیرد. سازندگان پرسشنامه با استفاده از روش تحلیل عاملی تأییدی، ساختار عامل این پرسشنامه را مطلوب گزارش کردند. همچنین آلفای کرونباخ برای پایایی این ابزار نیز ۰/۸۸ گزارش شد. علاوه بر این، لوتانز و همکاران (۲۰۰۷) با استفاده از چهار نمونه ضریب آلفای مؤلفه های این پرسشنامه را محاسبه کردند که برای امید بین ۰/۷۲ تا ۰/۸۰؛ خوش بینی ۰/۶۹ تا ۰/۷۹؛ خودکارآمدی ۰/۷۵ تا ۰/۸۵ و تاب آوری بین ۰/۶۶ تا ۰/۷۲ بود (مرادی مقدم و دلاورپور، ۱۴۰۲).

جدول ۱. بسته آموزشی خردورزی تدوین شده

جلسات	عنوان جلسه	هدف	محتوا و فعالیت
جلسه اول	آگاهی از محدودیت های دانش و پذیرش عدم قطعیت	آشنایی با محیط و اهداف برگزاری مداخله، فهم عمیق محدودیت های شناختی انسان و پذیرش نسبیت دانش و پیچیدگی مسائل زندگی. اجرای پیش آزمون	آشنایی دانشجویان با محیط و اهداف برگزاری مداخله آشنایی و شناخت بهتر مدیریت تحمل ابهام و عدم قطعیت در زندگی آشنایی با راه های مختلف برخورد با عدم قطعیت شناسایی تفاوت دیدگاه ها تمرین ذهن آگاهی
جلسه دوم	چشم انداز بلندمدت و بین نسلی	فهم اهمیت نگاه آینده نگر و ارزش تجربه نسل های پیشین در تصمیم گیری. تجربه نسل های پیشین در تصمیم گیری.	آشنایی با نگاه آینده نگر و ارزش تجربه نسل های پیشین در تصمیم گیری طراحی نقشه آینده شخصی تحلیل گروهی یک تصمیم اجتماعی و پیامدهای کوتاه مدت و بلندمدت آن
جلسه سوم	خوداندیشی و بازنگری دیدگاه ها	تقویت خودشناسی، شناسایی خطاهای شناختی و بازنگری باورهای شخصی.	آشنایی با خوداندیشی و مولفه های آن ژورنال نویسی درباره یک تصمیم اشتباه گذشته فعالیت آینه خود گفت و گوی گروهی درباره دشواری پذیرش اشتباه

جلسه چهارم	همدلی	تقویت درک احساسات دیگران و پرورش همدلی و شفقت نسبت به خود و دیگران.	آشنایی با همدلی در نظریه آردلت و نف فعالیت بازی نقش فعالیت نگارش «نامه شفقت» به خود درباره یک موقعیت سخت گذشته فعالیت تحلیل یک کلیپ کوتاه (مانند TED Talk یا داستان پارسی) از دیدگاه سه شخصیت مختلف.
جلسه پنجم	تنظیم هیجان و یافتن معنا در رنج	یادگیری مدیریت هیجانات منفی و تبدیل رنج به منبع رشد.	آشنایی با تنظیم هیجان و معناجویی در زندگی فعالیت تمرین تنفس عمیق و آرام سازی فعالیت روایت گری زندگی فعالیت بحث گروهی «آیا همه رنج ها می توانند معنا داشته باشند؟» با بازخورد ساندویچ.
جلسه ششم	دیدگاه پذیری و چندصدایی	پرورش توانایی درک دیدگاه های متفاوت و کاهش تعصبات.	آشنایی با دیدگاه پذیری در نظریه بالتز فعالیت تغییر موضع گروهی با تغییر نقش ها فعالیت گفت و گوی همدلانه با استفاده از تکنیک سه قدمی. فعالیت تحلیل یک کلیپ کوتاه از دیدگاه های مختلف.
جلسه هفتم	تصمیم گیری اخلاقی و تعادل منافع	یادگیری حل تعارض های اخلاقی و تعادل بین منافع شخصی و جمعی.	آشنایی با تصمیم گیری اخلاقی و تعادل منافع در نظریه استرنبرگ فعالیت حل سناریوی اخلاقی فعالیت تحلیل یک تصمیم واقعی اجتماعی (مانند سیاست های عمومی) از نظر اخلاقی. فعالیت بازی «مشورت خردمندانه»
جلسه هشتم	یکپارچه سازی و برنامه رشد فردی	مرور و یکپارچه سازی مؤلفه های خرد و تدوین برنامه رشد شخصی.	آموزش یکپارچه سازی و برنامه رشد فردی فعالیت بازتاب گروهی: اشتراک گذاری مهم ترین یادگیری ها. فعالیت طراحی «برنامه رشد خرد فردی» با اهداف کوتاه مدت و بلندمدت اجرای پس آزمون

