

## پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس رگه‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی و بهزیستی معنوی

محمد رضا تمنائی فر<sup>۱</sup>

اعظم منصوری نیک<sup>۲</sup>

### چکیده

در جوامع در حال توسعه، ارضای نیازها و به تبع آن، رضایت از زندگی آثار مطلوبی به همراه دارد. رضایت از زندگی به عنوان یک ارزیابی جامع و عمومی، از عوامل مختلف درونی و برونی تأثیر می‌پذیرد. پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه ویژگی‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی و بهزیستی معنوی با رضایت از زندگی انجام گرفته است. نمونه پژوهش شامل ۲۵۰ دانشجوی دختر و پسر بود که به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای انتخاب شدند. به منظور جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه پنج عاملی شخصیت نئو (NEO-FFI)، مقیاس حمایت اجتماعی شربورن و استوارت (MOS-SSS)، مقیاس بهزیستی معنوی پالوتزین و الیسون (SWBS) و مقیاس رضایت زندگی داینر و همکاران (SWLS) استفاده گردید. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها آزمون همبستگی پیرسون، تحلیل رگرسیون گام به گام محاسبه شد. نتایج نشان داد که بین رگه‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی و بهزیستی معنوی با رضایت از زندگی ارتباط معناداری وجود دارد. نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که روان رنجورخویی پیش‌بینی‌کننده قوی‌تری برای رضایت از زندگی است. با توجه به اهمیت مجموعه عوامل درونی و بیرونی مرتبط با رضایت از زندگی در دانشجویان، شناخت این عوامل به درک بهزیستی و برنامه‌ریزی در جهت افزایش رضایتمندی آنان کمک می‌نماید.

**واژگان کلیدی:** رگه‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی، بهزیستی معنوی، رضایت از زندگی.

Email: tamannai@kashanu.ac.ir

۱- استادیار گروه روانشناسی دانشگاه کاشان (نویسنده مسئول)

۲- کارشناسی ارشد روانشناسی دانشگاه کاشان

## مقدمه

رضایت از زندگی مفهومی ذهنی برای فرد است که به همراه عاطفه مثبت و عاطفه منفی سه جزء اساسی بهزیستی ذهنی<sup>۱</sup> را تشکیل داده و به ارزیابی‌های شناختی فرد از زندگی اشاره می‌کند (داینر، اویشی و لوکاس<sup>۲</sup>، ۲۰۰۳). رضایت از زندگی یک فرایند داوری است که افراد کیفیت زندگی خود را بر اساس ملاک‌های منتخب خود ارزیابی می‌کنند (شیخی، هومن، احمدی و سپاه منصور، ۱۳۹۰). بنابراین این‌گونه ارزیابی‌ها شامل پاسخ‌های هیجانی افراد، حیطة رضایت و ارزیابی شناختی آنان است (مالکوک<sup>۳</sup>، ۲۰۱۱). در مطالعاتی که داینر در زمینه رضایت از زندگی انجام داده است، بین دو رویکرد پایین-بالا و رویکرد بالا-پایین تمایز قائل شده است. در رویکرد پایین-بالا؛ رویدادهای بیرونی، عوامل موقعیتی و ویژگی‌های جمعیت‌شناختی و در رویکرد بالا-پایین، فرایندهای درونی مورد تأکید قرار گرفته است. بر اساس رویکرد بالا-پایین، افراد به شرایط یکسان واکنش‌های متفاوتی نشان می‌دهند و بر اساس باورها، ارزش‌ها، انتظارات و تجربیات منحصر به فرد خود، شرایط را ارزیابی می‌کنند (داینر، سو<sup>۴</sup>، لوکاس، و اسمیت<sup>۵</sup>، ۱۹۹۹). بنابراین بر اساس نظریه بالا-پایین، رضایت از زندگی یک فرد می‌تواند به‌طور گسترده تحت تأثیر زمینه‌های رشدی فرد مانند ویژگی‌های شخصیتی قرار گیرد (داینر، ۱۹۸۴). نتایج پژوهش حمید (۱۳۸۹) بیانگر این است که سخت‌رویی روانشناختی و مولفه‌های آن (تعهد، کنترل و مبارزه‌طلبی) با رضایت از زندگی ارتباط مثبت دارند. از آنجا که افراد سخت‌رو توانایی مقابله با تنیدگی را دارند، از لحاظ جسمی و روحی سالم باقی می‌مانند و این امر باعث می‌شود که از زندگی خود احساس رضایت بیشتری داشته باشند.

اگر چه احتمال اثرات غیرمستقیم و متقابلی نظیر تأثیر متفاوت شرایط مختلف زندگی بر بهزیستی افراد با ویژگی‌های شخصیتی متفاوت وجود دارد، اما بسیاری از نظریه‌های تبیین‌کننده رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و بهزیستی بر اثرات مستقیم شخصیت بر بهزیستی عاطفی و شناختی تمرکز کرده‌اند (داینر و همکاران، ۲۰۰۲). کاستا و مک‌کری<sup>۶</sup>

1- Subjective well-being

3- Malkoç

5- Smith

2- Diener, Oishi &amp; Lucas

4- Suh

6- Costa &amp; McCrae

(۱۹۸۰ به نقل از شیماک، اویشی، فر، و فاندر<sup>۱</sup>، ۲۰۰۴) الگویی را برای تأثیرگذاری ویژگی‌های شخصیتی مطرح کردند که در آن برون‌گرایی، به تجارب خوشایند و روان رنجورخویی، به تجارب ناخوشایند منجر می‌شود. اگر چه این الگو به طور خاص بر مولفه عاطفی بهزیستی ذهنی تأکید می‌کند، اما نتایج پژوهش شیماک و همکاران (۲۰۰۴) بیانگر این است که رضایت از زندگی از ویژگی‌های شخصیتی تأثیر می‌پذیرد. بر اساس یافته‌های پژوهشی، رضایت از زندگی با برخی از ویژگی‌های شخصیتی رابطه مستقیم و با برخی از آنها رابطه معکوس دارد. بیرامی و قلی‌زاده (۱۳۹۰) دریافتند مولفه‌های شخصیتی می‌توانند به‌طور مستقیم بر رضایت از زندگی تأثیر گذارند. در پژوهش آنان بین روان رنجورخویی با رضایت از زندگی رابطه منفی و بین برون‌گرایی، توافق‌پذیری و وجدانی بودن با رضایت از زندگی رابطه مثبت مشاهده شد. کیوودو و آبالا<sup>۲</sup> (۲۰۱۱) در پژوهشی دریافتند که از بین پنج عامل شخصیت، روان رنجورخویی، برون‌گرایی، وجدانی بودن و توافق‌پذیری با رضایت از زندگی ارتباط معناداری دارند. همچنین یافته دیگر این پژوهش این بود که ویژگی‌هایی نظیر افسردگی، خوش‌بینی و عزت‌نفس در پیش‌بینی رضایت از زندگی نقش دارند.

