

بررسی ارتباط شادی و اضطراب وجودی با بهزیستی روانی در دانشجویان دانشگاه فرهنگیان استان اصفهان

حمیدرضا رحیمی

دانشجوی کارشناسی علوم تربیتی، پردیس شهید باهنر، دانشگاه فرهنگیان، اصفهان، ایران
Hamidreza.r99@gmail.com

امیرحسین حیدری

دانشجوی کارشناسی علوم تربیتی، پردیس شهید باهنر، دانشگاه فرهنگیان، اصفهان، ایران
Amirhossein.heydari@gmail.com

علی رضوان

دانشجوی کارشناسی علوم تربیتی، پردیس شهید باهنر، دانشگاه فرهنگیان، اصفهان، ایران
Rezvan74@gmail.com

مرضیه اعرابی

دانشجوی کارشناسی راهنمایی و مشاوره، پردیس فاطمه الزهرا، دانشگاه فرهنگیان، اصفهان، ایران
Marzieh.aarabi.2014@gmail.com

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی ارتباط بهزیستی روانی با شادی و اضطراب وجودی در دانشجویان پسر پردیس شهید باهنر دانشگاه فرهنگیان اصفهان می باشد. بدین منظور 185 نفر از دانشجویان دانشگاه فرهنگیان پردیس شهید باهنر اصفهان به روش نمونه گیری ساده انتخاب شدند. برای جمع آوری اطلاعات از پرسشنامه بهزیستی روانی WEMWBS، پرسشنامه شادی SHS اضطراب وجودی لارنس گود استفاده شد. تحلیل همبستگی داده ها نشان داد که هر کدام از متغیرهای بهزیستی روانی و شادی و پرسشنامه اضطراب وجودی با یکدیگر ارتباط معناداری دارند. همچنین تحلیل داده ها به روش رگرسیون چندگانه نشان داد که مولفه های شادی و اضطراب وجودی می توانند به صورت معنا داری رشد شخصی را پیش بینی کنند.

کلمات کلیدی: بهزیستی روانی، شادی، اضطراب وجودی، دانشجویان، دانشگاه فرهنگیان

The relationship between Mental Well-being with Subjective Happiness and Existential Anxiety among students of Farhangian university, Isfahan

Hamidreza Rahimi

Shahid Bahonar Campus, Farhangian University, Isfahan, Iran

Amirhossein Heydari

Fatematolzahra Campus, Farhangian University, Isfahan, Iran

Ali Rezvan

Shahid Bahonar Campus, Farhangian University, Isfahan, Iran

Marzieh Aarabi

Shahid Bahonar Campus, Farhangian University, Isfahan, Iran

Abstract

The aim objective of this research is to determine the relationship between Mental Well-being with Subjective Happiness and Existential Anxiety . This research is descriptive , correlation type. To collect data , The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale and Subjective Happiness Scale (SHS)

questionnaire were distributed among 185 members of the students of Farhangian university

analyze data. The results indicated that there is a significant relationship between Mental Well-being with Subjective Happiness and Existential Anxiety, and also the Regression analyze of data showed that Mental Well-being can predicted by objective Happiness and Existential Anxiety.

Keywords: Mental Well-being, Subjective Happiness, Existential Anxiety, Students, Farhangian University

مقدمه

مطالعاتی که در زمینه سلامت روانی توسط سازمان جهانی بهداشت و سازمان بین‌المللی کار انجام شده است نشان داده است که سلامت کارکنان در سازمان‌ها و محیط کار هر روز بیش از گذشته در معرض آسیب جدی قرار دارد (سازمان جهانی بهداشت، 2002) که می‌تواند اثرات نامطلوبی بر افراد شاغل بگذارد (براگ به نقل از حبیبی، 1387). در این میان یکی از مشاغل پر استرس که فرسودگی شغلی زیادی به همراه دارد، حرفه معلمی است. (اسمیت و بورک، 1992). در سال‌های اخیر بررسی وضعیت بهزیستی روانی حرفه معلمی در پژوهش‌های متعدد مورد توجه و مطالعه پژوهشگران زیادی قرار گرفته است؛ به طوری که هر یک از این پژوهشگران سعی در بررسی موقعیت و شرایط کاری معلمان به منظور شناسایی نقاط آسیب‌پذیر و مرتفع کردن این مشکلات برای رسیدن به آموزش و پرورش اثر بخش داشته‌اند. (کوس، 2006)