یافته‌های پژوهش

در این بخش، نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌های پژوهش حاضر با هدف تدوین و اعتباریابی بسته آموزشی خردورزی و تعیین اثربخشی آن بر سرمایه روان‌شناختی ارائه می‌شود. ابتدا نتایج مربوط به اعتبار محتوایی بسته آموزشی گزارش می‌گردد؛ سپس ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه و آمار توصیفی سرمایه روان‌شناختی در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون ارائه می‌شود. در ادامه، پیش‌فرض‌های تحلیل کوواریانس بررسی شده و نهایتاً فرضیه پژوهش با استفاده از تحلیل کوواریانس تک‌متغیره در نرم‌افزار SPSS-26 آزمون می‌شود.

به منظور بررسی اعتبار محتوایی بسته آموزشی خردورزی، از شاخص نسبت روایی محتوا (CVR) بر اساس روش لاوشه استفاده شد. بدین منظور، نسخه اولیه بسته آموزشی در اختیار ۱۰ نفر از متخصصان حوزه روان‌شناسی و خردمندی قرار گرفت و از آنان خواسته شد هر یک از فعالیت‌ها و تمرین‌های آموزشی را بر اساس مقیاس سه درجه‌ای (ضروری/مفید ولی غیرضروری/غیرضروری) ارزیابی کنند. با توجه به جدول مقادیر بحرانی لاوشه، حداقل مقدار قابل قبول CVR برای ۱۰ متخصص ۰/۶۲ در نظر گرفته شد. نتایج نشان داد تنها مؤلفه «استفاده از مدل بازخورد ساندویچ» در جلسه اول با مقدار ۰/۴ واجد معیار نبود و حذف شد؛ سایر فعالیت‌ها دارای CVR برابر ۰/۸ یا ۱ بوده و پذیرفته شدند. در نهایت، بسته آموزشی خردورزی با هشت جلسه آموزشی و فعالیت‌های تأییدشده نهایی گردید.

اطلاعات مربوط به ویژگی‌های جمعیت‌شناختی نمونه در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. توزیع فراوانی متغیرهای دموگرافیک در گروه آزمایش و کنترل

متغیر	گروه	کل	آزمایش	کنترل
جنسیت	مرد	۱۲	۵	۶
	زن	۱۸	۱۰	۹
تأهل	مجرد	۲۵	۱۳	۱۲
	متأهل	۵	۲	۳
سن	سال	۲۳/۲۰	۲۲/۷۳	۲۳/۶۷

بر اساس جدول ۱، از نظر جنسیت، در گروه آزمایش ۵ نفر مرد (۳۳ درصد) و ۱۰ نفر زن (۶۶/۶۷ درصد) و در گروه کنترل ۶ نفر مرد (۴۰ درصد) و ۹ نفر زن (۶۰ درصد) بودند. از نظر تأهل، در گروه آزمایش ۱۳ نفر مجرد (۸۶ درصد) و ۲ نفر متأهل (۱۳ درصد) و در گروه کنترل ۱۲ نفر مجرد (۸۰ درصد) و ۳ نفر متأهل (۲۰ درصد) بودند. همچنین میانگین سنی گروه آزمایش ۲۲/۷۳ و میانگین سنی گروه کنترل ۲۳/۶۷ گزارش شد. به منظور توصیف داده‌های سرمایه روان‌شناختی، میانگین و انحراف معیار در دو گروه آزمایش و کنترل و در دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون محاسبه شد (جدول ۲).

جدول ۲. شاخص‌های توصیفی سرمایه روان‌شناختی در گروه‌های آزمایش و کنترل

متغیر	گروه	پیش‌آزمون		پس‌آزمون	
		میانگین	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار
سرمایه روان‌شناختی	آزمایش	۱۰۵/۸۰	۹/۸	۱۱۵/۱۵	۱۳/۲۲
	کنترل	۱۰۶/۱۰	۱۳/۲۸	۱۰۵/۸۰	۱۰/۹۸

