



Developing a model of happiness based on psychological well-being and social support with the mediation of emotional intelligence

Naeimeh ShabaniSahd¹, Esmail Sadipour², Fariborz Bagheri³

1. Ph.D Candidate in Educational Psychology, Science and Research Unit, Islamic Azad University, Tehran, Iran. E-mail: manizhehshabani@yahoo.com

2. Professor, Department of Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran. E-mail: e.sadipour@atu.ac.ir

3. Associate Professor, Department of Psychology, Science and Research Unit, Islamic Azad University, Tehran, Iran. E-mail: f.bagheri@sriau.ac.ir

ARTICLE INFO

Article type:

Research Article

Article history:

Received 26 December 2023

Received in revised form 23 January 2024

Accepted 29 February 2024

Published Online 22 September 2024

Keywords:

happiness, psychological well-being, social support, emotional intelligence

ABSTRACT

Background: Happiness is a positive inner feeling received from cognitive and emotional perceptions, and it means emotional and cognitive happiness in the balance of emotions and mental health, and the feeling of psychological well-being is the overall evaluation of a person in self-acceptance, positive relationship with others, autonomy, purposeful life, personal growth. and dominate the environment. Several studies have shown the positive effect of psychological well-being on emotional intelligence, on happiness, social support on happiness, emotional intelligence, social support on happiness; However, developing a happiness model based on psychological well-being and social support with the mediation of emotional intelligence has been neglected.

Aims: The current research has been carried out to develop a model of happiness based on psychological well-being and social support with the mediation of emotional intelligence in undergraduate students.

Methods: Applied research design and descriptive correlation method was based on structural equations. The statistical population of the research consisted of all undergraduate students of Islamic Azad University, Science and Research Department of Tehran in the academic year of 1402-1401, and based on Klein's point of view in the structural equation model, 414 people were selected through random multistage cluster sampling. Became Happiness questionnaire (Oxford, 2002), psychological well-being (Reif, 2002), perceived social support (Zimet, 1988) and emotional intelligence (Shot, 1998) were used to collect data. Data analysis was done through structural modeling using 26amos software.

Results: The research findings showed that psychological well-being, social support and emotional intelligence have a positive and significant effect on students' happiness, and emotional intelligence among students positively and significantly mediates the effect of psychological well-being and social support on happiness.

Conclusion: It can be concluded that considering the changing importance of psychological well-being and social support in the happiness of students, trainings and workshops on life skills, communication and positive interactions that improve and increase happiness in students should be planned, developed and implemented at the level of universities and higher institutions. be executed.

Citation: ShabaniSahd, N., Sadipour, E., & Bagheri, F. (2024). Developing a model of happiness based on psychological well-being and social support with the mediation of emotional intelligence. *Journal of Psychological Science*, 23(139), 1567-1586. [10.52547/JPS.23.139.1567](https://doi.org/10.52547/JPS.23.139.1567)

Journal of Psychological Science, Vol. 23, No. 139, 2024

© The Author(s). DOI: [10.52547/JPS.23.139.1567](https://doi.org/10.52547/JPS.23.139.1567)



✉ **Corresponding Author:** Esmail Sadipour, Professor, Department of Educational Psychology, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

E-mail: e.sadipour@atu.ac.ir, Tel: (+98) 9121487053

Extended Abstract

Introduction

Students are recognized as the largest young population in the country, and their mental health is considered important (Challenge and Colleagues, 1399). Happiness and joy are among the indicators of mental health in individuals (Waters, 2020). Studies have shown that happiness is a desirable outcome of life that is related to the interplay of factors and does not occur on its own; references can be made to psychological well-being and social support (Hajjhasani and Hajjhasani, 2021). The presence of positive emotions and the absence of negative emotions in psychological well-being contribute to the perception of happiness and are associated with positive emotions in individuals (Vilagran and Martin, 2022). Social support also acts as a shield for individuals experiencing stress, reducing stress and increasing an individual's resistance to various life challenges, thereby improving mental health and happiness (Bradley and Colleagues, 2021). On the other hand, emotional intelligence is the ability to perceive, describe, and control emotions in individuals (Taghrai and Colleagues, 2023), and individuals with high emotional intelligence have a more favorable perception of emotions and support from others, display more effective coping with problems, and, due to accurate evaluation of life conditions, experience higher satisfaction and greater happiness (Ghazvini and Colleagues, 2022). In this study, positive psychology constructs such as happiness, social support, and emotional intelligence were selected, which have been the focus of higher education for achieving desirable conditions in society, requiring desirable outcomes for physically and mentally healthy individuals from an educational perspective (Ayi and Colleagues, 2018). Therefore, this research seeks to develop a model of students' happiness based on social support with the mediating role of emotional intelligence.

Method

The research method, considering the nature of the study, was descriptive correlational, based on structural equation modeling. The target population

comprised all undergraduate students of the Islamic Azad University, Science and Research Branch. The sample size of 414 individuals was determined based on correlation research methods, structural equation modeling, and the perspective of Kline (2016). To enhance the accuracy of sampling and reduce Type I error, a multi-stage cluster random sampling method was employed.

In the implementation phase, in collaboration with the university's educational authorities, 12 faculties of the Islamic Azad University, Science and Research Branch, and the corresponding number of enrolled students (48,394 individuals in the academic year 2022-2023) were identified. Three faculties, namely the Faculty of Engineering, the Faculty of Literature and Humanities, and the Faculty of Natural Resources and Environment, were randomly selected from this pool. Subsequently, to access research samples, five classes for each academic major within the selected faculties were randomly chosen. Attendance in these classes was used to identify eligible participants based on criteria such as undergraduate status, normal intelligence, and the absence of psychological and physical problems in personal life.

Additionally, ethical considerations, including participants' awareness of the research process, obtaining consent for participation in the study, and maintaining the confidentiality of participants' information, were strictly observed. Criteria for participant exclusion encompassed unwillingness to cooperate and violation of questionnaire response integrity.

Data were collected using the Oxford Happiness Questionnaire (2002), Ryff's Psychological Well-being Scale (2002), the Perceived Social Support Zimet Scale (1988), and the Schutte Emotional Intelligence Scale (1998). Data analysis was conducted through structural equation modeling using the Amos software.

Results

In the present study, 414 undergraduate students participated, consisting of 112 individuals (27.1%) identified as male and 302 individuals (72.9%) identified as female. The results aligned with the researcher's expectations and were consistent with theories in the research domain regarding the

correlation between the study variables. To assess the assumption of normality, the results indicated that skewness and kurtosis values for all components were within the range of ± 2 . Furthermore, the assumption of linearity was upheld among the present research data.

The normality assumption of the multivariate data distribution was examined through the examination of "Mahalanobis Distance." The computed values for the skewness and kurtosis of Mahalanobis Distance were 0.89 and 0.56, respectively, suggesting normal distribution of the multivariate data.

Following the evaluation of assumptions, the fit of the structural model to the data was examined using the structural equation modeling method, AMOS 24.0 software, and Maximum Likelihood (ML) estimation. The structural model posited that psychological well-being and social support, mediated by emotional intelligence, would influence the happiness of students. Results from fit indices demonstrated an acceptable fit of the measurement model to the collected data ($\chi^2/df= 1.96$, CFI= 0.955, GFI= 0.933, AGFI= 0.910, and RMSEA= 0.048).

Path coefficient results revealed a significant and positive total path coefficient (sum of direct and indirect path coefficients) between psychological well-being and happiness ($p= 0.001$, $\beta= 0.398$). The total path coefficient between perceived social support and happiness was also positive and significant ($p= 0.001$, $\beta= 0.320$). The path coefficient between emotional intelligence and happiness was positive and significant ($p= 0.001$, $\beta= 0.345$). Additionally, the indirect path coefficient between psychological well-being and happiness was positive and significant ($p= 0.001$, $\beta= 0.106$), as was the indirect path coefficient between perceived social support and happiness ($p= 0.001$, $\beta= 0.127$). Consequently, it can be concluded that psychological well-being, perceived social support, and emotional intelligence positively and significantly impact the happiness of students, with emotional intelligence mediating the positive and significant effects of psychological well-being and perceived social support on happiness among students.

Table 1. Fit indices of the original and modified structural model

Fitness indicators	Basic model	Modified model	cut point
chi square	429/82	279/56	-
Degree of freedom of the model	146	143	-
df ² /χ	2/94	1/96	Less than 3
GFI	0/896	0/993	0/90>
AGFI	0/865	0/910	0/850>
CFI	0/908	0/955	0/90>
RMSEA	0/069	0/048	0/08<

Table 2. Total and direct path coefficients between the research variables in the structural mode

path	b	β	SE	t
Psychological well-being → emotional intelligence	1/111	0/184	0/519	0/001
Emotional intelligence → happiness	0/349	0/060	0/427	0/001
The coefficient of the direct path of psychological well-being → happiness	0/610	0/135	0/349	0/001
The coefficient of the indirect path of psychological well-being → happiness	0/387	0/083	0/222	0/001
The total path coefficient of psychological well-being → happiness	0/997	0/184	0/570	0/001
Social support → Emotional intelligence	1/149	0/207	0/524	0/001
Emotional intelligence → happiness	0/339	0/066	0/406	0/001
Coefficient of the direct path of social support → happiness	0/571	0/148	0/311	0/001
Coefficient of the indirect path of social support → happiness	0/390	0/100	0/213	0/001
The coefficient of the total path of social support → happiness	0/960	0/167	0/524	0/001

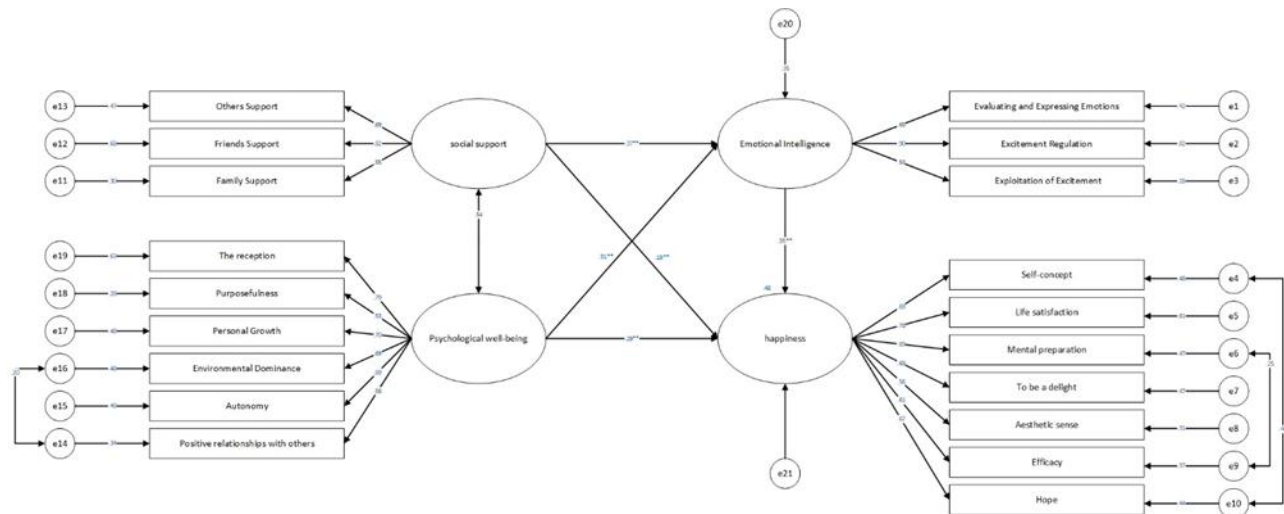


Figure 1. Standardized Parameters in the Structural Model of the Study

Conclusion

The experience of psychological well-being influences mental health and enhances happiness, as joy is ingrained in psychological well-being through the presence of positive emotions and the absence of negative emotions. Additionally, this relationship is maintained when considering the variable of emotional intelligence, as emotional intelligence is defined as the mental aspect of emotional experience and beliefs related to emotional and affective attention and is regarded as a valuable predictor of health. Furthermore, social support acts as a protector against stressful events and unfavorable life situations, playing a crucial role in influencing and improving the quality of life, mental health, and happiness in various communities.

However, what is crucial is the emotions and feelings individuals receive from their social support, thereby reinforcing their emotional intelligence and experiencing satisfaction and happiness. In other words, the perceived level of social support positively impacts the received level of happiness, and individuals with higher emotional intelligence are more positive and happier in dealing with favorable issues.

