

بررسی رابطه میان شادکامی، خلاقیت و حمایت اجتماعی

بر عملکرد تحصیلی روی دانش آموزان دختر شهرستان اهواز

عنایت شیخی^۱

^۱ کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی پردیس دانشگاه علوم و تحقیقات تهران مرکز یاسوج

نویسنده مسئول:

عنایت شیخی

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه میان شادکامی، خلاقیت و حمایت اجتماعی بر عملکرد تحصیلی روی دانش آموزان دختر شهرستان اهواز بود. روش این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمامی دانش آموزان دختر شهرستان اهواز در سال ۱۳۹۷ می باشد. تعداد نمونه در این تحقیق شامل ۳۰۰ نفر می باشد. این تعداد افراد نمونه به روش نمونه گیری در دسترس از میان کلیه دانش آموزان دختر شهرستان اهواز در سال ۱۳۹۷ انتخاب شدند. اما به دلیل عدم همکاری دانش آموزان و مسئولین مدارس تنها ۲۰۰ پرسشنامه قابل استفاده جمع آوری شده است. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه شادکامی، خلاقیت و حمایت اجتماعی بر عملکرد تحصیلی بود. یافته‌ها نشان داد که بین شادکامی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر رابطه معنی داری وجود ندارد ($p > 0/05$ و $r = -0/06$). بنابراین فرضیه اول تأیید نگردید و همچنین بین خلاقیت و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر رابطه معنی داری وجود ندارد ($p > 0/05$ و $r = -0/005$). بنابراین فرضیه دوم نیز تأیید نگردید. بین حمایت اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر رابطه مثبت معنی داری وجود دارد ($p = 0/038$ و $r = 0/147$). بنابراین فرضیه سوم تأیید گردید. به عبارت دیگر با افزایش میزان حمایت اجتماعی، میزان عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر نیز افزایش پیدا کرد.

واژه‌های کلیدی: شادکامی، خلاقیت، حمایت اجتماعی، عملکرد تحصیلی، دانش آموزان

مقدمه

امروزه نظام تعلیم تربیت هر جامعه زیربنای توسعه اجتماعی، اقتصادی، سیاسی و فرهنگی آن به شمار می‌رود. بررسی عوامل پیشرفت جوامع توسعه یافته نشان می‌دهد که همه این کشورها از آموزش و پرورش توانمند، موثر و کارآمد برخوردار هستند (کیمیایی و غریب، ۱۳۸۸). اهمیت تعلیم و تربیت بر هیچ خردمندی پوشیده نیست؛ رشد و شکوفایی استعداد و تواناییهای انسانها بر عهده تعلیم و تربیت است. تعلیم و تربیت (اعم از رسمی و غیررسمی) نه فقط می‌تواند در رشد اخلاقی، رفتاری و جسمانی فرد موثر باشد؛ بلکه وسیله‌ای در جهت رفع نیازهای حقیقی (اقتصادی، سیاسی، نظامی و غیره) و مصالح اجتماعی به شمار می‌آید؛ یعنی نقش تعلیم و تربیت فقط در عینیت بخشیدن به زندگی مادی و معنوی فرد متوقف و محدود نمی‌شود. بلکه تمام شئون اجتماعی او را دربرمی‌گیرد و عامل رشد و تکوین اساسی جامعه می‌گردد (ذکائی، ۱۳۸۸). انسان توانایی‌های مختلفی دارد. یکی از این توانایی‌ها خلاقیت است. حل مساله و خلاقیت در بالاترین سطح فعالیت‌های شناختی انسان قرار دارند و از ارزشمندترین غایت‌های پرورشی و هدف‌های آموزشی به حساب می‌آیند. در واقع هدف عمده تمامی نهادهای آموزشی و پرورشی ایجاد توانایی حل مساله و خلاقیت دانش‌آموزان است. روشن است که برای دست‌یابی به این اهداف، مسئولیتی سنگین بر دوش مراکز آموزشی، به ویژه آموزش و پرورش قرار می‌گیرد (ابطحی ۱۳۹۰).

تعریف شادکامی نیز بسیار دشوار است زیرا کاملاً جنبه شخصی دارد و از فردی به فرد دیگر متفاوت است. ارزشهای شخصی، گرایش‌های فرد، شخصیت و حتی ژن فرد در شادکامی فرد تأثیر بسزایی دارد. به طور خلاصه می‌توان موارد زیر را در شادی افراد مؤثر دانست: درک زندگی به صورت معنادار، تعادل ذهنی فرد، مسائل مالی، گرایش‌های مذهبی و موقعیت فرد در اجتماع. شادکامی با برونگرایی پایدار در ارتباط است، به نظر میرسد عاطفه مثبت در شادکامی با جامعه‌پذیری، فعال بودن، برونگرایی، شور و شوق و تعامل با دیگران ارتباط داشته باشد و چون نگرانی، هیجان‌پذیری، ترس، دشمنی، تکانشی بودن و استرس باعث حالت منفی در فرد می‌شوند، پس می‌توان به آسانی تصور کرد که با ناشادکامی ارتباط دارند. "تحقیقات نشان داده است که شادی، صرف نظر از چگونگی به دست آوردن آن میتواند سلامت جسمانی را بهبود بخشد. افرادی که شاد هستند احساس امنیت بیشتری میکنند، آسانتر تصمیم میگیرند، دارای روحیه مشارکتی بیشتری هستند و نسبت به کسانی که با آنان زندگی می‌کنند بیشتر احساس رضایت میکنند" (اصغرزاد فرید، ۱۳۸۳).

حمایت اجتماعی به عنوان متغیر بعدی پژوهش به یک احساس ذهنی تعلق داشتن، پذیرفته شدن و مورد عشق و محبت قرار گرفتن اطلاق می‌گردد، حمایت برای هر فرد یک رابطه امن و اطمینان بخش را به وجود می‌آورد که احساس صمیمیت و نزدیکی از ویژگیهای اصلی آن است. حمایت اجتماعی یک کمک دوجانبه است که موجب خلق تصور مثبت از خود، پذیرش خود و احساس عشق و ارزشمندی می‌گردد. تمام اینها به فرد فرصت خودشکوفایی و رشد می‌دهد. بنابراین، چنانچه فردی از حمایت اجتماعی برخوردار باشد، اضطراب اجتماعی او به میزان زیادی کاهش خواهد یافت، زیرا این حمایت به عنوان سپری محافظ برای او عمل می‌کند. از طرف دیگر، عدم وجود حمایت و نبود رابطه امن که در پرتو حمایت اجتماعی دیگران به وجود می‌آید، موجب کاهش تصور مثبت فرد از خود و در نتیجه زمینه بروز پایین آمدن عملکرد تحصیلی می‌شود.

عملکرد تحصیلی یکی از مهم ترین و ملموسترین شاخص های اثربخشی سازمانی مدارس است زیرا نسبت به سایر شاخص های اثربخشی مدارس، تصویری صریح و واضح از موفقیت مدارس را نشان می دهد (ترابی، ۱۳۹۳) این شاخص که معمولاً با توجه به نمرات دانش آموزان در آزمون های مختلف سنجیده می شود، اقبال زیادی در پژوهش های مربوط به اثربخشی مدارس و همچنین در اغلب آزمون های ملی و بین المللی عملکرد و پیشرفت تحصیلی، داشته است که معمولاً دروس معدل درسی دانش آموزان در دبیرستان و دانشگاه مدنظر قرار می گیرد.