بر اساس الگوی ریف بهزیستی روانی از 6 عامل تشکیل می‌شود: پذیرش خود، رابطه مثبت با دیگران، خودمختاری، زندگی هدفمند، رشد شخصی و تسلط بر محیط. (ریف، 1989). بهزیستی روانی با سوالاتی درباره رضایت کلی از زندگی، خوشحالی و نشانه‌های افسردگی سنجیده می‌شود و رویکردی است که بر شادی و یا رضایت از زندگی تمرکز داشته و به طور گسترده برای سنجش کیفیت زندگی به کار می‌رود. (ویگ استوم، 2011). بهزیستی روانی را ویژگی‌هایی مانند سازش یافتگی، شادمانی و اعتماد به خود که نشان‌دهنده‌ی سلامتی و بهزیستی روانی هستند، تشکیل می‌دهد (یگانه، 1392) بدین ترتیب میتوان گفت که این سازه اصطلاحی است که برای نشان دادن انواع حیطه‌ها از جمله وضعیت سلامت، توان انجام زندگی روزمره، جایگاه و نقش کاری، وجود فرصت‌هایی برای دنبال کردن علایق تفریحی، کارکرد اجتماعی برای دوستی‌ها و روابط با دیگران، دسترسی به منابع مراقبت از سلامت، معیارهای زندگی و سلامت عمومی به کار می‌رود. (کارآ، 1385). جنبش روانشناسی مثبت، رویکرد جدیدی در روان‌شناسی معاصر است که سلیگمن آن را مطرح کرده است و شادکامی و بهزیستی روانی را از مباحث مهم و مطرح شده در آن معرفی میکند. (فلیپس و بتمن، 2007).

آرگیل و کروسلند (1987) به منظور ارائه یک تعریف کاربردی از شادکامی آن را دارای سه بخش مهم فراوانی عاطفه مثبت یا خوشی، میانگین سطح رضایت در طول یک دوره و نداشتن احساسات منفی مانند افسردگی و اضطراب دانسته‌اند. کیمبل و ونیز (2006) عقیده دارند که شادکامی مانند سلامتی یا سرگرمی یک ویژگی خوب با درجه بالا است. شادکامی در اغلب موارد ساختاری 2 بعدی دارد: بعد شناختی و بعد عاطفی. بعد عاطفی شامل وجود عواطف مثبت و نداشتن عواطف منفی و بعد شناختی شامل ارزیابی کلی نسبت به زندگی است که حیطه‌های مختلفی را در نظر می‌گیرد (طاهری، 1392). در بیانی دیگر، شادکامی فقط بیمار نبودن نیست؛ بلکه سطوح دیگری را هم شامل می‌شود که هم عاطفه و هم شناخت را درگیر می‌سازد. (باقری و اکبر زاده 2010؛ هوانک و همفیز، 2012).

از دیگر سازه‌های مهم در سلامت روان که امروزه مقوله‌ای مهم و حیاتی به نظر می‌رسد اضطراب وجودی است که به دلیل ارتباط نظری با بهزیستی روانی، در این پژوهش مورد توجه قرار گرفته است. (برمن و همکاران، 2006). اضطراب مسئله‌ای شایع و صعب‌العلاج است و یافتن راهی برای مهار آن از اهمیت شایانی برخوردار است (فرانکل به نقل از محمدپور، 1385). رویکرد وجودگرایی در ساختاری پویایی، شبیه روان‌تحلیلگری، خواستگاه اضطراب را مسائل هستی‌شناختی، نیازهای پاسداشت وجود خود و نگرانی‌های نهایی تشکیل‌دهنده روان‌پویه‌های وجودی، چون مرگ، تنهایی و بی‌معنایی می‌داند که اضطراب را فرا می‌خوانند رولومی نیز اضطراب وجودی را به صورت تهدید وجود یا ارزش‌هایی که وجودمان با آن‌ها شناخته می‌شود تعریف میکند. پل تیلیش اضطراب وجودی را بر اساس سه جهت تهدید وجود توسط نیستی، بر سه نوع تقسیم می‌کند: 1- اضطراب مرگ در تایید خود انسان 2- اضطراب بی‌معنایی در تایید خود معنوی انسان و 3- اضطراب محکومیت یا گناه در تایید خود اخلاقی جیمز بوگنتال (به نقل از گنجی، 1388) به همراه سایر پژوهشگران وجودگرا معتقد است که انسان‌ها میتوانند برای اضطراب وجودی آمادگی‌های قبلی داشته باشند. آمادگی‌هایی که در طول سال‌ها و حتی در طول زندگی به حالت پنهان باقی می‌ماند و تنها بر اثر استرس‌های استثنايي تجلی می‌کند.

