

## بررسی روابط علی مشکلات بین فردی، هیجانی - رفتاری و شادکامی در دانش آموزان ابتدایی

### The Examination of Interpersonal problems, Emotional and conduct problems and Happiness in Elementary school

**Ali Beigi**

PhD Student of Psychology, Semnan University

**Dr. Shahrokh Makvandhoseyni**

Associate Professor, Semnan University

**Dr. Seyed Ali Siadat**

Professor of Isfahan University

**Ali Akbar Dolati\***

PhD Student, Isfahan University

علی بیگی

دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی، دانشگاه سمنان

دکتر شاهرخ مکوند حسینی

دانشیار دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه سمنان

دکتر سید علی سیادت

استاد دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه اصفهان

علی اکبر دولتی (نویسنده مسئول)

دانشجوی دکتری آموزش عالی دانشگاه اصفهان

### Abstract

Happiness is a state of life that is a happy and satisfied person with no depression and anxiety. This study aimed to investigate the interpersonal and emotional problems and behavioral problems in predicting happiness in Elementary school was done. This is a descriptive correlational study. The study population consisted of all students, male and female high school smart schools in Semnan province is among the students a sample of 232 students (155 girls and 77 boys), cluster sampling were selected randomly and scale of happiness Oxford, interpersonal problems and the scale of strengths and weaknesses completed. Data using the Pearson correlation coefficient and stepwise regression and analyzed with software SPSS-16. The results showed that emotional problems, social learning problems (subscale of strengths and weaknesses), apathy, unsociable, and self-abuse (in a scale of interpersonal problems), there is a significant negative correlation with happiness. The results of the regression analysis showed that emotional problems, problems with peers, and behavioral problems, respectively, significantly lower happiness in the students predict. It seems, strengthening effective interpersonal relationships with peers and learning to manage emotions in the face of problems associated with the strengthening of happiness and well-being of students.

**Keywords:** happiness, interpersonal problems, emotional problems and behavioral

### چکیده

شادکامی حالتی از احساس خوشحالی و رضایت فرد از زندگی است که با فقدان افسردگی و اضطراب همراه است. پژوهش حاضر به منظور بررسی مشکلات بین فردی و مشکلات هیجانی - رفتاری در پیش بینی شادکامی در دانش آموزان ابتدایی انجام گرفت. روش تحقیق توصیفی همبستگی است. جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان دختر و پسر مقطع ابتدایی استان سمنان می باشد که از میان این دانش آموزان نمونه ای به تعداد ۲۳۲ نفر (۱۵۵ دختر و ۷۷ پسر)، به روش تصادفی خوشه ای انتخاب شدند و مقیاس های احساس شادکامی آکسفورد، مشکلات بین فردی و مقیاس نقاط قوت و ضعف را تکمیل کردند. داده ها با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام و با نرم افزار SPSS-22 مورد تحلیل قرار گرفت. یافته های پژوهش نشان داد که بین مشکلات هیجانی، مشکلات فرا اجتماعی (خرده مقیاس های نقاط قوت و ضعف)، بی عاطفگی، گریزان از اجتماع و سوء استفاده شونده (خرده مقیاس های مشکلات بین فردی) با شادکامی همبستگی منفی و معنادار وجود دارد. همچنین، نتایج تحلیل رگرسیون نشان داد که مشکلات هیجانی، مشکلات با همتایان و مشکلات رفتاری به ترتیب، به طور معناداری شادکامی پایین را در دانش آموزان پیش بینی می کنند. به نظر می رسد، تقویت روابط بین فردی موثر با دیگر همسالان و آموزش مدیریت عواطف در مواجهه با مشکلات، ممکن است با تقویت شادکامی و بهزیستی دانش آموزان همراه باشد.