One limitation of the present study is its geographical and cultural specificity. Therefore, future research is recommended to encompass diverse demographic and cultural settings, employing comparative

approaches between genders. Given the significance of psychological well-being and social support variables in the happiness of students, it is suggested that educational programs and life skills workshops aimed at enhancing and improving students' happiness be planned, formulated, and implemented at the university level.

Ethical Considerations

Compliance with ethical guidelines: This article is taken from the doctoral thesis of the first author in the field of educational psychology, Faculty of Psychology, Islamic Azad University, Science and Research Unit. In order to maintain ethical principles in this research, it was tried to collect data after obtaining the consent of the participants. Also, ethical considerations, including the participants' knowledge of the research process and the confidentiality of the participants' information, were also observed in the research.

Funding: This research is conducted as part of the doctoral dissertation without financial support.

Authors' contribution: This article is extracted from the doctoral dissertation, in which the student is the first author and the supervisor is the second author, and the responsible author and the consulting professor are also the third authors.

Conflict of interest: The authors also declare that there is no conflict of interest in the results of this research.

Acknowledgments: The authors express their gratitude to the supervisors and consultants of this research and the students who participated in this study.



تدوین مدل شادکامی بر اساس بهزیستی روانشناختی و حمایت اجتماعی با میانجی‌گری هوش هیجانی

نعیمه شبانی‌شاد^۱، اسماعیل سعدی‌پور^۲، فریبرز باقری^۳

۱. دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

۲. استاد، گروه روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

۳. دانشیار، گروه روانشناسی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران.

چکیده

مشخصات مقاله

نوع مقاله:

پژوهشی

تاریخچه مقاله:

دریافت: ۱۴۰۲/۱۰/۰۵

بازنگری: ۱۴۰۲/۱۱/۰۳

پذیرش: ۱۴۰۲/۱۲/۱۰

انتشار برخط: ۱۴۰۳/۰۷/۰۱

کلیدواژه‌ها:

شادکامی،

بهزیستی روانشناختی،

حمایت اجتماعی،

هوش هیجانی

زمینه: شادکامی یک احساس درونی مثبت از ادراک‌های شناختی و عاطفی دریافت شده و به معنای خوشبختی عاطفی و شناختی در تعادل احساسات و سلامت روان است و احساس بهزیستی روانشناختی همان ارزیابی کلی فرد در پذیرش خود، رابطه مثبت با دیگران، خودمختاری، زندگی هدفمند، رشد شخصی و تسلط بر محیط است. مطالعات متعددی تأثیر مثبت بهزیستی روانشناختی بر هوش هیجانی، بر شادکامی، حمایت اجتماعی بر شادکامی، هوش هیجانی، حمایت اجتماعی بر شادکامی نشان داده‌اند؛ اما تدوین مدل شادکامی براساس بهزیستی روانشناختی و حمایت اجتماعی با میانجی‌گری هوش هیجانی مغفول مانده است.

هدف: پژوهش حاضر با هدف تدوین مدل شادکامی بر اساس بهزیستی روانشناختی و حمایت اجتماعی با میانجی‌گری هوش هیجانی در دانشجویان کارشناسی انجام شد.

روش: طرح پژوهش کاربردی و روش توصیفی همبستگی مبتنی بر معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش شامل تمامی دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ تشکیل می‌دادند و بر اساس دیدگاه کلاین در مدل معادلات ساختاری، تعداد ۴۱۴ فرد از طریق نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای تصادفی انتخاب شدند. برای جمع‌آوری داده‌ها از پرسشنامه شادکامی (آکسفورد، ۲۰۰۲)، بهزیستی روانشناختی (ریف، ۲۰۰۲)، حمایت اجتماعی ادراک شده (زیمت، ۱۹۸۸) و هوش هیجانی (شات، ۱۹۹۸) استفاده شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها از طریق مدل‌یابی ساختاری با استفاده از نرم‌افزار AMOS۲۶ انجام شد.

یافته‌ها: یافته‌های پژوهش نشان داد که بهزیستی روانشناختی، حمایت اجتماعی و هوش هیجانی به صورت مثبت و معنادار ($P < ۰/۰۰۱$) بر شادکامی دانشجویان اثر دارد و هوش هیجانی در بین دانشجویان به صورت مثبت و معنادار ($P < ۰/۰۰۱$) اثر بهزیستی روانشناختی و حمایت اجتماعی بر شادکامی را میانجی‌گری می‌کند.

نتیجه‌گیری: می‌توان نتیجه گرفت با توجه به اهمیت متغیر بهزیستی روانشناختی و حمایت اجتماعی در شادکامی دانشجویان، آموزش‌ها و کارگاه‌های مهارت‌های زندگی، ارتباطات و تعاملات مثبت که موجب بهبود و افزایش شادکامی در دانشجویان می‌شود در سطح دانشگاه‌ها و مؤسسات عالی برنامه‌ریزی، تدوین و اجرا شوند.

استناد: شبانی‌شاد، نعیمه؛ سعدی‌پور، اسماعیل؛ و باقری، فریبرز (۱۴۰۳). تدوین مدل شادکامی بر اساس بهزیستی روانشناختی و حمایت اجتماعی با میانجی‌گری هوش هیجانی. مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۳، شماره ۱۳۹، ۱۵۶۷-۱۵۸۶.

مجله علوم روانشناختی، دوره ۲۳، شماره ۱۳۹، ۱۴۰۳. DOI: [10.52547/JPS.23.139.1567](https://doi.org/10.52547/JPS.23.139.1567)



✉ نویسنده مسئول: اسماعیل سعدی‌پور، استاد، گروه روانشناسی تربیتی، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

رایانامه: e.sadipour@atu.ac.ir؛ تلفن: ۰۹۱۲۱۴۸۷۰۵۳

مقدمه

دانشجویان به‌عنوان بزرگ‌ترین جمعیت جوان کشور از سرمایه‌های اصلی یک کشور محسوب می‌شوند و بالطبع سلامت روان و سلامت اجتماعی آنان دارای اهمیت می‌باشد و دانشجویانی که از سلامت روانی، اجتماعی مطلوب و کافی برخوردار نباشد، نمی‌تواند خود را با هنجارهای اجتماعی تطبیق دهد (چالشگر و همکاران، ۱۳۹۹). از نشانه‌های سلامت روان، شادکامی و نشاط در افراد می‌باشد که امروزه به‌عنوان یکی از مهم‌ترین نیازهای روانشناسی بشر شناخته شده و عوامل تأثیرگذاری بر شخصیت و کلیت زندگی افراد دارد (کرمانی و همکاران، ۱۴۰۱) و می‌توان گفت که شادی بخشی از کیفیت زندگی است که به توانمندی‌های انسانی می‌پردازد (واترز، ۲۰۲۰).

شادکامی^۱ یک احساس درونی مثبت تلقی می‌شود که از ادراک‌های شناختی و عاطفی افراد در زندگی خویش، دریافت می‌شود و به معنای خوشبختی همه‌ی ابعاد فردی است و براساس دو مؤلفه احساس و شناخت به‌وجود می‌آید که مؤلفه عاطفی مربوط به لذت و تعادل بین احساسات خوشایند و ناخوشایند می‌باشد، درحالی‌که مؤلفه شناختی به سلامت روان افراد مرتبط است (احمد و محمد، ۲۰۲۲). فرد شادکام احساس خوبی دارد، از فعالیت‌های زندگی خود لذت می‌برد، دنیای درونش آرام است، ضعف‌های خود را می‌پذیرد و در مقابل مشکلات باثبات است. به‌عبارتی، شادکامی نوعی ارزشیابی و داوری فرد از خود و زندگی‌اش است که از بیرون به فرد تحمیل نمی‌شود، بلکه حالتی درونی است که از هیجان‌های مثبت تأثیر می‌پذیرد؛ براین اساس شادکامی بر نگرش و ادراک‌های شخصی مبتنی است و از تجربه هیجان‌های مثبت سرچشمه می‌گیرد (چالشگر و همکاران، ۱۴۰۰). این بدان معنی است که یک فرد چقدر زندگی خود را دوست دارد و از آن لذت می‌برد (شجاعی و همکاران، ۱۴۰۰)؛ بنابراین شادی تلاشی برای افزایش سلامت روان افراد است که منجر به ارزشمندی زندگی و محافظت فرد در برابر بیماری‌های جسمی و روانی می‌شود (عطاری و همکاران، ۱۳۹۹). مطالعات نشان داده‌اند که شادکامی با رابطه علی و میانجی همراه است و به خودی خود اتفاق نمی‌افتد که از رابطه‌های علیت بر شادکامی می‌توان به بهزیستی روانشناختی

(مرتضی بیگی و همکاران، ۱۴۰۰) و حمایت اجتماعی ادراک شده (حاجی حسنی و حاجی حسنی، ۱۴۰۰) اشاره نمود که از مهم‌ترین عوامل مرتبط با شادکامی شناخته شده‌اند.

احساس بهزیستی روانشناختی به‌معنای ارزیابی کلی فرد از زندگی خود است که بر پایه امیال شخصی و میزان دستیابی به آن‌ها شکل می‌گیرد (صباغ و همکاران، ۱۴۰۲). ریف (۲۰۱۴) نیز بهزیستی روانشناختی^۲ را یک رویکرد مثبت معرفی می‌کند که دارای فرد احساس سلامت و تندرستی می‌کند و نسبت به جنبه‌های خود آگاه است و از شش بعد پذیرش خود، رابطه مثبت با دیگران، خودمختاری، زندگی هدفمند، رشد شخصی و تسلط بر محیط تشکیل شده است (نقل از گارسیا و همکاران، ۲۰۱۷). بهزیستی روانشناختی یک اصطلاح فراگیر برای اشاره به رضایت از زندگی استفاده می‌شود و شادی، وجود عاطفه مثبت و فقدان عاطفه منفی در بهزیستی روانشناختی نهادینه شده است؛ بنابراین بهزیستی روانشناختی در ثبت شادی درک شده و احساسات مثبت مرتبط مفید است (ویلاگران و مارتین، ۲۰۲۲). به‌عبارتی، این ویژگی‌های مثبت بهزیستی روانشناختی کمک می‌کند تا فرد شادکامی و سلامت روان بالاتری را کسب کند و به‌عنوان شاخص‌های سلامت افراد شناخته می‌شود و هدف اصلی آن، بالفعل نمودن استعدادها و بالقوه افراد است که در دانشجویان نمود بیشتری پیدا می‌کند (شاه‌محمدی و همکاران، ۱۴۰۱). افرادی که دارای بهزیستی روانشناختی بالایی هستند نگرش خوشبینانه‌تری نسبت به رویدادها و وقایع اطراف خود دارند و در مقابل جبهه‌گیری نسبت به اتفاقات اطراف خود، تلاش در به کارگیری استفاده مؤثر و مطلوب از این حوادث دارند (حیدری و همکاران، ۱۴۰۱) و بالطبع این افراد از ویژگی‌های مثبت مانند شادکامی، امید، بهزیستی و خوش‌بینی بالاتری برخوردارند (ساکت و همکاران، ۱۴۰۲). از دیگر عوامل مهم بر شادکامی افراد حمایت اجتماعی^۳ (حاجی حسنی و حاجی حسنی، ۱۴۰۰) است که بر روی ویژگی‌های جسمی و روانی افراد تأثیرات بی‌شماری دارد و به‌عنوان یک عامل تعدیل‌کننده مطلوب در مواجهه و سازگاری با شرایط نامساعد و مشکلات زندگی شناخته شده است (ریید و همکاران، ۲۰۱۶). مفهوم حمایت اجتماعی ادراک شده به معنای ارزیابی شناختی فرد از محیط و روابط او با دیگران است و بر وضعیت

3. social support

1. happiness

2. psychological well-being

تجربی را برای ۳) درک هیجان و ۴) مدیریت هیجان فراهم می‌کند. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که هوش هیجانی به‌عنوان یک محافظ در برابر اثرات استرس حاد عمل می‌کند (ساریوناندا و میکولاجزاک، ۲۰۲۰؛ برمجوماتینز و همکاران، ۲۰۲۱) و افراد با هوش هیجانی تمایل دارند که شادتر، سالم‌تر و سازنده‌تر باشند. به‌عبارتی، هوش هیجانی با توانایی درک و مدیریت احساسات می‌تواند جنبه‌های منفی رویدادهای نامطلوب زندگی را بر سلامت روان کاهش دهد و همچنین از طریق تنظیم مؤثر هیجان می‌تواند شادکامی افراد را ارتقا ببخشد (لیا و همکاران، ۲۰۲۳). افراد با هوش هیجانی بالا، درک مطلوب‌تری نسبت به عواطف و حمایت دیگران دارند و مقابله کارآمدتری را مشکلات از خود نشان می‌دهند و به‌دلیل ارزیابی صحیح از شرایط زندگی، رضایت بالاتر و شادکامی بیشتری را تجربه می‌کنند (قروینه و همکاران، ۱۴۰۱). برای مثال، افرادی که هوش هیجانی بالایی دارند، به شکلی عمل می‌کنند که به تجارب مثبت منتهی و مانع تجارب عاطفی منفی شود. در واقع این افراد مهارت‌های بیشتری در مدیریت مشکلات هیجانی دارند و بدین ترتیب شادکامی بیشتری را تجربه می‌کنند (طغرابی و همکاران، ۱۴۰۲). مطالعات انجام‌شده مبین نقش و اهمیت هوش هیجانی در ابعاد مختلف زندگی افراد از جمله تحصیل، شغل و روابط اجتماعی است (کینگ و چن، ۲۰۱۹).