بنابراین با توجه به مطالب ذکر شده فوق میتوان دریافت که از روش های مهم ارتقای عملکرد تحصیلی دانش آموزان ایجاد ساختارخلاق و انعطاف پذیر و فراهم کردن زمینه لازم جهت بروز شکوفایی استعدادها و نیروی خلاق فراگیران و همچنین ایجاد روحیه ی شاد و شادکامی بیشتر در میان دانش آموزان و نیز ایجاد حس تعلق، حمایت و در نهایت حس امنیت در درون شخصیت اجتماعی دانش آموزان می باشد. به همین دلیل شناسایی متغیرهای خلاقیت، شادکامی و حمایت اجتماعی به عنوان عواملی مرتبط با عملکرد تحصیلی دانش آموزان، امری ضروری است (هیلز^۱، ۱۹۹۸).

خلاقیت، شادکامی و حمایت اجتماعی از آن عواملی هستند که می توانند هم در نقش تسهیلکننده و هم در نقش بازدارنده عملکرد تحصیلی ظاهر شوند. به این صورت که توجه به استعدادهای خلاقانه افراد و فراهم نمودن زمینه بروز این استعدادها و ایجاد جوی در مدرسه که ابهام، تضاد، تناقض، شکست و عدم کنترل بیرونی را توسعه دهد موجب گسترش خلاقیت و نوآوری شده و در نتیجه ایجاد روحیه شادی دانش آموزان نیز تحت تأثیر نوآوری آنها افزایش خواهد یافت و همچنینی در نتیجه این دو متغیر حمایت فردی و اجتماعی نیز از آنها به عمل می آید و برعکس در صورتی که زمینه های توسعه خلاقیت دانش آموزان فراهم نگردد و روحیه شادی و شادکامی در آنها ایجاد نگردد و حمایت داخلی و بیرونی نیز وجود نداشته باشد عملکرد تحصیلی دانش آموزان نیز افت نموده و کاهش خواهد یافت. بدون شک کسب علم و عملکرد تحصیلی مطلوب مهمترین و زیربنایی ترین فعالیت نظام آموزشی است که نقش بسیار اساسی در زندگی فرد و همچنین ایجاد فرهنگ و تمدن و پیشرفت وی دارد (سلیگمن^۲ و همکاران، ۲۰۰۵). عملکرد تحصیلی از پیشرفته ترین و ضروری ترین توانمندیها و فعالیتهای پیچیده می بشد که اساس پیشرفتهای علمی جوامع را فراهم نموده و موجب شده تا به تمدن پیشرفته ای دست یابد. این مسئله ضرورت پژوهش در رابطه با این متغیر عملکرد تحصیلی را بیش از پیش مشخص می سازد.

¹ -Hills

² - Seligman

مبانی نظری

۱- شادکامی

پیشرفت صنعت و تکنولوژی، قدرت و ثروت را افزایش داده ولی امکان زندگی با آرامش و صلح و اطمینان را از انسان سلب کرده است. درحقیقت کیفیت فدای کمیت شده و اعتدال و تناسب کنار رفته و بیماری‌های عصبی-روانی و روان‌تنی جانشین آن شده است. بر اساس اعلام سازمان جهانی بهداشت در سال ۲۰۱۰ در دنیا بیش از ۴۵ میلیون نفر از مردم از یک اختلال روحی روانی رنج می‌برند، هر ساله حدود ۲۰٪ از بزرگسالان یک مشکل بهداشت روانی را تجربه می‌کنند، نزدیک به یک میلیون نفر مرتکب خودکشی می‌شوند و از هر ۴ خانواده یک خانواده عضوی با اختلالات روانی دارند. سلامت روان برای مدت‌های زیادی در پشت پرده‌ای از تبعیض پنهان شده و اکنون پیشرفت علم بشر بستری برای بیان سلامت روان و پرداختن به آن را فراهم نموده است. از طرفی می‌دانیم که برای همه‌ی افراد سلامت روحی، جسمی و اجتماعی برای ساخت مسیر زندگی حیاتی است. سیلیگمن (۲۰۰۳) پیش‌بینی کرده است که تا سال ۲۰۱۵ از هر دو نفر انسان ساکن روی کره زمین، یک نفر دچار افسردگی خواهد شد، به همین دلیل امروزه، مطالعات مربوط به شادمانی و عوامل مربوط به آن از جمله مهم‌ترین اولویت‌های روان‌شناسی قرار گرفته است. هرچه فرد استرس بیشتری را تجربه نماید از میزان شادکامی او کاسته می‌شود و سلامت روانی، مورد تهدید قرار می‌گیرد و با افزایش سلامت روان، سطوح زیاد خودکارآمدی عمومی و احساس خوشحالی، افزایش می‌یابد (کسلر، ۲۰۰۳).

۲- دلایل اهمیت شادکامی

در سالهای اخیر، اعتقاد بر این است که در نظر داشتن شادی و طراحی برنامه‌هایی برای شاد بودن، باعث افزایش شادمانی می‌شود و شادکامی محصول روانی است نه هدف آن. غالباً شادکامی توأم با کارکرد مطلوب و سلامتی روانی همراه است و رضایت از روابط شخصی با سلامت روانی مطلوب رابطه دارد. افراد نوع دوست در مقایسه با کسانی که چنین نیستند شادترند و القای اندک عواطف مثبت، اشخاص را باهوش‌تر، مولدتر، دقیق‌تر و در نتیجه شادکام‌تر می‌کند. افراد شادکام، دارای ویژگی‌های شناختی خاصی هستند که از طریق آن‌ها اطلاعات محیط خود را به نحوی پردازش می‌کنند که موجب تقویت خوش‌بینی و خوشحالی می‌شوند. هر کدام از چنین یافته‌هایی از لحاظ اهمیت، می‌توانند در سرنوشت انسان اثر بگذارند. روان‌شناسان علاقه‌مند به حیطه روان‌شناسی مثبت‌نگر توجه خود را بر منابع بالقوه احساس‌های مثبت نظیر احساس شادکامی معطوف کرده‌اند که امید و شادی یکی از این سازه‌های شناختی-انگیزشی است که مورد تأکید قرار گرفته است (کالدور، ۱۹۹۴). پاسخ‌های هیجانی بخش مهمی از تعاملات فیزیولوژیک انسان است که توانایی وی را برای بقاء و حفظ سلامت با بیماری‌های مختلف را تحت تأثیر قرار می‌دهد. شادی یکی از این هیجان‌ها است که دامنه وسیعی از کنش‌های عاطفی و احساس آرامش گرفته تا احساس لذت و خلسه را شامل می‌شود. افراد شاد با ارزنده سازی مهارت‌های خود، بیشتر با رویدادهای مثبت همراه می‌شوند تا این که خود را با رویدادهای منفی همراه کنند (علیپور، ۱۳۷۹).