مروری بر پژوهش های موجود در زمینه شادکامی و اضطراب وجودی نشان می دهد که شادکامی و اضطراب وجودی با شاخص بهزیستی روانی ارتباط دارد. (تپرسون، 2000). نتایج پژوهش های مایرز (2001) بیانگر آن است که شادکامی در بهبود و افزایش بهزیستی روانی نقش موثری دارد و باعث احساس امنیت، رضایت در زندگی و روحیه مشارکتی بالاتر می گردد. ونیز، ساه، لاکاس و اسمیت (1999) خاطر نشان می کنند که تامین سلامت روان و جسم و اثبات ارزش شادکامی و اندازه گیری شاخص کیفیت زندگی از جنبه های مهم و تاثیرگذار بر بهزیستی روانی می باشد. مطالعات شخصیتی شادمانی نشان می دهد که افراد شاد، برون گرا و خوش بین هستند، از عزت نفس بالایی برخوردارند و در عوض افراد ناشاد به سطوح بالایی از روان رنجوری گرایش دارند. (حسینی قمی، 1390). کار (2003) میگوید شادکامی مفهوم وسیعی است که تجربه هیجان های مطلوب سطوح پایین هیجان های منفی و بهزیستی روانی بالا را در بر می گیرد. کشاورز، مولوی و کلانتری (1387) مطرح نمودند که شادکامی با رضایت زناشویی، خوشبینی، رضایت از زندگی ارتباط مثبت و معناداری دارد و با سابقه بیماری های جسمانی و روان شناختی ارتباط معنادار دارد. افراد با شادکامی بالا، بطور عمده ای هیجانان مثبت را تجربه می کنند و از حوادث و وقایع پیرامون خود ارزیابی مثبتی دارند و دارای بهزیستی روانی بالایی خواهند بود و هیجانان منفی مانند خشم، اضطراب و افسردگی را تجربه نمی کنند. (مایرز و دانیر، 1995)

تحقیقات در زمینه اضطراب وجودی نیز نشان می دهد که این مولفه با بهزیستی روانی ارتباط تنگاتنگی دارد در پژوهش هالت (1994) بین سطح اضطراب وجودی بالا و افسردگی بالا همبستگی معناداری وجود داشت. همچنین برمن و همکارانش (2006) نیز در پژوهش خود ارتباط معکوس اضطراب وجودی و سلامت روانی را یافتند. فرانکل (1813_1855) به نقل از محمدپور (1385) در تحقیقات خود نشان داد که اضطراب وجودی می تواند منجر به آسیب های روانی گردد و بهزیستی روانی را تهدید کند. کرکگار اضطراب وجودی را خواستگاه اولیه بیماری های روانی می دانست. در حال حاضر با توجه به نقش پر اهمیت و انکار ناپذیر معلمان در پیشرفت جوامع (شریفیان، 1389) و همچنین تاثیر مستقیم بهزیستی روانی بر توانایی های بالقوه و بالفعل آنان (اسکالویک، 2009)، پژوهش حاضر با هدف بررسی ارتباط بهزیستی روانی با شادکامی و اضطراب وجودی انجام گرفته است. بر مبنای آنچه در مقدمه بیان شد این پژوهش به دنبال فرضیه های زیر است:

- 1 - بین شادی و اضطراب وجودی با بهزیستی روانی و مولفه های آن ارتباط معنی داری وجود دارد.
- 2 - بین شادی و اضطراب وجودی ارتباط معنی داری وجود دارد.
- 3 - شادی و اضطراب وجودی می توانند بهزیستی روانی را پیش بینی کنند.

روش تحقیق

در این پژوهش از بین دانشجویان پردیس پسرانه شهید باهنر دانشگاه فرهنگیان استان اصفهان، با استفاده از روش نمونه گیری تصادفی، تعداد 185 نفر انتخاب شده و پرسشنامه ها توسط آنها تکمیل گردید. داده های به دست آمده توسط نرم افزار تحلیل آماری SPSS ورژن 19 با استفاده از آزمون های همبستگی پیرسون و رگرسیون چند متغیره مورد تحلیل و بررسی آماری قرار گرفت.