باتوجه به آنچه بیان شد، در دهه‌های اخیر سؤالی که بیشتر پژوهش‌ها به آن پرداخته‌اند این بوده که چه چیزی منجر به سلامت روان و شادکامی در افراد می‌شود و این‌گونه رویکردهای روانشناسی آسیب‌نگر مورد انتقاد قرار گرفته‌اند؛ زیرا بسیاری از روانشناسان و محققان بهداشت روانی جنبه‌های مثبت سلامت را نادیده گرفته بودند (ریف و سینگر، ۱۹۹۸)؛ اما رویکردهای جدید و نوین روانشناسی مثبت‌گرا به سلامت بر خوب بودن تأکید دارند (ریف و همکاران، ۲۰۰۴) و عدم وجود بیماری را برای احساس سلامتی کافی نمی‌دانند، بلکه بر این باورند که داشتن حس رضایت‌مندی از زندگی (شادکامی)، پیشرفت کافی (بهزیستی روانشناختی) ارتباط و تعاملات مثبت با دیگران (حمایت اجتماعی ادراک شده)، خلق و خوی مثبت (هوش هیجانی) از ویژگی‌های شخص سالم است (عابدینی و روانبخش، ۱۴۰۰). دراین رابطه مطالعات متعددی رابطه مثبت و معنادار

جسمی، روانی، رضایت از زندگی و جنبه‌های مختلف کیفیت زندگی افراد اثرات زیادی دارد (کاهوس و همکاران، ۲۰۲۳). درواقع، حمایت اجتماعی، به‌عنوان سپر برای افرادی که تنیدگی را تجربه می‌کنند، عمل می‌کند و تنیدگی را کاهش می‌دهد و منجر به افزایش مقاومت فرد در مقابله با چالش‌های مختلف زندگی می‌شود و سلامت روان و شادکامی را در افراد بهبود می‌بخشد (برادلی و همکاران، ۲۰۲۱)؛ بنابراین افرادی که حمایت اجتماعی مطلوبی را دریافت می‌کنند، رضایت از زندگی بالاتری را تجربه کرده، به‌همین دلیل از شادکامی بیشتری بهره‌مند می‌شوند و بالعکس نیز کسانی که روابط اجتماعی یا حمایت اجتماعی مطلوبی را نسبت به دیگر افراد دریافت یا درک نمی‌کنند رضایت زندگی کمتر و شادکامی کمتری را تجربه می‌کنند (تجاداگالاردو و همکاران، ۲۰۲۳)، به‌گونه‌ای که عوامل اجتماعی و حمایت اجتماعی از عوامل مهم در پیشرفت تحصیلی فراگیران شناخته شده است (عطار و همکاران، ۱۴۰۱). مطالعات نشان داده‌اند حمایت اجتماعی درک شده به‌عنوان محافظی در برابر رویدادهای استرس‌زا و موقعیت‌های نامطلوب زندگی عمل می‌کند و به‌عنوان محافظ مهم سلامت جسمی و روانی عمل می‌کند (سینگستاد و همکاران، ۲۰۲۱) و نقش اساسی را در تأثیرگذاری و بهبود کیفیت زندگی در میان جمعیت‌های مختلف دارا است (مک‌لین و همکاران، ۲۰۲۲)، حتی برای دانشجویانی که با سطح متوسطی از استرس مواجه هستند (کاهوس و همکاران، ۲۰۲۳).

ازسویی، ظرفیت افراد برای مدیریت احساسات خود و سایر احساسات، با چشم‌انداز مفید بودن برای جامعه، فرصتی را برای پیشرفت، هم به صورت فردی و هم به صورت جمعی فراهم می‌کند (مایر و همکاران، ۲۰۱۶) و افراد برای موفقیت در زندگی خود به مهارت، توانایی همدلی، هوشمندی برای کاهش احساسات منفی و تمرکز بر احساسات مثبت نیاز دارند که می‌توان هوش هیجانی^۱ را نام برد که به‌عنوان یک ویژگی شخصیتی یا به‌عنوان یک توانایی انسانی، عاملی تعیین‌کننده در سلامت روان، افزایش شادکامی در زندگی و موفقیت حرفه‌ای در نظر گرفته می‌شود (کیتسیوس و همکاران، ۲۰۲۲). هوش هیجانی در چهار توانایی و با ترتیب سلسله مراتبی سازماندهی می‌شود که به‌عنوان آن؛ ۱) ادراک هیجان، و ۲) استفاده از احساسات برای تسهیل فکر، پایه و اساس لازم یا فرآیندهای

^۱. emotional Intelligence

روش

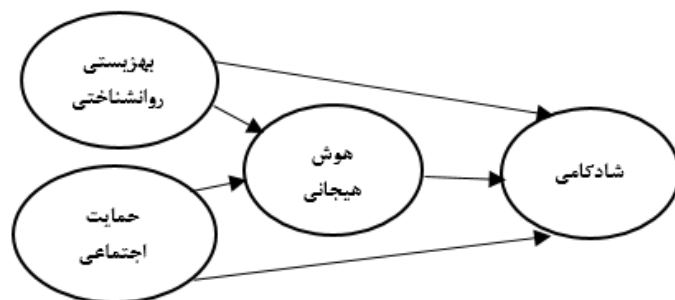
الف) طرح پژوهش و شرکت کنندگان: طرح پژوهش با توجه به ماهیت موضوع مطالعه توصیفی از نوع همبستگی، مبتنی بر معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل تمامی دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات شهر تهران که در سال تحصیلی ۱۴۰۲-۱۴۰۱ مشغول به تحصیل بودند، تشکیل می‌دادند و حجم نمونه براساس پژوهش‌های مربوط به روش پژوهش همبستگی از نوع مدل معادلات ساختاری از دیدگاه کلاین (۲۰۱۶) که معتقد است در پژوهش‌های مدلیابی معادلات ساختاری حجم نمونه مورد قبول براساس تعداد نشانگرهای متغیرهای پیش‌بین که برای حجم نمونه پایین بایستی در عدد ۱۰ و برای حجم نمونه بالا در عدد ۲۰، ضرب کرد و حجم نمونه نیز نباید کمتر از ۲۰۰ نفر باشد؛ در پژوهش حاضر با احتساب مجموع ۱۲ نشانگر باید حداقل ۱۲۰ و یا حداکثر ۲۴۰ نفر انتخاب شوند که با توجه به تنوع گسترده جامعه آماری و افزایش دقت نمونه‌گیری و کاهش خطای نوع اول، تعداد ۴۱۴ فرد با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای تصادفی انتخاب شدند.

ب) ابزار

جهت سنجش متغیرهای پژوهش از ابزار پرسشنامه به شرح زیر استفاده شد: پرسشنامه پرسشنامه شادکامی آکسفورد^۱ (OHI): مقیاس شادکامی آکسفورد توسط آرگایل و هیلز در سال ۲۰۰۲، طرح‌ریزی و ارایه کردند که متشکل از ۲۹ گویه و براساس طیف چهاردرجه‌ای از صفر تا ۳ نمره گذاری می‌شود که حداقل نمره در آزمودنی صفر و حداکثر نمره آن ۸۷ است و هرچه نمره آزمودنی بالاتر باشد، نشانگر شادکامی بیشتر در فرد خواهد بود و بالعکس. دارای زیرمؤلفه‌های خودپنداره، رضایت از زندگی، آمادگی روانی، سرذوق بودن، احساس زیبایی شناختی، خودکارآمدی، امیدواری می‌باشد. آرگایل و همکاران پایایی پرسشنامه آکسفورد را به کمک ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ و پایایی باز آزمایی آن را طی هفت هفته ۰/۷۸ گزارش کرده‌اند. روایی همزمان این پرسشنامه با استفاده از ارزیابی دوستان افراد درباره آن‌ها ۰/۴۳ محاسبه شد. درایران نیز در پژوهشی که توسط علی پور و آگاه هریس (۱۳۸۶) به منظور بررسی اعتبار و پایایی فهرست شادکامی آکسفورد (OHI آرگایل ۲۰۰۱) اجرا شد.

بهزیستی روانشناختی با شادکامی (یسیل‌تپ و همکاران، ۲۰۲۲؛ ساکت و همکاران، ۱۴۰۱؛ مرتضی‌بیگی و همکاران، ۱۴۰۰؛ آی و همکاران، ۱۳۹۷)، حمایت اجتماعی با شادکامی (دانیل گوانزالس و همکاران، ۲۰۲۳)، هوش هیجانی با شادکامی (تجاداگالاردو و همکاران، ۲۰۲۳؛ کرمانی و همکاران، ۱۴۰۱) و حمایت اجتماعی با هوش هیجانی (کوماردین و همکاران، ۲۰۲۲؛ حاجی حسنی و حاجی حسنی، ۱۴۰۰)، نشان داده‌اند. ازسویی، دانشجویان در جوامع مختلف، که آینده‌سازان آن کشور محسوب می‌شوند، لازم است که از سلامت جسمانی و روانی مطلوب و با کیفیتی برخوردار باشند تا بتوانند در جهت ارتقاء سلامت، بهزیستی و شادکامی جامعه قدم بردارند (رحیمی و همکاران، ۱۳۹۸)؛ چراکه برای رسیدن به وضعیت مطلوب در جامعه، نیازمند خروجی‌های مطلوب مبنی بر انسان‌های سالم از نظر جسمی و روانی از آموزش هستیم (آی و همکاران، ۱۳۹۷). در این راستا، مدلی پژوهشی براساس سازه‌های روانشناسی بهزیستی روانشناختی حمایت اجتماعی، هوش هیجانی و شادکامی که مورد توجه آموزش عالی قرار گرفته‌اند، طراحی شد؛ به‌همین منظور در پژوهش حاضر پژوهشگر به دنبال پاسخگویی به این سؤال است که آیا مدل شادکامی براساس بهزیستی روانشناختی و حمایت اجتماعی با میانجی‌گری هوش هیجانی از برازش مناسبی برخوردار است؟

مدل مفهومی پیشنهادی سازه شادکامی به‌عنوان متغیر پنهان وابسته مدل، متغیرهای بهزیستی روانشناختی و حمایت اجتماعی به‌عنوان متغیر پنهان مستقل مدل و هوش هیجانی نیز به‌عنوان متغیر پنهان میانجی‌گر مدل می‌باشند.



^۱. oxford Happiness Inventory

پرسشنامه پرسشنامه هوش هیجانی شات و همکاران^۳ (SSRI): این پرسشنامه توسط شات و همکاران در سال ۱۹۹۸، براساس مدل نظری سالوی و مایر (۱۹۹۰) از هوش هیجانی ساخته شده است. این پرسشنامه دارای ۳۳ سؤال بوده و شیوه نمره گذاری پرسشنامه براساس طیف پنج گزینه‌ای از کاملاً مخالفم برابر با ۱ امتیاز تا کاملاً موافقم برابر با ۵ امتیاز می‌باشد و سؤالات ۵، ۲۸ و ۳۳ به صورت معکوس نمره گذاری می‌شوند. حداقل نمره در این پرسشنامه برابر با ۳۳ و حداکثر نمره برابر با ۱۶۵ نمره می‌باشد که بالاتر نشان‌دهنده هوش هیجانی بالاتر است. این پرسشنامه شامل سه زیرمؤلفه ارزیابی و ابراز هیجان، تنظیم هیجان و بهره‌برداری از هیجان را ارزیابی می‌کند. پایایی پرسشنامه ۰/۸۴ برای هوش هیجانی کل و برای خرده مقیاس‌ها به ترتیب: ارزیابی و ابراز هیجان، ۰/۷۶ تنظیم و مدیریت هیجان، ۰/۶۶ و بهره‌برداری از هیجان ۰/۵۵ به دست آمده است (سیاروچی و همکاران، ۲۰۰۰). در پژوهش رجبی و ولدبیگی (۱۳۹۵) نیز آلفای کرونباخ ۰/۶۰ محاسبه گردید. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۸۶ به دست آمد.