۳- نظریه های شادکامی

- نظریه داینر و همکاران

داینر (۲۰۰۲) شادکامی را شامل سه جز می دانستند که عبارتند از جز شناختی؛ یعنی نوعی تفکر و پردازش که منجر به خوشبختی فرد می شود. جزء عاطفی و هیجانی؛ که همان خلق شاد و مثبت است و جز اجتماعی؛ که بیانگر گسترش روابط اجتماعی با دیگران و به دنبال آن افزایش حمایت می باشد طبق نظر داینر (۲۰۰۲) شادکامی ارزشیابی هایی است که افراد از خود و زندگی خود به عمل می آورند. این ارزشیابی ها می تواند جنبه ی شناختی داشته باشد، مانند قضاوت هایی که در مورد رضایت از زندگی صورت می گیرد و یا جنبه ی عاطفی که شامل خلق هیجاناتی است که در واکنش رویدادهای زندگی ظاهر می شود.

- نظریه آرگایل

بنابر نظریه آرگایل (۲۰۰۱) شادکامی از دو جزء اساسی عاطفی و شناختی تشکیل شده است. از نظر آرگایل شادکامی متضاد افسردگی نمی باشد، اما شرط عدم افسردگی را برای شاد کامی لازم می داند.

- نظریه تبیین های فیزیولوژیک

خلق مثبت از طریق انتقال دهنده های عصبی چون دوپامین و سروتونین ایجاد می شود. این انتقال دهنده ها را می توان به وسیله دارو و نیز از طریق فعالیت مرتبط با هدف فعال ساخت. ورزش و تمرین به علت فعال سازی آندورفین باعث نشاط دوندگان می شود. از طریق مصرف دارو نیز می توان خلق مثبت ایجاد کرد. این هیجانات مختلف را می توان بدون دارو نیز ایجاد کرد و به همان اندازه دارو نیز می توانند مؤثر باشند. احتمالاً به نظر می رسد که هیجانات ایجاد شده به واسطه موفقیت یا موسیقی همان طور مغز را فعال می سازد که مستقیماً توسط دارو تحریک میشود (عابدی، ۱۳۸۰).

- نظریه مزلو

یکی از شیوه هایی که منجر به شادی عظیم در انسان می شود تجربه کردن لحظات اوج است. مزلو تحقیق نظام داری را در زمینه آن دسته از تجربی انجام داد که به واسطه ی شادی وافر متداعی با آنها، در حافظه مردم رسوخ کرده است (مزلو^۳، ۱۹۷۰).

۴- خلاقیت

درحقیقت فرد خلاق کسی است که از ذهنی جستجوگر و آفریننده برخوردار باشد. درحقیقت، از آنچه که ما به عنوان خلاقیت و تفکر خلاق^۴ از آن نام می بریم شامل یک فرآیند ذهنی و نتیجه نوع فکراسان است یعنی چیزی که چگونگی فعالیت فکری فرد و نتیجه آن است بعبارتی خلاقیت تفکری است که شامل نگرش نو و ایده های بکر می باشد. بدیهی است خلاقیت مثل هر مفهوم دیگر ذهنی، تعاریف مختلفی از اصطلاح خلاقیت ارائه شده است. پیچیدگی و دشواری شناخت ماهیت، تعریف و کارکرد خلاقیت، بیشتر ناشی از ماهیت غامض کنشهای مغزی است.

³ - Maslow

⁴ - Creative thinking

۵- برخی از نظریه های خلاقیت

در مورد خلاقیت چون سایر مفاهیم روانشناسی دیدگاههای مختلف و متفاوتی وجود دارد که ماهیت، خاستگاه و کارکرد آنرا به شکلی خاص تبیین می نماید. در این مجال به اختصار به مهم ترین آنها اشاره می شود.

خلاقیت به عنوان ودیعه الهی^۵: در دنیای باستان، فیلسوفانی چون افلاطون معتقد بودند که خداوند اذهان این گونه مردان را از آنها گرفته و با دادن قوه ابتکار آنان را به عنوان سفیرانش بکار می گیرد. عنصر خلاقیت فرد یک هدیه خداوندی است و بیش از آنکه از تربیت ناشی شود از الهام ناشی میشود. سامرست موم نیز معتقد بود الهام پایه و اساس تفکر خلاق است (مویدنیا، ۱۳۸۴).

- خلاقیت بعنوان نبوغ شهودی^۶: با تعدیل دیدگاه دیوانه پنداری، ماهیت اشراقی^۷، شهودی و غیرقابل آموزش بودن خلاقیت مطرح گردید که دارنده آن شخصی نادر و متفاوت تلقی شود که می تواند بدون واسطه و استفاده از قدرت استدلال و بطور مستقیم ایده خلاق را دریابد. مطابق این دیدگاه خلاقیت را نمی توان آموزش داد چرا که غیرقابل پیش بینی بوده و از اصول خاصی پیروی نمی کند و درعین حال غیرعقلانی و مختص افراد غیرعادی است.

- نظریه تداعی گرای^۸: تداعی گرایی بعنوان مکتب مسلط روانشناسی قرن نوزدهم آمریکا و انگلستان که ریشه در افکار و عقاید جان لاک دارد اذعان می کند ایده های جدید، از ایده های قدیم و بوسیله آزمون و خطا حاصل می شوند به عبارت دیگر وقتی که ایده ای خاص در ذهن ظاهر شود ایده مرتبط نیز بلافاصله در ذهن متداعی می گردد هر قدر این دو ایده بیشتر، تازه تر و واضح تر بهم مرتبط باشند. احتمال همراه شدن آنها بیشتر خواهد بود.

- نظریه گشتالت^۹: کلی نگری شاکله نظریه گشتالت را تشکیل میدهد. فلذا خلاقیت نیز عبارت از بازسازی الگوهای است که ساختار ناقص دارند و ذهن در صدد تکمیل آن است به عبارتی دیگر تفکر خلاق معمولاً با وضعیتی مسئله دار شروع می شود که از جهاتی ناتمام است و نهایتاً ذهن جهت کامل و هماهنگ کردن آن فعال شده و راههای جدیدی یابد.

- نظریه روانکاوی^{۱۰}: همواره مفهوم روانکاوی نام زیگموند فروید^{۱۱} (۱۹۴۹) یکی از تاثیرگذارترین متفکرین تاریخ جهان و واضع تئوری روانکاوی را تداعی می کند. روانکاوی فروید، بیش از هر مکتب دیگری ایده هایی بنیادی در مورد خلاقیت ارائه داده است که رهنمودی برای پژوهشهای علمی مربوط است. فروید معتقد بود خلاقیت و هنر در واقع نوعی تطهیر عاطفی و پالایش روانی است که موجب حفظ سلامتی انسان می شود. روانکاوان و پیروان جدید فروید معتقدند خلاقیت نه در ناخودآگاه، بلکه ریشه در نیمه آگاه دارد، ذهن نیمه آگاه بدلیل داشتن آزادی در جمع آوری ایده ها، مقایسه و آرایش مجدد آنها، سرچشمه خلاقیت به شمار می آید.

(.