در این پژوهش از پرسشنامه های بهزیستی WEMWBS، مقیاس شادی SHS و اضطراب وجودی لارنس گود استفاده گردید. مشخصات روان سنجی پرسشنامه های فوق به شرح زیر می باشد:

پرسشنامه بهزیستی روانی WEMWBS (Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale):

مقیاس بهزیستی ذهنی وارویک ادینبور در سال 2007 توسط تنانت و همکاران تدوین گردید. این پرسشنامه 14 سوال داشته و هدف آن بررسی بهزیستی ذهنی افراد از ابعاد مختلف (خوش بینی، روابط مثبت با دیگران، انرژی بودن) می باشد. روایی

این پرسشنامه در ایران توسط رجیبی (1392) تایید شده و پایایی آن در گزارش وی توسط آزمون آلفای کرونباخ 0/78 بدست آمده . آلفای کرونباخ این پرسشنامه در جامعه آماری مورد نظر این پژوهش برابر 0/89 به دست آمد که پایایی قابل قبول و خوب این پرسشنامه را نشان می دهد.

مقیاس شادی ذهنی SHS:

پرسشنامه مقیاس شادی ذهنی SHS با هدف بررسی شادی ذهنی و درونی فرد ساخته شده است این پرسشنامه دارای 5 ماده است که هر ماده در یک طیف لیکرت از 1 تا 7 نمره گذاری می گردد. روایی این پرسشنامه توسط صاحب نظران تایید شده و پایایی آن بوسیله آلفای کرونباخ برابر 0/73 بدست آمد که قابل قبول می باشد.

فرم کوتاه پرسشنامه اضطراب وجودی لارنس گود:

پرسشنامه اضطراب وجودی لارنس گود با هدف بررسی اضطراب وجودی در 32 ماده طراحی شده است. در پژوهش حاضر از فرم کوتاه این پرسشنامه استفاده شده که دارای 14 ماده می باشد و هر ماده دارای دو پاسخ "صحیح" و "غلط" می باشد که پاسخ دهنده باید یکی از این دو پاسخ را انتخاب نماید. روایی این پرسشنامه توسط صاحب نظران تایید شده و پایایی آن توسط آلفای کرونباخ برابر 0/71 به دست آمد که برای استفاده در این پژوهش قابل قبول می باشد.

یافته ها

برای بررسی متن فرضیه اول، از آزمون همبستگی پیرسون برای بررسی ضریب همبستگی بین متغیر های شادی و اضطراب وجودی و بهزیستی روانی با یکدیگر ، و از رگرسیون چند متغیری برای بررسی معنی داری ارتباط شادی و اضطراب وجودی با بهزیستی روانی ، استفاده شده است که نتایج آن در جدول 1 و 2 قابل مشاهده می باشد.

جدول (1). آزمون پیرسون

(بررسی ضریب همبستگی بین متغیر های شادی و اضطراب وجودی و بهزیستی روانی با یکدیگر)

Sig.	همبستگی پیرسون	
0.00	0.422	ضریب ارتباط شادی با اضطراب وجودی
0.00	0.523	ضریب ارتباط شادی با بهزیستی روانی
0.00	0.596	ضریب ارتباط اضطراب وجودی با بهزیستی روانی

همان طور که در جدول (1) مشاهده میگرد، ضریب همبستگی شادی و اضطراب وجودی 0/42 و sig=0/00 می باشد.

همچنین ضریب همبستگی شادی و بهزیستی روانی 0/52 و sig=0/00 می باشد و همچنین ضریب همبستگی اضطراب وجودی و بهزیستی روانی 0/59 و sig=0.00 می باشد و هر سه همبستگی با دقت 99 درصد معنادار می باشند. لذا نتیجه نشان می دهد که هر سه متغیر به صورت دو به دو با یکدیگر ارتباط معناداری دارند.

برای بررسی ارتباط شادی و اضطراب وجودی با هر کدام از مولفه های بهزیستی روانی نیز از آزمون همبستگی پیرسون استفاده نموده ایم که نتایج در جدول های 2 و 3 و 4 نشان داده شده است.