ج) روش اجرا

در مرحله اجرا، با همکاری مسئولین بخش آموزش دانشگاه، تعداد دانشکده‌های دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات که برابر با ۱۲ دانشکده و تعداد دانشجویان شاغل به تحصیل برابر با ۴۸۳۹۴ نفر در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بود، استخراج و از بین آن‌ها به طور تصادفی ۳ دانشکده از قبیل دانشکده فنی و مهندسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی و اجتماعی، دانشکده منابع طبیعی و محیط زیست انتخاب شدند. سپس برای دسترسی به نمونه‌های پژوهش با حضور در دانشکده‌های انتخاب شده، از بین کلاس‌های در حال برگزاری کارشناسی در هر دانشکده، ۵ کلاس آموزشی انتخاب شد و سپس با حضور در کلاس‌ها، با توجه به ملاک‌های ورود به پژوهش: دانشجو کارشناسی، عدم مصرف داروهایی که هوشیاری را سلب می‌کنند پرسشنامه‌ها در اختیار دانشجویان قرار می‌گرفت. علاوه بر این ملاک‌های خروج نیز شامل عدم تمایل به همکاری و نقض در پاسخ

آلفای کرونباخ برای کل فهرست برابر با ۰/۹۱ بود. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۱ به دست آمد.

پرسشنامه بهزیستی روانشناختی^۱ (RSPWB): پرسشنامه بهزیستی روانشناختی توسط ریف در سال (۲۰۰۲) به منظور سنجش بهزیستی روانشناختی افراد طراحی و تدوین شده است. این پرسشنامه دارای ۵۴ سؤال و نمره گذاری براساس طیف پنج گزینه‌ای لیکرت کاملاً مخالف= ۱ تا کاملاً موافق= ۶ صورت بندی شده است و نمرات آن بین ۵۴ تا ۳۲۴ خواهد بود و امتیازات بالاتر بیانگر بهزیستی روانشناختی بالاتری خواهد بود. پرسشنامه شامل ۶ مؤلفه خودمختاری، تسلط بر محیط، رشد شخصی، ارتباط مثبت با دیگران، هدفمندی در زندگی و پذیرش خود می‌باشد پایایی این پرسشنامه نیز از طریق ضریب آلفای کرونباخ محاسبه که برای خرده مقیاس‌ها پذیرش خود، روابط مثبت با دیگران، خودمختاری، تسلط بر محیط، زندگی هدفمند و رشد فردی برابر با ۰/۸۵، ۰/۸۳، ۰/۷۹، ۰/۸۱، ۰/۸۲، ۰/۸۲ و ۰/۸۹ محاسبه گردید و در نمره کل نیز برابر با ۰/۸۹ به دست آمد. در پژوهش اخباراتی و بشردوست (۱۳۹۵) روایی محتوایی و صوری و ملاکی در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ برابر با ۰/۶۱ به دست آمد. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ ۰/۸۴ به دست آمد.

پرسشنامه حمایت اجتماعی درک شده زیمت و همکاران^۲ (MSPSS): این پرسشنامه توسط زیمت و همکاران در سال ۱۹۸۸ طراحی شد که یک ابزار ۱۲ ماده‌ای با سه زیرمقیاس خانواده، دوستان و اجتماع ساخته شده است. تمام ماده‌های این مقیاس براساس طیف ۷ درجه‌ای لیکرت (از کاملاً مخالف ۱ امتیاز تا کاملاً موافق ۷ امتیاز) تقسیم بندی شده است. حداقل و حداکثر نمره فرد در کل مقیاس به ترتیب ۱۲ و ۸۴ محاسبه می‌شود. نمره بالاتر نشان‌دهنده حمایت اجتماعی ادراک شده بیشتر است. اعتبار درونی برای کل مقیاس ۰/۸۸؛ برای زیرمقیاس خانواده ۰/۸۷؛ برای زیرمقیاس دوستان ۰/۸۵ و برای زیرمقیاس اجتماع ۰/۹۱ گزارش شده است. در پژوهش حاجی سلطانی و جاوید (۱۴۰۱) ضرایب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس و سه زیرمقیاس حمایت اجتماعی خانوادگی، دوستان و اجتماع به ترتیب ۰/۹۱، ۰/۸۷، ۰/۸۹ و ۰/۸۳ محاسبه شد. در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ این پرسشنامه برابر ۰/۸۲ بدست آمد.

3. Schutte Self- Report Inventory (SSRI)

1. Ryff Scales of Psychological Well-Being

2. multidimensional Scale of Perceived Social Support

همخطی بودن مقادیر عامل تورم واریانس (VIF) و ضریب تحمل مورد بررسی قرار گرفت. مقادیر کشیدگی و چولگی همه مؤلفه‌ها در محدوده ± 2 قرار داشت که این یافته بیانگر آن است که مفروضه نرمال بودن توزیع داده‌های تک‌متغیری در بین داده‌ها برقرار است (کلاین، ۲۰۱۶). همچنین مفروضه همخطی بودن نیز در بین داده‌های پژوهش حاضر برقرار بود، زیرا مقادیر ضریب تحمل متغیرهای پیش بین بزرگتر از ۰/۱ و مقادیر عامل تورم واریانس هر یک از آن‌ها کوچکتر از ۱۰ بود. منطبق بر دیدگاه میرز و همکاران (۲۰۰۶) ضریب تحمل کمتر از ۰/۱ و ارزش عامل تورم واریانس بالاتر از ۱۰ نشان‌دهنده عدم برقراری مفروضه همخطی بودن است. مفروضه نرمال بودن توزیع داده‌های چندمتغیری، از طریق تحلیل اطلاعات مربوط به «فاصله مهلنوبایس» بررسی شد. مقادیر چولگی و کشیدگی اطلاعات مربوط به فاصله مهلنوبایس به ترتیب برابر با ۰/۸۹ و ۰/۵۶ به دست آمد که نشان داد توزیع داده‌های چند متغیری نرمال است. در نهایت به منظور ارزیابی همگنی واریانس‌ها، نمودار پراکندگی واریانس‌های استاندارد شده خطاها مورد بررسی قرار گرفت و ارزیابی‌ها نشان داد که آن مفروضه نیز در بین داده‌ها برقرار است.

گویی به سؤالات پرسشنامه بود. این کار تا تکمیل تعداد مورد نیاز ادامه یافت.

یافته‌ها

در پژوهش حاضر ۴۱۴ دانشجوی مقطع کارشناسی شرکت کردند که ۱۱۲ نفر (۲۷/۱ درصد) از آنان مرد و ۳۰۲ نفر (۷۲/۹ درصد) زن بودند. بین شرکت کنندگان ۲۵۰ نفر (۶۰/۳ درصد) زیر ۲۰ سال، ۱۳۱ نفر (۳۱/۷ درصد) ۲۱ تا ۲۵ سال، ۱۲ نفر (۲/۹ درصد) ۲۶ تا ۳۰ سال و ۲۱ نفر (۵/۱ درصد) بیشتر از ۳۰ سال داشتند. گفتنی است که ۳۷۴ نفر (۹۰/۴ درصد) از شرکت کنندگان مجرد و ۴۰ نفر (۹/۶ درصد) از آنان متأهل بودند. جدول ۱ میانگین، انحراف استاندارد، چولگی و کشیدگی و جدول ۲ ضرایب همبستگی بین مؤلفه‌های بهزیستی روانشناختی، حمایت اجتماعی ادراک شده، هوش هیجانی و شادکامی را نشان می‌دهد. جدول ۲ نشان می‌دهد که جهت همبستگی بین متغیرهای پژوهش منطبق بر انتظارات پژوهشگر و همسو با تئوری‌های حوزه پژوهش بود.

در این پژوهش به منظور ارزیابی مفروضه نرمال بودن توزیع داده‌های تک‌متغیری، کشیدگی و چولگی متغیرها و به منظور ارزیابی مفروضه

جدول ۱. داده‌های توصیفی متغیرهای پژوهش

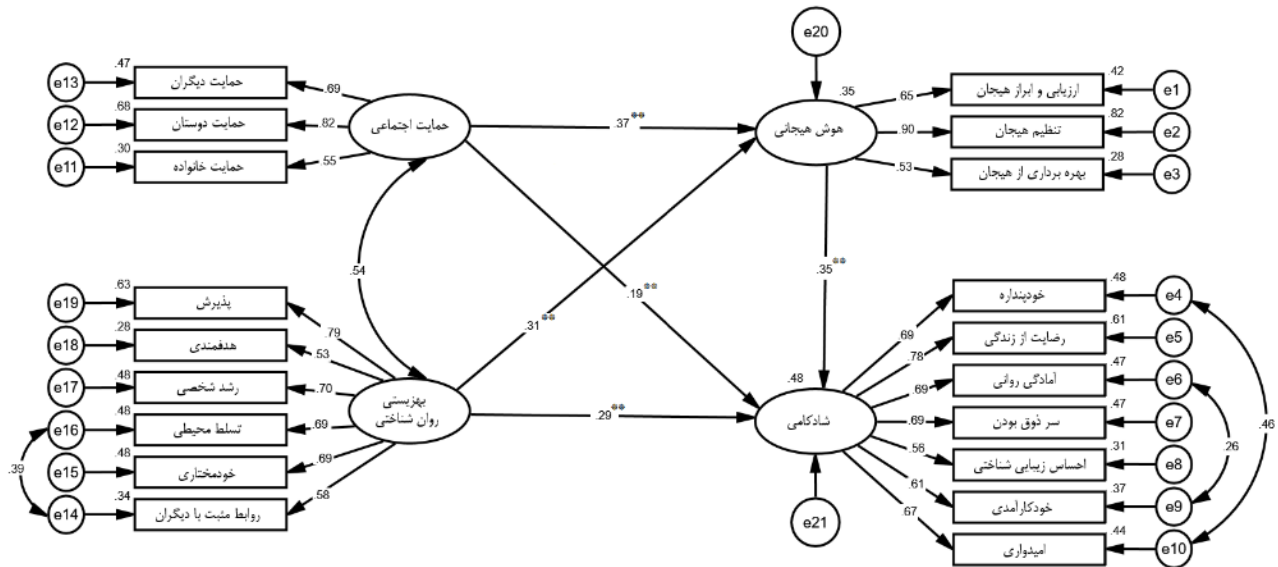
متغیر	میانگین	انحراف استاندارد	چولگی	کشیدگی
بهزیستی روانشناختی - روابط مثبت با دیگران	۱۲/۱۴	۳/۵۱	۰/۰۱	-۰/۷۹
بهزیستی روانشناختی - خودمختاری	۱۰/۹۴	۲/۸۳	۰/۰۴	-۰/۴۹
بهزیستی روانشناختی - تسلط محیطی	۱۱/۷۳	۳/۱۸	-۰/۲۰	-۰/۴۱
بهزیستی روانشناختی - رشد شخصی	۱۱/۴۶	۲/۵۶	-۰/۳۷	۰/۳۳
بهزیستی روانشناختی - هدفمندی	۱۰/۰۳	۲/۴۴	۰/۰۵	-۰/۲۶
بهزیستی روانشناختی - پذیرش	۱۳/۱۱	۳/۵۶	-۰/۳۰	-۰/۵۲
حمایت اجتماعی - حمایت خانواده	۱۳/۶۸	۳/۴۶	-۰/۹۶	-۰/۳۵
حمایت اجتماعی - حمایت دوستان	۱۲/۹۷	۲/۶۲	-۰/۲۲	-۰/۰۶
حمایت اجتماعی - حمایت دیگران	۱۲/۶۵	۲/۸۹	-۰/۲۹	-۰/۲۴
هوش هیجانی - ارزیابی و ابراز هیجان	۴۰/۲۹	۹/۲۱	-۰/۱۰	۰/۴۴
هوش هیجانی - تنظیم هیجان	۳۳/۷۸	۶/۴۸	۰/۰۹	-۰/۵۶
هوش هیجانی - بهره برداری از هیجان	۳۲/۹۰	۸/۱۶	۰/۱۷	-۱/۰۶
شادکامی - خودپنداره	۱۳/۵۵	۴/۰۹	-۰/۲۲	-۰/۴۱
شادکامی - رضایت از زندگی	۵/۵۱	۲/۱۶	-۰/۱۶	-۰/۹۵
شادکامی - آمادگی روانی	۴/۸۷	۱/۹۱	-۰/۰۳	-۰/۴۴
شادکامی - سر ذوق بودن	۳/۴۰	۱/۴۸	-۰/۱۲	-۰/۷۲
شادکامی - احساس زیبایی شناختی	۷/۸۰	۲/۲۲	-۰/۴۷	-۰/۳۰
شادکامی - خودکارآمدی	۸/۹۳	۱/۹۸	-۰/۷۰	-۰/۳۸
شادکامی - امیدواری	۴/۰۷	۱/۴۶	-۰/۹۳	-۰/۴۱