5 - Granted By God

6 - Genius Intuitive

7 - Illumination

8 - Associationism

9 - Gestalt theory

10 - Psychoanalysis

11 - Sigmund Freud

- نظریه انسانگرایی کارل راجرز^{۱۲} و آبراهام مازلو^{۱۳}: راجرز (۱۹۵۴) و مازلو (۱۹۶۲) دو تن از مشهورترین روانشناسان انسانگرا^{۱۴} هستند. راجرز صاحب نظریه "پدیدارشناختی"^{۱۵} معتقد است انگیزه عمده در رشد شخصیت عبارت است از "تمایل فعلیت بخشیدن به استعدادها، تواناییها و خواسته ها". خلاقیت نیز در حقیقت نوعی خودشکوفائی^{۱۶} بعنوان عالی ترین مرحله ارضاء نیازها و رشد شخصیت است و آن عبارت است از اینکه موجود زنده میل دارد و تلاش می کند تمام استعدادهای بالقوه خود را تا حد امکان بالفعل ساخته و تعالی ببخشد. (علیپور، ۱۳۷۹).

- نظریه رشد روانی - اجتماعی اریک اریکسون^{۱۷}: یکی از نظریه پردازان بنام عرصه روانشناسی که در تائید تاثیر بلامنازع تجربه، فرهنگ، محیط و اجتماع در برابر وراثت بر شکل گیری شخصیت و خصوصیات روانی انسانها مانند ابتکار و خلاقیت سخن گفته اریک اریکسون^{۱۸} (۱۹۰۲) روانکاو و روانشناس مشهور آمریکایی و واضع نظریه رشد روانی - اجتماعی است که رابطه میان شخصیت و گستره اجتماع و فرهنگ را نشان می دهد وی هشت دوره قابل پیش بینی و معینی برای رشد که از بدو تولد شروع و تا کهنسالی ادامه می یابد فرض می کند که هر کدام دارای نیازها، تجارب، تضادها، تعارضات مخصوص خود است (ذکائی، ۱۳۸۸).

۶- نقش ویژه مدارس^{۱۹} در پرورش خلاقیت

حسب نظر افلاطون وظیفه مهم آموزش و پرورش و مدارس تبدیل "بودنهای محدود" انسان به "شدنهای نامحدود" است همچنین سقراط هدف آموزش را در ایجاد نیاز به دانستن، نه ارائه دانسته ها تلقی می کرد (موید نیا، ۱۳۸۴). مفهوم این سخنان تائید وجود استعداد فراوان ظاهرا پوشیده در ذات انسان است. در دنیای امروزی، مسئولیت خطیر این فرآیند در درجه اول متوجه مدارس می باشد. "پرورش استعدادها و کمک به تقویت خلاقیت" جزو اهداف رسمی و سیاستهای تعریف شده وزارت آموزش و پرورش کشورمان است.

تحقیقات نشان داده است که نقش مثبت معلمان خلاق و روشهای فعال تدریس در رشد قوای خلاقانه دانش آموزان موثرتر است. همچنین با اذعان به نقش ویژه مدرسه در آموزش خلاقیت گفته می شود "فرصت نهائی برای هر گونه تغییر و اصلاحی در آموزش و پرورش در دست، مغز و قلب کسانی است که در مدرسه کار می کنند" (موید نیا، ۱۳۸۴).

۷- حمایت اجتماعی

لنیدزی^{۲۰} (۱۹۸۸) حمایت اجتماعی را اینگونه توصیف کرده است: که حمایت اجتماعی تأمین کننده خدمات و اطلاعات عینی است که احساس مراقبت شدن، مورد حمایت واقع شدن، احترام داشتن، ارزشمند بودن را برای فرد فراهم می سازد. فرد احساس می کند که در بخش قابل توجهی از مراودات اجتماعی، قرار داشته و در یک تعهد دوجانبه شریک است. حمایت یک کمک دوجانبه است که موجب خلق تصور

12 - Karl Rogers

13 - Maslaw

14 - Humanist

15 - Phenomenology

16 - Self actualization

17 - Erik Erikson

18 - Erik Erikson

19 - Special role of schools

20 Lenidsy

مثبت از خود، پذیرش خود، احساس عشق و ارزشمندی می‌گردد و تمام اینها به فرد فرصت خودشکوفایی و رشد را می‌دهد (تمنایی فر و منصوری نیک، ۱۳۹۲).

۸- مدل‌های حمایت اجتماعی

مدل‌های حمایت اجتماعی به چهار صورت دیده می‌شوند:

الف) مدل اثر اصلی حمایت:

تأثیر سودمند و تعمیم یافته حمایت می‌تواند به علت شبکه‌های وسیع اجتماعی که برای افراد تجارب مثبت و مجموعه‌ای از نقش‌های پاداش آور و ثابتی در جامعه فراهم می‌کنند، ایجاد شود. روی هم رفته این نوع حمایت به دلیل فراهم کردن تأثیر مثبت، احساس پیش‌بینی و ثبات در موقعیت زندگی و ترفیع ارزش خویشتن در بهزیستی فرد مؤثر است (بریکمن^{۲۱}، ۱۹۷۸). صرف نظر از اینکه فرد تحت شرایط فشار باشد یا نباشد، بر اساس بعضی از تعاریف، فشار ارزیابی شده با احساس درماندگی آموخته شده و امکان از دست رفتن احترام به خود در ارتباط است.

ب) مدل خاص حمایت:

علاوه بر اثرات ارزیابی شناختی، حمایت اجتماعی مستقیماً دارای کارکردی بعنوان راهبرد مقابله‌ای است و موجب تأمین منابع مورد نیازی که به واسطه فشار به وجود آمده است می‌گردد مثلاً: اگر از دست دادن کار، فشار محسوب می‌شود، قرض دادن پول و سایر مساعدتهای آشکار، حمایت محسوب می‌شود (زاکرمن^{۲۲}، ۱۹۷۲).

ج) انطباق شناختی:

افرادی که تحت فشار هستند سه فرآیند را برای مقابله شناختی با حوادث تهدید آمیز طی می‌کنند. اول: جستجوی معنا برای حادثه. دوم: سعی بر اعاده‌ی تسلط بر زندگی خود دارند. سوم: حرمت نفس آنها افزایش می‌یابد و حمایت نقش مهمی را در این فرآیندها دارد.

د) حمایت اجتماعی در برابر مقابله:

حمایت می‌تواند در حفظ راهبردهای مقابله مؤثر باشد. حمایت اجتماعی می‌تواند مستقل از مقابله وجود داشته باشد (کارکردهای حفظ سلامتی) و منابع مقابله (پول، هوش و ...) و راهبردهای مقابله (روش‌های آرامش عضلانی) حتی در فقدان حمایت نیز می‌تواند اخذ شود. اما دو مفهوم حمایت و مقابله مترادف هستند.

²¹ Brickman

²² Zuckerman

۹- عملکرد تحصیلی

جوامع پیشرفته بشری با عنایت به توسعه آموزش و پرورش خود توانسته اند پله های ترقی و توسعه همه جانبه را بپیمایند.

