

The Effect of extraversion and neuroticism on happiness in students: The Mediating role of emotional intelligence and psychological well-being

تأثیر برونگرایی و روان‌رنجوری بر شادی در دانشجویان: نقش میانجی هوش هیجانی و بهزیستی روانی

Parinaz Sajjadian. Ph.D student

Psychology, University of Isfahan, Isfahan, Iran

Mehrdad Kalantari. Ph.D.

Academic member, University of Isfahan, Iran

Mohammadreza Abedi. Ph.D.

Academic member, University of Isfahan, Iran

Parisa Nilforooshan. Ph.D.

Academic member, University of Isfahan, Iran

پریناز سجادیان

دانشجوی دکتری روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، ایران

مهرداد کلانتری*

عضو هیأت علمی، دانشگاه اصفهان، ایران

محمد رضا عابدی

عضو هیأت علمی، دانشگاه اصفهان، ایران

پریسا نیل‌فروشان

عضو هیأت علمی، دانشگاه اصفهان، ایران

Abstract

چکیده

The aim of the current study was to explain the role of dimensions of personality extraversion and neuroticism on happiness with the Meditation of emotional intelligence and psychological well-being through structural equation modeling. This study was a correlation study using causal modeling. Statistical population was 8670 B.A. students in Isfahan University and Isfahan University of Technology. 410 students were selected through multi-stage random cluster sampling. The instruments were Happiness Inventory (Argyle, 1989), psychological well-being (Ryff, 1989), NEO Personality Inventory (Costa & McCrae, 1992), Emotional intelligence (Bar-on, 2000). The data were analyzed with covariance based structural equation modeling approach (software Amos) with path analysis method. Results showed that the direct effect of extraversion, neuroticism, emotional intelligence and psychological well-being on happiness were significant ($P < 0.05$). Also Indirect effect extraversion and neuroticism on happiness if the mediator variables were emotional intelligence and psychological well-being were significant ($P < 0.05$). In addition indirect effect of emotional intelligence on happiness if psychological well-being was mediator was significant ($P < 0.05$). As a result, happiness can be predicted due to dimensions of personality, emotional intelligence and psychological well-being.

هدف از پژوهش تبیین نقش ابعاد شخصیتی برونگرایی و روان‌رنجوری بر شادی با میانجیگری هوش هیجانی و بهزیستی روانی در دانشجویان از طریق الگوسازی معادلات ساختاری است. این مطالعه از نوع پژوهش‌های همبستگی با استفاده از مدل‌یابی علی است. جامعه آماری ۸۶۷۰ دانشجوی کارشناسی دانشگاه اصفهان و دانشگاه صنعتی بود. نمونه‌ای ۴۱۰ نفری به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شد. ابزارهای اندازه‌گیری شامل پرسشنامه شادی آکسفورد (آرگایل، ۱۹۸۹)، بهزیستی روانی (ریف، ۱۹۸۹)، مقیاس شخصیتی نئو (کاستا و مک‌کرا، ۱۹۹۲)، هوش هیجانی (باران، ۲۰۰۰) بود. داده‌ها با رویکرد مدل‌سازی معادله ساختاری کواریانس (نرم‌افزار Amos) و به روش تحلیل مسیر بررسی شد. یافته‌ها بیانگر آن بود که اثر مستقیم متغیرهای برونگرایی، روان‌رنجوری، هوش هیجانی و بهزیستی روانی بر متغیر شادی معنادار است ($P < 0.05$). همچنین اثر غیرمستقیم متغیر برونگرایی و روان‌رنجوری بر متغیر شادی در صورتی که متغیرهای هوش هیجانی و بهزیستی روانی میانجی این دو متغیر باشند، معنادار است ($P < 0.05$). به علاوه اثر غیرمستقیم متغیر هوش هیجانی بر شادی در صورتی که بهزیستی روانی میانجی باشد معنادار است ($P < 0.05$). در نتیجه شادی به واسطه ابعاد شخصیتی، هوش هیجانی و بهزیستی روانی پیش‌بینی شود. واژه‌های کلیدی: شادی، برونگرایی، روان‌رنجوری، هوش هیجانی، بهزیستی روانی، دانشجویان.

Keywords: happiness, extraversion, neuroticism, emotional intelligence, psychological well-being, students

مقدمه

جهت‌گیری‌های زندگی، خودکارآمدی، افسردگی و رضایت از زندگی برآورد می‌شود.

با توجه به اینکه متغیرهای بسیاری قدرت پیش‌بینی شادی را دارند، این احتمال وجود دارد که شخصیت نیز عامل مهمی برای رسیدن به شادی محسوب می‌شود. پژوهش‌های جهت‌مند از شادی بیانگر آن است که ویژگی‌های شخصیتی، به‌خصوص برون‌گرایی و روان‌رنجوری قوی‌ترین پیش‌بینی‌کنندگان شادی است (استیل، اشمیت، و شولتز^۱، ۲۰۰۸). به‌طور خاص، کوستا و مک‌کری^{۱۳} (۱۹۸۹) گزارش کردند که کسب نمرات بالا در برون‌گرایی تمایل به تجربه احساسات مثبت‌تر را به دنبال دارد. همچنین کلونینجر^{۱۴} (۲۰۱۳) گزارش می‌کند که افراد برون‌گرا به‌طور قابل ملاحظه‌ای نسبت به افرادی که نمره پایین‌تری در این متغیر کسب کرده‌اند شادتر هستند. از سوی دیگر، کسب سطوح بالایی از روان‌رنجوری رابطه منفی با شادی دارد. بدین دلیل که روان‌رنجوری توصیف‌کننده تمایل فرد به تجربه احساسات منفی، مانند افسردگی و بی‌ثباتی عاطفی (کوستا و مک‌کری، ۱۹۸۹) است. کلونینجر (۲۰۱۳) گزارش می‌دهد افرادی که میزان پایین‌تری از روان‌رنجوری را دارند نه تنها شادتر هستند، بلکه سطوح بالاتری از رضایت از زندگی را در مقایسه با افرادی که میزان بالاتری از رضایت از روان‌رنجوری دارند، گزارش می‌کنند. هر چند شخصیت تا حدی شادی را پیش‌بینی می‌کند و با وجود همپوشانی نظری و تجربی بین ویژگی‌های ابعاد شخصیتی و هوش هیجانی، هوش هیجانی در تبیین تفاوت‌های فردی میزان شادی در افراد مهم است (داودا و هارت^{۱۵}، ۲۰۰۰؛ سالوفسکی، آستین و مینسکی^{۱۶}، ۲۰۰۳؛ پتریلز و فارنهام^{۱۷}، ۲۰۰۷؛ چامر و پریمازیک، بنت^{۱۸}، فارنهام ۲۰۰۷).

با به رسمیت شناخته شدن هوش هیجانی^{۱۹} (EI) به‌عنوان یکی دیگر از متغیرهای مهم تبیین‌کننده تفاوت‌های فردی، تعداد فزاینده‌ای از مطالعات، شواهدی را برای نشان دادن ارتباط مثبت بین هوش هیجانی و شاخص‌های بهزیستی ذهنی

فلاسفه شرق و غرب، در گذشته و معاصر بر این باور بوده‌اند که هدف نهایی انسان رسیدن به سعادت و خوشبختی است (بائر^۱، ۱۹۷۶). بسیاری از روان‌شناسان، تلاش‌های خود را به این موضوعات اختصاص داده‌اند (دینر^۲، ۱۹۸۴؛ ون‌هاوون^۳، ۱۹۸۴). از جست‌وجوی کلمه شادی و خوشبختی^۴ در عنوان مقالات ثبت‌شده در پایگاه‌های استنادی از سال ۱۹۷۰ تا ۲۰۰۰ یعنی در ۳۰ سال فقط حدود ۵۰۰۰ مقاله و از سال ۲۰۰۱ تا ۲۰۱۵ یعنی در ۱۵ سال بیش از ۱۵۵۰۰ مقاله به ثبت رسیده است. از این امر می‌توان این‌گونه استنباط کرد که تقاضای مردم برای افزایش میزان شادی بالا رفته و در نتیجه علاقه پژوهشگران نیز برای انجام امور پژوهشی در این زمینه افزایش یافته است. شادی به‌عنوان «رضایت پایدار، کامل، و توجیه‌پذیر از زندگی فرد» تعریف شده است (براکت و همکاران^۵، ۲۰۰۸). مؤلفه‌های شناخته‌شده شادی عبارت‌اند از: داشتن عاطفه مثبت، نبود احساس منفی مانند اضطراب و افسردگی و سطح متوسطی از رضایت از زندگی (آرگایل^۶، ۲۰۰۱). بسیاری از واژه‌ها ممکن است به‌عنوان مترادف با واژه شادی به‌کار روند، برای مثال رضایت از زندگی، تجربیات به اوج رسیده، بهزیستی، کیفیت زندگی (فلدمان^۷، ۲۰۰۸؛ لیبومرسکی، تیکاج و دیمتسو^۸، ۲۰۰۶؛ وینهون، ۱۹۸۹؛ وینهون، ۲۰۰۰؛ واترمن^۹، ۲۰۰۸). می‌توان شادی را به‌عنوان شاخصی که بهزیستی و سلامت را تشکیل می‌دهد (ورن و لوئیس^{۱۰}، ۲۰۱۴) در نظر گرفت.