جدول ۲. ماتریس همبستگی بین متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	
۱. بهزیستی روانشناختی - روابط مثبت با دیگران	-																			
۲. بهزیستی روانشناختی - خودمختاری	۰/۴۰ ^{oo}	-																		
۳. بهزیستی روانشناختی - تسلط محیطی	۰/۶۴ ^{oo}	۰/۵۷ ^{oo}	-																	
۴. بهزیستی روانشناختی - رشد شخصی	۰/۴۳ ^{oo}	۰/۴۶ ^{oo}	۰/۴۸ ^{oo}	-																
۵. بهزیستی روانشناختی - هدفمندی	۰/۴۶ ^{oo}	۰/۲۵ ^{oo}	۰/۴۰ ^{oo}	۰/۳۸ ^{oo}	-															
۶. بهزیستی روانشناختی - پذیرش	۰/۴۴ ^{oo}	۰/۵۹ ^{oo}	۰/۵۱ ^{oo}	۰/۵۷ ^{oo}	۰/۴۵ ^{oo}	-														
۷. حمایت اجتماعی - حمایت خانواده	۰/۲۶ ^{oo}	۰/۲۰ ^{oo}	۰/۲۶ ^{oo}	۰/۲۸ ^{oo}	۰/۲۰ ^{oo}	۰/۲۱ ^{oo}	-													
۸. حمایت اجتماعی - حمایت دوستان	۰/۲۷ ^{oo}	۰/۳۱ ^{oo}	۰/۳۳ ^{oo}	۰/۲۱ ^{oo}	۰/۲۶ ^{oo}	۰/۳۳ ^{oo}	۰/۴۸ ^{oo}	-												
۹. حمایت اجتماعی - حمایت دیگران	۰/۲۳ ^{oo}	۰/۲۸ ^{oo}	۰/۳۱ ^{oo}	۰/۲۷ ^{oo}	۰/۲۲ ^{oo}	۰/۱۸ ^{oo}	۰/۳۷ ^{oo}	۰/۵۶ ^{oo}	-											
۱۰. هوش هیجانی - ارزیابی و ابراز هیجان	۰/۲۵ ^{oo}	۰/۳۱ ^{oo}	۰/۲۷ ^{oo}	۰/۲۴ ^{oo}	۰/۲۰ ^{oo}	۰/۳۱ ^{oo}	۰/۱۲ ^{oo}	۰/۲۵ ^{oo}	۰/۲۴ ^{oo}	-										
۱۱. هوش هیجانی - تنظیم هیجان	۰/۲۷ ^{oo}	۰/۳۵ ^{oo}	۰/۳۲ ^{oo}	۰/۲۰ ^{oo}	۰/۲۵ ^{oo}	۰/۲۹ ^{oo}	۰/۱۷ ^{oo}	۰/۴۱ ^{oo}	۰/۳۹ ^{oo}	۰/۵۹ ^{oo}	-									
۱۲. هوش هیجانی - بهره برداری از هیجان	۰/۲۴ ^{oo}	۰/۲۹ ^{oo}	۰/۲۳ ^{oo}	۰/۱۹ ^{oo}	۰/۲۲ ^{oo}	۰/۲۶ ^{oo}	۰/۰۵ ^{oo}	۰/۲۰ ^{oo}	۰/۲۶ ^{oo}	۰/۲۹ ^{oo}	۰/۴۸ ^{oo}	-								
۱۳. شادکامی - خودپنداره	۰/۲۹ ^{oo}	۰/۲۷ ^{oo}	۰/۲۵ ^{oo}	۰/۲۳ ^{oo}	۰/۲۴ ^{oo}	۰/۲۲ ^{oo}	۰/۱۸ ^{oo}	۰/۳۱ ^{oo}	۰/۲۳ ^{oo}	۰/۳۲ ^{oo}	۰/۳۶ ^{oo}	۰/۲۴ ^{oo}	-							
۱۴. شادکامی - رضایت از زندگی	۰/۳۰ ^{oo}	۰/۲۱ ^{oo}	۰/۳۱ ^{oo}	۰/۲۴ ^{oo}	۰/۲۹ ^{oo}	۰/۳۱ ^{oo}	۰/۲۰ ^{oo}	۰/۳۸ ^{oo}	۰/۳۲ ^{oo}	۰/۳۲ ^{oo}	۰/۴۱ ^{oo}	۰/۲۶ ^{oo}	۰/۵۳ ^{oo}	-						
۱۵. شادکامی - آمادگی روانی	۰/۲۷ ^{oo}	۰/۲۹ ^{oo}	۰/۲۶ ^{oo}	۰/۳۰ ^{oo}	۰/۲۵ ^{oo}	۰/۳۱ ^{oo}	۰/۱۷ ^{oo}	۰/۲۴ ^{oo}	۰/۲۴ ^{oo}	۰/۲۴ ^{oo}	۰/۳۷ ^{oo}	۰/۲۳ ^{oo}	۰/۴۵ ^{oo}	۰/۵۶ ^{oo}	-					
۱۶. شادکامی - سر ذوق بودن	۰/۲۰ ^{oo}	۰/۳۲ ^{oo}	۰/۲۷ ^{oo}	۰/۲۲ ^{oo}	۰/۲۴ ^{oo}	۰/۳۲ ^{oo}	۰/۱۹ ^{oo}	۰/۳۱ ^{oo}	۰/۲۸ ^{oo}	۰/۲۵ ^{oo}	۰/۳۸ ^{oo}	۰/۱۹ ^{oo}	۰/۴۸ ^{oo}	۰/۵۲ ^{oo}	۰/۴۹ ^{oo}	-				
۱۷. شادکامی - احساس زیبایی شناختی	۰/۲۷ ^{oo}	۰/۲۵ ^{oo}	۰/۲۴ ^{oo}	۰/۱۷ ^{oo}	۰/۲۴ ^{oo}	۰/۲۸ ^{oo}	۰/۲۳ ^{oo}	۰/۲۵ ^{oo}	۰/۲۱ ^{oo}	۰/۲۸ ^{oo}	۰/۳۰ ^{oo}	۰/۲۲ ^{oo}	۰/۴۵ ^{oo}	۰/۴۱ ^{oo}	۰/۳۶ ^{oo}	۰/۳۵ ^{oo}	-			
۱۸. شادکامی - خودکارآمدی	۰/۲۵ ^{oo}	۰/۱۸ ^{oo}	۰/۲۰ ^{oo}	۰/۱۹ ^{oo}	۰/۲۰ ^{oo}	۰/۱۴ ^{oo}	۰/۲۸ ^{oo}	۰/۱۹ ^{oo}	۰/۲۰ ^{oo}	۰/۳۱ ^{oo}	۰/۱۳ ^{oo}	۰/۳۹ ^{oo}	۰/۵۶ ^{oo}	۰/۴۱ ^{oo}	۰/۳۹ ^{oo}	۰/۲۴ ^{oo}	-			
۱۹. شادکامی - امیدواری	۰/۳۲ ^{oo}	۰/۳۶ ^{oo}	۰/۳۱ ^{oo}	۰/۳۶ ^{oo}	۰/۲۵ ^{oo}	۰/۳۸ ^{oo}	۰/۱۸ ^{oo}	۰/۳۰ ^{oo}	۰/۲۲ ^{oo}	۰/۲۸ ^{oo}	۰/۳۳ ^{oo}	۰/۲۷ ^{oo}	۰/۶۱ ^{oo}	۰/۵۹ ^{oo}	۰/۴۶ ^{oo}	۰/۵۲ ^{oo}	۰/۳۳ ^{oo}	-		

*P < /۰.۰۵ و **P < /۰.۰۱

پس از ارزیابی مفروضه‌ها، چگونگی برازش مدل ساختاری با داده‌ها با استفاده از روش مدلیابی معادلات ساختاری، نرم‌افزار AMOS 24.0 و برآورد بیشینه احتمال (ML) بررسی شد. در مدل ساختاری فرض شده بود که بهزیستی روانشناختی با میانجی‌گری هوش هیجانی بر شادکامی دانشجویان اثر دارد. جدول ۳ شاخص‌های برازندگی مدل ساختاری را نشان می‌دهد.



شکل ۱. پارامترهای استاندارد در مدل ساختاری پژوهش

است. این یافته بیانگر آن است که بهزیستی روانشناختی، حمایت اجتماعی ادراک شده و هوش هیجانی در مجموع ۴۸ درصد از واریانس و شادکامی را در دانشجویان تبیین می‌کند. در ادامه جدول ۴ ضرایب مسیر در مدل ساختاری را نشان می‌دهد.

جدول ۴ نشان می‌دهد که ضریب مسیر کل (مجموع ضرایب مسیر مستقیم و غیر مستقیم) بین بهزیستی روانشناختی و شادکامی مثبت و معنادار است ($\beta = 0/398, p = 0/001$). ضریب مسیر کل بین حمایت اجتماعی ادراک شده و شادکامی مثبت و معنادار است ($\beta = 0/320, p = 0/001$). ضریب مسیر بین هوش هیجانی و شادکامی مثبت و معنادار است ($p = 0/001$). ضریب مسیر غیر مستقیم بین بهزیستی روانشناختی و شادکامی مثبت و معنادار است ($\beta = 0/106, p = 0/001$). ضریب مسیر غیر مستقیم بین حمایت اجتماعی ادراک شده و شادکامی مثبت و معنادار است ($\beta = 0/127, p = 0/001$). بر این اساس می‌توان گفت بهزیستی روانشناختی، حمایت اجتماعی ادراک شده و هوش هیجانی به صورت مثبت و معنادار بر شادکامی دانشجویان اثر دارد و هوش هیجانی در بین دانشجویان به صورت مثبت و معنادار اثر بهزیستی روانشناختی و حمایت اجتماعی ادراک شده بر شادکامی را میانجی‌گری می‌کند.