در رویکرد پایین - بالا که بر اساس دیدگاه ویلسون<sup>۳</sup> (۱۹۶۷) مطرح شده است، چنانچه شرایط محیطی فرد اجازه دهد که نیازهای اساسی وی برآورده شود او احساس رضایت خواهد کرد (به نقل از داینر و همکاران، ۱۹۹۹). دریافت حمایت، از جمله نیازهای اساسی بشر است. حمایت اجتماعی یکی از مفاهیم اساسی در روانشناسی اجتماعی است و مطالعات مربوط به آن به‌طور آشکار از سال‌های حدود ۱۹۷۰ میلادی آغاز شده است. حمایت اجتماعی ریشه در نظریه دلبستگی بالبی و راتر دارد که بر وجود ارتباط میان کودک و اطرافیان وی در طی تحول تأکید می‌کند (کاسیدی<sup>۴</sup>، ۱۹۹۹، به نقل از تابع بردبار و رضویه، ۱۳۸۳). حمایت اجتماعی فرایند پیچیده‌ای است که در آن بر اساس تعامل و فعالیت‌های متقابل بین فرد و شبکه حمایتی شکل می‌گیرد (واکس، ۱۹۸۸، به

1- Schimmack, Oishi, Furr & Funder  
3- Wilson

2- Quevedo & Abella  
4- Cassidy

نقل از غلامعلی لواسانی، برهان‌زاده، افضل‌ی، و حجازی، (۲۰۱۱). حمایت اجتماعی به عنوان حمایتی تعریف می‌شود که فرد از خانواده، دوستان، سازمان‌ها و سایر افراد دریافت می‌کند. تعاملات فرد با خانواده و حمایتی که او از محیط و سایرین دریافت می‌کند، اثرات مثبتی بر وی دارد و سبب می‌شود پویایی‌های روانشناختی او افزایش یافته و به وی در جنبه‌های عاطفی، شناختی و جسمانی کمک کند (گیولاکتی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۰). حمایت اجتماعی اثرات نامطلوب فشار روانی را تعدیل و تضعیف می‌کند و سلامت روانی را پیش‌بینی می‌کند (بخشی‌پور رودسری، پیروی، و عابدیان، ۱۳۸۴). پژوهش‌ها نشان داده‌اند حمایت اجتماعی نقش مهمی در رضایت از زندگی افراد دارد (عسگری و شرف‌الدین، ۱۳۸۷). رضایت از زندگی دارای ابعاد گسترده‌ای است که علاوه بر خود فرد، اجزائی نظیر خانواده، شغل، دارایی، رفاه، سلامت و گروه‌هایی که فرد به آن تعلق دارد را در برمی‌گیرد (داینر و همکاران، ۱۹۹۹). حمایتی که فرد از خانواده دریافت می‌کند، پیش‌بینی‌کننده معناداری برای رضایت از زندگی اوست (لیزا و شین<sup>۲</sup>، ۲۰۰۶). در مطالعه بردلی و کوروین<sup>۳</sup> (۲۰۰۴) درباره نقش عوامل شخصیتی و زمینه‌ای مرتبط با رضایت از زندگی که بر روی جوانان پنج گروه فرهنگی - اجتماعی مختلف انجام شد، نتایج نشان داد که حمایت اجتماعی - هیجانی از سوی والدین با رضایت از زندگی ارتباط دارد. نتایج پژوهش گیولاکتی<sup>۴</sup> (۲۰۱۰) بیانگر این بود که حمایت اجتماعی ادراک شده ۴۳٪ از رضایت زندگی را پیش‌بینی می‌کند. به اعتقاد وی گذراندن وقت با خانواده تأثیری مستقیم بر رضایت افراد دارد. همچنین حمایت ادراک شده دوستان به‌طور غیرمستقیم بر سطح رضایت فرد اثر می‌گذارد، و چنانچه فرد خود را بهتر از دوستانش ادراک کند، رضایت وی افزایش می‌یابد. افرادی که حمایت اجتماعی بالایی را دریافت می‌کنند، از زندگی خود احساس رضایت بیشتری دارند (شهیداد، بشارت، اسدی، شیر علی‌پور، و میری، ۲۰۱۱). کیوودو و آبالا (۲۰۱۱) رضایت از زندگی را با حمایت اجتماعی مرتبط می‌دانند و معتقدند تعاملات اجتماعی احساس تعلق را که لازمه بهزیستی است، افزایش می‌دهد.

1- Gülaçti

3- Bradley &amp; Corwyn

2- Lisa &amp; Shane

4- Gülaçti

یکی دیگر از مفاهیم اساسی که در سال‌های اخیر با سلامت، کیفیت زندگی و رضایتمندی افراد مرتبط دانسته شده، معنویت می‌باشد که تحت عنوان بهزیستی معنوی مورد مطالعه پژوهشگران قرار گرفته است. الیسون<sup>۱</sup> (۱۹۸۳)، به نقل از فیشر<sup>۲</sup>، (۲۰۰۲) بهزیستی معنوی را تأیید زندگی فرد در ارتباط با خدا، خود، اجتماع و محیطی که در آن پرورش یافته تعریف می‌کند. وی معتقد است بهزیستی معنوی دارای یک مؤلفه روانی - اجتماعی و یک مؤلفه مذهبی است. بهزیستی مذهبی که یک مؤلفه مذهبی است، نشانه ارتباط با یک قدرت برتر یعنی خداوند است. بهزیستی وجودی، مؤلفه روانی - اجتماعی است و نشانه احساس فرد درباره این است که کیست، چه کاری را و چرا انجام می‌دهد و به کجا تعلق دارد. از آنجا که انسان به عنوان نظامی یکپارچه عمل می‌کند، این دو بعد در عین منفک بودن، با هم تعامل و همپوشی داشته و در نتیجه احساس سلامت معنوی، رضایت و هدفمندی به وجود می‌آید. پژوهش‌ها در کشورهای با زمینه‌های مذهبی متفاوت نشان داده است که در همه فرهنگ‌ها، مذهبی بودن تأثیر مثبتی بر همسویی با خانواده داشته و با رضایت بیشتر از زندگی مرتبط است. این ارتباط در فرهنگ‌هایی که نقش مذهب در آنها پررنگ‌تر است در مقایسه با فرهنگ‌هایی که مذهب در آنها اهمیت کمتری دارد، قوی‌تر است (ساباتیر، مایر، فریدل مه‌یر، لوبیوسکا، و ترامسدورف<sup>۳</sup>، ۲۰۰۴). برخی پژوهشگران بر این باورند که به واسطه اعتقادات مذهبی مواجهه با هیجانات و شرایط اجتماعی آسان‌تر می‌شود (داینر و همکاران، ۲۰۰۳). بنابراین مذهب به عنوان یک متغیر واسط بر فرایند فکری و ارزیابی رویدادهای روزمره زندگی فرد تأثیر می‌گذارد. به طوری که بسیاری از رویدادهای به ظاهر منفی، مثبت ارزیابی شده، فرد نسبت به آنها احساس مثبتی خواهد داشت (واحدی و غنی‌زاده، ۱۳۸۸).