جدول 2. آزمون پیرسون

(بررسی ضریب همبستگی بین متغیر های شادی و اضطراب وجودی با مولفه خوش بینی)

Sig.	همبستگی پیرسون	
0/00	0/573	شادی
0/00	0/642	اضطراب وجودی

همان طور که در جدول (2) مشاهده می شود، ضریب همبستگی پیرسون برای ارتباط شادی با مولفه خوش بینی برابر 0/57 و برای ارتباط اضطراب وجودی و خوش بینی برابر 0/64 می باشد (برای هر دو همبستگی sig=0/00 است). لذا هر دو همبستگی با دقت 99 درصد معنادار می باشد.

جدول (3). آزمون پیرسون

(بررسی ضریب همبستگی بین متغیر های شادی و اضطراب وجودی با مولفه روابط مثبت با دیگران)

Sig.	همبستگی پیرسون	
0/00	0/304	شادی
0/00	0/391	اضطراب وجودی

همان طور که در جدول (3) مشاهده می شود، ضریب همبستگی پیرسون برای ارتباط شادی با مولفه روابط مثبت با دیگران برابر 0/30 و برای ارتباط اضطراب وجودی و روابط مثبت با دیگران برابر 0/39 می باشد (برای هر دو همبستگی sig=0/00 است). لذا هر دو همبستگی با دقت 99 درصد معنادار می باشد.

جدول (4) . آزمون پیرسون

(بررسی ضریب همبستگی بین متغیر های شادی و اضطراب وجودی با مولفه انرژیک بودن)

Sig.	همبستگی پیرسون	
0/00	0/263	شادی
0/00	0/363	اضطراب وجودی

همان طور که در جدول (4) مشاهده می شود، ضریب همبستگی پیرسون برای ارتباط شادی با مولفه انرژیک بودن برابر 0/26 و برای ارتباط اضطراب وجودی و انرژیک بودن برابر 0/36 می باشد (برای هر دو همبستگی sig=0/00 است). لذا هر دو همبستگی با دقت 99 درصد معنادار می باشد.

جدول (5). آزمون رگرسیون چند گانه

(بررسی معنی داری ارتباط شادی و اضطراب وجودی با بهزیستی روانی)

سطح معناداری	F	خطای استاندارد برآورد	ضریب تعیین R^2	R	Model
0/00	72/8	6/23848	0/444	0/667a	

a. پیش بینی کننده ها : شادی و اضطراب وجودی

طبق جدول (5) مشاهده می گردد که $F=72/8$ و $Sig=0/00$ می باشد، که معناداری بین متغیر های پیش بین (شادی و اضطراب وجودی) با متغیر ملاک (بهزیستی روانی) را نشان می دهد. شدت همبستگی R برابر 0/667، و ضریب تعیین محاسبه شده R^2 برابر 0/444 می باشد که این ضریب نشان می دهد که 44 درصد تغییرات بهزیستی روانی به شادی و اضطراب وجودی مربوط می شود. خطای معیار برابر 6/23 است لذا چون این خطا برابر صفر نیست در این زمینه همبستگی کاملی مشاهده نمی گردد.

جدول (6). آزمون رگرسیون

بررسی توانایی پیش بینی بهزیستی روانی توسط شادی و اضطراب وجودی

سطح معناداری	t	Beta	B	Model
0/053	1/95		7/187	مقدار ثابت
0/00	7/483	0/456	1/286	اضطراب وجودی
0/00	5/421	0/330	0/571	شادی

a. متغیر وابسته: بهزیستی روانی

همان طور که در جدول (6) مشاهده می شود برای اضطراب وجودی ضریب B برابر 1/286 و Beta برابر 0/456 و t برابر 7/483 و معناداری برابر 0/00 می باشد و برای شادی B برابر 0/5721 و Beta برابر 0/330 و t برابر 5/421 و سطح معناداری برابر 0/00 است. لذا طبق جدول فوق می توان نتیجه گرفت که اضطراب وجودی و شادی توانایی پیش بینی بهزیستی روانی را دارند همچنین اضطراب وجودی نسبت به شادی سهم بیشتری در پیش بینی بهزیستی روانی دارد .