بیشتر پژوهش‌های موجود سه عامل مهم را که با مفهوم شادی مرتبط باشند، معرفی و شناسایی کرده‌اند: شرایط زندگی، صفات و گرایش‌ها و رفتارهای آگاهانه (لیبومرسکی، ۲۰۰۵). پژوهش‌های درباره این مفهوم، نشان می‌دهند که متغیرهای مختلفی بر تجربه شادی تأثیر می‌گذارند و فقط یک روش برای ایجاد و افزایش شادی وجود ندارد. در همین زمینه برای شادی به‌عنوان یک مفهوم چندعاملی وارنک، بانوم، پیر و گوریسنی^{۱۱} (۲۰۱۴) نشان دادند که ۶۴ درصد از واریانس شادی، براساس

1. Bauer

3. Veenhoven

5. Bekhet

7. Feldemun

9. Waterman

11. Warnecke, Baum, Peer & Goreczny

13. Costa & McCrae

15. Dawda & Hart

17. Petrides & Furnham

19. Emotional Intelligence

2. Diener

4. happiness

6. Argyle

8. Lyubomirsky, Tkach & Dimatteo

10. Wren & Lewis

12. Steel & Schmidt & Shultz

14. Cloninger

16. Saklofske, Austin & Minski

18. Chamorro-Premuzic, Bennett

شخصیت و شادی را میانجی‌گری می‌کند. عواملی که فرض می‌شود شادی را تحت تأثیر قرار دهند متشکل از شخصیت، هوش هیجانی و بهزیستی روانی است. همان‌طور که ملاحظه شد علی‌رغم پژوهش‌های زیادی که در زمینه ارتباط این مؤلفه‌ها به‌صورت جداگانه وجود دارد، اما تاکنون الگوی جامع و یکپارچه از متغیرهای مهم در این حیطه همانند نشده است. این پژوهش درصدد ارائه مدل و آزمون آن در پیش‌بینی شادی براساس متغیرهای شخصیت، هوش هیجانی و بهزیستی روانی در دانشجویان است که از این طریق تأثیرات مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای پژوهش با شادی مورد بررسی قرار گیرند.

با توجه به مطالب گفته شده در بالا، فرضیات این پژوهش، به‌صورت زیر مطرح می‌شوند:

فرضیه اول: مدل مفروض درباره تأثیر برونگرایی و روان‌رنجوری با میانجی‌گری هوش هیجانی و بهزیستی روانی در پیش‌بینی شادی با داده‌های حاصل از نمونه منطبق است (نمودار ۱).

فرضیه دوم: برونگرایی بر شادی تأثیر دارد.

فرضیه سوم: روان‌رنجوری بر شادی تأثیر دارد.

فرضیه چهارم: هوش هیجانی بر شادی تأثیر دارد.

فرضیه پنجم: بهزیستی روانی بر شادی تأثیر دارد.

فرضیه ششم: هوش هیجانی تأثیر برونگرایی بر شادی را میانجی‌گری می‌کند.

فرضیه هفتم: بهزیستی روانی تأثیر برونگرایی بر شادی را میانجی‌گری می‌کند.

فرضیه هشتم: هوش هیجانی تأثیر روان‌رنجوری بر شادی را میانجی‌گری می‌کند.

فرضیه نهم: بهزیستی روانی تأثیر روان‌رنجوری بر شادی را میانجی‌گری می‌کند.

فرضیه دهم: بهزیستی روانی تأثیر هوش هیجانی بر شادی را میانجی‌گری می‌کند.

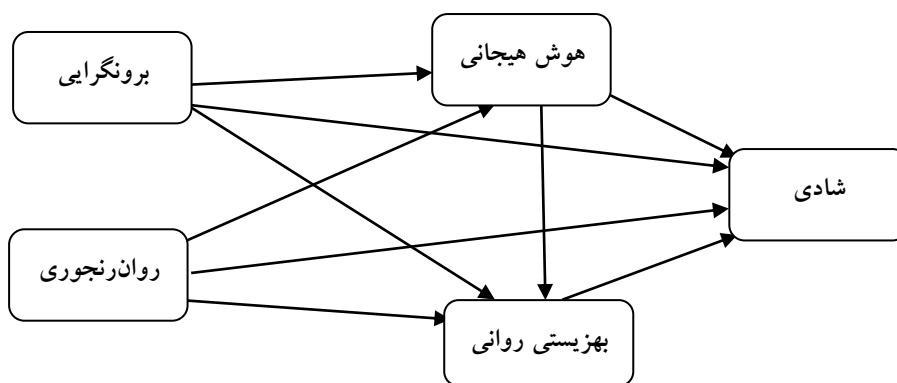
نمودار ۱، الگوی پیشنهادی این پژوهش بود که مطابق با فرضیات پژوهش ترسیم شده است:

مانند بالا بودن رضایت از زندگی، عزت‌نفس، پذیرش خود، عاطفه مثبت، تعامل مثبت اجتماعی و سلامت را گزارش می‌کنند (کرامل، ایتزاک هالوی و ویزبرگ^۱، ۲۰۰۹ و گالاگر و ولابرودریک^۲، ۲۰۰۸). باراون^۳ (۱۹۹۷) و گلن^۴ (۱۹۹۸) هوش هیجانی را ترکیبی از توانایی‌های ذهنی و ویژگی‌های شخصیتی دانسته‌اند. پژوهش‌های انجام شده نشان می‌دهد رابطه مثبت و معناداری بین هوش هیجانی با برونگرایی و رابطه منفی و معناداری بین روان‌رنجوری با هوش هیجانی وجود دارد (پتریدز و فارنهام، ۲۰۰۳؛ استین، سالوفسکی، روهر و اندروز^۵، ۲۰۰۷؛ وان درلیندن، تسائوسیز و پترید^۶، ۲۰۱۲؛ ورتمن و وود^۷، ۲۰۱۱).

توافق عمومی بر این است که هوش هیجانی با ادراک دقیق، ابزار و تنظیم هیجانات برای مقابله با مشکلات ارتباط دارد. بنابراین، هوش هیجانی بالاتر در نهایت به شادی منجر می‌گردد. گالاگر و ولابرودریک (۲۰۰۷) هوش هیجانی را وابسته به هر دو بعد عاطفی و شناختی شادی دانسته‌اند. علاوه بر این داده‌های نظری ارائه شده نشان‌دهنده آن است که افراد با میزان بالاتر از هوش هیجانی، نسبت به افراد با هوش هیجانی پایین‌تر تجربیات بیشتری از بهزیستی روانی را گزارش می‌کنند. یک رابطه تنگاتنگ بین هوش هیجانی و بهزیستی روانی وجود دارد (لو^۸، ۱۹۹۵؛ تامپسون و هلر^۹، ۱۹۹۰). بهزیستی روانی به‌عنوان رشد استعدادهای واقعی هر فرد تعریف می‌شود. پکران، گوتز، تیتز و پری^{۱۰} (۲۰۰۲) صفات شخصیتی را یکی از منابع درون‌فردی اثرگذار بر بهزیستی روانی محسوب کرده‌اند. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که نمرات بالا در برونگرایی و نمرات پایین در روان‌رنجوری بهزیستی روانی را پیش‌بینی می‌کند (آگوستالاندا^{۱۱}، ۲۰۱۱). به علاوه بهزیستی روانی به‌عنوان هسته اصلی برای ایجاد عواطف مثبت در نظر گرفته می‌شود (کاشدان، داینر و کینگ^{۱۲}، ۲۰۰۸). ریف و سینگر^{۱۳} (۱۹۹۸)، برنز و ماچین^{۱۴} (۲۰۰۹)، بهزیستی روانی را به‌عنوان یک شاخص پیش‌بینی برای مدت و طول زمان شادی در نظر گرفته‌اند. فرض بر این است که بهزیستی روانی رابطه بین

1. Carmeli, Yitzhak-Halevy & Weisberg
3. Bar-On
5. Saklofske, Rohr & Andrews
7. Wortman & Wood
9. Thompson & Heller
11. Augusto Landa
13. Ryff & Singer

2. Gallagher & Vella-Brodrick
4. Goleman
6. Van der Linden, Tsousis & Petrid
8. Lu
10. Pekrun, Goetz, Titz & Perry
12. Kashdan, Biswas-Diener & King
14. Burns & Machin



نمودار ۱- الگوی پیشنهادی پژوهش در مورد روابط ساختاری بین متغیرها

روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: این پژوهش با هدف بررسی نقش برونگرایی و روان‌رنجوری در پیش‌بینی شادی با میانجیگری هوش هیجانی و بهبودی روانی به مرحله اجرا در آمده است و در زمره پژوهش‌های همبستگی با استفاده از «مدل‌یابی علی» قرار داشته و با رویکرد مدل‌سازی معادله ساختاری کواریانس (نرم‌افزار Amos)، روش تحلیل مسیر مور تجزیه و تحلیل قرار گرفته است.