با توجه به وجود عوامل متعدد فشارزا در دوره تحصیلات دانشگاهی، می‌توان انتظار داشت درصد بالایی از دانشجویان در معرض آسیب‌پذیری قرار گیرند. در سطح روانشناختی می‌توان به متغیرها و عوامل معینی نظیر میزان رضایت از زندگی، حمایت اجتماعی،

1- Ellison

2- Fisher

3- Sabatier, Mayer, Friedlmeier, Lubiewska &amp; Trommsdorff

صفات شخصیتی خاص، نگرش‌های ناکارآمد، سبک اسنادی خاص و... به عنوان شاخص‌های آسیب‌پذیری اشاره نمود (بخشی‌پور رودسری و همکاران، ۱۳۸۴). رضایت از زندگی پیامدهای مثبت زیادی در زمینه‌های مختلف آموزش، تحصیل، شغل، سلامتی و روابط بین فردی دارد. از آنجا که رضایت از زندگی دانشجویان می‌تواند راه را برای رضایت آنها در زمینه‌های فرهنگی، سیاسی، اجتماعی و اقتصادی هموار سازد، نارضایتی آنان از زندگی ممکن است به پیامدهای منفی نظیر افزایش تنیدگی و مشکلات رفتاری بینجامد و به کاهش مشارکت و اعتماد اجتماعی آنان منجر شود (گیلمن، اشبی، ورکو، فلورل، و وارجاس<sup>۱</sup>، ۲۰۰۵). بر این اساس هدف پژوهش حاضر پاسخ به این سؤالات است که بین رگه‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی و بهزیستی معنوی با رضایت از زندگی چه رابطه‌ای وجود دارد و این متغیرها تا چه اندازه رضایت از زندگی دانشجویان را پیش‌بینی می‌کنند؟

### روش و ابزار پژوهش

پژوهش حاضر از نوع توصیفی-همبستگی است. نمونه پژوهش شامل ۲۵۰ دانشجوی (۱۵۰ دختر و ۱۰۰ پسر) دانشگاه کاشان بود که به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای انتخاب شدند.

به منظور جمع‌آوری اطلاعات از پرسشنامه پنج عاملی شخصیت نئو<sup>۲</sup>، مقیاس رضایت زندگی<sup>۳</sup> داینر و همکاران (۱۹۸۵)، مقیاس حمایت اجتماعی<sup>۴</sup> شربورن<sup>۵</sup> و استوارت<sup>۶</sup> (۱۹۹۱) و مقیاس بهزیستی معنوی<sup>۷</sup> پالوتزین<sup>۸</sup> و الیسون (۱۹۸۲) استفاده گردید.

**الف) پرسشنامه پنج عاملی شخصیت نئو (NEO-FFI):** برای سنجش عوامل پنج‌گانه شخصیتی از پرسشنامه کوتاه شده نئو استفاده شد. این پرسشنامه ۶۰ گویه‌ای برای ارزیابی ۵ رگه اصلی شخصیت (روان‌رنجورخویی<sup>۹</sup>، برونگرایی<sup>۱۰</sup>، باز بودن به تجربه<sup>۱۱</sup>،

1- Gilman, Ashby, Sverko, Florell, & Varjas  
3- Satisfaction With Life Scale  
5- Sherbourne  
7- Spritual Well Being Scale  
9- Neuroticism  
11- Openness to experience

2- NEO-Five Factors Inventory  
4- Medical Outcomes Study  
6- Stewart  
8- Paloutzian  
10- Extroversion

توافق‌پذیری<sup>۱</sup> و وجدانی بودن<sup>۲</sup> توسط کاستا و مک کری<sup>۳</sup> (۱۹۹۲) ساخته شده است و بر اساس مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالف، تا کاملاً موافق نمره‌گذاری می‌شود. گروسی فرشی، ۱۳۸۰). سوسیر<sup>۴</sup> (۱۹۹۸) پایایی<sup>۵</sup> این پرسشنامه را با روش آلفای کرونباخ برای هر یک از پنج رگه روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، باز بودن به تجربه، توافق‌پذیری و وجدانی بودن به ترتیب ۰/۸۸، ۰/۸۰، ۰/۷۹، ۰/۷۶ و ۰/۸۳ به دست آورده است. مغاللو و آگیلار وفایی (۱۳۸۸) ضرایب همسانی درونی را برای هر یک از عوامل روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، باز بودن به تجربه، توافق‌پذیری و وجدانی بودن به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۷۸، ۰/۶۵، ۰/۶۱ و ۰/۸۳ گزارش کرده‌اند. عسگری، نادری و هیکل (۱۳۸۸) نیز ضرایب پایایی مقیاس‌های روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، باز بودن به تجربه، توافق‌پذیری و وجدانی بودن را به ترتیب ۰/۸۰، ۰/۸۷، ۰/۷۸، ۰/۷۴ و ۰/۶۷ گزارش کرده‌اند.

**ب) مقیاس رضایت زندگی داینر و همکاران (SWLS):** مقیاس رضایت زندگی قضاوت کلی فرد از رضایت از زندگی را که به‌طور نظری، بر اساس مقیاسه شرایط زندگی با استانداردهای از پیش تعیین شده پیش‌بینی می‌شود، اندازه می‌گیرد. این مقیاس توسط داینر و همکاران در سال ۱۹۸۵ برای همه گروه‌های سنی طراحی شده است. این مقیاس در ابتدا شامل ۴۸ گویه بود که بعد از تحلیل عاملی به ۱۰ گویه کاهش یافت. به علت شباهت معنایی بین گویه‌ها، نسخه نهایی آن به ۵ گویه کاهش یافت. مقیاس پاسخگویی به گویه‌ها بر اساس مقیاس لیکرت ۷ درجه‌ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم تشکیل شده است. سازندگان اصلی این مقیاس ضرایب پایایی هماهنگی درونی و بازآزمایی این مقیاس را در بین دانشجویان به ترتیب ۰/۸۷ و ۰/۸۲ گزارش کرده‌اند (شیخی و همکاران، ۱۳۹۰). عسگری و شبکی (۱۳۸۹) پایایی این مقیاس را با روش آلفای کرونباخ و تصنیف برابر با ۰/۸۶ و ۰/۸۲ به دست آورده‌اند. شیخی و همکاران (۱۳۹۰) ضرایب آلفای کرونباخ و بازآزمایی مقیاس رضایت از زندگی را برابر با ۰/۸۵ و ۰/۷۷ به دست آورده‌اند.

**ج) مقیاس حمایت اجتماعی شربورن و استوارت (۱۹۹۱، MOS-SSS):** مقیاس حمایت

1- Agreeableness  
3- Costa & McCrae  
5- Reliability

2- Conscientiousness  
4- Saucier

اجتماعی در سال ۱۹۹۱ توسط شربورن و استوارت به منظور استفاده در مطالعه پیامدهای پزشکی ساخته شد و پس از آن در پژوهش‌های دیگر از آن استفاده گردید. این مقیاس که میزان حمایت اجتماعی دریافت شده توسط آزمودنی را می‌سنجد، شامل ۱۹ ماده حمایت عملکردی است که ۵ بعد از حمایت اجتماعی را اندازه می‌گیرد که عبارتند از: حمایت ملموس<sup>۱</sup>، حمایت هیجانی<sup>۲</sup>، حمایت اطلاعاتی<sup>۳</sup>، مهربانی<sup>۴</sup> و تعامل اجتماعی مثبت<sup>۵</sup>. در این پرسشنامه بعد حمایت ملموس را ۵ گویه، بعد حمایت هیجانی را ۴ گویه، بعد حمایت اطلاعاتی را ۴ گویه، بعد مهربانی را ۳ گویه و بعد تعامل اجتماعی مثبت را ۴ گویه می‌سنجد. این مقیاس یک ابزار خودگزارشی است که آزمودنی میزان مخالفت یا موافقت خود با هر یک از عبارات را در یک مقیاس ۵ گزینه‌ای لیکرت مشخص می‌سازد. پایین‌ترین امتیاز در این آزمون، ۱۹ و بیشترین امتیاز، ۹۵ است. نمره بالای آزمودنی در این مقیاس بیانگر این است که آزمودنی از حمایت اجتماعی مطلوبی برخوردار است. شربورن و استوارت (۱۹۹۱) ضرایب پایایی این پرسشنامه را با روش آلفای کرونباخ برای هر یک از خرده‌مقیاس‌های حمایت هیجانی، حمایت اطلاعاتی، حمایت ملموس، تعامل اجتماعی مثبت و مهربانی و مقیاس کل به ترتیب ۰/۹۶، ۰/۹۶، ۰/۹۲، ۰/۹۴، ۰/۹۱ و ۰/۹۷ گزارش کرده‌اند. جهان بخشیان و زندی‌پور (۱۳۹۰) پایایی این مقیاس را با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۴ به دست آورده‌اند.