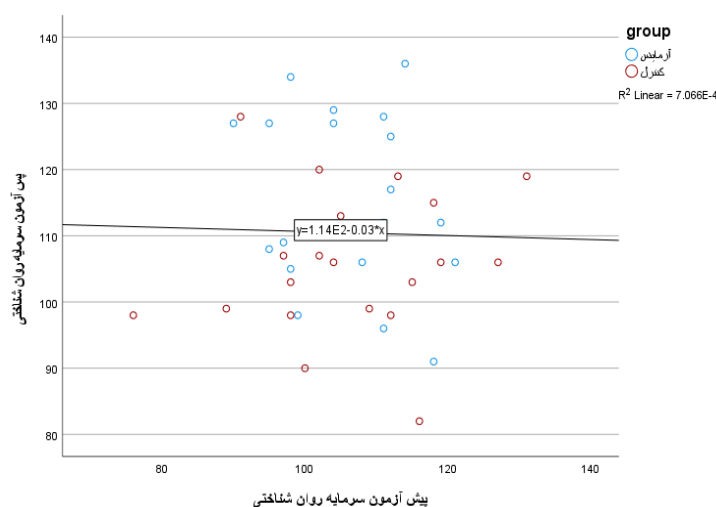
یافته‌های جدول ۲ نشان می‌دهد که نمرات سرمایه روان‌شناختی در مرحله پیش‌آزمون در دو گروه آزمایش و کنترل به یکدیگر نزدیک است؛ به‌طوری‌که میانگین پیش‌آزمون سرمایه روان‌شناختی در گروه آزمایش برابر با ۱۰۵/۸۰ و در گروه کنترل برابر با ۱۰۶/۱۰ گزارش شد. در مرحله پس‌آزمون، میانگین سرمایه روان‌شناختی در گروه آزمایش به ۱۱۵/۱۵ افزایش یافته است، در حالی‌که میانگین این متغیر در گروه کنترل (۱۰۵/۸۰) تقریباً بدون تغییر باقی مانده است. این الگوی تغییرات نشان می‌دهد که پس از اجرای بسته آموزشی خردورزی، سرمایه روان‌شناختی در گروه آزمایش افزایش یافته، در حالی‌که در گروه کنترل تغییری مشاهده نمی‌شود.

پیش از اجرای تحلیل کوواریانس، مفروضه‌های لازم بررسی شد تا اطمینان حاصل گردد داده‌ها شرایط اجرای آزمون را دارند.

الف) خطی بودن: یکی از مفروضه‌های اصلی تحلیل کوواریانس این است که باید بین متغیر کمکی (پیش‌آزمون) و متغیر وابسته (پس‌آزمون) رابطه‌ای خطی وجود داشته باشد،

به طوری که تغییرات در متغیر کمکی متناسب با تغییرات در متغیر وابسته باشد (Field, 2013).

در این پژوهش، پیش آزمون‌های سرمایه روان‌شناختی و شادکامی به عنوان متغیرهای کمکی و پس آزمون‌های آن‌ها به عنوان متغیرهای وابسته در نظر گرفته شد. برای بررسی خطی بودن، خطوط رگرسیون و نمودارهای پراکنش بررسی شد. نتایج نشان داد رابطه بین پیش آزمون و پس آزمون هر دو متغیر خطی است.



شکل ۱. خط رگرسیون و پراکنش نمره‌های پیش آزمون و پس آزمون سرمایه روان‌شناختی

ب) نرمال بودن داده‌ها: برای بررسی نرمال بودن توزیع داده‌ها از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف استفاده شد. نتایج مربوط به سرمایه روان‌شناختی در جدول ۳ ارائه شده است.

جدول ۳. بررسی فرض نرمال بودن داده‌ها (کولموگروف-اسمیرنوف) سرمایه روان‌شناختی

متغیر	پیش آزمون		پس آزمون	
	گروه	آماره آزمون	سطح معناداری	گروه
سرمایه روان‌شناختی	آزمایش	۰/۱۷۳	۰/۱۱۸	آزمایش
	کنترل	۰/۰۹۷	۰/۲۰۰	کنترل
				آماره آزمون
				۰/۱۲۳
				۰/۱۵۶
				۰/۲۰۰

بر اساس نتایج جدول ۳، سطح معناداری آزمون کولموگروف-اسمیرنوف برای سرمایه روان‌شناختی در هر دو گروه آزمایش و کنترل و در هر دو مرحله پیش‌آزمون و پس‌آزمون بزرگ‌تر از ۰/۰۵ است. به‌طور مشخص، مقدار سطح معناداری در پیش‌آزمون گروه آزمایش برابر با ۰/۱۱۸ و در گروه کنترل برابر با ۰/۲۰۰ و در مرحله پس‌آزمون به‌ترتیب ۰/۱۲۳ و ۰/۲۰۰ گزارش شد. این نتایج نشان می‌دهد که توزیع نمرات سرمایه روان‌شناختی در هر دو گروه از نرمالیت برخوردار بوده و پیش‌فرض نرمال بودن داده‌ها برای اجرای تحلیل کوواریانس برقرار است.

ج) همگنی شیب‌های رگرسیون: برای بررسی همگنی شیب‌های رگرسیون، تعامل بین گروه و پیش‌آزمون‌ها آزمون شد. نتایج برای سرمایه روان‌شناختی در جدول ۴ آمده است.