جامعه آماری این پژوهش همه دانشجویان کارشناسی دانشگاه اصفهان و دانشگاه صنعتی اصفهان بودند. بر اساس گزارش اداره آموزش دانشگاه‌های مذکور تعداد کل دانشجویان کارشناسی به ترتیب ۳۸۶۶ نفر و ۴۸۰۴ نفر به‌عنوان جامعه این پژوهش انتخاب شدند. نمونه پژوهش بر اساس جدول تعیین حجم کوهن، مانیون و موریس^۱ (۲۰۰۰) که با جدول تعیین حجم کرجسی و مورگان^۲ (۱۹۷۰) برابری می‌کند، ۴۱۰ نفر تعیین گردیده است (حسن‌زاده، ۱۳۸۶). در این پژوهش مشارکت‌کنندگان به‌صورت تصادفی خوشه‌ای چند مرحله‌ای از بین دانشجویان کارشناسی رشته‌های مختلف (علوم انسانی، علوم پایه، کشاورزی و فنی مهندسی) به‌صورت تصادفی انتخاب شدند و نسبت سهمی جنسیت در کل نمونه در نظر گرفته شد.

ابزار سنجش

پرسشنامه شخصیتی نئو^۳: کاستا مک‌کری پرسشنامه پنج عاملی شخصیت، نسخه کوتاه ۶۰ سؤالی را در سال ۱۹۸۵ تهیه کرده است. در خصوص روایی این پرسشنامه، مک‌کری و کاستا (۱۹۸۹) اظهار می‌دارند که ابزار کوتاه شده این پرسشنامه با نسخه کامل آن مطابقت دقیق دارد، به‌گونه‌ای که مقیاس نسخه

کوتاه همبستگی بالاتر از ۰/۶۸ را با مقیاس‌های پرسشنامه کامل دارد. شاخص‌های مورد بررسی شامل دو عامل روان‌رنجوری و برونگرایی است که با استفاده از این پرسشنامه که هر کدام از طریق ۱۲ گویه اندازه‌گیری می‌شوند، اندازه‌گیری شدند. تمامی گویه‌های این پرسشنامه به‌صورت پنج گزینه‌ای (طیف لیکرت) پاسخ داده می‌شود و هر گویه امتیازی بین ۱ تا ۵ را به خود اختصاص می‌دهد. بر اساس نتایج پژوهش‌های کاستا و مک‌کری (۱۹۹۲) در هر کدام از شاخص‌های پنجگانه مورد بررسی، هرچه نمره پاسخگو بیشتر باشد، شدت شاخص مورد نظر بیشتر خواهد بود. کیامهر (۱۳۸۱) ضرایب همبستگی این آزمون را با نسخه کامل نئو برای روان‌رنجوری ۰/۸۴ و برای برونگرایی ۰/۸۲ گزارش می‌کند. مک‌کرا و کوستا (۲۰۰۴) نیز میزان آلفای کرونباخ را برونگرایی (۰/۸۰) و برای روان‌رنجوری (۰/۸۶) گزارش کرده‌اند. در این پژوهش، پایایی پرسشنامه با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای برونگرایی ۰/۷۶ و برای روان‌رنجوری ۰/۷۹ به‌دست آمد. به‌منظور بررسی بارهای عاملی سؤالات مدلی عاملی مرتبه اول ترسیم شد و همه معرف‌های مربوط به این دو خرده‌مقیاس از اعتبار قابل قبولی برخوردار بودند. نمونه‌ای از گویه‌های خرده‌مقیاس‌های برونگرایی و روان‌رنجوری این پرسشنامه به این شرح است: «دوست دارم همیشه افراد زیادی دور و برم باشند»، «شخص بانشاط و خوش‌بینی نیستم».

پرسشنامه شادی آکسفورد^۴: اولین بار آرگایل و لو^۵ (۱۹۸۹) به نقل از کار^۱، (۲۰۰۴) این پرسشنامه را تهیه کردند. این پرسشنامه دارای ۲۹ ماده چهار گزینه‌ای است و براساس یک طیف چهار درجه‌ای از صفر تا سه نمره‌گذاری می‌شود و در نتیجه نمره نهایی بین صفر تا ۷۸ قرار می‌گیرد (کاشدان، ۲۰۰۴). عابدی، میرشاه‌جعفری و همکاران (۱۳۸۵) آلفای کرونباخ ۰/۸۵ را

1. Cohen, Manion & Morris
3. NEO-FFI
5. Argyle & Lu

2. Krejcei & Morgan
4. Oxford Happiness Inventory
7. Carr

۱۰ پذیرش خود را می‌سنجد. مجموع نمرات این ۶ خرده‌مقیاس به‌عنوان نمره کلی بهزیستی روان‌شناسی محسوب می‌شود. این نوعی ابزار خودسنجی است که در یک پیوستار ۶ درجه‌ای از «کاملاً موافقم» تا «کاملاً مخالفم» پاسخ داده می‌شود که نمره بالاتر نشان‌دهنده بهزیستی روانی بهتر است. خانجانی (۱۳۹۳) همسانی درونی این پرسشنامه را با استفاده از آلفای کرونباخ ۰/۷۱ گزارش کرده است. همچنین ریف (۱۹۸۹) میزان پایایی این پرسشنامه را ۰/۸۹ گزارش کرده است. در این پژوهش میزان همسانی درونی مقیاس حاضر ۰/۷۷ به‌دست آمده و مدل عاملی مرتبه اول و مرتبه دوم میزان بارهای عاملی سؤالات این آزمون مقادیر قابل قبولی را گزارش می‌کند. نمونه‌ای از گویه‌های این پرسشنامه بدین شرح است: «افراد مصمم بر من تأثیر می‌گذارند»، «من برای حال زندگی می‌کنم و واقعاً به آینده فکر نمی‌کنم».

روش اجرا و تحلیل داده‌ها

اعضای نمونه در محیطی آرام، و با رضایت کامل از شرکت در پژوهش، پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند و به‌منظور جلوگیری از سوگیری در پاسخ دادن به پرسش‌های پرسشنامه، به آنها اطمینان داده شد که پاسخ‌های آنها محرمانه خواهد ماند. در تحلیل داده‌های این پژوهش به‌منظور بررسی آثار مستقیم، غیرمستقیم و کلی هر یک از متغیرهای مستقل بر متغیرهای وابسته، از روش مدل‌سازی معادلات ساختاری با نرم‌افزار اموس^۳ ۲۲ برای تجزیه و تحلیل استفاده شده است. به همین دلیل ابتدا داده‌ها از طریق نرم‌افزار اس‌پی‌اس اس ۲۲ وارد گردید و سپس به محیط اموس ۲۲ به‌منظور مدل‌سازی انتقال یافت.

یافته‌ها

از آنجا که هدف این پژوهش «بررسی تأثیر برونگرایی و روان‌رنجوری بر شادی با میانجیگری هوش هیجانی و بهزیستی روانی در دانشجویان است، از مدل مسیر استفاده شد. قبل از معادلات ساختاری شرط بهنجار بودن و شاخص‌های نیکویی برازش مورد تحلیل قرار گرفتند که در ادامه نتایج ارائه شده‌اند. برقراری شرط بهنجار بودن چندمتغیره^۴ از پیش‌فرض‌های اصلی در استفاده از روش برآورد حداکثر درست‌نمایی^۵ (ML) در مدل‌سازی معادله ساختاری است. از این‌رو برای بررسی برقراری یا عدم برقراری بهنجار بودن چندمتغیره از مقدار ضریب مردیا^۶ و نسبت بحرانی مربوط به این ضریب استفاده شده است که در جدول ۱ نشان داده شده است.

برای این پرسشنامه به‌دست آورده‌اند. همچنین پایایی این مقیاس را در روش بازآزمایی ۰/۷۲ و همبستگی این پرسشنامه با پرسشنامه شادی فوردایس ۰/۷۳ گزارش کرده‌اند. در این پژوهش ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۹۳ به‌دست آمد. در این پژوهش برای بررسی بارهای عاملی سؤالات مدلی عاملی مرتبه اول ترسیم شد و همه معرف‌های مربوط به این پرسشنامه از بار عاملی ۰/۷ به بالا برخوردار بودند و مدل اندازه‌گیری تأیید شد. نمونه‌ای از گویه‌های پرسشنامه به این شرح است: «احساس شادی نمی‌کنم (۰)، نسبتاً احساس شادی می‌کنم (۱)، خیلی شاد هستم (۲) بیش از حد شاد هستم (۳)».