**د) مقیاس بهزیستی معنوی پالوتزین و ایسون (SWBS, 1982):** مقیاس بهزیستی معنوی توسط پالوتزین و ایسون در سال ۱۹۸۲ ساخته شده و ۲۰ سوال و دو خرده‌مقیاس را در بر می‌گیرد. سوال‌های فرد مقیاس مربوط به خرده‌مقیاس بهزیستی مذهبی است که میزان تجربه فرد را از رابطه رضایت بخش با خدا می‌سنجد و سوال‌های زوج که مربوط به خرده‌مقیاس بهزیستی وجودی است که احساس هدفمندی و رضایت از زندگی را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. پاسخگویی به سوال‌ها بر اساس مقیاس ۶ درجه‌ای لیکرت از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم نمره‌گذاری می‌شود. با نمره‌گذاری مقیاس مذکور سه نمره بهزیستی

1- Tangible  
3- Informational  
5- Positive social interaction

2- Emotional  
4- Affectionate



مذهبی، بهزیستی وجودی و نمره کل بهزیستی معنوی به دست می‌آید. دامنه نمره کل این مقیاس بین ۲۰ تا ۱۲۰ می‌باشد. پالوتزین و الیسون ضریب پایایی باز آزمایشی برای خرده‌مقیاس بهزیستی مذهبی، بهزیستی وجودی و نمره کل مقیاس به ترتیب برابر ۰/۹۶، ۰/۸۶ و ۰/۹۳ و ضریب آلفای کرونباخ آن به ترتیب برابر با ۰/۹۱، ۰/۹۱ و ۰/۹۳ گزارش کرده‌اند. در پژوهشی، خصوصیات روانسنجی مقیاس بهزیستی معنوی در میان دانشجویان بررسی گردید و ضریب پایایی باز آزمایشی برای کل مقیاس برابر با ۰/۸۵ و برای خرده‌مقیاس بهزیستی مذهبی ۰/۸۷ و برای خرده‌مقیاس بهزیستی وجودی ۰/۸۱ به دست آمد. همچنین ضریب آلفای کرونباخ برای کل مقیاس بهزیستی معنوی ۰/۹۰ و برای خرده‌مقیاس‌های بهزیستی مذهبی و وجودی به ترتیب ۰/۸۲ و ۰/۸۷ محاسبه شد (دهشیری، سهرابی، جعفری، و نجفی، ۱۳۸۷). از طرفی واحدی و غنی‌زاده (۱۳۸۸) در پژوهش خود پایایی درونی این مقیاس را با روش آلفای کرونباخ برای دو عامل بهزیستی مذهبی و وجودی برابر با ۰/۸۷ و ۰/۸۰ گزارش کرده‌اند.

داده‌های این پژوهش با آزمون همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون و با استفاده از نرم‌افزار SPSS تحلیل شدند.

### یافته‌ها

جدول ۱ میانگین و انحراف معیار رگه‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی، بهزیستی معنوی و رضایت از زندگی را نشان می‌دهد.

جدول (۱) میانگین و انحراف معیار متغیرهای رضایت از زندگی، رگه‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی و بهزیستی معنوی

متغیرها	میانگین	انحراف معیار
رضایت از زندگی	۲۲/۰۶	۵/۶۳
روان رنجورخویی	۲۲/۲۶	۶/۴۵
برون‌گرایی	۲۷/۲۱	۴/۳۶
باز بودن به تجربه	۲۷/۰۲	۴/۳۱
توافق‌پذیری	۲۸/۲۲	۴/۴۹

## ادامه جدول (۱)

متغیرها	میانگین	انحراف معیار
وجدانی بودن	۳۱/۱۸	۵/۳۴
حمایت اجتماعی	۶۵/۹۲	۱۷/۹۰
حمایت ملموس	۱۴/۵۶	۴
حمایت هیجانی	۱۳/۹۱	۴/۴۰
اطلاع‌رسانی	۱۳/۶۴	۳/۹۶
مهربانی	۱۰/۴۲	۳/۴۴
تعامل اجتماعی مثبت	۱۳/۳۹	۳/۹۷
بهبودی معنوی	۷۹/۲۴	۷/۲۶
بهبودی مذهبی	۴۰/۱۹	۴/۲۷
بهبودی وجودی	۳۹/۰۵	۴/۷۹

جدول ۲ ضرایب همبستگی رگه‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی، بهبودی معنوی و رضایت از زندگی را نشان می‌دهد.

جدول (۲) ضرایب همبستگی متغیرهای رضایت از زندگی، رگه‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی و بهبودی معنوی

متغیرها	رضایت از زندگی	روان رنجورخوبی	برونگرایی	باز بودن به تجربه	توافق‌پذیری
رضایت از زندگی	۱				
روان رنجورخوبی	۰/۳۳**	۱			
برونگرایی	۰/۳**	۰/۴۳	۱		
باز بودن به تجربه	۰/۰۸	۰/۵۸	۰/۱۴*	۱	
توافق‌پذیری	۰/۱۴*	۰/۴۱**	۰/۱۷*	۰/۱۰	۱

## ادامه جدول (۲)

متغیرها	رضایت از زندگی	روان رنجور خوبی	برون‌گرایی	باز بودن تجربه	توافق‌پذیری	وجدانی بودن	حمایت اجتماعی	حمایت ملموس	حمایت هیجانی	اطلاع‌رسانی	مهربانی	تعامل اجتماعی مثبت	بهبودی معنوی	بهبودی مذهبی	بهبودی وجودی
وجدانی بودن	۰/۲۷**	۰/۴۶**	۰/۳۷**	۰/۱۹**	۰/۴۶**	۱									
حمایت اجتماعی	۰/۳۳**	۰/۳۸**	۰/۲۵**	۰/۱۶**	۰/۴۴**	۱									
حمایت ملموس	۰/۲۵**	۰/۳۴**	۰/۱۳*	۰/۱۶**	۰/۴۵**	۱	۰/۸۵**								
حمایت هیجانی	۰/۳۰**	۰/۳۶**	۰/۲۸**	۰/۱۸**	۰/۴۰**	۱	۰/۷۶**	۰/۹۳**							
اطلاع‌رسانی	۰/۳۳**	۰/۳۳**	۰/۲۱**	۰/۱۳**	۰/۴۰**	۱	۰/۸۵**	۰/۷۶**	۰/۹۲**						
مهربانی	۰/۲۸**	۰/۳۱**	۰/۲۵**	۰/۱۱	۰/۳۶**	۱	۰/۷۳**	۰/۷۹**	۰/۶۴**	۰/۸۷**					
تعامل اجتماعی مثبت	۰/۲۹**	۰/۳۷**	۰/۲۸**	۰/۱۲	۰/۳۸**	۱	۰/۸۱**	۰/۸۱**	۰/۸۴**	۰/۷۲**	۰/۹۲**				
بهبودی معنوی	۰/۱۷**	۰/۰۶	۰/۲۰**	۰/۴۴	۰/۰۷	۱	۰/۱۱	۰/۰۷	۰/۰۹	۰/۱۱	۰/۰۷	۰/۱۰			
بهبودی مذهبی	۰/۱۷**	۰/۰۴	۰/۱۷**	۰/۲۵	۰/۰۹	۱	۰/۰۵	۰/۰۴	۰/۱۱	۰/۰۷	۰/۰۲	۰/۷۷**			
بهبودی وجودی	۰/۱۱	۰/۰۵	۰/۱۵*	۰/۰۴	۰/۰۲	۱	۰/۲۸**	۰/۱۱	۰/۰۶	۰/۰۴	۰/۱۰	۰/۰۸	۰/۸۲**	۰/۰۹	۰/۱۱