جدول ۴. همگنی شیب‌های رگرسیون (تعامل گروه × پیش‌آزمون)

تعامل	مجموع مجذورات	درجه آزادی (df)	میانگین مجذورات	F	سطح معنی‌داری
سرمایه روان‌شناختی × گروه	۱۵/۴۶۷	۱	۱۵/۴۶۷	۱/۰۳۴	۰/۳۱۶

یافته‌های جدول ۴ نشان می‌دهد که تعامل بین متغیر گروه (آزمایش و کنترل) و پیش‌آزمون سرمایه روان‌شناختی معنادار نیست ($p=0.316$, $F=1.034$). این نتیجه بیانگر آن است که رابطه بین پیش‌آزمون و پس‌آزمون سرمایه روان‌شناختی در دو گروه آزمایش و کنترل مشابه بوده و شیب‌های رگرسیون همگن هستند. بنابراین، پیش‌فرض همگنی شیب‌های رگرسیون که یکی از مفروضه‌های اساسی تحلیل کوواریانس است، تأیید می‌شود.

د) همگنی واریانس‌ها: برای بررسی همگنی واریانس‌ها، آزمون لوین اجرا شد. نتایج مربوط به سرمایه روان‌شناختی در جدول ۵ گزارش شده است.

جدول ۵. آزمون لوین برای بررسی همگنی واریانس‌ها

متغیر	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	ضریب F	سطح معنی‌داری
خودشفقت‌ورزی	۱	۳۸	۲/۱۷۷	۰/۱۴۸

نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد که آزمون لوین برای سرمایه روان‌شناختی معنادار نیست ($p=0/148$, $F=2/177$). این یافته بیانگر آن است که واریانس نمرات سرمایه روان‌شناختی در گروه‌های آزمایش و کنترل همگن بوده و پیش‌فرض همگنی واریانس‌ها رعایت شده است. در نتیجه، داده‌ها شرایط لازم برای اجرای تحلیل کوواریانس را دارا هستند.

فرضیه اصلی پژوهش: آموزش بسته تدوین‌شده خردورزی بر سرمایه روان‌شناختی دانشجویان اثربخش است. برای آزمون این فرضیه از تحلیل کوواریانس چندمتغیره استفاده شد. ابتدا آزمون M باکس برای بررسی برابری ماتریس‌های واریانس-کوواریانس گزارش شد (جدول ۶). سپس آزمون‌های چندمتغیره و در ادامه نتایج تک‌متغیره ارائه گردید.

جدول ۶. نتایج آزمون M باکس

Box's M	F	درجه آزادی ۱	درجه آزادی ۲	سطح معنی‌داری
۱۰/۲۰۲	۱/۵۴۴	۶	۱۰۴۶۲/۱۸۹	۰/۱۵۶

بر اساس جدول ۶، آزمون M باکس معنادار نیست ($p=0/156$). بنابراین، فرض برابری ماتریس‌های واریانس-کوواریانس برقرار بوده و استفاده از نتایج آزمون‌های چندمتغیره قابل اتکا است. نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره در جدول ۷ ارائه شده است.

جدول ۷. بررسی معنادار بودن نتایج آزمون تحلیل کوواریانس چندمتغیره

اثر	آزمون	ارزش	مقدار F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معنی‌داری	اندازه اثر
اثر پیلای ^۱	۰/۴۱۱	۷/۶۶۱	۳	۳۳	۰/۰۰۱	۰/۴۱۱	
لامبدای ویلکز ^۲	۰/۵۸۹	۷/۶۶۱	۳	۳۳	۰/۰۰۱	۰/۴۱۱	
اثر هتلینگ ^۳	۰/۶۹۶	۷/۶۶۱	۳	۳۳	۰/۰۰۱	۰/۴۱۱	گروه
ریشه روی ^۴	۰/۶۹۶	۷/۶۶۱	۳	۳۳	۰/۰۰۱	۰/۴۱۱	

^۱. Pillai's Trace

^۲. Wilk's Lambda

^۳. Hotelling's Trace

^۴. Roy's Largest Root

نتایج جدول ۷ نشان می‌دهد اثر کلی گروه در هر چهار آزمون چندمتغیره در سطح $p > 0/001$ معنادار است؛ بنابراین می‌توان گفت بین گروه آزمایش و کنترل در حداقل یکی از متغیرهای وابسته تفاوت معنادار وجود دارد. برای مشخص شدن متغیر سرمایه روان‌شناختی، نتایج آزمون‌های تک‌متغیره در قالب مانکوا در جدول ۸ گزارش شده است.