پرسشنامه هوش هیجانی بارآن^۱: این پرسشنامه ۱۱۷ سؤال و ۱۵ مقیاس دارد که بارآن بر روی ۳۸۳۱ نفر از ۵ کشور (آرژانتین، آلمان، هند، نیجریه و آفریقای جنوبی) اجرا و در آمریکای شمالی هنجاریابی شده است. در روش نمره‌گذاری هوش هیجانی به ۵ خرده‌مقیاس تقسیم شده است. مقیاس مهارت‌های درون‌فردی که شامل خرده‌مقیاس‌های آگاهی هیجانی، خودآبرازی، احترام به خود، خودشکوفایی و استقلال است. مقیاس برون‌فردی که شامل خرده‌مقیاس‌های همدلی، مسئولیت‌پذیری اجتماعی و روابط بین‌فردی، مقیاس مقابله با فشار (کنترل استرس) شامل خرده‌مقیاس‌های تحمل استرس و کنترل تکانه، مقیاس سازگاری شامل خرده‌مقیاس‌های انعطاف‌پذیری، حل مسأله و واقعیت‌سنجی و مقیاس خلق کلی شامل خرده‌مقیاس‌های شادی و خوش‌بینی است. بارآن (۱۹۹۷) اعتبار مقیاس‌های پانزده‌گانه پرسشنامه را از طریق بازآزمایی پس‌آزمون ۰/۷۵ گزارش کرده است. مخبریان‌نژاد (۱۳۸۶) ضریب پایایی این پرسشنامه را ۰/۹۱ گزارش کرده است. در این پژوهش میزان همسانی درونی این پرسشنامه از طریق آلفای کرونباخ ۰/۸۷ به‌دست آمده است. به‌منظور بررسی بارهای عاملی سؤالات و هر بعد از هوش هیجانی، ابتدا یک مدل عاملی مرتبه اول ترسیم شد که مقادیر قابل قبولی را برای همه گویه‌ها نشان داد و مدل اندازه‌گیری تأیید شد. نمونه‌ای از سؤالات این پرسشنامه به شرح زیر است: «نسبت به هیجانانگام آگاهم». «می‌توانم به خوبی فشارها را تحمل کنم».

پرسشنامه بهزیستی روانی^۲: ریف (۱۹۸۹) این پرسشنامه را طراحی کرد و در سال ۲۰۰۲ مورد تجدیدنظر قرار داد. این نسخه مشتمل بر ۶ خرده‌مقیاس است. سؤال‌های ۹، ۱۲، ۱۸، استقلال؛ سؤال‌های ۱، ۴ و ۶ تسلط بر محیط؛ سؤال‌های ۷، ۱۵، ۱۷ رشد شخصی؛ سؤال‌های ۳، ۱۱، ۱۳ ارتباط مثبت با دیگران؛ سؤال‌های ۵، ۱۴ و ۱۶ هدفمندی در زندگی و سؤال‌های ۲، ۸

1. Bar- on s Emotional Intelligence
3. amos
5. maximum likelihood

2. Ryff scale psychological wellbeing
4. multivariate normality
6. Mardia, K.v

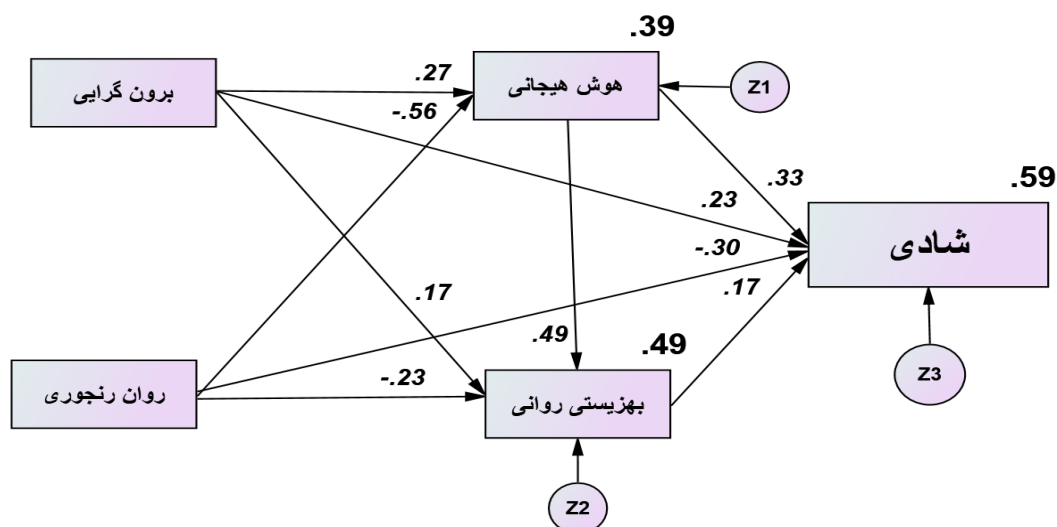
در نتیجه با توجه به برقراری شرط نرمالیت به منظور بررسی فرضیه‌های پژوهش از رویکرد مدل‌سازی معادله ساختاری استفاده گردید. متغیرهای مستقل پژوهش به صورت متغیرهای مکنون^۱ و در قالب مدل‌های عاملی مرتبه اول و متغیر وابسته پژوهش به صورت متغیر آشکار وارد مدل شد.

برآوردهای مربوط به شاخص‌های ارزیابی کیفیت مدل و پارامترهای اصلی آن در شکل ۲ و جداول زیر گزارش شده است:

جدول ۱- برآورد ضریب مردیا برای بررسی هنجاریابی چندمتغیره

ضریب	کشیدگی	نسبت بحرانی
مردیا	۲/۲۰	۱/۸۴

با توجه به نسبت بحرانی ضریب مردیا در سطح اطمینان ۹۵ درصد در ارتباط با الگوی مسیر پژوهش پیش‌فرض هنجار بودن چندمتغیره برقرار است.



نمودار ۲- مدل مسیر اثر مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای مستقل بر متغیر شادی

جدول ۲- شاخص‌های ارزیابی کیفیت مدل مسیر

شاخص	مقدار
مقدار	۱
درجه آزادی ^۲	۸۱/۳۹
نسبی کای اسکوتر ^۳	۰/۹۳
برازش ^۴ شاخص نیکویی	۰/۲۵
لویس ^۵ شاخص توکر	۰/۹۲
تطبیقی ^۶ شاخص برازش تطبیقی	۰/۰۹
مقتصد ^۷ شاخص برازش تطبیقی	۰/۴۴
مربعات خطای ^۸ برآورد	۲۰
ریشه دوم میانگین ^۹ فلتز	

1. Latent Variable

- درجه آزادی هر چقدر بزرگتر مطلوب‌تر
- دامنه مطلوب برای شاخص کای اسکوتر نسبی (CMIN/DF) مقادیر بین ۱ تا ۵ است.
- دامنه مطلوب برای این شاخص (GFI) مقادیر ۰/۹۰ تا ۱ است
- دامنه مطلوب برای شاخص توکر لویس (Tucker – Lewis Index) مقادیر بین ۰/۹۰ تا ۱ است.
- دامنه مطلوب برای شاخص برازش تطبیقی (CFI)، مقادیر بین ۰/۹۰ تا ۱ است.
- دامنه مطلوب برای شاخص برازش تطبیقی مقتصد (PCFI)، مقادیر بین ۰/۵۰ تا ۱ است.
- دامنه مطلوب برای شاخص ریشه دوم میانگین مربعات خطای برآورد (RSMEA) مقادیر بین ۰ تا ۰/۰۸ است.
- دامنه قابل قبول برای شاخص (Holter) مقادیر بین ۷۵ تا ۲۰۰ و دامنه مطلوب برای این شاخص مقادیر بالاتر از عدد ۲۰۰ است.

جدول ۳- برآوردهای مربوط به تأثیرات مستقیم متغیرهای مستقل بر وابسته

متغیر مستقل	مسیر	متغیر وابسته	ضریب تعیین	برآورد غیراستاندارد	نسبت بحرانی	سطح معناداری	فرضیه
برونگرایی	<---	هوش	۰/۳۹	۱/۸۳	۶/۹۹	۰/۰۰۱	تأیید
روان‌رنجوری	<---	هیجانی		-۲/۲۲	-۱۴/۳۸	۰/۰۰۱	تأیید
برونگرایی	<---			۰/۳۷	۴/۵۷	۰/۰۰۱	تأیید
روان‌رنجوری	<---	بهبودی روانی	۰/۴۹	۰/۳۰	-۵/۳۸	۰/۰۰۱	تأیید
هوش هیجانی	<---			۰/۱۶	۱۰/۷۹	۰/۰۰۱	تأیید
برونگرایی	<---			۰/۶۰	۶/۶۵	۰/۰۰۱	تأیید
روان‌رنجوری	<---			-۰/۴۶	-۷/۴۱	۰/۰۰۱	تأیید
هوش هیجانی	<---	شادی	۰/۵۹	۰/۱۳	۷/۱۰	۰/۰۰۱	تأیید
بهبودی روانی	<---			۰/۲۰	۳/۷۷	۰/۰۰۱	تأیید

با توجه به اینکه یکی از پیش‌فرض‌های بررسی نقش میانجی متغیرها، وجود ارتباط مستقیم متغیر میانجی با متغیر پیش‌بین اصلی و وابسته است، بنابراین در جدول ۳ رابطه مذکور بررسی گردیده است. براساس اطلاعات جدول ۳ مشاهده می‌شود که اثر ویژگی‌های شخصیتی برونگرایی و روان‌رنجوری بر متغیر هوش هیجانی به لحاظ آماری معنادار است ($P \leq 0/05$). به عبارت دیگر با مد نظر قرار دادن مقادیر مربوط به ضرایب تأثیر ویژگی‌های شخصیتی برونگرایی و روان‌رنجوری بر هوش هیجانی می‌توان گفت اثر ویژگی شخصیتی برونگرایی مستقیم و در حد متوسط به بالا و اثر ویژگی روان‌رنجوری معکوس و در حد بالا برآورد می‌شود. همچنین اثر ویژگی‌های شخصیتی (برونگرایی و روان‌رنجوری) و متغیر هوش هیجانی بر متغیر بهبودی روانی به لحاظ آماری معنادار است ($P \leq 0/05$). بنابراین با توجه به مقادیر مربوط به ضرایب تأثیر می‌توان گفت اثر ویژگی شخصیتی برونگرایی و متغیر هوش هیجانی بر متغیر بهبودی روانی مستقیم و در حد متوسط و اثر ویژگی شخصیتی روان‌رنجوری بر این متغیر معکوس و در حد متوسط برآورد می‌شود.