**واژگان کلیدی:** شادکامی، مشکلات بین فردی، مشکلات هیجانی

رفتاری

## مقدمه

در سال‌های اخیر، توجه زیادی به شادکامی شده است و آن را به عواملی از جمله روابط بین فردی و خانوادگی، عواطف و هیجانات مربوط ساخته‌اند (هو،<sup>۱</sup> ۲۰۱۴؛ ون هوون<sup>۲</sup>، ۲۰۱۰؛ چن<sup>۳</sup>، ۲۰۱۲؛ رابرتس<sup>۴</sup>، ۲۰۱۳). به نظر می‌رسد، هر شخصی در جستجوی شادکامی و اجتناب از شرایطی است که ممکن است باعث ناشادی افراد شود. شادکامی چندین جزء اساسی دارد. نخست جنبه عاطفی و هیجانی آن است، که باعث می‌شود فرد شادکام، خلق شادی داشته باشد. دوم جنبه اجتماعی آن که غالباً به گسترش روابط اجتماعی مربوط می‌شود، و سوم، جنبه شناختی آن است، به این معنی که فرد شادکام ارزیابی مثبتی از وقایع دارد (ون هوون، ۲۰۱۰). شادکامی برای اغلب افراد، یک مولفه حیاتی برای یک زندگی خوب است. افراد می‌توانند شادکامی را به روش‌های مختلفی تجربه کنند. با این حال، یافتن دلایل شادکامی و در مجموع، بهزیستی روانی افراد به‌ویژه دانش‌آموزان می‌تواند زمینه ارتقاء سلامت روان جامعه را به همراه داشته باشد (آسیتالو<sup>۵</sup>، ۲۰۱۲؛ چن، ۲۰۱۲).

پژوهش‌ها به چند عامل کلیدی که می‌تواند باعث شادکامی نوجوانان شود، اشاره کرده‌اند، از جمله می‌توان به روابط بین فردی و خانوادگی، دوستان، مدرسه، عواطف و هیجان‌ها اشاره کرد (سلیم<sup>۶</sup>، ۲۰۰۸؛ چن، ۲۰۱۲). نظریه تنظیم خود، به عنوان شاخه‌ای از روان‌شناسی تحولی، استدلال می‌کند که ارتباط با دیگران، نیاز به تعلق و روابط با دیگران، به عنوان یکی از سه نیاز اصلی روان‌شناختی محسوب می‌شود، که اگر ارضا شوند، باعث سلامتی و بهزیستی افراد می‌شود (دسی و رایان<sup>۷</sup>، ۲۰۰۰). پژوهش‌هایی نیز مشخص کرده‌اند که روابط اجتماعی و محبوبیت بین دوستان به طور مستقیمی با بهزیستی ذهنی و شادکامی مرتبط است (هولدر و کلن<sup>۸</sup>، ۲۰۰۹؛ هولدر و کلاسن<sup>۹</sup>، ۲۰۱۰؛ الوف<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۸). به این معنی که افرادی که روابط بین فردی قدرتمند، حس نوع‌دوستی بالا، اعتماد به دیگران، انصاف و عدالت در توزیع و همکاری بالایی دارند، بهزیستی ذهنی و شادکامی بالایی را نشان می‌دهند، برعکس، فردی که حس خودپسندی، حسادت، روابط ضعیف با دیگران، عدم اعتماد به دیگران، سوءظن، مردم‌گریزی و انزواطلبی دارند، بهزیستی ذهنی و شادکامی پایینی را گزارش می‌کنند (فورگاس<sup>۱۱</sup>، ۲۰۱۲). روابط اجتماعی و حمایت موثر از معلمان و همسالان با تجارب شادکامی در مدارس مرتبط است. روابط اجتماعی یکی از مهمترین دلایل شادکامی است (چن، ۲۰۱۲).

روابط بین فردی مناسب با ایجاد خلق شاد، خوشرویی و قاطعیت باعث تقویت اعتماد به نفس افراد می‌شود، باعث می‌شود که افراد، دنیا را محل امنی برای خود ببینند، این مساله باعث تقویت شادکامی افراد می‌شود. البته به نظر می‌رسد که کیفیت روابط (نحوه‌ای که با دیگران ارتباط برقرار می‌کنیم)، است که ممکن است پیش‌بینی‌کننده قدرتمند پیامدهای مثبت در نوجوانان باشد. پژوهش‌ها مشخص کرده‌اند که کیفیت روابط در نوجوانی به طور معناداری با شایستگی‌های فرد، که از طریق عزت‌نفس بالا، شایستگی‌های اجتماعی، خودکنترلی، استقلال و بهزیستی ذهنی خود را منعکس می‌کند، مرتبط است. نوجوانانی که مورد پذیرش همسالان قرار دارند، احساس بهتری دارند، و درباره خودشان و صلاحیت‌هایشان به طور مثبت فکر می‌کنند، و در موقعیت‌های اجتماعی دریافت شده نسبتاً هم‌نوا هستند، و به آسانی با مسائل کنار می‌آیند (کامپتون<sup>۱۲</sup>، ۲۰۱۲؛ بلس و فیدلر<sup>۱۳</sup>، ۲۰۰۶). هم‌چنین، به نظر می‌رسد، روابط دوستانه متقابل در مدارس متوسطه با احساس بهتری از خود و بهزیستی ذهنی حتی بین کودکان نامحبوب همراه است. کودکان با روابط بین فردی بهتر، ادراک مطلوب‌تری از مدرسه دارند و دیدگاه مثبتی در مورد خودشان دارند (هولدر و کلاسن، ۲۰۱۰؛ الوف، ۲۰۰۸).