\*\*p&lt;0/01, \*p&lt;0/05

نتایج جدول ۲ بیانگر همبستگی منفی معنادار بین روان‌رنجورخویی و رضایت از زندگی ( $r = -0/33$ ,  $p < 0/01$ ) است. بین برون‌گرایی ( $r = 0/3$ ,  $p < 0/01$ )، توافق‌پذیری ( $r = 0/14$ ,  $p < 0/05$ ) و وجدانی بودن ( $r = 0/27$ ,  $p < 0/01$ ) با رضایت از زندگی همبستگی مثبت معناداری مشاهده می‌شود. همچنین بین حمایت اجتماعی و رضایت از زندگی ( $r = 0/17$ ,  $p < 0/01$ ) و بین بهزیستی معنوی و رضایت از زندگی ( $r = 0/32$ ,  $p < 0/01$ ) همبستگی مثبت و معناداری مشاهده می‌گردد.

به منظور تعیین سهم رگه‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی و بهزیستی معنوی در پیش‌بینی رضایت از زندگی، این متغیرها وارد معادله تحلیل رگرسیون چندمتغیری گام به گام شدند.

جدول (۳) نتایج تحلیل رگرسیون متغیرهای رگه‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی و بهزیستی معنوی جهت پیش‌بینی رضایت از زندگی

گام‌ها	متغیر پیش‌بین	B	خطای استاندارد	t	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> تعدیل شده	تغییرات R <sup>2</sup>	سطح معناداری
۱	روان رنجورخویی	-۰/۲۹	-۰/۳۳	-۵/۵۶	۰/۳۳	۰/۱۱	۰/۱۰	۰/۱۱	۰/۰۰۰
	مقدار ثابت	۲۸/۵۳		۲۳/۵۶					
۲	روان رنجورخویی	-۰/۲۱	-۰/۲۴	-۳/۸۶	۰/۳۹	۰/۱۵	۰/۱۵	۰/۰۴۵	۰/۰۰۰
	حمایت اجتماعی	۰/۰۷	۰/۲۳	۳/۶۴				۰/۰۰۰	
	مقدار ثابت	۲۲/۰۳		۱۰/۲۹					
۳	روان رنجورخویی	-۰/۲۱	-۰/۲۵	-۴/۰۰۷	۰/۴۲	۰/۱۸	۰/۱۷	۰/۰۲	۰/۰۰۰
	حمایت اجتماعی	۰/۰۶۷	۰/۲۱	۳/۳۸				۰/۰۰۱	
	بهزیستی معنوی	۰/۱۱	۰/۱۵	۲/۶۴				۰/۰۰۹	
	مقدار ثابت	۱۳/۰۷		۳/۲۷					
۴	روان رنجورخویی	-۰/۲۱	-۰/۲۵	-۴/۰۳	۰/۴۴	۰/۱۹	۰/۱۸	۰/۰۱	۰/۰۰۰
	حمایت اجتماعی	۰/۰۷	۰/۲۳	۳/۷۳				۰/۰۰۰	
	بهزیستی معنوی	۰/۱۲	۰/۱۵	۲/۷۴				۰/۰۰۷	
	باز بودن به تجربه	-۰/۱۸	-۰/۱۴	-۲/۴۳				۰/۰۱	
	مقدار ثابت	۱۷/۳۳		۴/۰۱					
۵	روان رنجورخویی	-۰/۱۶	-۰/۱۸	-۲/۸۰	۰/۴۶	۰/۲۱	۰/۲۰	۰/۰۱	۰/۰۰۵
	حمایت اجتماعی	۰/۰۷	۰/۲۲	۳/۵۹				۰/۰۰۰	
	بهزیستی معنوی	۰/۰۹	۰/۱۲	۲/۱۹				۰/۰۲	
	باز بودن به تجربه	-۰/۲۰	-۰/۱۵	-۲/۷۲				۰/۰۰۷	
	برونگرایی	۰/۲۰	۰/۱۵	۲/۸۶				۰/۰۱	
	مقدار ثابت	۱۳/۱۹							

همانطور که در جدول ۳ مشاهده می‌شود روان رنجورخویی، برون‌گرایی، باز بودن به تجربه، حمایت اجتماعی و بهزیستی معنوی پیش‌بین‌های معنادار رضایت از زندگی می‌باشند. در گام اول روان رنجورخویی ۱۱٪ واریانس رضایت از زندگی را تبیین نموده است. در گام دوم با افزوده شدن متغیر حمایت اجتماعی واریانس تبیین شده رضایت از زندگی به ۱۵٪ رسیده است. در گام سوم با ورود متغیر بهزیستی معنوی ۱۸٪ واریانس رضایت از زندگی تبیین شده است. در گام چهارم با اضافه شدن متغیر باز بودن به تجربه، واریانس رضایت از زندگی به ۱۹٪ رسیده است. در گام پنجم با ورود متغیر برون‌گرایی ۲۱٪ واریانس رضایت از زندگی تبیین شده است. با توجه به نتایج مشاهده شده روان رنجورخویی بیشترین سهم را در تبیین واریانس رضایت از زندگی دارد.

### بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه رگه‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی و بهزیستی معنوی با رضایت از زندگی انجام شده است. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که بین رگه‌های شخصیتی و رضایت از زندگی ارتباط معناداری وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های بیرامی و قلی‌زاده (۱۳۹۰)، شکری، کدیور و دانش‌ورپور (۱۳۸۶)، کیوودو و آبالا (۲۰۱۱)، جوزفسن، کلانینگر، هینستانن، جوکلا، پالکی - راباک، و کلیتکاناس - جاروینن<sup>۱</sup> (۲۰۱۱)، گالاگر و ولا - برودریک<sup>۲</sup> (۲۰۰۸)، شیماک و همکاران (۲۰۰۴) و هیز و جوزف<sup>۳</sup> (۲۰۰۳) همخوانی دارد. شیماک و همکاران (۲۰۰۴) معتقدند بررسی رابطه ویژگی‌های شخصیتی و رضایت از زندگی بازتعریف مولفه عاطفی بهزیستی ذهنی است. بر اساس الگوی میانجی<sup>۴</sup>، ارتباط ویژگی‌های شخصیتی با رضایت از زندگی، عامل تعادل لذتی<sup>۵</sup> (تعادل بین هیجان‌ات مثبت و منفی) میانجی رابطه برون‌گرایی و روان رنجورخویی با رضایت از زندگی است. در این الگو فرض می‌شود که افراد برای ارزیابی رضایت از زندگی بر تعادل لذتی خود تکیه می‌کنند. تعادل لذتی، میزان غلبه تجارب عاطفی مثبت

1- Josefsson, Cloninger, Hintsanen, Jokela, Pulkki-Råback & Keltikangas-Järvinen  
3- Hayes & Joseph

2- Gallagher & Vella-Brodrick  
4- mediator model  
5- hedonic balance

فرد را بر تجارب منفی وی نشان می‌دهد. عاطفه مثبت شامل هیجانات خوشایندی چون شادی و خوشحالی و عاطفه منفی شامل احساسات ناخوشایندی چون غم، اضطراب و ترس است. بدین ترتیب افرادی که تعادل لذتی مثبت‌تری دارند، زندگی‌شان را رضایتمندانه‌تر ارزیابی می‌کنند.

از آنجا که برون‌گرایی و باز بودن به تجربه بر تجارب عاطفی مثبت و روان رنجورخویی بر تجارب عاطفی منفی تأثیر می‌گذارند، می‌توانند با رضایت از زندگی مرتبط باشند (استیل، شمیدت، و شولتز<sup>۱</sup>، ۲۰۰۸). در برون‌گرایی جنبه‌ای که با تجارب عاطفی ارتباط بیشتری دارد، هیجانات مثبت و بشاش بودن<sup>۲</sup> است. افراد با خلق و خوی بشاش، تجارب عاطفی مثبت‌تری دارند که به سطوح بالاتر رضایت از زندگی منجر می‌شود. در روان رنجور خویی جنبه افسردگی ارتباط نزدیکتری با رضایت از زندگی دارد (شیماک و همکاران، ۲۰۰۴). افرادی که از زندگی خود رضایت دارند احساسات مثبت زیادی همچون شادی، لذت و خوشی را تجربه کرده و از سطح پایین احساسات منفی نظیر غم، اندوه، تنهایی و افسردگی برخوردارند (پاوت<sup>۳</sup> و داینر، ۱۹۹۳، به نقل از هومن، احدی، سپاه منصور، و شیخی، ۱۳۸۹؟). از سوی دیگر نتایج برخی پژوهش‌ها بیانگر این است که باز بودن به تجربه با احساس شادکامی ارتباط مثبت معناداری دارد (گروسی فرشی، مانی، و بخشی‌پور، ۱۳۸۵) و افرادی که در زندگی خود احساس شادکامی می‌کنند، احساس رضایت بیشتری از زندگی خود دارند (پترسون، پارک، و سلیگمن<sup>۴</sup>، ۲۰۰۵). بنابراین در تبیین رابطه ویژگی‌های شخصیتی و رضایت از زندگی می‌توان به تجربه هیجانات مثبت و منفی اشاره کرد.

همچنین نتایج پژوهش حاضر بیانگر این است که بین حمایت اجتماعی و رضایت از زندگی ارتباط معناداری وجود دارد. نتایج پژوهش‌های پیشین این یافته را تأیید می‌کنند (شهیداد و همکاران، ۲۰۱۱؛ کیوودو و آبالا، ۲۰۱۱؛ جوزفسن و همکاران، ۲۰۱۱؛ گیولاکتی، ۲۰۱۰؛ لنت، تاویرا، شیو، سینگلی<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹؛ گالاگر و ولا - برودریک<sup>۲</sup>، ۲۰۰۸؛

1- Steel, Schmidt &amp; Shultz

3- Povet

5- Lent, Taveira, Sheu &amp; Singley

2- Cheerfulness

4- Peterson, Park &amp; Seligman

6- Gallagher &amp; Vella-Brodrick

عسگری و شرفالدین، ۱۳۸۷؛ برادلی و کوروین، ۲۰۰۱). قاندى و يعقوبى (۱۳۸۷) معتقدند که قضاوت درباره رضایت از زندگی، قضاوتی بسیار بلندمدت است که در آن فرد کل زندگی فردی خود را از آغاز تا پایان ارزیابی می‌کند. بنابراین قابل انتظار است که فرد درباره قضاوت‌های بلندمدت در مورد زندگی، کیفیت روابط خود را با منبعی بلندمدت نظیر خانواده در نظر بگیرد. یافته‌های پژوهش گیولاکتی (۲۰۱۰) بیانگر این است که حمایت ادراک شده از سوی خانواده تأثیر مستقیمی بر بهزیستی ذهنی دارد. وی دلیل این امر را ناشی از تأثیری می‌داند که خانواده بر طرحواره بهزیستی ذهنی افراد می‌گذارد. به اعتقاد وی اولین الگوی رفتاری افراد والدین هستند. طرحواره رشد شناختی افراد در دوران کودکی رشد می‌کند. بدین طریق آنها می‌توانند از ارتباطشان با این طرحواره‌ها بهره ببرند. یوسف‌نژاد شیروانی و پیوسته‌گر (۱۳۹۰) دریافتند که طرحواره‌های ناسازگار اولیه یکی از مهم‌ترین پیش‌بین‌های رضایت از زندگی می‌باشد. حضور طرحواره‌های شناختی ناسازگار ممکن است بین افرادی که از زندگی‌شان راضی هستند و آنهایی که از زندگی رضایت کمتری دارند تمایز ایجاد کند. از این رو وجود ارتباطات مثبت بین والدین موجب رشد مثبت جنبه‌های شناختی، اجتماعی و هیجانی در فرزندان‌شان می‌شود که به ایجاد تصویری مثبت و رضایتمندانه از زندگی منجر می‌گردد. اما هنگامی که رشد در یک فضای خانوادگی ناآرام صورت می‌گیرد، بی‌اعتمادی، شخصیت غیراجتماعی و تفکرات منفی نسبت به زندگی را به وجود می‌آورد که باعث نارضایتی از زندگی می‌شود.

از نتایج دیگر پژوهش حاضر این است که بین بهزیستی معنوی و رضایت از زندگی ارتباط معناداری وجود دارد. این یافته با نتایج پژوهش لیم و پوتنام<sup>۱</sup> (۲۰۱۰)، ساباتیر و همکاران (۲۰۰۴)، هومن و همکاران (۱۳۸۹) و واحدی و غنی‌زاده (۱۳۸۸) همسو است. پالوتزین و الیسون (۱۹۸۲) بهزیستی معنوی را به عنوان رضایت شخصی در ارتباط مشخص با یک وجود برتر و احساس هدفمندی در زندگی، تعریف می‌کنند. بهزیستی معنوی موجب می‌شود که فرد احساس کند یک نیروی برتر از او محافظت می‌کند و به او توجه دارد. از سوی دیگر بهزیستی معنوی باعث ارتباط بهتر با سایر افراد شده و در نتیجه منابع حمایت اجتماعی فرد را افزایش می‌دهد. این امر احساس تنهایی فرد را

کاهش داده و سبب رضایت او از زندگی می‌شود (هومن و همکاران، ۱۳۸۹). از سوی دیگر پژوهش‌ها نشان داده‌اند معناداری زندگی باعث افزایش شادکامی و احساس رضایت از زندگی می‌گردد (پترسون و همکاران، ۲۰۰۵). احساس معنا در زندگی متغیر واسط ارتباط بین مذهبی بودن و داشتن رفتارهای مذهبی با بهزیستی و رضایت از زندگی است. مذهب می‌تواند از طریق فراهم‌سازی حمایت اجتماعی یا منابع مقابله‌ای برای افراد و یا با ایجاد عزت‌نفس و احساس خود ارزشی سهم بسزایی در بهزیستی داشته باشد. افراد مذهبی احساس بهزیستی بیشتری دارند. زیرا هنگامی که در فعالیت‌های مذهبی شرکت می‌کنند یا درباره معنویت مطالعه و تفکر می‌کنند، احساس می‌کنند زندگی‌شان معنا دارد که این امر به رضایت از زندگی‌شان منجر می‌شود (استیگر، و فریزر، ۲۰۰۵).