بر اساس این نتایج، پیش‌فرض ارتباط متغیر وابسته با متغیرهای پیش‌بین و ملاک تأیید می‌گردد. نتایج بررسی نقش واسطه‌ای متغیرهای میانجی نیز در جدول ۴ ارائه شده است. برآوردهای مربوط به تأثیرات غیرمستقیم مدل مسیر در جدول ۴ گزارش شده است.

شاخص‌های ارزیابی کلیت مدل مسیر با مدنظر قرار دادن دامنه مطلوب این شاخص‌های در مجموع بیانگر این است که داده‌های پژوهش مدل تدوین شده را حمایت می‌کند و به عبارت دیگر برازش داده به مدل برقرار است. همه شاخص‌ها در دامنه مطلوب و دلالت بر مطلوبیت مدل دارند. بنابراین فرضیه اول پژوهش رد نمی‌شود.

برآوردهای مربوط به شاخص‌های اصلی مدل (تأثیرات مستقیم متغیرهای مستقل بر وابسته) در جدول ۳ گزارش شده است:

یافته‌های جدول ۳ در رابطه با اثر مستقیم ویژگی‌های شخصیتی متغیرهای برونگرایی، روان‌رنجوری، هوش هیجانی و بهبودی روانی بر متغیر شادی به لحاظ آماری معنادار است ($P < 0/05$). بنابراین فرضیه‌های دوم، سوم، چهارم و پنجم پژوهش مبنی بر اثر مستقیم متغیرهای فوق بر شادی تأیید می‌گردند. با مد نظر قرار دادن مقدار ضریب تأثیر مربوط به هر یک از این متغیرها، می‌توان گفت اثر متغیرهای برونگرایی، هوش هیجانی و بهبودی روانی بر متغیر شادی مستقیم و اثر متغیر روان‌رنجوری معکوس برآورد می‌شود. به عبارت دیگر افزایش میزان برونگرایی، هوش هیجانی و بهبودی روانی به افزایش شادی و کاهش این سه متغیر (برونگرایی، هوش هیجانی و بهبودی روانی) به کاهش میزان شادی منجر می‌شود. در حالی که در خصوص متغیر روان‌رنجوری، افزایش میزان روان‌رنجوری به کاهش میزان شادی و کاهش میزان روان‌رنجوری به افزایش میزان شادی منجر می‌شود.

جدول ۴- برآورد تأثیرات کل، مستقیم و غیرمستقیم مدل مسیر

متغیر مستقل	متغیر وابسته			اثر کل			برآورد		
	غیر مستقیم	مستقیم	غیر مستقیم و مستقیم	سطح معناداری	استاندارد	سطح معناداری	غیر استاندارد	استاندارد	سطح معناداری
برونگرایی	۰/۹۲	۰/۳۶	۰/۱۱	۰/۱۱	۰/۳۶	۰/۱۱	۰/۶۰	۰/۲۳	۰/۰۸
برونگرایی	۰/۶۸	۰/۲۹	۰/۰۹	۰/۰۹	۰/۲۹	۰/۰۹	۰/۶۰	۰/۲۶	۰/۰۹
روان‌رنجوری	۰/۸۵	۰/۵۶	۰/۱۵	۰/۱۵	۰/۵۶	۰/۱۵	۰/۴۶	۰/۳۰	۰/۰۵
روان‌رنجوری	۰/۵۲	۰/۳۸	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۳۸	۰/۰۷	۰/۴۶	۰/۳۴	۰/۰۶
هوش هیجانی	۰/۲۰	۰/۴۵	۰/۱۵	۰/۱۵	۰/۴۵	۰/۱۵	۰/۱۳	۰/۳۳	۰/۰۹

شادی، میانجیگری از نوع جزئی برآورد می‌شود. در نتیجه فرضیهٔ دهم مبنی بر اثر غیرمستقیم متغیر هوش هیجانی بر متغیر شادی با میانجیگری متغیر بهزیستی روانی تأیید می‌گردد.

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش که با هدف پیش‌بینی شادی از طریق مؤلفه‌های شخصیت، هوش هیجانی و بهزیستی روانی اجرا شد، از رابطهٔ میان شادی با مؤلفه‌های فوق حمایت می‌کند. در پژوهش‌های گذشته به رابطهٔ شادی با برونگرایی و روان‌رنجوری (کلونینجر، ۲۰۱۳)، هوش هیجانی (چین و سینها، ۲۰۰۵) و بهزیستی روانی (لو، ۱۹۹۵) اشاره شده و یافته‌های پژوهش با آنها هماهنگ است.

نتایج این پژوهش نشان داد که برونگرایی به‌عنوان یکی از عوامل مرتبط با شخصیت به‌طور مستقیم بر شادی تأثیرگذار است. به‌عبارت ساده‌تر هرچه میزان برونگرایی فرد بالاتر یا پایین‌تر باشد، به همان مقدار بر میزان شاد بودن آن فرد نیز مؤثر خواهد بود. یافته‌های آلبوکرک، لیما، متیوس و فیگریدو^۱ (۲۰۱۳)، کلونینجر (۲۰۱۳) سنف و لیائو^۲ (۲۰۱۳)، دمیر و ویتکمپ^۳ (۲۰۰۷)، داینر و لوکاس^۴ (۱۹۹۹)، اسپچاک، اسپچاپ و واگنر^۵ (۲۰۰۸)، سو، داینر، اویشی و تریندیس^۶ (۱۹۹۸)، وارنر و اسمیت^۷ (۱۹۹۲)، نیز مؤید این یافته است. سایر یافته‌ها با تأکید بر مدل این پژوهش نشان می‌دهند که متغیر برونگرایی دارای یک اثرگذاری غیرمستقیم بر میزان شادی از طریق میانجیگری هوش هیجانی و بهزیستی روانی

یافته‌های جدول ۴ در رابطه با اثر غیرمستقیم متغیر برونگرایی بر متغیر شادی در صورتی که متغیرهای هوش هیجانی و بهزیستی روانی میانجی این دو متغیر باشند، به لحاظ آماری معنادار است. به‌عبارت دقیق‌تر باید گفت متغیرهای هوش هیجانی و بهزیستی روانی در رابطه بین متغیر برونگرایی و شادی نقش میانجی ایفا می‌کنند که با مد نظر قرار دادن اثر معنادار مستقیم متغیر برونگرایی بر شادی میانجیگری این دو متغیر از نوع میانجیگری جزئی برآورد می‌شود، بنابراین فرضیهٔ ششم و هفتم مبنی بر اثر غیرمستقیم برونگرایی بر شادی با میانجیگری هوش هیجانی و بهزیستی روانی نیز تأیید می‌شود. همچنین مطابق با جدول ۴ اثر غیرمستقیم متغیر روان‌رنجوری بر متغیر شادی به لحاظ آماری معنادار است. بنابراین متغیر هوش هیجانی و بهزیستی روانی در رابطهٔ بین دو متغیر روان‌رنجوری و شادی نقش میانجی ایفا می‌کند که با توجه به معناداری اثر مستقیم متغیر روان‌رنجوری بر متغیر شادی میانجیگری این متغیر از نوع جزئی است. در نتیجه فرضیهٔ هشتم و نهم مبنی بر اثر غیرمستقیم روان‌رنجوری بر شادی با میانجیگری هوش هیجانی و بهزیستی روانی تأیید می‌شود. به علاوه یافته‌های جدول ۴ در رابطه با اثر غیرمستقیم متغیر هوش هیجانی بر متغیر شادی در صورت میانجی بودن متغیر بهزیستی روانی معنادار است. بنابراین متغیر بهزیستی روانی در رابطهٔ بین متغیر هوش هیجانی و شادی نقش میانجی ایفا می‌کند، با توجه به معنادار بودن اثر مستقیم هوش هیجانی بر

1. Jain & Sinha
 3. Senf & Liao
 5. Diener & Lucas
 7. Suh, Diener, Oishi & Triandis

2. Albuquerque, Lima, Matos & Figueiredo
 4. Demir & Weitekamp
 6. Schimmack, Schupp & Wagner
 8. Werner & Smith

اسچیماک (۲۰۰۲)، اسچیماک و همکاران (۲۰۰۸) و تاکاده و فردریکسون^۱ (۲۰۰۴) نیز مؤید این یافته است. سایر یافته‌های مرتبط با روان‌رنجوری نیز نشان‌دهنده یک اثرگذاری غیرمستقیم بر میزان شادی از طریق میانجیگری هوش هیجانی و بهزیستی روانی است، به بیان دیگر متغیر هوش هیجانی و بهزیستی روانی در رابطه بین متغیر روان‌رنجوری و شادی نقش میانجی ایفا می‌کند.