یکی دیگر از مولفه‌هایی که ممکن است در شادکامی افراد موثر باشد، عواطف و هیجان‌ها و خلق افراد است. بیشتر پژوهش‌ها در مدارس به بهبود پیشرفت تحصیلی افراد متمرکز است و کمتر به بهزیستی هیجانی و اجتماعی افراد توجه دارند (سولدو، شافر و ریلی<sup>۱۴</sup>،

1. Hu
2. Veenhoven
3. Chen
4. Roberts
5. Usitalo
6. Selim
7. Deci & Ryan
8. Holder & Coleman
9. Holder & Klassen
10. Eloff
11. Forgas
12. Compton
13. Bless, H., & Fiedler
1. Suldo, Shaffer & Riley

(در حالی که، رضایتمندی از مدرسه با رضایت کلی افراد مرتبط است) (راسموسن، لامان<sup>۱</sup>، ۲۰۱۴). دانیل های برون<sup>۲</sup> و هیبرون<sup>۳</sup> (۲۰۰۵)، در تئوری خود، شادکامی را با خلق ها، هیجان ها و تمایلات افراد برای تجارب خلقی تعریف می کند. بعضی مثال ها درباره حالات عاطفی شامل دردها و لذت های فیزیکی، سردرگمی، آزدگی، رنجش، بی قراری، شعف، اضطراب، خستگی، بیزاری، شادی، بی توجهی، خرسندی، آرامش، احساس سرزندگی، تجربه اوج، فشار هیجانی، ارضا کامل و داشتن حالت روحی مناسب می باشد (هیلر<sup>۴</sup>، ۲۰۰۹). بعضی از این حالت های عاطفی مانند آرامش و شعف مثبت هستند و دیگر حالت های عاطفی مانند اضطراب و افسردگی منفی هستند. بهزیستی ذهنی با فراوانی عاطفه مثبت افراد افزایش می یابد و با فراوانی عاطفه منفی افراد کاهش می یابد (گامبل و گارلینگ<sup>۵</sup>، ۲۰۱۲). به این معنی که ممکن است افرادی که در شادکامی نمره بالایی می گیرند، شرایط عاطفی مثبت داشته باشند و کسانی که در شادکامی نمره پایین می گیرند، شرایط عاطفی هیجانی منفی را تجربه می کنند. پژوهش ها مشخص کرده اند که عواطف مثبت تاثیر معناداری بر دیگر جنبه های روان شناختی مثلا حافظه، توجه، تجربه خود، نوع دوستی، تصمیم گیری، روابط بین فردی و رضایتمندی شخصی دارد (ایسن<sup>۶</sup>، ۲۰۰۱؛ کامپتون<sup>۷</sup>، ۲۰۱۲)، که زمینه را برای احساس بهزیستی ذهنی و شادکامی فراهم می کند. هم چنین عواطف و هیجان های منفی می تواند با عواملی مانند افسردگی، حالت های اضطرابی، انزوا، نارضایتی شخصی، تعلل و سردرگمی مرتبط باشد (فورگاس<sup>۸</sup>، ۲۰۰۲ و راسموسن، لامان<sup>۱</sup>، ۲۰۱۴). مشخص شده است که تجارب استرس زا و منفی در مدرسه و مشکلات بین فردی به طور منفی با شادکامی مرتبط است و با اعتراض و بهزیستی پایین همراه است (رابرتس<sup>۹</sup>، ۲۰۱۳). عواطف با تاثیر گذاشتن بر سبک زندگی افراد، اعتماد به نفس، روابط بین فردی و خانوادگی، باعث بهزیستی ذهنی در افراد شود (بلس و فیدلر<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۶). عواطف منفی، روان رنجوری، اضطراب (هوبنر<sup>۷</sup>، ۱۹۹۱)، و ثبات هیجانی (ریگبای و هوبنر<sup>۸</sup>، ۲۰۰۵)، پیش بینی کننده قدرتمند در نارضایتی از زندگی کودکان، و عواطف مثبت، روابط اجتماعی و محبوبیت بین هم تانان (هولدر و کلمن<sup>۹</sup>، ۲۰۰۹)، پیش بینی کننده قدرتمند در رضایت از زندگی کودکان هستند.