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر بررسی ارتباط بهزیستی روانی با شادکامی و اضطراب وجودی در دانشجویان دانشگاه فرهنگیان اصفهان می‌باشد. یافته‌های این پژوهش نشان داد که اولاً شادکامی با اضطراب وجودی رابطه معکوس دارد و ثانیاً شادکامی و اضطراب وجودی با بهزیستی روانی ارتباط معناداری دارد به این معنی که با افزایش شادکامی در جامعه مورد نظر، اضطراب وجودی کاهش می‌یابد و همچنین با افزایش شادکامی و کاهش اضطراب وجودی می‌توان شاهد افزایش بهزیستی روانی بود. این یافته‌ها با یافته‌های پژوهشگرانی از جمله مایرز (2001)، اسمیت (1999) و محمدپور (1385) همسو می‌باشد. در تبیین این مسئله می‌توان چنین گفت که داشتن سطح بالایی از شادکامی و سطح پایینی از اضطراب وجودی یعنی دارا بودن کیفیت زندگی، رضایت از زندگی و خوش بینی نسبت به زندگی. همین امر باعث می‌شود که چنین افرادی اولاً بیماری‌های جسمی و روانی کمتری را تجربه کنند و ثانیاً تجربه‌های مثبت زیادی در زندگی داشته باشند و راه کارهای مناسبی در جهت رفع استرس‌های شغلی خود اتخاذ کنند و هیجان‌های منفی کمتری تجربه کنند که این‌ها نهایتاً منجر به بهزیستی روانی خواهد شد. همچنین در یافته‌های پژوهش حاضر توانایی پیش‌بینی شدن بهزیستی روانی توسط شادکامی و اضطراب وجودی مشاهده گردید که البته طبق این یافته‌ها، اضطراب وجودی سهم بیشتری در پیش‌بینی بهزیستی روانی دارد. به عبارت بهتر می‌توان گفت انسان‌هایی که از سطح پایینی از اضطراب وجودی برخوردار هستند می‌توانند شادکامی بالایی را تجربه کرده و ظرفیت بیشتری برای بهزیستی روانی داشته باشند. با توجه به این که جامعه آماری پژوهش مورد نظر را دانشجویانی تشکیل می‌دهند که پس از طی کردن فرایند تحصیل به حرفه معلمی روی می‌آورند و سهم قابل توجهی در تعیین کیفیت سیستم آموزشی کشور دارند لذا داشتن معلمانی که از بهزیستی روانی بالایی برخوردار هستند بسیار مهم می‌باشد، زیرا حالات و سلامت روانی معلم به صورت قابل توجهی بر روی سلامت روانی دانش‌آموزان خود و اجرای یک تدریس استاندارد تاثیرگذار است. حال با توجه به یافته‌های حاصل از این پژوهش، میزان شادکامی و اضطراب وجودی می‌تواند در فرایند جذب نیروی انسانی آموزش و پرورش و تایید صلاحیت دانشجویان برای ورود به حرفه معلمی به عنوان ملاک‌های انتخاب در نظر گرفته شود. همچنین اگر در دوره‌های تربیتی و آموزشی دانشگاه فرهنگیان، توجه ویژه‌ای به بالا بردن میزان شادکامی و پایین آوردن میزان اضطراب وجودی شود، می‌توان به صورت موفق‌تر و بهینه‌تری معلمانی به سیستم آموزشی کشور تحویل داد که از ظرفیت بالاتری برای بهزیستی روانی برخوردار باشند. همچنین اگر در آموزش و پرورش کشور مبحث بهزیستی روانی و شادی معلمان مورد اهتمام قرار گیرد، پیش‌بینی می‌شود که سازمان آموزش و پرورش از نیروی کار با کیفیت تری برخوردار خواهد شد و همچنین فرایند تعلیم و تربیت در سیستم آموزش و پرورش کشور به صورت بهینه‌تر و ایده‌آل تری جریان پیدا خواهد کرد.