پژوهش حاضر علاوه بر بررسی رابطه رگه‌های شخصیتی، حمایت اجتماعی و بهزیستی معنوی میزان پیش‌بینی‌کنندگی این متغیرها را برای رضایت از زندگی مورد مطالعه قرار داده است. بر اساس نتایج به دست آمده مجموعه عوامل درونی و بیرونی با رضایت از زندگی دانشجویان مرتبط است. از این‌رو برای متخصصان و برنامه‌ریزان لازم و ضروری است تا با شناخت صفات شخصیتی دانشجویان، غنی‌سازی شبکه‌های حمایتی و برجسته‌سازی معنویت و مذهب در زندگی آنان به درک بهزیستی و افزایش رضایتمندی این قشر از جامعه کمک نمایند. لازم به ذکر است مهم‌ترین محدودیت پژوهش حاضر مربوط به نمونه پژوهش بود. با توجه به محدود بودن نمونه، تعمیم‌پذیری یافته‌ها بایستی با احتیاط صورت گیرد.

تاریخ دریافت نسخه اولیه مقاله: ۱۳۹۱/۰۴/۲۵

تاریخ دریافت نسخه نهایی مقاله: ۱۳۹۱/۱۰/۱۸

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۲/۰۱/۱۳



## منابع

## References

- بخشی‌پور رودسری، عباس؛ پیروی، حمید، و عابدیان، احمد (۱۳۸۴)، بررسی رابطه میان رضایت از زندگی و حمایت اجتماعی با سلامت روان در دانشجویان، فصلنامه اصول بهداشت روانی، پاییز و زمستان، ۷(۲۷-۲۸): ۱۴۵-۱۵۲.
- بیرامی، منصور و قلی‌زاده، حسین (۱۳۹۰)، عامل‌های شخصیتی به عنوان پیش‌بینی‌کننده افسردگی و رضایت از زندگی، مجله پزشکی ارومیه، خرداد و تیر، ۲۲(۲): ۹۸-۹۲.
- جهان‌بخشیان، نیره و زندی‌پور، طیبه (۱۳۹۰)، بررسی اثر بخشی مشاوره گروهی مبتنی بر رویکرد چند وجهی لازاروس با بیماران ام اس بر بهبود سلامت روان و تقویت حمایت اجتماعی بیماران، فصلنامه مطالعات روانشناختی، تابستان، ۷(۲): ۸۴-۶۵.
- حمید، نجمه (۱۳۸۹)، رابطه سخت‌رویی روانشناختی، رضایت از زندگی و امید با عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان دختر پیش دانشگاهی، فصلنامه روانشناسی کاربردی، زمستان، ۴(۴(پیاپی ۱۶)): ۱۱۶-۱۰۱.
- دهشیری، غلامرضا؛ سهرابی، فرامرز؛ جعفری، عیسی و نجفی، محمود (۱۳۸۷)، بررسی خصوصیات روانسنجی مقیاس بهزیستی معنوی در میان دانشجویان، مطالعات روانشناختی، پاییز، ۴(۳): ۱۴۴-۱۲۹.
- سیدمیرزایی، سیدمحمد و قهرمان، آرش (۱۳۸۸)، بررسی پیش‌بینی‌کننده‌های اجتماعی رضایت از زندگی در بین دانشجویان دانشگاه فردوسی مشهد، مجله علوم اجتماعی دانشکده ادبیات و علوم انسانی مشهد، بهار و تابستان، ۶(۱): ۲۵-۱.
- شکری، امید؛ کدیور، پروین و دانش‌پور، زهره (۱۳۸۶)، تفاوت‌های جنسیتی در بهزیستی ذهنی: نقش ویژگی‌های شخصیت، مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، پاییز، ۱۳(۳(پیاپی ۵۰)): ۲۸۹-۲۸۰.
- شیخی، منصوره؛ هومن، حیدرعلی؛ احمدی، حسن و مزگان سپاه منصور (۱۳۹۰)، مشخصه‌های روانسنجی مقیاس رضایت از زندگی، اندیشه و رفتار، بهار، ۵(۱۹): ۲۹-۱۷.
- عسگری، پرویز و شباکی، روشک (۱۳۸۹)، نقش تصویر بدنی در کیفیت زندگی، رضایت از زندگی، نگرش نقش جنسی و عزت‌نفس، اندیشه و رفتار، زمستان، ۵(۲۰): ۱۸-۹.

- عسگری، پرویز؛ شرف‌الدین، هدا (۱۳۸۷). رابطه اضطراب اجتماعی، امیدواری و حمایت اجتماعی با احساس ذهنی بهزیستی در دانشجویان، یافته‌های نو در روانشناسی، زمستان، ۳ (۹): ۳۶-۲۵.
- عسگری، پرویز؛ نادری، فرح و هیکل، کبری (۱۳۸۸). رابطه ویژگی‌های شخصیتی و حمایت اجتماعی با رضایت شغلی معلمان شهر اهواز، فصلنامه زن و فرهنگ، پاییز، ۱ (۱): ۸۰-۶۹.
- قائدی، غلامحسین و یعقوبی، حمید (۱۳۸۷). بررسی رابطه بین ابعاد حمایت اجتماعی ادراک شده و ابعاد بهزیستی در دانشجویان دختر و پسر، مجله ارمغان دانش، تابستان، ۱۳ (۲ (پیاپی ۵۰)): ۸۱-۶۹.
- کرمی‌نوری، رضا؛ مکرری، آدرخش؛ محمدی‌فر، محمد و یزدانی، اسماعیل (۱۳۸۱). مطالعه عوامل موثر بر احساس شادی و بهزیستی در دانشجویان دانشگاه تهران، مجله روانشناسی و علوم تربیتی، بهار و تابستان، ۳۲ (۱): ۴۱-۳.
- کهولت، نعیمه و جوکار، بهرام (۱۳۹۰). رابطه سبک‌های هویت و شادی در دانشجویان دانشگاه، مطالعات روانشناسی تربیتی، بهار و تابستان، ۷ (۱۱): ۸۷-۱۰۸.
- گروسی‌فرشی، میرتقی (۱۳۸۰). رویکردی نوین در ارزیابی شخصیت (کاربرد تحلیل عاملی در مطالعات شخصیت)، تبریز: نشر دانیال و جامعه‌پژوه.
- گروسی‌فرشی، میرتقی؛ مانی، آرش؛ بخشی‌پور، عباس (۱۳۸۵). بررسی ارتباط بین ویژگی‌های شخصیتی و احساس شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه تبریز، پژوهش‌های نوین روانشناختی (فصلنامه روانشناسی دانشگاه تبریز)، بهار، ۱ (۱): ۱۵۸-۱۴۳.
- مغانلو، مهناز و آگیلار - وفایی، مریم (۱۳۸۸). رابطه عوامل و وجوه الگوی پنج عاملی شخصیت با شادکامی و سلامت روانی و جسمانی، مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، پاییز، ۱۵ (۳ (پیاپی ۵۸)): ۲۹۹-۲۹۰.
- واحدی، شهرام و غنی‌زاده، سمیه (۱۳۸۸). الگوی تحلیل مسیر روابط بین انگیزش درونی مذهبی، نماز، بهزیستی معنوی و کیفیت زندگی با بهزیستی روانشناختی دانشجویان، پژوهش در سلامت روانشناختی، تابستان، ۳ (۲): ۴۲-۲۷.
- هادیانفرد، حبیب (۱۳۸۴). احساس ذهنی بهزیستی و فعالیت‌های مذهبی در گروهی از مسلمانان، مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران، تابستان، ۲ (۲ (پیاپی ۴)): ۲۳۲-۲۲۴.