پژوهش حاضر با هدف بررسی مشکلات هیجانی و رفتاری، روابط بین فردی و شادکامی در بین دانش آموزان ۱۰ تا ۱۳ سال انجام گرفت. به این دلیل، دانش آموزان ۱۰ تا ۱۳ انتخاب شدند که آنها در دوره نوجوانی و یا در آستانه نوجوانی هستند، آنها می توانند هیجان های خود را تعریف کنند، و قادر به اسناددهی روابط علی احساساتشان به مسائل دیگر مانند بزرگسالان هستند (دنهام<sup>۹</sup>، ۱۹۹۸). کودکان در این سنین وارد دوره عملیات صوری می شوند. با این حال، ویژگی های عملیات عینی نیز هنوز به عنوان تفکر مستقیم کودکان در این مرحله مشهود است. به این معنی که، توانایی افراد در این سنین در ساختن فرضیه و تحلیل پیامدهای تصمیم گیری شان ممکن است هنوز به طور ضعیفی تحول یافته باشد (تن و فورگاس<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۰). بر این اساس، در پژوهش حاضر سنین مختلفی انتخاب شده اند تا بتوان تحلیل مناسبتری از روابط متغیرها ارائه داد.

## روش

این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است که مشکلات بین فردی و مشکلات هیجانی و رفتاری به عنوان متغیرهای پیش بین و شادکامی به عنوان متغیر ملاک در نظر گرفته شده است.

**جامعه، نمونه و روش نمونه گیری:** جامعه آماری در پژوهش حاضر کلیه دانش آموزان مدارس ابتدایی ۱۰ تا ۱۳ سال، پایه چهارم تا ششم ابتدایی استان سمنان در سال تحصیلی ۹۵-۹۶ می باشد. از بین جامعه آماری مورد نظر تعداد ۲۳۲ دانش آموز دختر و پسر به صورت خوشه ای انتخاب شدند. به این صورت که ابتدا لیست مدارس مختلف شهرستان ها بدست آمده سپس از بین این مدارس، مدرسی انتخاب شدند که هم دانش آموزان شهر و هم دانش آموزان حومه شهر را پوشش دهد. سپس، محققین جهت تکمیل پرسشنامه ها به مدارس مورد

1. Rasmussen & Laumann
- 2 - Hybron
3. Hybron
4. Hiller
5. Gamble & Garling
6. Isen
7. Huebner
8. Rigby & Huebner
9. Denham
10. Tan & Forgas

نظر مراجعه کرده و از این میان، دانش آموزان ۱۰ تا ۱۳ ساله به طور تصادفی انتخاب شدند و پس از توضیح نحوه تکمیل، پرسشنامه‌ها را در اختیار دانش آموزان قرار دادند. پرسشنامه‌ها طی یک ماه جهت تجزیه و تحلیل جمع‌آوری شدند.

**مقیاس نقاط قوت و ضعف:** این مقیاس‌ها به طور گسترده‌ای برای ارزیابی مشکلات رفتاری و هیجانی در دامنه سنی ۳ تا ۱۶ سال کاربرد دارد (گودمان<sup>۱</sup>، ۱۹۹۷). بعضی از این مقیاس‌ها توسط مراقبین کودک و نوجوان و بعضی توسط خود فرد تکمیل می‌شود. مقیاس استفاده شده در پژوهش حاضر صرفاً برای کودکان ۱۰ تا ۱۳ ساله کاربرد دارد. این مقیاس سه درجه‌ای دارای پنج خرده‌مقیاس است که شامل مشکلات فرااجتماعی، بیش‌فعالی، مشکلات هیجانی، مشکلات رفتاری، مشکلات با همسالان می‌باشد. گودمن آلفای کرونباخ ۰/۷۳ را برای این مقیاس گزارش کرد. در ایران نیز این مقیاس هنجاریابی شده و روایی و پایایی خوبی برای آن گزارش شده است (تهرانی دوست و محمودی قرائی<sup>۲</sup>، ۲۰۰۹). هم‌چنین در پژوهش حاضر برای این مقیاس آلفای کرونباخ ۰/۸۵ و برای خرده‌مقیاس‌ها به ترتیب، مشکلات فرااجتماعی ۰/۷۲، بیش‌فعالی ۰/۷۸، مشکلات هیجانی ۰/۸۵، مشکلات رفتاری ۰/۸۳، مشکلات با همسالان ۰/۷۹ بدست آمد.