یکی از تخصص های مورد نیاز دست اندرکاران تعلیم و تربیت در سطوح مختلف سازمانی و اجرایی برخوردار بودن از دانش، مهارت سنجش و ارزشیابی پیشرفت تحصیلی می باشد (سعیدی و همکاران، ۱۳۹۵). برای پیشرفت تحصیلی صرف هزینه های هنگفت و امکانات آموزشی و سیستم های مدرن و... کافی نیست، بلکه زمینه ها و شرایط خاصی برای پیشرفت درسی فرزندان لازم است و محیط زندگی باید سرشار از آرامش، آسایش و امنیت باشد تا بچه ها احساس ناامنی و اضطراب نکنند درس خواندن در محیط ناآرام و ناامن خانه بسیار دشوار است و والدین می توانند با فراهم کردن محیطی سرشار از آرامش، به پیشرفت تحصیلی فرزندشان کمک کنند. تعلیم و تربیت نوجوانان از اهمیت شایانی برخوردار است. چرا که نهایتاً بر پیشرفت و توسعه هر جامعه ای تأثیر می گذارد، متأسفانه عوامل زیادی بر جریان آموزش تأثیر می گذارد و موجبات افت تحصیلی را فراهم می کند، شناخت این عوامل می تواند به برنامه ریزی در زمینه کاهش این معضل کمک نماید.

فرضیه ها :

فرضیه کلی: شادکامی، خلاقیت و حمایت اجتماعی پیش بین های عملکرد تحصیلی در دانش آموزان دختر شهرستان اهواز می باشند.

فرضیه های جزئی

۱. بین شادکامی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر شهرستان اهواز رابطه معنی دار وجود دارد.
۲. بین خلاقیت و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر شهرستان اهواز رابطه معنی دار وجود دارد.
۳. بین حمایت اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر شهرستان اهواز رابطه معنی دار وجود دارد.

روش تحقیق

روش این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل تمامی دانش آموزان دختر شهرستان اهواز در سال ۱۳۹۵ می باشد. تعداد نمونه در این تحقیق شامل ۳۰۰ نفر می باشد. این تعداد افراد نمونه به روش نمونه گیری در دسترس از میان کلیه دانش آموزان دختر شهرستان اهواز در سال ۱۳۹۸ انتخاب شدند. اما به دلیل عدم همکاری دانش آموزان و مسئولین مدارس تنها ۲۰۰ پرسشنامه قابل استفاده جمع آوری شده است.

یافته های تحقیق

در این پژوهش به منظور اندازه گیری متغیرهای مورد نظر از ابزارهای زیر استفاده شده است:

الف) پرسشنامه شادکامی اکسفورد (OHI)

ب) آزمون زمینه یابی مداد کاغذی چند جوابی سنجش خلاقیت^{۲۳} (MPPT) تورنس

ج) پرسشنامه حمایت اجتماعی

د) پرسشنامه عملکرد تحصیلی "در تاج" ی

یافته های مربوط به فرضیه های پژوهش

• **فرضیه اصلی:** شادکامی، خلاقیت و حمایت اجتماعی پیش بین های عملکرد تحصیلی در دانش آموزان دختر شهرستان

اهواز می باشند.

• جدول ۱ ضرایب همبستگی چند گانه میان شادکامی، خلاقیت و حمایت اجتماعی با عملکرد تحصیلی در دانش آموزان دختر

شهرستان اهواز (رگرسیون همزمان)

ضرایب همبستگی				P	F	RS	MR	متغیر ملاک	متغیرهای پیش- بین
P	T	β	B						
۰/۰۲۷	-۲/۲۳	-۰/۱۹	-۰/۱۷۷	۰/۰۲۶	۳/۱۵	۰/۰۴۶	۰/۲۱	عملکرد تحصیلی	شادکامی
۰/۴۵	۰/۷۵	۰/۰۵۸	۰/۰۵۴						خلاقیت
۰/۰۰۴	۲/۹۳	۰/۲۳	۰/۳۶						حمایت اجتماعی

نتایج به دست آمده از تحلیل رگرسیون همزمان در کل نمونه مورد مطالعه، جهت تعیین میزان ضریب همبستگی چند متغیری برای ترکیب شادکامی، خلاقیت و حمایت اجتماعی با عملکرد تحصیلی و مشخص شدن سهم نسبی هر یک از متغیرهای پیش بین در واریانس متغیر ملاک یعنی عملکرد تحصیلی، حاکی از آن است که بین شادکامی، خلاقیت و حمایت اجتماعی با عملکرد تحصیلی رابطه چندگانه معناداری وجود دارد ($MR=0/21$)؛ با توجه به ضریب تعیین محاسبه شده (RS)، $4/6\%$ متغیر ملاک (عملکرد تحصیلی) به طور همزمان توسط متغیرهای مستقل قابل پیش بینی است؛ بنابراین فرضیه اصلی تأیید گردید.

جدول ۲: ضرایب همبستگی چندگانه شادکامی، خلاقیت و حمایت اجتماعی با عملکرد تحصیلی در دانش آموزان دختر شهرستان اهواز با روش «مرحله ای (Stepwise)»

ضریب رگرسیون (β)				sig	نسبت F	ضریب تعیین RS	همبستگی چندگانه MR	stepwise: ب شاخص های آماری		
Sig	t	Beta	B					متغیرهای پیش بین ↓		متغیر ملاک
								حمایت اجتماعی	گام اول	عملکرد تحصیلی
۰/۰۳۸	۲/۰۸	۰/۱۴۷	۰/۲۲۸	۰/۰۳۸	۴/۳۵	۱/۰۲۲	۰/۱۴۷	حمایت اجتماعی	گام اول	
۰/۰۰۵	۲/۸۵	۰/۲۲۷	۰/۳۵۲	۰/۰۱۳	۴/۴۵	۰/۰۴۳	۰/۲۰۸	حمایت اجتماعی	گام دوم	
۰/۰۳۶	-۲/۱۱۶	-۰/۶۸	-۰/۱۵۲					شادکامی		

همان طوری که در جدول فوق ملاحظه می شود، طبق نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون با روش مرحله ای (stepwise) متغیرهای حمایت اجتماعی و شادکامی در تعامل با متغیر حمایت اجتماعی به ترتیب بهترین پیش بینی کننده ها برای عملکرد تحصیلی در دانش آموزان دختر شهر اهواز بوده اند. همچنین متغیر خلاقیت در پیش بینی کنندگی عملکرد تحصیلی به تنهایی نقشی ایفا نمی کند. اما در مشارکت با هم پیش بینی کننده عملکرد تحصیلی بوده اند.

این اولویت بندی نشان از قدرت پیش بینی کنندگی هر کدام از متغیرها نسبت به متغیرهای دیگر برای پیش بینی کنندگی عملکرد تحصیلی دانش آموزان بوده است.

فرضیه اول: بین شادکامی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر شهرستان اهواز رابطه معنی دار وجود دارد.

فرضیه دوم: بین خلاقیت و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر شهرستان اهواز رابطه معنی دار وجود دارد.

فرضیه سوم: بین حمایت اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر شهرستان اهواز رابطه معنی دار وجود دارد.