روان‌رنجوری رابطه منفی با عاطفه مثبت دارد و از روان‌رنجوری می‌توان رابطه مثبتی را با احساس منفی گزارش کرد که از تجربه احساسات منفی مانند خشم، ترس و احساس گناه تشکیل شده است (آلبوکرک و همکاران، ۲۰۱۳). افراد با ویژگی‌های روان‌رنجوری، تمایل عمومی به تجربه‌های منفی مانند ترس، غم، عصبانیت و نفرت دارند و این عواطف منفی مانع احساس خشنودی آنها می‌شود. از سوی دیگر روان‌رنجوری با رضایت از زندگی و بهزیستی روانی که از مؤلفه‌های شاد بودن است ارتباط معکوس دارد. گالاگر و همکاران (۲۰۰۸) بر این باورند که افراد با ویژگی‌های روان‌رنجوری بر رویدادهای منفی زندگی بیشتر تأکید کرده، در نتیجه کمتر احساس شادی و خوشبختی می‌کنند. در واقع افرادی هستند که پاداش‌ها را برجسته می‌کنند و درونگرهای مضطرب هستند. بنابراین با در نظر گرفتن این نکته که اضطراب و افسردگی از صفات روان‌رنجوری است، به نظر می‌رسد که شادی با ویژگی‌های روان‌رنجوری ارتباط منفی داشته باشد. به‌علاوه افراد روان‌رنجور دچار مشکلاتی در اعتماد به‌نفس، تصمیم‌گیری و تنظیم هیجان‌ها خود هستند. آنها اغلب احساس گناه، غم و ناامیدی دارند و در نتیجه از میزان پایینی از هوش هیجانی برخوردارند (گلمن، ۱۹۹۵). بر اساس شواهد موجود روان‌رنجوری به تشدید عوامل خطر ایجاد درماندگی روان‌شناختی، شکایت‌های جسمانی و آسیب به سلامتی منجر می‌گردد (چارلز، گاتز، کاتو و پدerson^{۱۱}، ۲۰۰۸). در واقع افرادی که سطح پایین‌تری از روان‌رنجوری را دارند، بهزیستی بیشتری را گزارش می‌کنند (گارسیا^{۱۱}، ۲۰۱۱). پس می‌توان این‌گونه تبیین کرد که روان‌رنجوری کمتر به بالاتر رفتن سطح بهزیستی روانی و هوش هیجانی منجر شده و میزان شادی را افزایش می‌بخشد.

است؛ به بیان دیگر متغیرهای هوش هیجانی و بهزیستی روانی در رابطه بین متغیر برونگرایی و شادی نقش میانجی ایفا می‌کنند. این نتایج با یافته‌های کویدمیر و شوتز^۱ (۲۰۱۲)، میکولاجسزاک، نلیس، هانسن و کوئدباچ^۲ (۲۰۰۸)، آگوستا لاند (۲۰۱۱) همخوانی دارد.

نتایج حاصله از این فرضیه را این‌گونه می‌توان تبیین کرد که افراد با نمره بالا در برونگرایی، افرادی صمیمی و با محبت هستند که ارتباط دوستانه‌تری با دیگران دارند، آنها جمع‌گرا هستند و از بودن با دیگران لذت می‌برند. این افراد همواره مشغول فعالیت بوده و تمایل به تجربه هیجان‌ها مثبت مانند شادی دارند (باریک و هانت به نقل از حق‌شناس، ۱۳۸۵). افرادی که هوش هیجانی بالا دارند، خوش‌بین هستند و در پیگیری اهداف با وجود مشکلات استقامت به خرج می‌دهند. قدرت رهبری، الهام بخشیدن و هدایت افراد و گروه‌ها و اشتیاق برای مأموریت‌ها و فعالیت‌های گروهی دارند، اعتماد به‌نفس و احساس خود ارزشی قوی دارند (گلمن^۳، ۱۹۹۵). از سوی دیگر افرادی که دارای بهزیستی روانی بالایی بوده از نگرش مثبت به خود و دیگران و پذیرش جنبه‌های مختلف مانند ویژگی‌های مثبت و منفی برخوردارند و همچنین از صمیمیت در رابطه با دیگران احساس رضایت می‌کنند، و احساس استقلال و اثرگذاری در رویدادهای زندگی را نیز دارند (فریبورگ، بارلوگ، مارتینسن، روزنوینگ و همدیل^۴، ۲۰۰۵). به عبارت دیگر، سطوح بالای برونگرایی با افزایش عاطفه مثبت، میزان زیادی از احساس شادی، اشتیاق و پویایی همراه است. آلبوکرک و همکاران (۲۰۱۳). همچنین مطالعات گال، بوث، متیوس، کوه و دبیری^۵ (۲۰۱۳)، کوککو، تولوان و پولکینن^۶ (۲۰۱۳) لو و همکاران (۲۰۱۴) نیز مؤید این مطلب است. به‌طور مشابه، سطوح بالاتری از برونگرایی با سطوح پایین‌تر از افسردگی (سلف و لیائو، ۲۰۱۳) همراه است.

همچنین روان‌رنجوری به‌عنوان یکی دیگر از عوامل مرتبط با شخصیت به‌طور معکوس بر شادی اثرگذار است. به عبارت دیگر هرچه میزان روان‌رنجوری فرد پایین‌تر باشد، میزان شاد بودن فرد بالاتر و هرچه میزان روان‌رنجوری فرد بالاتر باشد، میزان شاد بودن فرد پایین‌تر خواهد بود. یافته‌های شاینر و مستن^۷ (۲۰۱۲)، لیو، وانگ و لی^۸ (۲۰۱۲)، جوانویک^۹ (۲۰۱۱)،

1. Koydemir & Schütz

3. Goleman

5. Gale, Booth, Mttus, Kuh & Deary

7. Shiner & Masten

9. Jovanovic

11. Charles, Gatz, Kato & Pedersen

2. Mikolajczak, Nelis, Hansenne & Quoidbach

4. Friberg, Barlaug, Martinussen, Rosenvinge & Hjemdal

6. Kokko, Tolvanen & Pulkkinen

8. Liu, Wang & Li

10. Tugade & Fredrickson

12. Garcia

به عبارت دیگر افراد با هوش هیجانی بالاتر نسبت به افراد با هوش هیجانی پایین‌تر کمتر مستعد اختلالات روانی هستند (لویسون، راهاده و سیلی،^۱ ۱۹۹۸) و بهزیستی روان‌شناختی بالاتری را گزارش می‌کنند.

سایر یافته‌های پژوهش نشان‌دهنده آن است که بهزیستی روانی بر شادی اثر مستقیم دارد. بهزیستی روانی توصیف‌کننده مهم‌ترین جنبه‌های عملکردی انسان اعم از روابط مثبت، احساس شایستگی، داشتن معنا و هدف در زندگی است (داینر و همکاران، ۲۰۱۰). بهزیستی روانی جزء روان‌شناختی کیفیت زندگی است و به‌عنوان درک افراد از زندگی خودشان در حیطه‌های رفتارهای هیجانی و عملکردهای روانی و ابعاد سلامت روان تعریف شده است. این جزء قضاوت شناختی افراد در خصوص چگونگی پیشرفت زندگی‌شان را شامل می‌شود. این در حالی است که طبق نظریه داینر (۱۹۸۴) شادی قضاوت‌هایی است که افراد از خود و زندگی‌شان به عمل می‌آورند، مانند قضاوت‌هایی که در مورد خوشنودی از زندگی صورت می‌گیرد. این مدل ارتباط بین عامل‌هایی را که بیشتر جنبه زیستی دارند با عامل‌هایی که بیشتر جنبه محیطی دارند، نشان می‌دهد و سهم هر دو عامل را در ایجاد شادی تأیید می‌کند.

با توجه به یافته‌های پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که مدل با داده‌ها برازش داشته و مدل نظری با داده‌های واقعی تطبیق می‌کند. به عبارت دیگر مدل ارائه شده برای پیش‌بینی شادی تأیید می‌شود. در نتیجه با تکیه بر یافته‌های این مطالعه و به مدد ابزار معادلات ساختاری که عناصر خطا در سنجش متغیرهای آشکار را لحاظ کرده است، می‌توان گفت که با در نظر گرفتن نقش شخصیت (برونگرایی و روان‌رنجوری) بر میزان شادی افراد، می‌توان پیش‌بینی صحیح‌تری از میزان شادی در جامعه برآورد کرد. علاوه بر این باید به متغیرهای میانجی (هوش هیجانی و بهزیستی روانی) نیز به‌عنوان عوامل تأثیرگذار بر شادی توجه ویژه‌ای داشت. بنابراین پیشنهاد می‌شود که در مراکز آموزشی و تربیتی برنامه‌های آموزشی بومی برای ارتقای هوش هیجانی و میزان برونگرایی دانشجویان تدوین و اجرا شود. این پژوهش بر روی دانشجویان به مرحله اجرا درآمده است و تا تکرار آن در جامعه‌های دیگر پژوهشی در تعمیم دادن نتایج باید جوانب احتیاط را رعایت کرد. محدودیت دیگر این پژوهش نیز گستره جغرافیایی و فرهنگی آن و همچنین محدود شدن نمونه آماری به دانشجویان مقطع کارشناسی بوده است.