**مقیاس مشکلات بین فردی:** این مقیاس ۳۲ ماده‌ای (سولدز، بادمان، دمبی و مری<sup>۳</sup>، ۱۹۹۳) شامل ۸ خرده‌مقیاس است که هر ۴ ماده از پرسشنامه یک خرده‌مقیاس را ارزیابی می‌کند. این خرده‌مقیاس‌ها شامل سلطه‌جویی، انتقام‌جویی، بی‌عاطفگی، انزوا، مطیع بودن، سواستفاده شونده، موافق و مزاحم می‌باشد. آزمودنی می‌بایست عباراتی را که بیشتر در مورد او صدق می‌کند، علامت بزند. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ برای خرده‌مقیاس‌های این آزمون به ترتیب سلطه‌جویی ۰/۷۸، انتقام‌جویی ۰/۷۵، بی‌عاطفگی ۰/۸۱، انزوا ۰/۷۴، مطیع بودن ۰/۷۵، سواستفاده شونده ۰/۷۰، موافق ۰/۶۹، مزاحم ۰/۸۲ و آلفای کرونباخ کل ۰/۷۶ به دست آمد.

**مقیاس شادکامی:** این مقیاس شامل ۲۹ ماده است که توسط آرجیل، لو و مارتین آسیتالو (۲۰۱۲)، تهیه شده و در یک طیف چهار درجه‌ای نمره‌گذاری شده است و سازه‌های روان‌شناختی مربوط به علاقه‌های اجتماعی برون‌گرایی، مهربانی، موافقت، شوخ‌طبعی، احساس هدفمندی، خودبستگی، حرمت خود، پذیرش خود، سلامت جسمی، خودمختاری، مکان کنترل و احساس زیبایی شناختی را ارزیابی می‌کند. روایی این مقیاس در ایران توسط علی‌پور و نوربالا (۱۳۷۸)، ۰/۹۳ و پایایی آن گزارش شده است. آلفای کرونباخ این مقیاس در پژوهش حاضر ۰/۸۳ بدست آمد.

## یافته ها

این مطالعه روی ۲۳۲ دانش آموز دختر و پسر ۱۰ تا ۱۳ سال (۱۵۵ دانش آموز دختر و ۷۷ دانش آموز پسر)، با میانگین سنی ۱۴/۱۱ و انحراف استاندارد ۱/۵۰ سال انجام شد.

متغیرهای مشکلات فرااجتماعی، بیش‌فعالی، مشکلات هیجانی، مشکلات رفتاری، مشکلات با همسالان، سلطه‌جویی، انتقام‌جویی، بی‌عاطفه، از نظر اجتماعی گریزان، مطیع، سواستفاده شونده، موافق و مزاحم به عنوان متغیرهای پیش‌بین و شادکامی متغیر ملاک را تشکیل می‌دهند. ماتریس همبستگی و میانگین و انحراف استاندارد متغیرهای مورد مطالعه در جدول ذیل ارائه شده است.

جدول ۱: ماتریس همبستگی و آماره‌های توصیفی متغیرهای مورد مطالعه

| متغیر                | میانگین | انحراف استاندارد | شادکامی | متغیر                    | میانگین | انحراف استاندارد | شادکامی |
|----------------------|---------|------------------|---------|--------------------------|---------|------------------|---------|
| ۱- مشکلات فرااجتماعی | ۷/۴۸    | ۲/۰۶             | ۰/۴۴**  | ۸- بی‌عاطفه              | ۰/۶۹    | ۰/۸۸             | ۰/۳۶**  |
| ۲- بیش‌فعالی         | ۴/۸۳    | ۱/۶۴             | ۰/۰۹    | ۹- از نظر اجتماعی گریزان | ۰/۸۰    | ۱/۱۳             | ۰/۳۷**  |
| ۳- مشکلات هیجانی     | ۳/۵۵    | ۲/۳۳             | ۰/۵۸**  | ۱۰- مطیع                 | ۰/۸۴    | ۰/۹۶             | ۰/۰۷    |
| ۴- مشکلات رفتاری     | ۳/۱۵    | ۱/۵۷             | ۰/۰۸    | ۱۱- سواستفاده شونده      | ۰/۸۳    | ۰/۹۹             | ۰/۳۱**  |