جدول ۳: ضرایب همبستگی ساده بین شادکامی، خلاقیت و حمایت اجتماعی با عملکرد تحصیلی در دانش آموزان دختر شهرستان اهواز

همان طوری که در جدول فوق ارائه شده است بین شادکامی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر رابطه معنی داری وجود ندارد ($p > 0/05$)

متغیر	متغیر	ضریب همبستگی	سطح معنی داری	تعداد نمونه
عملکرد تحصیلی	شادکامی	-۰/۰۶	۰/۴	۲۰۰
	خلاقیت	-۰/۰۰۵	۰/۹۴	
	حمایت اجتماعی	۰/۱۴۷	۰/۰۳۸	

و ($r = -0/06$). بنابراین فرضیه اول تأیید نگردید و همچنین بین خلاقیت و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر رابطه معنی داری وجود ندارد ($p > 0/05$ و $r = -0/005$). بنابراین فرضیه دوم نیز تأیید نگردید. بین حمایت اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر رابطه مثبت معنی داری وجود دارد ($p = 0/038$ و $r = 0/147$). بنابراین فرضیه سوم تأیید گردید. به عبارت دیگر با افزایش میزان حمایت اجتماعی، میزان عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر نیز افزایش پیدا کرد.

یافته های جانبی

جدول ۴: ضرایب همبستگی ساده بین عاملهای خلاقیت (عامل سیالی، عامل بسط، عامل ابتکار و عامل انعطاف پذیری) با عملکرد تحصیلی در دانش آموزان دختر شهرستان اهواز

همان طوری که در جدول فوق ارائه شده است بین هیچکدام از عاملهای خلاقیت با عملکرد تحصیلی رابطه معنی داری وجود ندارد ($0/05 >$)

متغیر	متغیر	ضریب همبستگی	سطح معنی داری	تعداد نمونه
عملکرد تحصیلی	عامل سیالی	$-0/04$	$0/57$	۲۰۰
	عامل بسط	$-0/004$	$0/95$	
	عامل ابتکار	$-0/018$	$0/8$	
	عامل انعطاف پذیری	$0/072$	$0/312$	

(p)

جدول ۵: ضرایب همبستگی ساده بین حمایت اجتماعی با عوامل عملکرد تحصیلی (خودپنداره، تأثیرات هیجانی، برنامه ریزی،

فقدان کنترل پیامد، انگیزش) دانش آموزان دختر شهرستان اهواز

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	ضریب همبستگی (r)	سطح معنی داری (p)	تعداد نمونه (n)
حمایت اجتماعی	خودپنداره	۰/۱۳	۰/۰۶۷	۲۰۰
	تأثیرات هیجانی	-۰/۱۲	۰/۰۸۱	
	برنامه ریزی	۰/۱۲۲	۰/۰۸۵	
	فقدان کنترل پیامد	-۰/۰۰۳	۰/۰۹۶	
	انگیزش	۰/۲۱	۰/۰۰۲	

همان طوری که در جدول فوق ارائه شده است تنها بین عامل انگیزش و حمایت اجتماعی رابطه مثبت معنی داری وجود دارد ($p < ۰/۰۵$) و

($r = ۰/۲۱$).

جدول ۶: ضرایب همبستگی ساده بین ترتیب تولد و حمایت اجتماعی، شادکامی، خلاقیت و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر شهرستان اهواز

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	ضریب همبستگی (r)	سطح معنی داری (p)	تعداد نمونه (n)
ترتیب تولد	حمایت اجتماعی	۰/۰۴۸	۰/۴۹	۲۰۰
	شادکامی	۰/۰۲	۰/۷۷	
	خلاقیت	-۰/۱۸۷	۰/۰۰۸	
	عملکرد تحصیلی	۰/۰۵۳	۰/۴۵	

همان طوری که در جدول فوق ارائه شده است تنها بین ترتیب تولد و خلاقیت رابطه منفی معنی دار وجود دارد ($p < ۰/۰۵$ و $r = -۰/۱۸۷$) به

این معنی که هرچه ترتیب تولد بالاتر باشد خلاقیت پایین تر می آید.

جدول ۷: ضرایب همبستگی ساده بین تعداد فرزند و حمایت اجتماعی، شادکامی، خلاقیت و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر شهرستان اهواز

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	ضریب همبستگی (r)	سطح معنی داری (p)	تعداد نمونه (n)
تعداد فرزند	حمایت اجتماعی	۰/۰۱۳	۰/۸۵	۲۰۰
	شادکامی	۰/۰۳۱	۰/۱۶۶	
	خلاقیت	-۰/۱۹۶	۰/۰۰۵	
	عملکرد تحصیلی	۰/۱۴۷	۰/۰۳۷	

همان طوری که در جدول فوق ارائه شده است تنها بین تعداد فرزند با خلاقیت دانش آموزان دختر رابطه منفی معنی دار وجود داشته است.

($p < ۰/۰۵$ و $r = -۰/۱۹۶$) به این معنی که هرچه تعداد فرزندان خانواده بیشتر باشد خلاقیت پایین تر می آید.

جدول ۸: ضرایب همبستگی ساده بین تحصیلات پدر و حمایت اجتماعی، شادکامی، خلاقیت و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر شهرستان اهواز

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	ضریب همبستگی (r)	سطح معنی داری (p)	تعداد نمونه (n)
تحصیلات پدر	حمایت اجتماعی	-۰/۱۰۹	۰/۱۲	۲۰۰
	شادکامی	۰/۰۲۱	۰/۷۶	
	خلاقیت	۰/۱۶۴	۰/۰۲	
	عملکرد تحصیلی	-۰/۱۲۴	۰/۰۸	

همان طوری که در جدول فوق ارائه شده است تنها بین تحصیلات پدر با خلاقیت دانش آموزان دختر رابطه مثبت معنی دار وجود داشته است.

($p < 0/05$ و $r = 0/164$) به این معنی که هرچه تحصیلات پدر بالاتر باشد میزان خلاقیت دانش آموزان دختر بالاتر می شود..

جدول ۹: ضرایب همبستگی ساده بین شغل پدر و حمایت اجتماعی، شادکامی، خلاقیت و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر شهرستان اهواز

متغیر پیش بین	متغیر ملاک	ضریب همبستگی (r)	سطح معنی داری (p)	تعداد نمونه (n)
شغل پدر	حمایت اجتماعی	۰/۰۶۹	۰/۳۳	۲۰۰
	شادکامی	۰/۱۱	۰/۱۲	
	خلاقیت	-۰/۰۳۶	۰/۶۱۴	
	عملکرد تحصیلی	۰/۰۰۴	۰/۹۵	

همان طوری که در جدول فوق ارائه شده بین هیچکدام از متغیرها با شغل پدر رابطه معنی داری وجود نداشته است ($p > 0/05$).

بحث و نتیجه گیری

نتایج فرضیه اول نشان داد بین شادکامی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر رابطه معنی داری وجود ندارد.

یکی از مسائل مهم و تأثیر گذار در زندگی افراد، شادکامی است. دانش آموزان که از شادکامی برخوردارند موقعیتهای تحصیلی دارند و خانواده و جامعه با دیده ی احترام به آنان می نگرند. در جامعه با روحیه و نشاط بیشتری حضور خواهند یافت و در کنار اینها از هزینه های گزافی که از افت تحصیلی برآموزش و پرورش تحمیل می شود، کاسته خواهند شد.