جدول ۳. شاخص‌های برازش مدل ساختاری اولیه و اصلاح شده

شاخص‌های برازندگی	مدل اولیه	مدل اصلاح شده	نقطه برش ^۱
مجذور کای	۴۲۹/۸۲	۲۷۹/۵۶	-
درجه آزادی مدل	۱۴۶	۱۴۳	-
χ^2/df	۲/۹۴	۱/۹۶	کمتر از ۳
GFI	۰/۸۹۶	۰/۹۳۳	$0/90 >$
AGFI	۰/۸۶۵	۰/۹۱۰	$0/850 >$
CFI	۰/۹۰۸	۰/۹۵۵	$0/90 >$
RMSEA	۰/۰۶۹	۰/۰۴۸	$0/08 <$

جدول ۳ نشان می‌دهد مدل اندازه‌گیری با داده‌های گردآوری شده برازش قابل قبول دارد ($\chi^2/df = 1/96$ ، $GFI = 0/933$ ، $CFI = 0/955$ ، $AGFI = 0/910$ ، $RMSEA = 0/048$). بزرگترین بار عاملی متعلق به نشانگر ارزیابی و ابراز هیجان ($\beta = 0/905$) و کوچکترین بار عاملی متعلق به نشانگر بهره برداری از هیجان ($\beta = 0/527$) هوش هیجانی است. بدین ترتیب با توجه به این که بارهای عاملی همه نشانگرها بالاتر از $0/32$ بود، می‌توان گفت همه آن‌ها از توان لازم برای اندازه‌گیری متغیرهای مکنون برخوردار بودند. شکل ۱ مدل ساختاری پژوهش با استفاده از داده‌های استاندارد را نشان می‌دهد. شکل فوق نشان می‌دهد که مجموع مجذور همبستگی‌های چندگانه برای متغیر شادکامی برابر با $0/48$ به دست آمده

۱. نقاط برش براساس دیدگاه کلاین (۲۰۱۶)

جدول ۴. ضرایب مسیر کل و مستقیم بین متغیرهای پژوهش در مدل ساختاری

مسیر	b	β	SE	t
بهزیستی روانشناختی \leftarrow هوش هیجانی	۱/۱۱۱	۰/۱۸۴	۰/۵۱۹	۰/۰۰۱
هوش هیجانی \leftarrow شادکامی	۰/۳۴۹	۰/۰۶۰	۰/۴۲۷	۰/۰۰۱
ضریب مسیر مستقیم بهزیستی روانشناختی \leftarrow شادکامی	۰/۶۱۰	۰/۱۳۵	۰/۳۴۹	۰/۰۰۱
ضریب مسیر غیرمستقیم ^۱ بهزیستی روانشناختی \leftarrow شادکامی	۰/۳۸۷	۰/۰۸۳	۰/۲۲۲	۰/۰۰۱
ضریب مسیر کل بهزیستی روانشناختی \leftarrow شادکامی	۰/۹۹۷	۰/۱۸۴	۰/۵۷۰	۰/۰۰۱
حمایت اجتماعی \leftarrow هوش هیجانی	۱/۱۴۹	۰/۲۰۷	۰/۵۲۴	۰/۰۰۱
هوش هیجانی \leftarrow شادکامی	۰/۳۳۹	۰/۰۶۶	۰/۴۰۶	۰/۰۰۱
ضریب مسیر مستقیم حمایت اجتماعی \leftarrow شادکامی	۰/۵۷۱	۰/۱۴۸	۰/۳۱۱	۰/۰۰۱
ضریب مسیر غیرمستقیم حمایت اجتماعی \leftarrow شادکامی	۰/۳۹۰	۰/۱۰۰	۰/۲۱۳	۰/۰۰۱
ضریب مسیر کل حمایت اجتماعی \leftarrow شادکامی	۰/۹۶۰	۰/۱۶۷	۰/۵۲۴	۰/۰۰۱

بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف تدوین مدل شادکامی بر اساس بهزیستی روانشناختی و حمایت اجتماعی با میانجی گری هوش هیجانی در دانشجویان کارشناسی انجام شد. نتایج نشان داد ضریب مسیر مستقیم بین بهزیستی روانشناختی و شادکامی و همچنین ضریب مسیر غیرمستقیم بین بهزیستی روانشناختی و شادکامی مثبت و معنادار است. بدین ترتیب چنین نتیجه گیری شد که هوش هیجانی در بین دانشجویان اثر بهزیستی روانشناختی بر شادکامی را به صورت مثبت و معنادار میانجی گری می کند. نتایج با پژوهش های لیا و همکاران (۲۰۲۳)، تجاداگالاردو و همکاران (۲۰۲۳)، ژو و همکاران (۲۰۲۰)، یزدانی و همکاران (۱۳۹۷) همسو می باشد. در تبیین این یافته می توان بیان نمود بهزیستی روانشناختی بر روی شادی و شادزیستن افراد تأثیر گذار است و افرادی که بهزیستی روانشناختی مطلوبی دارند، بر روی سلامت روان آن ها تأثیر مثبت داشته که شادکامی را موجب می شود. به عبارتی، این احساس بهزیستی روانشناختی سلامت روان را تحت تأثیر قرار داده و شادکامی را افزایش می دهد، چراکه شادی با وجود عاطفه مثبت و فقدان عاطفه منفی در بهزیستی روانشناختی نهادینه شده است، بنابراین بهزیستی روانشناختی در ثبت شادی درک شده و احساسات مثبت مرتبط است (ویلاگران و مارتین، ۲۰۲۲). علاوه بر این، پژوهش های قبلی نشان داده است که این ارتباط زمانی حفظ می شود که متغیر هوش هیجانی در نظر گرفته شود، چراکه هوش هیجانی به عنوان ذهنی بودن تجربه

هیجانی و باورهای مرتبط با توجه هیجانی و عاطفی تعریف شده است (ایزاگویرر و همکاران، ۲۰۲۳) و به عنوان یک پیش بینی کننده با ارزش سلامت در نظر گرفته می شود (بودری و همکاران، ۲۰۱۸) و افرادی که بهزیستی روانشناختی بالایی دارند، دارای عواطف و هیجانات مثبت بوده و رضایت از زندگی و شادکامی بیشتری را گزارش کرده اند (پرادوگاسکو و همکاران، ۲۰۱۸). پژوهش ژو و همکاران (۲۰۲۰) نشان داد همبستگی قوی بین بهزیستی روانشناختی و هوش هیجانی وجود دارد و بین هوش هیجانی افراد و شادکامی رابطه وجود دارد و هر چه میزان هوش هیجانی افراد بالاتر باشد، نسبت به مسائل خوش بین تر و شادتر هستند (یزدانی، ۱۳۹۷). به بیان دیگر، بهزیستی روانشناختی با احساسات و عواطف آدمی سروکار دارد و افرادی که بهزیستی روانشناختی بالایی دارند، از مهارت ها یا توانایی هایی برخوردارند که می توانند با استفاده از هوش هیجانی خود که شامل مجموعه ای از هیجانات و توانمندی هایی است که به افراد کمک می کند، بتوانند در برابر عوامل و فشارهای محیطی پاسخی مناسب ارائه دهند، همچنین سبب عملکرد بهتر آن ها در حیطه خودآگاهی، آگاهی اجتماعی، مدیریت رابطه و خودمدیریتی می شود (سیف الهی و اسکندری، ۱۴۰۰)، در نتیجه رضایت بیشتری از زندگی داشته باشند و در نتیجه شادکامی بالاتری را تجربه کنند. در این باره لیا و همکاران (۲۰۲۳) و تجاداگالاردو و همکاران (۲۰۲۳) گزارش کردند افرادی که هوش هیجانی بالاتری دارند، اضطراب کمتر و شادکامی بیشتری را تجربه می کنند؛ بنابراین می توان نتیجه گرفت که

۱. در این پژوهش به منظور برآورد خطای استاندارد مسیرهای غیر مستقیم از روش برآورد بوت استراب با حجم نمونه ۲۰۰۰ استفاده شد.

رفاه کمک می‌کند، برجسته می‌کند (لوپزفرا و همکاران، ۲۰۱۹). به عبارتی به نظر می‌رسد که این مهارت‌های عاطفی از طریق یادگیری مشاهده‌ای، مدل‌سازی و مرجع اجتماعی رشد می‌کنند (ایزاگویرر و همکاران، ۲۰۲۳) و این منجر به افزایش هوش هیجانی درک شده می‌شود که به نوبه خود بر شادکامی تأثیر می‌گذارد (پرادوگاسکو و همکاران، ۲۰۱۸). به‌طور کلی، نیاز به تعلق انسان‌ها را به ایجاد و حفظ روابط بین‌فردی در طول زندگی خود سوق می‌دهد. با این حال، همه روابط اجتماعی برابر نیستند و ویژگی‌هایی مانند آشنایی یا دوست داشتن برای منحصر به فرد کردن این تعاملات ضروری در نظر گرفته می‌شوند. برخی از افراد فقط پس از برقراری ارتباط اجتماعی با یک نفر در یک مکان معمولی، احساس شادکامی بیشتری کنند. برخی نیز با به یاد آوردن معاشرت‌ها و تعاملات خود با دیگران و یا فعالیت‌های اجتماعی دیگر، شادی بیشتری را تجربه می‌کنند (سان و همکاران، ۲۰۲۰)؛ اما آنچه مهم است، عواطف و احساساتی است که افراد از حمایت اجتماعی خود دریافت می‌کنند و از این طریق هوش هیجانی خود را تقویت نموده و احساس رضایت و شادکامی خواهند کرد. همان‌طور که پژوهش‌های همسو با نتایج پژوهش حاضر نشان دادند میزان دریافتی حمایت اجتماعی ادراک‌شده بر میزان دریافتی شادکامی مؤثر است (کوئیسزوسکی و همکاران، ۲۰۱۸) و هر چه میزان هوش هیجانی افراد بالاتر باشد، نسبت به مسائل خوش بین‌تر و شادتر هستند (یزدانی، ۱۳۹۷)؛ بنابراین می‌توان نتیجه گرفت حمایت اجتماعی به‌عنوان سپر، در حین تیدگی عمل می‌کند و یک عامل تعدیل‌کننده مؤثر در مقابله و سازگاری با شرایط استرس‌زای زندگی شناخته شده است و فردی که حمایت اجتماعی بیشتری دریافت می‌کند، تیدگی کمتری را احساس کرده و در نتیجه شادکامی بالایی را تجربه می‌کند.

پژوهش حاضر نیز مانند سایر پژوهش‌ها محدودیت‌هایی دارد که از جمله می‌توان به محدود بودن پژوهش به مکان جغرافیایی و فرهنگی خاصی اشاره نمود، همچنین متغیرهایی از قبیل وضعیت اقتصادی، سطوح فرهنگی و اجتماعی دانشجویان کنترل نشد؛ لذا در تعمیم نتایج باید با احتیاط عمل کرد. بنابراین پیشنهاد می‌شود که در پژوهش‌های آتی در جامعه آماری دیگر و همراه با خود گزارش‌دهی آزمودنی‌ها و یا مصاحبه انجام شود. همچنین پیشنهاد می‌شود با توجه به اثر مستقیم بهزیستی روانشناختی و حمایت اجتماعی و همچنین اثر غیرمستقیم هوش هیجانی در بهبود و ارتقاء

بهزیستی روانشناختی با سلامت روان افراد در ارتباط است و عواطف مثبت را در دانشجویان تقویت می‌کند و بر شادکامی آنان تأثیر مثبت می‌گذارد، در این میان، هوش هیجانی نیز با آگاهی از احساسات و عواطف خود و همچنین حالات عاطفی دیگران و تنظیم این روابط و احساسات برای تأثیر مثبت بر نقش و عملکرد خود، شادکامی بالاتری را برای افراد به ارمغان می‌آورد. از سویی دریافت شاد و شادکامی موجب خلاقیت و شور و نشاط در افراد می‌شود و موجب گسترش توجه، شناخت و رفتار می‌شود و عاملی برای تقویت منابع شناختی و عاطفی محسوب شده و به افراد کمک می‌کند تا خلاق‌تر، آگاه‌تر، انعطاف‌پذیرتر و سالم‌تر تبدیل شوند.

همچنین بخش دیگر، نتایج نشان داد ضریب مسیر کل بین حمایت اجتماعی ادراک‌شده و شادکامی و ضریب مسیر غیر مستقیم بین حمایت اجتماعی ادراک‌شده و شادکامی مثبت و معنادار است. بدین ترتیب چنین نتیجه‌گیری شد که هوش هیجانی در بین دانشجویان اثر حمایت اجتماعی ادراک‌شده بر شادکامی را به صورت مثبت و معنادار میانجی‌گری می‌کند. نتایج این پژوهش با پژوهش‌های کوئیسزوسکی و همکاران (۲۰۱۸)، حاجی‌حسینی و حاجی‌حسینی (۱۴۰۰) و یزدانی (۱۳۹۷) همسو می‌باشد. در تبیین این یافته می‌توان گفت که هوش هیجانی به‌عنوان توانایی افراد در ترکیب هیجان با هوش به‌منظور حل مشکلات یا تصمیم‌گیری در نظر گرفته می‌شود. بدین معنا که هوش هیجانی به‌عنوان یک ویژگی شخصیتی یا به‌عنوان یک توانایی انسانی، عاملی تعیین‌کننده در سلامت روان، افزایش شادی در زندگی و موفقیت حرفه‌ای در نظر گرفته می‌شود (کیسیوس و همکاران، ۲۰۲۲). از سویی، میزان حمایت‌های اجتماعی دریافت‌شده توسط فرد با اهمیت است و فرد با توجه به در دسترس بودن این حمایت‌ها در مواقع اضطرار به تهدیدات محیط واکنش و پاسخ می‌دهد (حاجی‌حسینی و حاجی‌حسینی، ۱۴۰۰). علاوه بر این برخی محققین بر این باورند که دارایی‌های فردی و اجتماعی ممکن است ویژگی‌های مشترکی داشته باشند و احتمالاً این دارایی‌های فردی هستند که در یک بافت اجتماعی توسعه می‌یابند، یا شبکه‌های اجتماعی منبعی از سرمایه اجتماعی است که به‌عنوان پلی برای فرایندهایی عمل می‌کند که از شایستگی، رشد شخصی و رفاه حمایت می‌کنند. این با مدل اکولوژیکی توسعه انسانی سازگار است و همچنین با مجموعه مطالعاتی که اهمیت احساس مراقبت و دوست داشتن توسط شبکه حمایتی نزدیک خود را در توسعه راهبردهای عاطفی که به

شادکامی دانشجویان کارگاه‌های آموزشی مهارت‌های زندگی، ارتباطات مؤثر، جلسات هم‌اندیشی دانشجویی در سطح دانشگاه‌ها و مؤسسات عالی، توجه ویژه‌ای شود. علاوه بر این، پیشنهاد می‌شود با توجه به اهمیت سلامت روان در جوامع و تأثیر مطلوب آن بر زندگی افراد، کارگاه‌ها و مشاوره‌های فردی و گروهی به این منظور برگزار و حمایت شوند.