جدول ۸. نتایج تحلیل کوواریانس تک‌متغیره برای سرمایه روان‌شناختی

متغیر	منبع اثر	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	مقدار آماره F	سطح معنی داری	مجذور اتا
سرمایه روان‌شناختی	گروه	۸۷۲/۶۷۳	۱	۸۷۲/۶۷۳	۵/۷۶۱	۰/۰۲۲	۰/۱۳۵
	خطا	۵۶۰۴/۷۲۲	۳۷	۱۵۱/۴۷۹			

بر اساس نتایج جدول ۸، پس از کنترل اثر پیش‌آزمون، تفاوت معناداری بین گروه آزمایش و کنترل در نمرات پس‌آزمون سرمایه روان‌شناختی مشاهده شد ($F= 5/761$ ، $p= 0/022$). مقدار مجذور اتا برابر با ۰/۱۳۵ نشان می‌دهد که بسته آموزشی خردورزی توانسته است حدود ۱۳/۵ درصد از واریانس تغییرات سرمایه روان‌شناختی را تبیین کند. با توجه به افزایش میانگین سرمایه روان‌شناختی در گروه آزمایش از ۱۰۵/۸۰ در پیش‌آزمون به ۱۱۵/۱۵ در پس‌آزمون و ثبات نسبی این متغیر در گروه کنترل، می‌توان نتیجه گرفت که آموزش بسته تدوین شده خردورزی موجب ارتقای معنادار سرمایه روان‌شناختی دانشجویان شده است.

در مجموع، نتایج آمار استنباطی نشان داد که آموزش بسته تدوین شده خردورزی موجب افزایش معنادار سرمایه روان‌شناختی در دانشجویان گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل شده است. نتایج تحلیل کوواریانس، پس از کنترل اثر پیش‌آزمون، حاکی از وجود تفاوت معنادار بین دو گروه در نمرات پس‌آزمون سرمایه روان‌شناختی بود ($F= 5/761$ ، $p= 0/022$). همچنین مقدار مجذور اتا ($\eta^2=0/135$) نشان می‌دهد که آموزش خردورزی توانسته است حدود ۱۳/۵ درصد از واریانس تغییرات سرمایه روان‌شناختی را تبیین کند که بیانگر اندازه اثر متوسط و معنادار مداخله است. بر این اساس، می‌توان نتیجه گرفت که بسته

آموزشی خردورزی، به عنوان یک مداخله آموزشی-روان‌شناختی ساختارمند، نقش مؤثری در ارتقای سرمایه روان‌شناختی دانشجویان ایفا کرده است.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف تدوین و اعتباریابی بسته آموزشی خردورزی و تعیین اثربخشی آن بر سرمایه روان‌شناختی انجام شد. یافته‌ها نشان دادند که بسته آموزشی تدوین‌شده از نظر روایی محتوایی، مورد تأیید متخصصان قرار گرفته و اجرای آن موجب افزایش معنادار سرمایه روان‌شناختی در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل شده است. از این رو، می‌توان نتیجه گرفت که آموزش خردورزی، به عنوان یک مداخله آموزشی-روان‌شناختی ساختارمند، ظرفیت ارتقای منابع روان‌شناختی مثبت را در دانشجویان دارد.

در مرحله اعتباریابی، شاخص نسبت روایی محتوا (CVR) بر اساس مدل لاوشه و داوری ۱۰ متخصص به کار گرفته شد و با توجه به آستانه قابل قبول برای ۱۰ متخصص (۰/۶۲)، فعالیت‌هایی که روایی محتوایی کافی نداشتند حذف یا اصلاح شدند و در نهایت بسته با ۸ جلسه تثبیت شد. این مسیر با ادبیات طراحی مداخلات آموزشی خرد همسو است که بر ضرورت ساختارمندی، تناسب محتوایی و اتکاء به داوری تخصصی برای اعتباربخشی بسته‌های آموزشی تأکید دارد (آسمانی و شوقی، ۱۳۹۹؛ اسعدی و همکاران، ۱۳۹۲). همچنین رویکردهای نظری جدید، خرد را سازه‌ای رشدپذیر و قابل پرورش از طریق تجربه، تمرین و تأمل می‌دانند (Smith, 2018؛ Sternberg & Karami, 2021؛ Zhang et al., 2023).

در بخش اثربخشی، نتایج آمار استنباطی نشان داد که پس از کنترل اثر پیش‌آزمون، تفاوت سرمایه روان‌شناختی بین دو گروه در پس‌آزمون معنادار بوده است. از منظر مفهومی، سرمایه روان‌شناختی به عنوان یک منبع روان‌شناختی مثبت، شامل مؤلفه‌هایی مانند امید، خودکارآمدی، تاب‌آوری و خوش‌بینی است و می‌تواند از طریق مداخلات آموزشی کوتاه‌مدت نیز تقویت شود (Luthans & Youssef-؛ Luthans et al., 2007؛ Newman et al., 2014؛ Morgan, 2017). بنابراین، افزایش سرمایه روان‌شناختی

در گروه آزمایش را می‌توان در چارچوب «رشدپذیری سرمایه روان‌شناختی» و قابلیت آموزش‌پذیری آن تبیین کرد.