نتایج فرضیه دوم نشان داد بین خلاقیت و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر رابطه معنی داری وجود ندارد. در تبیین نتایج فرضیه دوم میتوان گفت که هرگاه دانش آموزان، خود به خلاقیت و نوآوری به عنوان فعالیت های ضروری و حیاتی باور نداشته باشند، هیچ فعالیتی در این زمینه دوام نخواهد یافت. ایجاد هسته های پژوهشی و نوآوری در مدارس می تواند کار خلاقیت و نوآوری را تسهیل و تسریع کند. ایجاد باورهای مشترک برای نوآوری و اینکه به عنوان یک هنجار مشترک در مدارس به خلاقیت نگریده شود نیاز به آموزش دارد.

نتایج فرضیه سوم نشان داد بین حمایت اجتماعی و عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر رابطه مثبت معنی داری وجود دارد. به عبارت دیگر با افزایش میزان حمایت اجتماعی، میزان عملکرد تحصیلی دانش آموزان دختر نیز افزایش پیدا کرد. در تبیین نتیجه فرضیه سوم می توان گفت که عملکرد تحصیلی^{۲۴} دانش آموزان یکی از موضوعات مهم و مورد علاقه روان شناسان و متخصصان نظام تعلیم و تربیت در حوزه روان شناسی بوده و می باشد. بنابراین شناخت حدود و ابعاد آن و عوامل مؤثر بر آن در بهبود عملکرد تحصیلی کمک خواهد کرد.

پیشنهادهای پژوهشی

۱- با توجه با اینکه پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه میان شادکامی، خلاقیت و حمایت اجتماعی بر عملکرد تحصیلی روی دانش آموزان دختر شهرستان اهواز انجام گرفت، پیشنهاد می شود در پژوهش های آتی به رابطه علت و معلولی این متغیرها در قالب طرح های آزمایشی توجه شود.

۲- پیشنهاد می شود که مشابه چنین پژوهش هایی بر جامعه های دیگر نیز اجرا شود، زیرا افزایش دامنه چنین تحقیقاتی می تواند در پیشگیری از بسیاری از مشکلات و آسیب های روحی و روانی و اجتماعی جلوگیری نماید.

۳- پیشنهاد می شود در تحقیقات مشابهی که انجام می شود از پرسش نامه هایی با سئوالات کمتر استفاده شود تا پاسخ دهندگان با حوصله بیشتری بتوانند پاسخ دهند.

۴- پیشنهاد می شود پژوهش در سطح کلی تر و با توجه به شرایط فرهنگی واجتماعی، اقتصادی افراد و گروه های مختلف جامعه انجام پذیرد.

۵- در نهایت پژوهشی در همین زمینه بر روی دیگر مقاطع مختلف تحصیلی انجام شود، و نتایج آن با نتایج این پژوهش مورد بررسی و سنجش قرار گیرد.

پیشنهادهای کاربردی

۱- نظر به اینکه دانش آموزان مهمترین معیار انتخاب الگوی رفتاری را تفاهم فکری با الگو مطرح کردند، لازم است در محیط مدارس زمینه های تضارب آرا و طرح اندیشه ها فراهم شود تا انتخاب الگوهای رفتاری دانش آموزان صحیح تر و منطقی تر گردد.

۲- به مسئولین مربوطه توصیه می شود با همکاری صمیمانه با پژوهشگران شرایط اجرای مناسب پژوهش و به دست آوردن نتایج مطلوب را فراهم آورند.

۳- طبق نتایج تحقیق پیشنهاد می شود طرح های آموزشی تا آن جا که امکان پذیر است، نوآورانه باشد و جنبه بهبود مستمر در آموزش را داشته باشند و این طرح ها با مشارکت سطوح گوناگون اداره تهیه شود و بیانگر هدف ها و برنامه های بخش های گوناگون اداره باشند.

۴- پیشنهاد می شود که مدیران و معلمان به ایده های جدید توجه کنند و با بکارگیری تکنولوژی نوآورانه به بهبود کیفیت در تحقق یافتن به هدفهای آتی دانش آموزان بپردازند.

۵- با توجه به نتایج بدست آمده از پژوهش، پیشنهاد می شود محیط مناسب و مطلوب برای افراد خلاق و مبتکر طراحی سیستم دریافت پیشنهادها و اعمال آن حمایت از افراد ریسک پذیر ایجاد محیط دوستانه و صمیمی فراهم شود.

منابع:

- ۱- ابطحی، فرزانه. (۱۳۹۰). بررسی نظریه های روانکاوی / شناختی روان شناختی محیط. همایش ملل روانشناسی در افق ۴. ۱۴.
- ۲- احدی، اصغر، مظاهری، محمدعلی و علی عسگری. (۱۳۹۳). ویژگی های مقدماتی مقیاس سنجش اضطراب جدایی (فرم والدین). روان شناسی تحولی روان شناسان ایرانی. شماره ۴۷.
- ۳- اصغرنژاد فرید ، علی اصغر. (۱۳۸۳). نیازسنجی آموزش مهارت های زندگی در مقطع راهنمایی شهر تهران. انستیتور روانپزشکی تهران: مرکز تحقیقات بهداشت روان.
- ۴- اطلاعات علمی پیرامون آسیب شناسی خانواده در ایران. همایش آسیب شناسی خانواده، تبریز.
- ۵- آقاجانی، مریم. (۱۳۸۱). بررسی تأیید آموزش مهارت های زندگی بر سلامت روان و منبع کنترل نوجوانان. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه الزهرا.
- ۶- امیدیان، مهدی. (۱۳۹۳). مقایسه نوجوانان با نگرش مذهبی بالا و پایین از لحاظ سازگاری تحصیلی، عاطفی و اجتماعی و گرایش به اعتیاد. مجله اعتیاد پژوهی، زمستان ۱۳۹۳. شماره ۳۲.
- ۷- بیرامی، منصور، هاشمی نصرت آباد، تورج، بدری گرگری، رحیم و سلماز بصیری. (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش کفایت اجتماعی مبتنی بر مدل فلنر بر سازگاری اجتماعی دانش آموزان قربانی قلدری با توجه به نوع جهت گیری اهداف اجتماعی. نشریه مطالعات روانشناسی بالینی. دانشگاه علامه طباطبائی. دوره . شماره ۲۳.
- ۸- ترابی، زهرا. (۱۳۹۳). بررسی ارتباط خلاقیت با پویایی - بیتابی. در دانشجویان هنرهای تجسمی دانشگاه هنر تهران. همایش ملی روانشناسی در افق ۴. ۱۴.
- ۹- تمنایی فر، محمدرضا و اعظم منصوری نیک. (۱۳۹۲). پیش بینی رضایت از زندگی براساس رگه های شخصیتی، حمایت اجتماعی و بهزیستی معنوی. نشریه پژوهش های نوین روان شناختی. بهار ۱۳۹۹. دوره ۸. شماره ۲۹.
- ۱۰- خوش کنش، ابوالقاسم. (۱۳۸۷). رابطه الگوی پنج عاملی شخصیت با احساس شادکامی در دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه شهید چمران اهواز. فصلنامه مجله علوم تربیتی روانشناسی. پائیز ۱۳۹۵. دوره ۱۳ - شماره ۳.
- ۱۱- دادستان، پردخ. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش رفتاری والدین بر کاهش مشکلات برونی سازی شده کودکان ۷ تا ۹ سال. مجله روانشناسی شماره ۴.