هومن، حیدرعلی؛ احدی، حسن؛ سپاه منصور، مزگان و شیخی، منصوره (۱۳۸۹). مدل‌یابی احساس تنهایی بر پایه ساختار بهزیستی معنوی، خودکارآمدی و رضایت از زندگی، تحقیقات روانشناختی، پاییز، ۲(۷): ۳۲-۱۹.

یوسف‌نژاد شیروانی، مائده و پیوسته‌گر، مهرانگیز (۱۳۹۰). رابطه رضایت از زندگی و طرحواره‌های ناسازگار اولیه در دانشجویان، دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، تابستان، ۱۲(۴۴): ۶۵-۵۵.

Bradley, R.H., & Corwyn, R.F. (2004). Life Satisfaction among European American, African American, Chinese American, Mexican American and Dominican American Adolescents, *International Journal of Behavioral Development*, 28(5): 385-400.

Costa Jr., P.T., & McCrae, R.R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO-PI-R) and NEO Five-factor Inventory (NEO-FFI): Professional Manual*, Odessa: Psychological Assessment Resources.

Diener, E. (1984). Subjective Well-being, *American Psychologist*, 55(1): 34-43.

Diener, E. (2000). Subjective Well-being: The Science of Happiness and a Proposal for a National Index, *American Psychology*, 55, 34-43.

Diener, E., Emmons, R.A., Larsen, R.J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale, *Journal of Personality Assessment*, 49 (1): 71-75.

Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R.E. (2003). Personality, Culture, and Subjective Well-being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life, *Annu. Rev. Psychol.*, 54, 403-425.

Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R.E. & Smith, H.E. (1999). Subjective Well-Being: Three Decades of Progress, *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.

Fisher, J.W. (2002). The Personal and Social Correlates of Spiritual Well-Being among Primary School Teachers, *Pastoral Psychology*, 51 (1): 3-11.

Gallagher, E.N., & Vella-Brodrick, D.A. (2008). Social Support and Emotional Intelligence as Predictors of Subjective Well-being, *Personality and Individual Differences*, 44, 1551-1561.

Gilman, R., Ashby, J.S., Sverko, D., Florell, D., & Varjas, K. (2005). The Relationship between Perfectionism and Multidimensional Life

- Satisfaction among Croatian and American Youth, *Personality and Individual Differences*, 39, 155-166.
- Gholamali Lavasani, M., Borhazadeh, S., Afzali, L., & Hejazi, E. (2011). The Relationship between Perceived Parenting Styles, Social Support with Psychological Well-being, *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15, 1852-1856.
- Gülaçti, F. (2010). The Effect of Perceived Social Support on Subjective Well-being, *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2, 3844-3849.
- Hayes, N., & Joseph, S. (2003). Big 5 Correlates of Three Measures of Subjective Well-being, *Personality and Individual Differences*, 34, 723-727.
- Josefsson, K., Cloninger, C.R., Hintsanen, M., Jokela, M., Pulkki-Råback, L., & Keltikangas-Järvinen, L. (2011). Associations of Personality Profiles with Various Aspects of Well-being: A Population-based Study, *Journal of Affective Disorders*, 133, 265-273.
- Lent, R.W., Taveira, M.C., Sheu, H-B., & Singley, D. (2009). Social Cognitive Predictors of Academic Adjustment and Life Satisfaction in Portuguese College Students: A Longitudinal Analysis, *Journal of Vocational Behavior*, 74, 190-198.
- Lim, C., & Putnam, R.D. (2010). Religion, Social Networks, and Life Satisfaction, *American Sociological Review*, 75(6): 914-933.
- Lisa, E., & Shane, J.L. (2006). Perceived Family Support, Acculturation and Life Satisfaction in Mexican American Youth: A mix-methods Exploration, *Journal of Counseling Psychology*, 53, 279-287.
- Malkoç, A. (2011). Big Five Personality Traits and Coping Styles Predict Subjective well-being: A Study with a Turkish Sample, *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 12, 426-435.
- Paloutzian, R.F., & Ellison, C.W. (1982). *Spiritual Well-being Scale*, In P.C. Hill & R.W. Hood (Eds.), *Measures of Religiosity* (p. 382-385). Birmingham, AL: Religious Education Press.
- Peterson, C., Park, N., Seligman, M.E.P. (2005). Orientation to Happiness and Life Satisfaction: The Full Life versus the Empty Life, *Journal of Happiness Studies*, 6, 25-41.

- Quevedo, R.J.M., & Abella, M.C. (2011). Well-being and Personality: Facet-level Analyses, *Personality and Individual Differences*, 50, 206-211.
- Sabatier, C., Mayer, B., Friedlmeier, M., Lubiewska, K., Trommsdorff, G. (2004). Religiosity, Family Orientation, and Life Satisfaction of Adolescents in Four Countries, *International Journal of Behavioral Development*, 28 (5): 385-400.
- Saucier, G. (1998). Replicable Item-cluster Subcomponents in the Neo Five-Factor Inventory, *Journal of Personality Assessment*, 70(2): 263-276.
- Schimmack, U., Oishi, S., Furr, R.M., & Funder, D.C. (2004). Personality and Life Satisfaction: A Facet-Level Analysis, *Pers Soc Psychol Bull*, 30, 1062-1075.
- Shahyad, S., Besharat, M.A., Asadi, M., ShirAlipour, A., & Miri, M. (2011). The Relation of Attachment and Perceived Social Support with Life Satisfaction: Structural Equation Model, *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 15, 952-956.
- Sherbourne, D., & Stewart, A.L. (1991). The MOS Social Support, Survey, *Sot Science Medicine*, 32 (6): 705-714.
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the Relationship between Personality and Subjective Well-being, *Psychological Bulletin*, 134, 138-161.
- Steger, M.F., & Frazier, P. (2005). Meaning in Life: One Link in the Chain from Religiousness to Well-Being, *Journal of Counseling Psychology*, 52 (4):574-582.
- Strack, F., Argyle, M., & Schwarz, N. (1991). *Subjective Well-being an Interdisciplinary Perspective*, Pergamon Press.