از منظر سازوکارهای محتمل، بسته آموزشی خردورزی با تمرکز بر مؤلفه‌هایی نظیر پذیرش عدم قطعیت، خوداندیشی، دیدگاه‌پذیری، همدلی و تنظیم هیجان، احتمالاً به بهبود شیوه‌های ارزیابی شناختی، کاهش پاسخ‌های تکانشی و افزایش تصمیم‌گیری سنجیده‌تر کمک کرده است؛ فرایندی که می‌تواند به شکل مستقیم یا غیرمستقیم مؤلفه‌های سرمایه روان‌شناختی را تقویت کند (Csikszentmihalyi & Nakamura, 2014; Sternberg, 2010). افزون بر این، ادبیات خرد عملی نشان می‌دهد که خردورزی از طریق تعامل ظرفیت‌های عقلانی، هیجانی و ارزشی شکل می‌گیرد و همین یکپارچگی می‌تواند زمینه‌ساز رشد منابع مثبت روان‌شناختی شود (Zhang & Vasconcelos, 2022; et al., 2023). در همین راستا، شواهد تجربی نیز تأیید می‌کنند که خرد/سرمایه خرد با شاخص‌های مثبت‌نگر مانند سرمایه روان‌شناختی رابطه معنادار دارد و می‌تواند در نقش یک مسیر ارتقایی برای بهزیستی و توانمندی روان‌شناختی عمل کند (Jeengar & Nanglu, 2025).

یافته‌های پژوهش حاضر با مطالعات داخلی همسو است؛ به‌ویژه پژوهش‌هایی که نشان داده‌اند آموزش خرد می‌تواند سرمایه روان‌شناختی را بهبود دهد (شوقی و همکاران، ۱۴۰۱؛ کریمی، ۱۴۰۱). همچنین همگرایی با پژوهش‌های بین‌المللی پیرامون آموزش و توسعه سرمایه روان‌شناختی و نقش آن در سازگاری با فشارها و ارتقای عملکرد و بهزیستی مشاهده می‌شود (Luthans et al., 2008; et al., 2009 Avey). بنابراین، می‌توان استنباط کرد که بسته آموزشی خردورزی در این پژوهش، نه فقط یک برنامه آموزشی نظری، بلکه یک مداخله کاربردی برای تقویت منابع روان‌شناختی مثبت و سازگاران در دانشجویان بوده است.

از نظر کاربردی، محیط دانشگاهی با فشارهای تحصیلی، ابهام‌های مربوط به آینده و چالش‌های بین‌فردی همراه است و این عوامل می‌توانند منابع روان‌شناختی دانشجویان را فرسوده کنند. با توجه به این مسئله، آموزش خردورزی می‌تواند به‌عنوان یک راهبرد

توانمندساز در مراکز مشاوره دانشجویی و برنامه‌های ارتقای سلامت روان به کار گرفته شود؛ زیرا سرمایه روان‌شناختی با پیامدهایی مانند کاهش استرس، افزایش سازگاری و بهبود عملکرد مرتبط گزارش شده است (Avey et al., 2009؛ Newman et al., 2014). در این چارچوب، نتایج پژوهش حاضر می‌تواند پشتوانه‌ای برای توسعه کارگاه‌های مهارت‌محور مبتنی بر خردورزی در دانشگاه‌ها باشد.

در مجموع، نتایج این پژوهش نشان داد بسته آموزشی خردورزی تدوین‌شده، پس از اعتباریابی محتوایی مبتنی بر شاخص CVR و داوری متخصصان، از کفایت لازم برخوردار است و اجرای آن موجب افزایش معنادار سرمایه روان‌شناختی در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل شده است. این نتیجه با ادبیات نظری و تجربی مرتبط با آموزش خرد و نیز توسعه سرمایه روان‌شناختی همخوان است و بر این نکته دلالت دارد که خردورزی یک ظرفیت قابل پرورش است که می‌تواند به تقویت منابع روان‌شناختی مثبت منجر شود (اسعدی و همکاران، ۱۳۹۲؛ آسمانی و شوقی، ۱۳۹۹؛ Luthans & Youssef-Morgan, 2017؛ Zhang et al., 2023).

با این حال، پژوهش حاضر محدودیت‌هایی از جمله محدود بودن نمونه به یک دانشگاه، اتکا به ابزارهای خودگزارشی و نبود پیگیری طولی داشت. پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده با نمونه‌های بزرگ‌تر و متنوع‌تر و با طرح‌های طولی، پایداری اثرات آموزش خردورزی بر سرمایه روان‌شناختی را بررسی کنند. همچنین بررسی سازوکارهای میانجی مانند تنظیم هیجان و سبک‌های تصمیم‌گیری می‌تواند مسیرهای اثرگذاری آموزش خردورزی بر سرمایه روان‌شناختی را دقیق‌تر روشن سازد (Vasconcelos, 2022؛ Sternberg & Karami, 2021).