علاوه بر این یافته‌های حاصل از این پژوهش نشان داد که هوش هیجانی نیز همانند برونگرایی به‌طور مستقیم بر شادی اثرگذار است. به‌عبارت ساده‌تر هرچه میزان هوش هیجانی فرد بالاتر باشد، بر میزان شاد بودن آن فرد نیز مؤثر خواهد بود. یافته‌های شالمن و هممور^۱ (۲۰۰۶)، پالمر، دونالدسون و استاف^۲ (۲۰۰۲)، پتریدس و همکاران (۲۰۰۱) و ساکلوفسکی و همکاران (۲۰۰۳)، نیز مؤید این یافته است. لیوومرسکی و همکارانش (۲۰۰۵) نشان دادند که راهبردهای رفتار آگاهانه فرد ۴۰ درصد از واریانس شادی را برآورد می‌کند. ارتباط نظری بین شادی و هوش هیجانی بر اساس این فرضیه دنبال می‌شود که افراد با توانایی برای مدیریت احساسات باید سطوح پایین‌تر از استرس و عاطفه منفی را تجربه کنند و قادر به درک و تنظیم احساساتی که به تجربه مثبت منجر می‌شود، باشند (سالووی و مایر، ۱۹۹۰). پژوهش‌های متعددی گزارش کرده‌اند که هوش هیجانی با تمایل به تجربه هیجانات مثبت رابطه دارد (گالاگر و والابردریک، ۲۰۰۸؛ میکولاجسزاک و همکاران، ۲۰۰۸؛ اسکات و همکاران، ۲۰۰۲؛ پتریدس و همکاران، ۲۰۰۷؛ کرامل و همکاران، ۲۰۰۹؛ چامورو-پریمازیکو همکاران، ۲۰۰۷؛ اسکات و همکاران،^۳ ۲۰۰۲؛ بارون، ۲۰۰۵؛ آدیمو و آدلیه^۴، ۲۰۰۸).

در واقع افراد شاد با ارزنده‌سازی مهارت‌های خود بیشتر با رویدادهای مثبت همراه می‌شوند و در تصمیم‌گیری‌های مربوط به زندگی آینده خود بهتر عمل می‌کنند، گرایش به پذیرش موقعیت‌های غیرقابل کنترل دارند و این پذیرش گویای بازسازی تجربه شخصی است. هوش هیجانی بالا به این افراد این توانایی را می‌دهد که از دخالت عوامل نامطلوب درونی و بیرونی نظیر ناامیدی و خستگی، عوامل هیجانی منفی، فشارهای روانی اطرافیان و سایر عوامل مزاحم پیشگیری کنند (نقدی، ادیبراد و نورانی‌پور، ۱۳۸۹).

به‌علاوه هوش هیجانی با میانجیگری بهزیستی روانی، شادی را پیش‌بینی می‌کند. هوش هیجانی در برگیرنده راهبردهایی است که افراد برای سازگاری و مقابله با مشکلات روزمره خود به‌کار می‌گیرند. مؤلفه بهزیستی هوش هیجانی در بردارنده، احساسات مثبتی است که به توسعه منابع فیزیکی، هوشی و اجتماعی لازم برای مقابله موفقیت‌آمیز با چالش‌های روزمره منجر می‌گردد (فریدریکسون^۵، ۱۹۹۸). افرادی که می‌توانند با هیجانات خود روبه‌رو شوند و توانایی تنظیم هیجانات خود را دارند، افسردگی کمتری را احساس می‌کنند.

1. Shulman & Hemovore
3. Schutte
5. Frederickson

2. Palmer, Donaldson & Stough
4. Adeyemo & Adeleye
6. Lewinsohn, Rohde & Seeley

- The mediator effect of personal projects between the big five and subjective well-being. *Journal of Happiness Studies*, 14(1), 235-250. doi:10. 1007/s10902-012-9326-6.
- Argyle, M. (2001). *The Psychology of Happiness*. London: Routledge.
- Augusto-Landa, J.M. (2011). Does Perceived Emotional Intelligence and Optimism / pessimism Predict Psychological Well-being? *Journal of Happiness Studies*. 12(3), 463.
- Austin, E.J., Saklofske, D.H., Rohr, B.A., & Andrews, J.W. (2007). Personality, emotional intelligence and exercise. *Journal of Health Psychology*, 12, 937-948.
- Bar-on, R. (1997). *Bar-on Emotional Quotient Inventory*. Toronto: Multi Health System Inc.
- Bar-on, R. (2005). The impact of emotional intelligence on subjective well-being. *Perspectives in Education*, 23, 41-62.
- Bar-on, R. (2000). *Emotional and social intelligence: insights from the emotional quotient inventory*: In R. Bauer, W. (1976). *China and the search for happiness: Recurring themes in four thousand years of Chinese cultural history*. New York: The Seabury Press.
- Burns, R.A. & Machin, M.A. (2010). Identifying gender differences in the independent effects of personality and psychological well-being on two broad affect components of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 48(1), 22-27.
- Carmeli, A., Yitzhak-Halevy, M., & Weisberg, J. (2009). The relationship between emotional intelligence and psychological well-being. *Journal of Managerial Psychology*, 24(1), 66-78.
- Carr, A. (2004). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths*, Brunner- Routledge.
- Charles, ST., Gatz, M., Kato, K., Pedersen, NL. (2008). Physical health 25 years later: the predictive ability of neuroticism. *Health Psychology*, 27(3): 369-378.
- Chamorro-Premuzic, R., Bennett, E., & Furnham, A. (2007). The happy personality: mediating role of trait emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 8, 1633-1639.
- Cloninger, S. (2013). *Theories of personality: Understanding persons* (6th ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson.
- Cohen, L., Manion, L., Morris, K. (2000). *Research methods in educational by routeolege flamer*, 5th edition.
- Costa, P.T., & McCrae, R.R. (1989). The Neo PIFFI: Manual Supplement., *Psychological Assessment Resources*, Odessa, Fl.
- Costa, P.T., & McCrae, R.R. (1992). Revised NEO personality inventory (NEO-PI-R) and NEO five factor inventory (NEO-FFI) professional manual. Odessa, FL: *Psychological Assessment Resources*.
- بنابراین در پژوهش‌های آینده، ضرورت انجام بررسی‌های طولی در گروه‌های مختلف سنی، مقاطع دیگر تحصیلی و با استفاده از ابزارهای پژوهشی دیگر و در نظر گرفتن متغیرهای دیگر اثرگذار بر شادی مطرح است.
- این پژوهش با حمایت بخش علمی روان‌شناسی معنویت و شادی دانشگاه اصفهان انجام گرفته است که کمال تشکر و سپاسگزاری را از آنها داریم.
- ### منابع
- حسن‌زاده، ر. (۱۳۸۶). روش‌های تحقیقی در علوم رفتاری. چاپ پنجم. تهران: انتشارات دانشگاه شهید بهشتی.
- حق‌شناس، ح. (۱۳۸۵). مقایسه ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روان دانش‌آموزان دبیرستان‌های تیزهوشان و دبیرستان عادی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات تهران.
- خانجانی، م.، شهیدی، ش.، فتح‌آبادی، ج.، مظاهری، م.ع.، شکری، ا. (۱۳۹۳). ساختار عاملی و ویژگی‌های روان‌سنجی فرم کوتاه (۱۸ سؤالی) مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف در دانشجویان دختر و پسر، نشریه اندیشه و رفتار در روان‌شناسی بالینی، تابستان ۱۳۹۳، شماره ۳۲.
- کیامهر، ج. (۱۳۸۱). هنجاریابی فرم کوتاه پرسشنامه پنج عاملی نشو و بررسی ساختار عاملی (تحلیل تأییدی) در بین دانشجویان دانشکده علوم انسانی دانشگاه تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه علامه طباطبایی، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی.
- عابدی، م.ر.، میرشاه جعفری، ا.، و لیاقت‌دار، م.ج. (۱۳۸۵). هنجاری‌یابی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه‌های اصفهان، مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران، ۱۲(۲): ۹۵-۱۰۰.
- مخبریان‌نژاد، را. (۱۳۸۶). هنجاریابی پرسشنامه هوش هیجانی بار-ان در دانش‌آموزان دبیرستانی شهر تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم اجتماعی دانشگاه آزاد واحد تهران مرکزی.
- نقدی، ه.، ادیبراد، ن.، نورانی‌پور، را. (۱۳۸۹). اثربخشی آموزش هوش هیجانی بر پرخاشگری دانش‌آموزان پسر سال اول دبیرستان، فصلنامه علمی - پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه، صص ۲۱۸-۲۱۱.
- Adeyemo, D.A. & Adeleye, A.T. (2008). Emotional intelligence, religiosity, and self-efficacy as predictors of psychological well-being among secondary school adolescents in Ogbomoso, Nigeria. *Europe's Journal of Psychology*, 1(19), 51-67.
- Albuquerque, I.Lima, M., Matos, M., & Figueiredo, C. (2013). The interplay among levels of personality:

- Dawda, D., & Hart, S.D. (2000). Assessing emotional intelligence: reliability and validity of the Bar-On Emotional Quotient Inventory (EQ-i) in university students. *Personality and Individual Differences*, 28, 797-812.
- Demir, M., & Weitekamp, L.A. (2007). I am so happy 'cause today I found my friend: Friendship and personality as predictors of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 8(2), 181-211.
- Diener, E., & Lucas, R.R. (1999). Personality and subjective well-being. In E. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The Foundations of Hedonic Psychology*. (pp. 213-229). New York: Russell Sage Foundation.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.
- Feldman, F. (2008). *Whole life satisfaction concepts of happiness*. *Theoria*, 74(3), 219-238.
- Diener, E. et.al. (2010). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97, 143-156.
- Frederickson, B.L. (1998). What good are positive emotions? *Review of General Psychology*, 2, 300-319.
- Friborg, O., Barlaug, D., Martinussen, M., Rosenvinge, JH., Hjemdal, O. (2005). Resilience in relation to personality and intelligence. *Int J Methods Psychiatrists*; 14:29-2.
- Gale, C.R., Booth, T., Mttus, R., Kuh, D., & Deary, I.J. (2013). Neuroticism and extraversion in youth predict mental wellbeing and life satisfaction 40 years later. *Journal of Research in Personality*, 47, 687-697.
- Gallagher, E., Vella-Brodrick, D. (2008). Social support and emotional intelligence as predictors of subjective well being. *Personality and Individual Differences*. 44, 1551-1561.
- Garcia, D. (2011). Two models of personality and well-being among adolescents. *Personality and Individual Differences*, 50(8), 1208-1212.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. New York: Bantam. INR. Bar-on & J. Parker (EDS), A Handbook of Emotional Intelligence. San Fransisco: Jossey-Bass.
- Jain, A.K., & Sinha, A.K. (2005). General Health in Organizations: Relative Relevance of Emotional Intelligence, Trust and Organizational Support, *International Journal of stress management*, 12, 257-273.
- Jovanovic, V. (2011). Personality and subjective well-being: One neglected model of personality and two forgotten aspects of subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 50, 631-635.
- Kashdan, T.B. (2004). The assessment of subjective well-being (issues raised by the Oxford Happiness Questionnaire). *Journal of Personality and Individual Differences*, 36, 1225-1232.
- Kashdan, T.B., Biswas-Diener, R., & King, L.A. (2008). Reconsidering happiness: The costs of distinguishing between hedonics and eudaimonia. *Journal of Positive Psychology*, 3, 219-233.
- Kokko, K., Tolvanen, A., & Pulkkinen, L. (2013). Associations between personality traits and psychological well being across time in middle adulthood. *Journal of Research in Personality*, 47, 748-756.
- Koydemir, S., & Schütz, A. (2012). Emotional intelligence predicts components of subjective well-being beyond personality: A two-country study using self- and informant reports. *The Journal of Positive Psychology*, 7, 107-118.
- Krejciei, R.V., & Morgan, D.W. (1970). "Determining sample size for research activities". *Educational and psychological measurement*, 30, 607- 610.
- Lewinsohn, P.M., Rohde, P., & Seeley, J.R. (1998). Major depressive disorder in older adolescents: Prevalence, risk factors, and clinical implications. *Clinical Psychology Review*, 18, 765-794.
- Liu, Y., Wang, Z.H., & Li, Z.G. (2012). Affective mediators of the influence of neuroticism and resilience on life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 52, 833-838.
- Lu, W., Wang, Z., Liu, Y., Zhang, H. (2014). Resilience as a mediator between extraversion, neuroticism and happiness, PA and NA. *Personality and Individual Differences*, 63, 128-133.
- Lu, L. (1995). The relationship between subjective well-being and psychosocial variables in Taiwan. *The Journal of Social Psychology*, 135, 351-357
- Lyubomirsky, S., King, L., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131, 803-855.
- Lyubomirsky, S., Tkach, C., & Dimatteo, M.R. (2006). What are the differences between happiness and self-esteem? *Social Indicators Research*, 78, 363-404.
- Mayer, J., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In D. Sluyter & P. Salovey (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- McCrae, R.R., & Costa, P. (2004). A contemplated revision of the NEO Five-Factor Inventory. *Personality and Individual Differences*, 36, 587-596.
- Mikolajczak, M., Nelis, D., Hansenne, M., & Quoidbach, J. (2008). If you can regulate sadness, you can probably regulate shame: Associations between trait emotional intelligence, emotion regulation and coping efficiency across discrete emotions. *Personality and Individual Differences*, 44, 1356-1368.

- Palmer, B., Donaldson, C., & Stough, C. (2002). Emotional intelligence and life satisfaction. *Personality and Individual Differences*, 33, 1091-1100.
- Pekrun, R., Goetz, T., Titz, W., Perry, R.P. (2002). Academic emotions in student' self-regulated learning and achievement: A program of qualitative and quantitative research. *Educational Psychologist*, 37(2): 91-105.
- Petrides, K.V., & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15, 425-448.
- Petrides, K.V., & Furnham, A. (2003). Trait emotional intelligence: Behavioral validation in two studies of emotion recognition and reactivity to mood induction. *European Journal of Personality*, 17, 39-57.
- Petrides, K.V., Pérez-González, J.C., & Furnham, A. (2007). On the criterion and incremental validity of trait emotional intelligence. *Cognition and Emotion*, 21, 26-55.
- Ryff, C.D. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological wellbeing. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Ryff, C.D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9, 1-28.
- Saklofske, D., Austin, E., & Minski, P. (2003). Factor structure and validity of a trait emotional intelligence measure. *Personality and Individual Differences*, 34, 707-721.
- Salovey, P., & Mayer, J. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211.
- Schimmack, U. (2008). The structure of subjective wellbeing. In M. Eid & R.J. Larsen (Eds.), *The science of subjective well-being* (pp. 97-123). New York: Guilford.
- Schimmack, U., Radhakrishnan, P., Oishi, S., Dzokoto, V., & Ahadi, S. (2002). Culture, personality, and subjective well-being: Integrating process models of life-satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 582-593.
- Schimmack, U., Schupp, J., & Wagner, G.G. (2008). The influence of environment and personality on the affective and cognitive component of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 89, 41-60.
- Schutte, N.S., Malouff, J.M., Simunek, M., McKenley, J., & Hollander, S. (2002). Characteristic emotional intelligence and emotional well-being. *Cognition and Emotion*, 16, 769-785.
- Senf, K., & Liao, A. (2013). The effects of positive interventions on happiness and depressive symptoms, with an examination of personality as a moderator. *Journal of Happiness Studies*, 14(2), 591-612. doi:10.1007/s10902-012-9344-4.
- Shiner, R.L., & Masten, A.S. (2012). Childhood personality as a harbinger of competence and resilience in adulthood. *Development and Psychopathology*, 24, 507-528.
- Shulman, T. and Hemovore, S. (2006). "Is dispositional emotional intelligence synonymous with personality?", *Self and Identity*, Vol. 5 No. 2, pp. 147-71.
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well being. *Psychological Bulletin*, 134, 138-161.
- Suh, M., Diener, E., Oishi, S., & Triandis, H.C. (1998). The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotions versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 482-493.
- Thompson, M.G., & Heller, K. (1990). Facets of support related to well-being: Qualitative social isolation and perceived family support in a sample of elderly women. *Psychology and Aging*, 5, 535-544.
- Tugade, M.M., & Fredrickson, B.L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86, 320-333. doi:10.1037/0022-3514.86.2.320.
- Van der Linden, Dimitri., Tsaousis, Ioannis, Petrid, K.V. (2012). Overlap between General Factors of Personality in the Big Five, Giant Three, and trait emotional intelligence. *Personality and Individual Differences. Volume 53, Issue 3, August 2012, Pages 175-179.*
- Veenhoven, R. (1984). *Conditions of happiness*. Dordrecht: D. Reidel Publishing Company.
- Veenhoven, R. (1989). *Conditions of happiness*. Dordrecht, the Netherlands: Kluwer Academic Publishers Group.
- Veenhoven, R. (2000). The four qualities of life - ordering concepts and measures of the good life. *Journal of Happiness studies*, 1, 1-39.
- Warnecke, A.J., Baum, C.A., Peer, J.R., & Goreczny, A.J. (2014). Inter correlations between individual personality factors and anxiety. *College Student Journal*, 48(1), 23-33.
- Waterman, A., Schwartz, S., & Conti, R. (2008). The implications of two conceptions of happiness (hedonic enjoyment and eudaimonia) for the understanding of intrinsic motivation. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 41-79.
- Werner, E.E., & Smith, R.S. (1992). *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. Ithaca, NY: Cornell University Press.
- Wortman, J. & Wood, D. (2011). The personality traits of liked people. *Journal Research in Personality*, 45, 519-528.
- Wren-Lewis, S. (2014). How successfully can we measure well-being through measuring happiness? *South African Journal of Philosophy*, 33(4), 417-432. doi:10.1080/02580136.2014.967597.