- ۱۲- دانش نیا، الهام. (۱۳۸۶). بررسی اثربخشی آموزش ایمن سازی در مقابل استرس بر سلامت روان دانشجویان دانشگاه اصفهان. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علامه طباطبائی.
- ۱۳- درتاج، فریبرز. (۱۳۸۳). بررسی تأثیر شبیه سازی ذهنی فرآیندی و فرآورده ای بر بهبود عملکرد تحصیلی دانشجویان، ساخت و اعتباریابی آزمون عملکرد تحصیلی. رساله دکتری، دانشکده روان-شناسی و علوم تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی تهران. ص ۸-۲.
- ۱۴- ذکائی، محمدحسین. (۱۳۸۸). بررسی رابطه فرهنگ سازمانی و سبک های رهبری در دانشگاه های ایران. نشریه پژوهش و برنامه ریزی در آموزش عالی. شماره ۴۷۱. دوره ۱۴.
- ۱۵- سعیدی، فتحی، هادی بهرامی، احسان و احمد علی پور. (۱۳۹۵). خود مهارگری و سلامت، نقش تعدیل کننده شفقت - خود. فصلنامه علمی - پژوهشی روانشناسی سلامت، سال پنجم، شماره سوم.
- ۱۶- شکری، امید و آرزو سیار دوست تبریزی. (۱۳۹۷). نقش واسطه ی تاب آوری روان شناختی در رابطه ارزیابی های شناختی و حمایت اجتماعی ادراک شده با بهزیستی هیجانی و رفتارهای سلامت در نوجوانان. نشریه علوم تربیتی و روانشناسی. دوره ۷. شماره ۲۶.
- ۱۷- طالب زاده، محسن. (۱۳۹۴). تحلیل محتوی کتب علوم اجتماعی دوره متوسطه در ارتباط با مفاهیم حقوق بشر. مجله پژوهش در برنامه ریزی درسی. شماره ۴۵.
- ۱۸- عابدی، احمد. (۱۳۸۰). راهنمای گام به گام شناخت روانی. اصفهان انتشارات گلهای محمدی.
- ۱۹- علیپور، امید. (۱۳۷۹). شادکامی و عملکرد ایمنی بدن. مجله روانشناسی. شماره ۳۴.
- ۲۰- رابطه بین راهبردهای یادگیری و سبک های اسناد در دانش آموزان. کیمیایی سید علی و سمیه غریب. ۱۳۸۸. مجله علوم رفتاری. شماره ۲. دوره ۱۳.
- ۲۱- کیوانی، مهسا و اصغر جعفری. (۱۳۹۴). تأیید آموزش راهبردهای شناختی در افزایش خلاقیت و بهبود عملکرد تحصیلی دانش آموزان. نشریه علمی آموزش و ارزشیابی. دوره ۸. شماره ۳۰.
- ۲۲- گروبی، سعید. (۱۳۸۹). بررسی رابطه عوامل اجتماعی با تعارض نقش های خانوادگی و شغلی شهر کرمان. مجله علوم اجتماعی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه فردوسی مشهد. شماره ۳۵.
- ۲۳- گلزاری، محمود. (۱۳۸۶). بررسی میزان آگاهی دانشجویان شاهد دانشگاه ها، شهر تهران از مهارتهای زندگی: معاونت پژوهشی بنیاد شهید و امور ایثارگران.

- ۲۴- محسنی، نازنین. (۱۳۷۵). ادراک خود از کودکی تا بزرگسالی. تهران، انتشارات بعثت.
- ۲۵- مشهدی، علی. (۱۳۸۲). نظریه ذهن: رویکردی جدید به روانشناسی تحولی. تازه های علوم شناختی، سال ۵. شماره ۳.
- ۲۶- مویرنیا، علیرضا. (۱۳۸۴). اثربخشی الگوی بالینی خلاقیت در مانی بر علایم جسمانی، اضطراب، افسردگی و کارکرد اجتماعی دانش آموزان. نشریه علمی روانشناسی بالینی و شخصیت. دوره ۱۵- شماره ۱.
- 27- Argyle, M.(2001 a). Personality, self – esteem and demographic predictions of happiness and depression. In H.Cheng & A. Farnham (Eds.), The Psychology of happiness
- 28- Bandura, A. (1977). Self – efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. Psychological Review, 84, 191-215.
- 29- Brickman, P., Coates, D., & Jan – Bulman, R. (1978). Lottery winners and accident victims: Is happiness relative? Journal of personality & social psychology, 36(8), 917-927.
- 30- Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well – being three decades of well – being. Psychological Bulletin, 125(2), 276-302
- 31- Dickey, M.T. (1999). The pursuit of happiness. [http://www.Dickey. Org/happy. Htm](http://www.Dickey.Org/happy.Htm).
- 32- Francis, L. J. (1999). Happiness is a thing called extraversion. Personality and Individual Differences, 26, 11.
- 33- Hills, P., Argyle, M. (1998). Musical and religious experiences and their relationship to happiness. Personality and Individual Differences, 25, 523-535
- 34- Halman, L., Heunk, F., & De Moor, R. (1987). A study into the values of the Dutch in a European context. Tilburg: Tilburg University Press.
- 35- Kaldor, P. (1994). Winds of change. Homebush West, NSW: Anzea.
- 36- Kessler RC, Berglund P, Demler O, Jin R, Koretz D, Merikangas KR, et al. The epidemiology of major depressive disorder: Results from the National Comorbidity Survey Replication (NCS-R). JAMA 2003; 289: 3095-105
- 37- Lupri, E., Freideres, J. (1999). Happiness: What studies on twins show us about nature and happiness set point. New York. NY: Golden Book
- 38- Osgood, C. E. (1971). Exploring in semantic space: A personal diary. Journal of social Issues, 27, 5-64.
- 39- Salovey, P., Rothman, A. J., Detwiler, J., Develer, J. B., & Steward, W.T. (2000). Emotional states and physical health. American Psychologist, 55(1), 110-12
- 40- Seligman M. Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for Lasting Fulfilling. New York: Free; 2002.
- 41- Seligman MEP, Steen TA, Park N, Peterson C. Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. Am Psychol 2005; 60: 410-21
- 42- Mastekassa, A. (1994). Psychological well – being and marital dissolution. Journal of Family Issues, 15, (2).

- 43- Myers, D. G. (2000). The Friends and Faith of Happy people American Psychologist, 55(1),56-57.
- 44- Maslow. A. H (1970) Motivation and Personality. N. Y.:Harper and Row
- 45- Rose, R. (2000). How much does social capital add to individual health? A survey study of Russians. Social Sciences & Medicine, 51 (9),1421-1435.
- 46- Wilson, W. (1967). Correlates of avowed happiness. Psychological Bulletin, 67,294-306.
- 47- Zuckerman, M. (1979). Sensation seeking. Hillsdale, NJ:Erlbaum.