تعارض منافع

نویسندگان این مقاله اعلام می‌دارند که هیچ‌گونه تعارض منافی در انجام پژوهش حاضر، تحلیل داده‌ها و نگارش مقاله وجود ندارد.

سپاسگزاری

این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول است. بدین وسیله از اساتید راهنما و مشاور به پاس راهنمایی‌ها و نظرات علمی ارزشمند در مراحل طراحی و اجرای پژوهش قدردانی می‌شود. همچنین از دانشجویانی که در اجرای پژوهش و تکمیل ابزارهای تحقیق مشارکت داشتند، سپاسگزاری می‌گردد.

منابع

- احمدنیا، ندا؛ دوستام ساروقیه، نرگس؛ پروین، شیرین؛ و احرار، سعید. (۱۴۰۳). رابطه خودشفقت‌ورزی و شادکامی با بهزیستی روان‌شناختی در نوجوانان. *هفتمین کنفرانس بین‌المللی مطالعات نوین در علوم انسانی، علوم تربیتی و حقوق*.
- اسعدی، سمانه؛ امیری، شعله؛ مولوی، حسین؛ و باقری نوع‌پرست، خسرو. (۱۳۹۲). معرفی مفهوم خردمندی در روان‌شناسی و کاربردهای آموزشی آن. *رویکردهای نوین آموزشی*، ۲۸-۱، (۲)، ۱.
- آسمانی، مهلا؛ شوقی، بهزاد؛ و رضازاده بهادران، حمیدرضا. (۱۳۹۹). طراحی پروتکل آموزش خرد مبتنی بر مفاهیم روان‌شناسی. *فصلنامه ایده‌های نوین روان‌شناسی*، ۵(۹)، ۱-۱۰.
- شوقی، بهزاد؛ رباط میلی، سمیه؛ و نصرالهی، بیتا. (۱۴۰۱). اثربخشی آموزش خرد بر سرمایه روان‌شناختی و سلامت معنوی دانش‌آموزان دوره دوم مقطع متوسطه شهر تهران. *فصلنامه روان‌شناسی تربیتی*، ۱۸(۶۴)، ۱۹۹-۲۲۱.
- کریمی، مهسا. (۱۴۰۱). اثربخشی آموزش خرد بر سرمایه روان‌شناختی دانش‌آموزان دوره دوم مقطع متوسطه شهر تهران. *فصلنامه پویایی روان‌شناختی در اختلالات‌های خلقی*، ۱(۲)، ۲۱-۲۹.
- مرادی مقدم، حسین؛ و دلاورپور، محمدآقا. (۱۴۰۲). بررسی وضعیت سرمایه روان‌شناختی کتابداران و رابطه آن با راهبردهای مدیریت تعارض. *پژوهشنامه کتابداری و اطلاع‌رسانی*، ۱۳(۱)، ۱۸۶-۲۰۴.

References

- Avey, J. B., Luthans, F., & Jensen, S. M. (2009). Psychological capital: A positive resource for combating employee stress and turnover. *Human resource management*, 48(5), 677-693.
- Bruya, B., & Ardel, M. (2018). Fostering Wisdom in the Classroom, Part 1: A General Theory of Wisdom Pedagogy. *Teaching Philosophy*, 41(3), 239-253.
- Carmona-Halty, M., Salanova, M., Llorens, S., & Schaufeli, W. B. (2021). Linking positive emotions and academic performance: The mediated role of academic psychological capital and academic engagement. *Current psychology*, 40, 2938-2947.
- Chen, X., Zeng, G., Chang, E. C., & Cheung, H. Y. (2019, June). What are the potential predictors of psychological capital for Chinese primary school teachers? In *Frontiers in Education* (Vol. 4, p. 50). Frontiers Media SA.