1. Goodman
2. Tehrani-Doost & Mahmoudi Gharai
3. Soldz, Budman, Demby & Merry

|                      |      |      |       |           |      |      |         |
|----------------------|------|------|-------|-----------|------|------|---------|
| ۵- مشکلات با همسالان | ۵/۳۳ | ۱/۳۸ | *۰/۱۹ | ۱۲- موافق | ۱/۷۵ | ۱/۳۶ | -۰/۰۶   |
| ۶- سلطه جویی         | ۰/۸۵ | ۰/۷۸ | -۰/۰۴ | ۱۳- مزاحم | ۱/۳۰ | ۲/۰۳ | -۰/۳۵** |
| ۷- انتقام جویی       | ۰/۳۱ | ۰/۵۵ | -۰/۱۵ |           | ۲۷** | ۰/۰۹ | ۰/۰۳۹   |

\*P &lt; 0/05 \*\*P &lt; 0/01

با توجه به جدول ۱، ملاحظه می شود که دامنه ضرایب همبستگی معنادار متغیرهای مورد مطالعه در سطح ۰/۰۱ و ۰/۰۵ از ۰/۱۹ تا ۰/۵۸- هست. بیشترین ضریب همبستگی منفی بین مشکلات هیجانی و شادکامی (۰/۵۸-)، و کمترین ضریب همبستگی منفی معنادار مربوط به مشکلات با همتایان و شادکامی (۰/۱۹-)، می باشد. نتایج تحلیل رگرسیون در جدول ۲ نشان داده شده است.

جدول ۲- خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام متغیرهای پیش بینی کننده شادکامی (مقدار واریانس تبیین شده و معناداری مدل)

| متغیرهای وارد شده در هر مرتبه | R         | R2     | R2   | خطای معیار | T     | B     | Beta | سطح معناداری |
|-------------------------------|-----------|--------|------|------------|-------|-------|------|--------------|
| متغیرهای وارد شده در هر مرتبه | تعدیل شده | برآورد |      |            |       |       |      |              |
| مشکلات هیجانی                 | ۰/۵۹      | ۰/۳۵   | ۰/۳۴ | ۸/۲۲       | -۷/۸۷ | -۳/۸۷ | ۰/۵۸ | ۰/۰۰۱        |
| مشکلات با همتایان             | ۰/۶۳      | ۰/۴۰   | ۰/۳۹ | ۷/۸۲       | -۸/۰۳ | ۳/۸۹  | ۰/۵۹ | ۰/۰۰۱        |
| مشکلات رفتاری                 | ۰/۷۰      | ۰/۵۰   | ۰/۴۹ | ۷/۷۷       | -۸/۴۳ | -۴/۲۴ | ۰/۶۴ | ۰/۰۰۱        |

\*P &lt; 0/01

جدول ۲ خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام متغیرهای پیش بینی کننده شادکامی، میزان  $t$  و ترتیب ورود متغیرها و ضرایب حاصل از رگرسیون چندگانه متغیرهای پژوهش را نشان می دهد. با عنایت به این جدول، خرده مقیاس مشکلات هیجانی به علت داشتن همبستگی صفر مرتبه بالا اولین متغیری است که وارد تحلیل شده و با توجه به مقدار مجذور  $R$  تعدیل شده می توان گفت که مولفه مشکلات هیجانی توانسته است ۰/۳۴ از واریانس مولفه شادکامی را تبیین کند ( $R^2=0/34$ ,  $Beta=0/58$ ). در گام دوم مولفه مشکلات با همتایان همراه با مولفه مشکلات هیجانی توانسته است ۰/۳۹ درصد از واریانس متغیر شادکامی را تبیین کند. ( $R^2=0/39$ ,  $Beta=0/59$ ). و در گام سوم مولفه مشکلات رفتاری همراه با دو مولفه بالا ۰/۴۹ درصد از واریانس متغیر شادکامی را تبیین می کند. ( $R^2=0/49$ ,  $Beta=0/58$ ). میزان  $t$  و سطح معناداری آن بیانگر اثر معنادار متغیرها در معادله رگرسیون است. هم چنین این جدول مشخص می کند که مولفه های دیگر مربوط به دو مقیاس نقاط قوت و ضعف و مشکلات بین فردی از مدل حذف شده اند و این بدان علت است که ورود این مولفه ها سهمی در موفقیت مدل نداشته و توان پیش بینی این مولفه ها ضعیف بوده است.