ملاحظات اخلاقی

پیروی از اصول اخلاق پژوهش: این مقاله برگرفته از رساله دکتری نویسنده اول رشته روانشناسی تربیتی دانشکده روانشناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات است. به جهت حفظ رعایت اصول اخلاقی در این پژوهش سعی شد تا جمع‌آوری اطلاعات پس از جلب رضایت شرکت‌کنندگان انجام شود. همچنین ملاحظات اخلاقی اعم از مطلع بودن شرکت‌کنندگان از روند پژوهش و محرمانه ماندن اطلاعات شرکت‌کنندگان نیز در پژوهش رعایت گردید.

حامی مالی: این پژوهش در قالب رساله دکتری و بدون حمایت مالی می‌باشد.

نقش هر یک از نویسندگان: این مقاله از رساله دکتری که دانشجوی به‌عنوان نویسنده اول و استاد راهنما به‌عنوان نویسنده دوم و همچنین نویسنده مسئول و استاد مشاوره نیز به‌عنوان نویسنده سوم استخراج شده است.

تضاد منافع: نویسندگان همچنین اعلام می‌دارند که در نتایج این پژوهش هیچ‌گونه تضاد منافی وجود ندارد.

تشکر و قدردانی: بدین وسیله از اساتید راهنما و مشاوران این تحقیق و دانشجویانی که در این پژوهش شرکت کردند، تشکر و قدردانی می‌گردد.

منابع

آی، غفت، شیرازی، محمود، جعفر طباطبائی، سمانه السادات، جعفر طباطبائی، تکتم السادات، و موسوی، سید ابوالفضل. (۱۳۹۷). بررسی رابطه شخصیت اصیل و شادکامی با بهزیستی روانشناختی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بیرجند. *رویش روانشناسی*، ۱۲(۱)، ۲۴۰-۲۲۷.

<http://frooyesh.ir/article-1-624-fa.html>

جزایری، سید حسین، دلاور، علی، و درتاج، فریبرز. (۱۳۹۷). تدوین مدل شادکامی براساس ویژگی‌های شخصیتی، هوش هیجانی، سبک دلبستگی، فعالیت‌های ارادی و ویژگی‌های جمعیت شناختی. *فصلنامه فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی*، ۹(۳۵)، ۵۶-۲۷.

<https://doi.org/10.22054/qccpc.2018.32077.1826>

چالشگر کردآسیایی، مشرفه، عباسی شوازی، معصومه، کریمی، ام البنین، حسن-پوری یلمه، سهیلا، لخی، حنیفه، و نیکوکاران، جلال. (۱۴۰۰). شادکامی و خودکارآمدی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران. *طلوع بهداشت*، ۲۰(۶)، ۲۷-۱۶.

<http://tbj.ssu.ac.ir/article-۳۲۷۱-۱-fa.html>

چالشگر کردآسیایی، مشرفه، یزدانی چراتی یزدانی، جمشید، عوض پور، محبوبه، رمضانی، آتنا، و حسین‌زاده، کبری. (۱۳۹۹). بررسی سرمایه اجتماعی در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی مازندران. *مجله سلامت*، ۱۱(۲)، ۱۹۴-۲۰۲.

<https://sid.ir/paper/۳۸۲۸۸۱/fa>

حاجی حسنی، مهرداد، و حاجی حسنی، فریده. (۱۳۹۹). مدل شادی: یک مطالعه نظریه داده بنیاد. *روانشناسی مثبت*، ۷(۲)، ۱۶-۱.

[10.22108/PPLS.2021.125719.2012](https://doi.org/10.22108/PPLS.2021.125719.2012)

حاجی سلطانی، محمدباقر، جاوید، فاطمه. (۱۴۰۱). بررسی نقش روابط خانوادگی بر میزان سلامت روان در میان بزرگسالان در طول همه‌گیری کووید-۱۹: با میانجی‌گری احساس تنهایی و حمایت اجتماعی درک شده. *نهمین همایش ملی مطالعات و تحقیقات نوین در حوزه علوم انسانی، مدیریت و کارآفرینی ایران، تهران*.

<https://civilica.com/doc/1562692>

حیدری مشهور، فاطمه، حسینی، سعیده سادات، افشاری‌نیا، کریم، عارفی، مختار. (۱۴۰۱). طراحی الگوی یکپارچه عوامل زمینه‌ساز بهزیستی روانشناختی در کودکان به روش دلفی. *سبک زندگی اسلامی با محوریت سلامت*، ۷(۱)، ۲۲۷-۲۱۷.

<http://islamiclifej.com/article-1-1528-fa.html>

رحیمی، سعید، حاجلو، نادر، و بشرپور، سجاد. (۱۳۹۸). پیش‌بینی روانشناختی دانشجویان دانشگاه محقق اردبیلی در سال ۱۳۹۷ براساس چشم‌انداز زمان (نقش میانجی امید به زندگی): یک مطالعه توصیفی. *مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان*، ۱۸، ۲۶۷-۲۵۷.

<http://journal.rums.ac.ir/article-۴۵۰۴-۱-fa.html>

ساکت، محمدحسین، داوری، رحیم، پاشا شریفی، حسن. (۱۴۰۲). بررسی روابط ساختاری بین سرمایه روانشناختی و بهزیستی روانشناختی با میانجی‌گری حمایت اجتماعی ادراک شده و تمایز یافتگی دانشجویان. *فصلنامه تعالی مشاوره و روان‌درمانی*، ۱۱، ۳۰-۱۴.

https://journal-counselling.islamshahr.iau.ir/article_۶۹۹۱۶۷.html

سیف الهی، ناصر، و اسکندری، نادر. (۱۴۰۰). نقش هوش هیجانی و سرمایه اجتماعی بر رضایت تحصیلی دانشجویان. *مدیریت سرمایه اجتماعی*، ۱۸(۱)، ۵۱-۲۹.

[10.22059/JSCM.2021.313595.2088](https://doi.org/10.22059/JSCM.2021.313595.2088)

شاه‌محمدی کلیر، مهسا، رضایی، اکبر، و محمدزاده، علی. (۱۴۰۱). بررسی نقش ناگویی هیجانی و حمایت اجتماعی ادراک شده در پیش‌بینی بهزیستی روانشناختی نوجوانان دختر شهرستان کلیر. *دو فصلنامه پوشش در آموزش علوم تربیتی و مشاوره*، ۸(۱۷)، ۲۳۵-۲۱۲.

https://educationscience.cfu.ac.ir/article_۲۷۸۸.html?lang=fa

شجاعی، معصومه، زنگنه مطلق، فیروزه، و ذوالفقاری، علیرضا. (۱۴۰۰). ارزیابی مدل معادلات ساختاری تبیین شادکامی براساس وضعیت سلامت، بحران مالی و حمایت اجتماعی با نقش واسطه‌ای عزت‌نفس و تفکر مثبت در زنان میانسال. *علوم روانشناختی*، ۲۰(۱۰۴)، ۱۴۵۴-۱۴۳۷.

[doi:10.52547/JPS.20.104.1437](https://doi.org/10.52547/JPS.20.104.1437)

صباغ، یوسف، ثابت، مهرداد، و ابوالمعالی الحسینی، خدیجه. (۱۴۰۲). مقایسه اثربخشی آموزش تیپ‌شناسی شخصیت مایرز / بریگز و آموزش مبتنی بر طرحواره بر بهزیستی روانشناختی دانشجویان دانشگاه امام جواد شهر یزد. *علوم روانشناختی*، ۲۲(۱۲۸)، ۱۶۱۸-۱۶۰۱.

[doi:10.52547/JPS.22.128.1601](https://doi.org/10.52547/JPS.22.128.1601)

طغرای سمیرمی، روح‌اله، دانشگر، نوشین، دیوسالار، مانده، و قرلسفلو، مهدی. (۱۴۰۲). بررسی نقش میانجی‌گر انعطاف‌پذیری روانشناختی در رابطه میان هوش هیجانی و بهزیستی روانشناختی زوجین. *سنجش و پژوهش در مشاوره کاربردی*، ۱۵(۱)، ۷۸-۷۱.

[doi:10.52547/jarac.5.1.71](https://doi.org/10.52547/jarac.5.1.71)

عابدینی ولامدهی، رازییه، و روانبخش، فائزه. (۱۴۰۰). پیش‌بینی بهزیستی روانشناختی براساس هوش هیجانی و رضایت از زندگی در بین معلمان دوره ابتدایی شهرستان زاوه. *فصلنامه توسعه حرفه‌ای معلم*، ۲۶(۲)، ۳۵-۲۱.

<https://dorl.net/dor/۲۰.۱۰۰۱.۱.۲۴۷۶۵۶۰۰.۱۴۰۰.۶.۲.۲.۷>

عطار خامنه‌ای، فاطمه، کدیور، پروین، امامی پور، سوزان، و سپاه منصور، مژگان. (۱۴۰۱). نقش میانجی‌گر نظم‌جویی شناختی هیجان در رابطه بین حمایت اجتماعی ادراک شده و شایستگی تحصیلی. *علوم روانشناختی*، ۲۱(۱۲۰)، ۲۴۴۸-۲۴۳۳.

[doi:10.52547/JPS.21.120.2433](https://doi.org/10.52547/JPS.21.120.2433)

عطاری، بهناز، منیرپور، نادر، و زرغام حاجبی، مجید. (۱۳۹۹). نقش قدردانی بر شادکامی با میانجی‌گری پذیرش خود و بخشش در سالمندان. *پژوهشنامه روانشناسی مثبت*، ۶(۱)، ۸۲-۶۷.

[10.22108/PPLS.2020.120228.1844](https://doi.org/10.22108/PPLS.2020.120228.1844)

قزوینه، جمشید، جدیدی، هوشنگ، تقوایی‌نیا، علی، و مروتی، ذکرا. (۱۴۰۱). تأثیر هوش هیجانی، خودتنظیمی و ابراز وجود بر رضایت تحصیلی با میانجی‌گری حمایت اجتماعی ادراک شده در دانش‌آموزان مقطع متوسطه دوم. *پژوهش در نظام‌های آموزشی*، ۱۶(۵۹)، ۶۲-۴۹.

<https://doi.org/10.22034/jiera.2022.169448>

کرمانی مامازندی، زهرا، فخرعالمی، فاطمه السادات، حسینی واحد، هانیه، و علیخانی خامسی، علی. (۱۴۰۱). پیش‌بینی شادکامی براساس سبک‌های تفکر، خلاقیت و راهبردهای تنظیم شناختی هیجان در دانشجویان. *پیشرفت‌های نوین در روانشناسی، علوم تربیتی و آموزش و پرورش*، ۵(۵۶)، ۱۰-۱.

<https://civilica.com/doc/1670577/>

مرتضی‌بیگی، زهره، صفری، علیرضا، بزرگ‌خود، زهره، و اصغر نژادفرید، علی اصغر. (۱۴۰۰). پیش‌بینی شادکامی براساس خودکارآمدی و کیفیت زندگی با میانجی‌گری بهزیستی روانشناختی. *پژوهشکده علوم بهداشتی جهاددانشگاهی*، ۲۱(۱)، ۵۷-۴۷.

<https://payeshjournal.ir/article-1-1728-fa.html>

یزدانی، فاطمه. (۱۳۹۷). رابطه هوش هیجانی و شادکامی در دانشجویان دانشگاه کاشان. *مدیریت فراگیر*، ۴(۱)، ۱۸-۳.