- Csikszentmihalyi, M., & Nakamura, J. (2014). The role of emotions in the development of wisdom. In *Applications of Flow in Human Development and Education: The Collected Works of Mihaly Csikszentmihalyi* (pp. 99-116). Dordrecht: Springer Netherlands.
- Csikszentmihalyi, M., & Nakamura, J. (2014). The role of emotions in the development of wisdom. In *Applications of Flow in Human Development and Education: The Collected Works of Mihaly Csikszentmihalyi* (pp. 99-116). Dordrecht: Springer Netherlands.
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics* (4th ed.). Sage Publications.
- Hariri, N., & Atarodi, A. (2016). The effect of wisdom on social health and life satisfaction. *Journal of Research and Health*, 5(4), 1-2.
- Jeengar, m., & Nanglu, v. (2025). Psychological capital: the bridge connecting wisdom and well-being in the late adolescents. *Madhya Pradesh Journal of Social Sciences A biannually Journal of M. P. Institute of Social Science Research*, V.30, N.1, 288-296.
- Jeste, D. V., Lee, E. E., Cassidy, C., Caspari, R., Gagneux, P., Glorioso, D., ... & Blazer, D. (2019). The new science of practical wisdom. *Perspectives in biology and medicine*, 62(2), 216.
- López-Núñez, M. I., Rubio-Valdehita, S., Diaz-Ramiro, E. M., & Aparicio-García, M. E. (2020). Psychological capital, workload, and burnout: what's new? the impact of personal accomplishment to promote sustainable working conditions. *Sustainability*, 12(19), 8124.
- Luthans, F. & Youssef-Morgan, C. M. (2017). Psychological capital: An evidence-based positive approach. *Annual review of organizational psychology and organizational behavior*, 4(1), 339-366.
- Luthans, F. Avolio, B. J. Avey, J. B. & Norman, S. M. (2007). Positive psychological capital: Measurement and relationship with performance and satisfaction. *Personnel psychology*, 60(3), 541-572.
- Luthans, F., & Youssef-Morgan, C. M. (2017). Psychological capital: An evidence-based positive approach. *Annual review of organizational psychology and organizational behavior*, 4, 339-366.
- Luthans, F., Avey, J. B., & Patera, J. L. (2008). Experimental analysis of a web-based training intervention to develop positive psychological capital. *Academy of Management Learning & Education*, 7(2), 209-221.
- Luthans, F., Avey, J. B., Avolio, B. J., Norman, S. M., & Combs, G. M. (2006). Psychological capital development: toward a micro-

- intervention. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 27(3), 387-393.
- Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). *Psychological capital: Developing the human competitive edge* (Vol. 198). Oxford: Oxford university press.
- Mirdavood, S. M., Dortaj, F., Sheivandi Chelicheh, K., & Lotfi Azimi, A. (2024). Developing and Validating the Educational Package of Wisdom and Its Effectiveness on Self-compassion and Psychological Well-being of Students. *Iranian Journal of Learning and Memory*, 7(26), 55-70.
- Newman, A., Ucbasaran, D., Zhu, F. E. I., & Hirst, G. (2014). Psychological capital: A review and synthesis. *Journal of organizational behavior*, 35(S1), S120-S138.
- Smith, S. (2018). *Wisdom as embodied and embedded process: An integrative literature review* (Doctoral dissertation, Master's thesis, University of Lincoln). <http://doi: 10.13140/RG.2.2.19095.62888>.
- Sternberg, J.R. (2010). Academic intelligence is not enough! WICS: An expanded model for effective practice in school and later life. In D. D. Preiss & R. J. Sternberg (Eds.), *Innovations in educational psychology: Perspectives on learning, teaching, and human development* (p. 403–440). Springer Publishing Company.
- Sternberg, J.R. (2010). Academic intelligence is not enough! WICS: An expanded model for effective practice in school and later life. In D. D. Preiss & R. J. Sternberg (Eds.), *Innovations in educational psychology: Perspectives on learning, teaching, and human development* (p. 403–440). Springer Publishing Company.
- Sternberg, R. J., & Karami, S. (2021). What is wisdom? A unified 6P framework. *Review of General Psychology*, 25(2), 134-151.
- Sternberg, R. J., Reznitskaya, A., & Jarvin, L. (2013). Teaching for wisdom: What matters is not just what students know, but how they use it. In *Wisdom in the university* (pp. 47-62). Routledge.
- Vasconcelos, A. F. (2022). Wisdom capital: definitions, meaning and a two-level model. *International Journal of Organizational Analysis*, 30(2), 365-388.
- Weststrate, N. M., & Glück, J. (2017). Wiser but not sadder, blissful but not ignorant: Exploring the codevelopment of wisdom and well-being over time. In M. Robinson & M. Eid (Eds.), *The happy mind: Cognitive contributions to well-being* (pp. 459–480). Springer.
- Zacher, H., & Staudinger, U. M. (2018). *Wisdom and well-being. Handbook of well-being*. Salt Lake City, UT: DEF Publishers.

- Zacher, H., & Staudinger, U. M. (2018). Wisdom and well-being. In E. Diener, S. Oishi, & L. Tay (Eds.), *Handbook of well-being*. Salt Lake City, UT: DEF Publishers.
- Zhang, K., Shi, J., Wang, F., & Ferrari, M. (2023). Wisdom: Meaning, structure, types, arguments, and future concerns. *Current Psychology*, 42(18), 15030-15051.
- Zhang, N., Huang, J., & Yao, J. (2023). Athletes' self-compassion and emotional resilience to failure: the mediating role of vagal reactivity. *Frontiers in Psychology*, 14, 1192265.