منابع

- حبیبی، مجتبی، بشارت؛ محمدعلی، قراگزلو؛ فاطمه، ایزانلو؛ بلال، ذوالفقاری؛ محمدرضا(1388). مقایسه سلامت روانی در دبیران تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی براساس ویژگی های جمعیت شناختی، مجله رشد و یادگیری حرکتی-ورزشی، شماره 1، صفحه 93-114
- رجیبی، غلامرضا. (1392). روایی و اعتبار نسخه فارسی مقیاس بهزیستی ذهنی در بیماران سرطانی. روان شناسی سلامت، فصلنامه علمی پژوهشی، شماره 4. زمستان 1391.
- کار، آ. (1385). روان شناسی مثبت، علم شادمانی و نیرو مندی های انسان. مترجمان ح، پاشایی شریفی، ج، نجفی زند و با همکاری ب. ثنائی (2004). تهران: سخن.
- کرمی نوری، رضا؛ محمدی فر، محمدعلی و یزدانی، اسماعیل (1381). "مطالعه عوامل مؤثر بر احساس شادی و بهزیستی در دانشجویان دانشگاه تهران". مجله روان شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تهران، سال سی و دوم، شماره 1.
- گنجی، حمزه. (1388). ارزشیابی شخصیت. تهران: ساوالان. ص 52
- عابدی، م.، میرشاه جعفری، س.ا.، و لیاقتدار، م.ج. (1382). هنجاریابی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاههای اصفهان. مجله علوم انسانی دانشگاه اصفهان، 4(5)، ص 84-87
- ظاهری، مهدی؛ یاریاری، فریدون، صرامی، غلام رضا و ادیب منش، مرزبان (1392). رابطه بین سبک های هویت، شادکامی و بهزیستی روان شناختی در دانشجویان دانشگاه. دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی، سال چهارم، شماره 1. صفحه 72-82
- محمدپور یزدی، احمدرضا. (1385). ویکتور امیل فرانکل بنیانگذار معنادرمانی (فراپدید به روانشناسی و روان درمانی وجودی). تهران: انتشارات دانژه.
- نورعلیزاده میانجی؛ مسعود، جان بزرگی، مسعود (1389). رابطه اضطراب وجودی و اضطراب مرضی و مقایسه آنها در سه گروه افراد بزهکار، عادی و مذهبی. روان شناسی و دین، سال سوم، شماره 2. صفحه 29-44
- یگانه، طیبه. (1392). بررسی نقش جهتگیریهای مذهبی در تبیین امید و بهزیستی روانشناختی زنان مبتلا به سرطان. فصلنامه بیماری های پستان ایران، سال ششم، شماره 3.

-

intelligence and happiness in Iran. *Procedia of Social and Behavioral Sciences*, 5, 1556-1561

- Berman, S. L., Weems, C. F., & Stickle, T. R. (2006). Existential anxiety in adolescents: prevalence, structure, association with psychological symptoms and identity development. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(3).
- Carr, Alan., (2003). *Positive Psychology*. Handbook of psychology. New York : runner Routledge Press.
- (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological bulletin*, 125(2), 276.
- Huang, H., & Humphreys, B.R. (2012). Sports participation and happiness: Evidence from US microdata. *Journal of Economic Psychology*, 33, 776-793.
- Hullett, Michael A., A Validation Study of the Existential Anxiety Scale, Middle Tennessee Psychological Association Nashville, Tennessee, April 30, 1994.
- Kimball, Miles, & Willis, Robert. (2006). *Utility and happiness*. University of Michigan.
- Koress-education, Inpress.
- Meyers, D. (2000). The friends, funds, and faith of happy people. *American psychology*, 55(1), 56-67.
- Peterson, C. (2000). The future of optimism. *American psychologists*, 55(1), 44-55.
- Relations with teacher burnout and job satisfaction. *Teaching and teacher education*. 25. 518-524.
- Ryff, CD. (1989). Happiness is everything or is it? Exploration on the meaning of psychological well

Global Conference

on

New Horizons in Humanities, Future Studies and Empowerment

2016 January 28

- Skallvik. Einarm, Skaalvik. Sidsel. (2009). Doesschool content matte?
- Smith, M., and Bourke, S. (1992). Teacher stress : Enaming a model based on context , workload and satisfaction . Teaching and Teacher Education, 8, 31-46.
- The influence of childlessness on the psychology Well being and social network of the oldest old. BMC Geriatrics.
- Weems, Carl F.; Costa, Natalie M.; Dehon, Christopher; Berman, Steven L., Paul Tillich's theory of existential anxiety: A preliminary conceptual and empirical examination, Anxiety, Stress, and Coping, December, 2004, Vol. 17, No. 4, pp. 383_399
- World Health Organization. (2002). The world health report 2001. Mental health: New understanding, new hope. Geneva: World Health Organization.