<https://civilica.com/doc//۸۰۳۹۱۳>

References

- Abedini-Volamdehi, Razieh., and Ravanbakhsh, Faezeh. (2021). Predicting psychological well-being based on emotional intelligence and life satisfaction among elementary school teachers in Zaveh city. *Teacher's Professional Development Quarterly*, 6(2), 21-35. (in Persian) <https://dorl.net/dor/۲۰.۱۰۰۱.۱.۲۴۷۶۵۶۰۰.۱۴۰۰.۶.۲.۲.۷>
- Ahmed, H. A. A. E. K., & Mohamed, B. E. S. (2022). Relationship between morality, happiness, and social support among elderly people. *Middle East Current Psychiatry*, 29(1), 31. <https://doi.org/10.1186/s43045-022-00195-z>
- Attari, B., Monirpoor, N., & Zargham Hajebi, M. (2020). Role of aappreciation on happiness by mediating self-acceptance and forgiveness in the elderly. *Positive Psychology Research*, 6(1), 67-82. (Persian) [10.22108/PPLS.2020.120228.1844](https://doi.org/10.22108/PPLS.2020.120228.1844)
- Attarkhamanehei F, kadivar P, emamipur S, sepah mansur M. (2022). The mediating role of cognitive emotion regulation in the relationship between perceived social support and academic competence. *Journal of Psychological Science*. 21(120),: 7 [doi:10.52547/JPS.21.120.2433](https://doi.org/10.52547/JPS.21.120.2433)
- Aye E, Shirazi M, Jafar Tabatabaei S, Jafar Tabatabaei T, Mousavi S A. (2019). The relationship between authentic personality and happiness with psychological well-being in medical university of birjand students. *Rooyesh* 2019; 7 (12):227-240. (Persian) URL: <http://frooyesh.ir/article-1-624-fa.html>
- Baudry, A. S., Grynberg, D., Dassonneville, C., Leloirain, S., & Christophe, V. (2018). Sub-dimensions of trait emotional intelligence and health: A critical and systematic review of the literature. *Scandinavian journal of psychology*, 59(2), 206-222. <https://doi.org/10.1111/sjop.12424>
- Bermejo-Martins, E., Luis, E. O., Fernández-Berrocá, P., Martínez, M., & Sarrionandia, A. (2021). The role of emotional intelligence and self-care in the stress perception during COVID-19 outbreak: An intercultural moderated mediation analysis. *Personality and Individual Differences*, 177, 110679. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.110679>
- Bradley, G. L., Ferguson, S., & Zimmer-Gembeck, M. J. (2021). Parental support, peer support and school connectedness as foundations for student engagement and academic achievement in

- Australian youth. In Handbook of Positive Youth Development (pp. 219-236). Springer, Cham.
- Gambrill, E. D., & Richey, C. A. (1975). An assertion inventory for use in assessment and research. *Behavior Therapy*, 6, 550-56. https://doi.org/10.1007/978-3-030-70262-5_15
- Cahuas, A., Marenus, M. W., Kumaravel, V., Murray, A., Friedman, K., Ottensoser, H., & Chen, W. (2023). Perceived social support and COVID-19 impact on quality of life in college students: an observational study. *Annals of Medicine*, 55(1), 136-145. <https://doi.org/10.1080/07853890.2022.2154943>
- Chaleshgar kordasiabi, M., Abbasi shavazi, M., Karimi, O., Hasanpoore yolme, S., Lakhi, H., Nikokaran, J. (2022). Happiness and Self-efficacy among Students of Mazandaran University of Medical Sciences. *TB*, 20 (6):16-26. (in Persian) <http://tbj.ssu.ac.ir/article-۳۲۷۱-۱-fa.html>
- Challeshgar Kurd Asiabi, M., Yazdani Cherati, Yazadani, J., Awazpour, M., Ramezani, A., and Hosseinzadeh, K. (2019). Survey of social capital among students of Mazandaran University of Medical Sciences. *Health Journal*, 11(2), 194-202. (Persian) <https://sid.ir/paper/۳۸۲۸۸۱/fa>
- Daniel-Gonzalez, L., Moral-de la Rubia, J., Valle-de la O, A., Martinez-Marti, M. L., & Garcia-Cadena, C. H. (2023). A predictive model of happiness among medical students. *Current Psychology*, 42(2), 955-966. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01485-1>
- Garcia, D., Sagone, E., De Caroli, M. E., & Al Nima, A. (2017). Italian and Swedish adolescents: differences and associations in subjective well-being and psychological well-being. *PeerJ*, 5, e2868. DOI:10.7717/peerj.2868
- Ghazvineh, J., Jadidi, H., Taghvaeinia, A., & Morovvati, Z. (2022). The effect of Emotional Intelligence, Self-Regulation and Assertiveness on Academic Satisfaction with mediation of Perceived Social Support in students of the second high school. *Journal of Research in Educational Science*, 16(59), 49-62. (Persian) <https://doi.org/10.22034/jiera.2022.169448>
- Hajihassani, M., & Hajihassani, F. (2021). Happiness model: A qualitative grounded theory study. *Positive Psychology Research*, 7(2), 1-16. (Persian) doi: 10.22108/PPLS.2021.125719.2012
- Haji Soltani, M. b. Javid, F. (2022). Investigating the role of family relationships on mental health among adults during the covid-19 pandemic: with the mediation of loneliness and perceived social support. *The 9th National Conference of Modern Studies and Research in the Field of Human Sciences, Management and Entrepreneurship of Iran*, Tehran. (Persian) <https://civilica.com/doc/1562692>
- Heydari Mashhour, F., Hosseini, S. S., Afsharinia, K., Arefi, M. (2023) Designing an Integrated Model of the Underlying Factors of Psychological Well-Being in Children using the Delphi Method. *Islamic Lifestyle*, 7 (1),216-227 URL: <http://islamiclifej.com/article-1-1528-fa.html>
- Izaguirre, L. A., Rodríguez-Fernández, A., & Fernández-Zabala, A. (2023). Perceived academic performance explained by school climate, positive psychological variables and life satisfaction. *British Journal of Educational Psychology*, 93(1), 318-332. <https://doi.org/10.1111/bjep.12557>
- Jazayeri, S. H., Delawar, A., & Dartaj, F. (2017). Developing a happiness model based on personality traits, emotional intelligence, attachment style, voluntary activities and demographic characteristics. *Allameh Tabatabai University Counseling and Psychotherapy Culture Quarterly*, 9(35), 56-27. <https://doi.org/10.22054/qccpc.2018.32077.1826>
- Kermani Mamazandi, Z., Fakheralami, F. A., Hosseini Vahad, H., & Alikhani Khamsi, A. (2022). Prediction of happiness based on thinking styles, creativity and cognitive emotion regulation strategies in students. *New developments in psychology, educational sciences, and education*, 5(56),1-10. (Persian) <https://civilica.com/doc/1670577/>
- King, R.B. & Chen, J. (2019). "Emotions in Education: Asian Insights on the Role of Emotions in Learning and Teaching". *Asia-Pacific Edu Res*, 28 (4), 279-281. <https://doi.org/10.1007/s40299-019-00469-x>
- Kitsios, F., Papageorgiou, E., Kamariotou, M., Perifanis, N. A., & Talias, M. A. (2022). Emotional intelligence with the gender perspective in health organizations managers. *Heliyon*, 8(11). [https://www.cell.com/heliyon/pdf/S2405-8440\(22\)02776-1.pdf](https://www.cell.com/heliyon/pdf/S2405-8440(22)02776-1.pdf)
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling*, edition 2, Guilford press, New York & London.
- Komarudin, K., Bukhori, B., Karim, A., Haqqi, M. F. H., & Yulikhah, S. (2022). Examining social support, spirituality, gratitude, and their associations with happiness through self-acceptance. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), 263-278. DOI: 10.21580/pjpp.v7i2.13371

- Kubiszewski, I., Zakariyya, N., & Costanza, R. (2018). Objective and subjective indicators of life satisfaction in Australia: how well do people perceive what supports a good life?. *Ecological Economics*, 154, 361-372. <https://doi.org/10.1016/j.ecolecon.2018.08.017>
- Lea, R. G., Davis, S. K., Mahoney, B., & Qualter, P. (2023). Does emotional intelligence buffer the effects of acute stress? A systematic review. *Frontiers in psychology*, 10, 810. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.00810/full>
- Lopez-Zafra, E., Ramos-Álvarez, M. M., El Ghoudani, K., Luque-Reca, O., Augusto-Landa, J. M., Zarhouch, B., ... & Pulido-Martos, M. (2019). Social support and emotional intelligence as protective resources for well-being in Moroccan adolescents. *Frontiers in psychology*, 10, 1529. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01529>
- McLean, L., Gaul, D., & Penco, R. (2022). Perceived social support and stress: a study of 1st year students in Ireland. *International journal of mental health and addiction*, 1-21.
- Meyers, L.S., Gamst, G., & Goarin, A.J. (2006). *Applied multivariate research, design and interpretation*, Thousand Oaks, London, New Delhi, Sage publication.
- Mortezabeigi Z, Safari A, Bozorghkhoo Z, Asgharnejad Farid A. (2022). Predicting the happiness based on self-efficacy and quality of life by mediating of psychological well-being. *Payesh*, 21 (1): 47-57. (Persian) <http://payeshjournal.ir/article-1-1728-fa.html>
- Prado Gascó, V. J., Villanueva Badenes, M. L., & Górriz Plumed, A. B. (2018). Trait emotional intelligence and subjective well-being in adolescents: The moderating role of feelings. *Psicothema*. <http://hdl.handle.net/11162/172412>
- Rahimi S, Hajloo N, Basharpour S. (2019). The Prediction of Psychological Well-Being Among Students of Mohaghegh Ardebili University in 2018 Based on the Perspective of Time Dimensions (The Mediator Role of Life Expectancy): A Descriptive Study. *JRUMS*, 18 (7):657-674. (Persian) <http://journal.rums.ac.ir/article-1-4504-fa.html>
- Reid, G. M., Holt, M. K., Bowman, C. E., Espelage, D. L., & Green, J. G. (2016). Perceived social support and mental health among first-year college students with histories of bullying victimization. *Journal of Child and Family Studies*, 25(11), 3331-3341. <https://doi.org/10.1007/s10826-016-0477-7>
- Ryff, C. D., Singer, B. H., & Love, G. D. (2004). Positive health: connecting well-being with biology. *Philosophical of the roral society of London*, 359. <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1521>
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological inquiry*, 9(1), 1-28. <https://www.jstor.org/stable/1449605>
- Sabagh Y, Abolmaali K. (2023). Comparing the efficacy of myers/briggs personality typology training and schema-based training on the psychological well-being of Imam Javad university students in Yazd. *Journal of Psychological Science*. 22(128), 1601-1618. doi:10.52547/JPS.22.128.1601
- Saket, M. H., Davari, R., Pasha Sharifi, H. (2023). Investigating the structural relationships between psychological capital and psychological well-being with the mediation of perceived social support and students' differentiation. *Quarterly Journal of Excellence in Counseling and Psychotherapy*, 11, 14-30. (Persian) https://journal-counselling.islamshahr.iau.ir/article_699167.html
- Saif Elahi, N., and Eskandari, N. (2021). The role of emotional intelligence and social capital on students' academic satisfaction. *Social Capital Management*, 8(1), 29-51. (Persian) <https://sid.ir/paper/1038697/fa>
- Sarrionandia, A., & Mikolajczak, M. (2020). A meta-analysis of the possible behavioural and biological variables linking trait emotional intelligence to health. *Health psychology review*, 14(2), 220-244. <https://doi.org/10.1080/17437199.2019.1641423>
- Semiromi, R. T., Daneshgar, N., Divsalar, M., & Ghezsefloo, M. (2023). Investigating the mediating role of psychological flexibility in the relationship between emotional intelligence and psychological well-being of couples. *Journal of Assessment and Research in Applied Counseling (JARAC)*, 5(1), 58-64. (Persian) doi:10.52547/jarac.5.1.71
- Shah-Mohammadi Kalibar, M., Rezaei, A., & Mohammadzadeh, A. (2022). Investigating the role of emotional dyslexia and perceived social support in predicting the psychological well-being of adolescent girls in Kalibar city. Bi-quarterly survey of research in educational sciences and counseling, volume 8, number 17, pp. 212-235. (Persian) https://educationscience.cfu.ac.ir/article_2788.htm?lang=fa
- Singstad, M. T., Wallander, J. L., Greger, H. K., Lydersen, S., & Kaye, N. S. (2021). Perceived social support and quality of life among adolescents in residential youth care: a cross-sectional study. *Health and*