جدول ۳- خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون گام به گام متغیرهای مشکلات بین فردی در پیش بینی شادکامی

| متغیرهای وارد شده در هر مرتبه | R         | R2     | R2   | خطای معیار | T     | B     | Beta | سطح معناداری |
|-------------------------------|-----------|--------|------|------------|-------|-------|------|--------------|
| متغیرهای وارد شده در هر مرتبه | تعدیل شده | برآورد |      |            |       |       |      |              |
| منزوی                         | ۰/۳۲      | ۰/۱۰   | ۰/۰۹ | ۹/۳۵       | -۳/۳۴ | -۳/۶۸ | ۰/۳۲ | ۰/۰۰         |

با ورود همه متغیرها در تحلیل رگرسیون گام به گام هیچ یک از مولفه های مقیاس مشکلات بین فردی معنادار نشد. اما در تحلیل جداگانه که در جدول ۳ نشان داده شده است، خرده مقیاس گریزان از اجتماع (منزوی)، تنها مولفه ای است که وارد تحلیل شده و می توان گفت که ۹ درصد از شادکامی را بطور جداگانه تبیین می کند ( $R^2=0/09$ ,  $Beta=0/32$ ).

## بحث و نتیجه گیری

پژوهش حاضر با هدف بررسی سهم مشکلات بین فردی و مشکلات هیجانی و رفتاری در پیش بینی میزان شادکامی دانش آموزان دختر و پسر ۱۰ تا ۱۳ سال انجام گرفت. در بررسی همبستگی بین متغیرهای پژوهش مشخص شد که بین مشکلات فرا اجتماعی، مشکلات با همتایان، سردی عاطفی، انزوای اجتماعی، تلقین پذیری و مزاحمت همبستگی منفی معناداری با شادکامی وجود دارد. هم چنین در بررسی

تحلیل رگرسیون چندگانه مشخص شد که مشکلات هیجانی به عنوان قدرتمندترین مولفه و سپس مشکلات رفتاری و مشکلات با همتایان بیشترین سهم را در پیش بینی شادکامی پایین دانش آموزان دارند.

در پژوهش حاضر آشکار شد که مشکلات هیجانی نقش موثری را در پیش بینی شادکامی پایین دارد. این یافته با دیگر یافته های انجام شده در این زمینه همسو است (سالدو، شافر و ریلی، ۲۰۰۸). این پژوهش ها به وضوح روابط منفی مشکلات هیجانی و شادکامی و بهزیستی روانی و همچنین روابط مثبت مشکلات هیجانی پایین و شادکامی را تبیین کرده اند. مشکلات هیجانی با نگرانی زیاد، ناشادی، عصبیت، استرس و اضطراب، ترس فراوان و علایم سایکوسوماتیک مانند سردردهای زیاد، شکم درد و یا بیماری مشخص می شود. به نظر می رسد، دانش آموزان با عواطف و هیجان های منفی، شادکامی پایینی را از بعضی جهات تجربه می کنند. به این معنی که، دانش آموزانی که هیجان های منفی از جمله تجارب استرس زا و منفی را تجربه می کنند، نارضایتی شخصی بالا، کارآمدی پایین و روابط بین فردی ضعیفی از خود نشان می دهند (راسموسن، لامن، ۲۰۱۴). هیجان های منفی سبک زندگی افراد را تغییر داده، عملکرد و کارایی افراد را کاهش داده و بهزیستی ذهنی افراد را پایین می آورد (بلس و فیدلر، ۲۰۰۶). برعکس، هیجان های مثبت اعتماد به نفس افراد را افزایش داده، باعث روابط بین فردی مثبت و گسترده شده، شادکامی دانش آموزان را به دنبال دارد (گامبل و گارلین، ۲۰۱۲). افراد با عواطف مثبت، روابط بین فردی خود را گسترش داده و شبکه حمایت های اجتماعی وسیعی دارند که می تواند شامل حمایت های مالی، عاطفی و اطلاعاتی باشد و افراد از حس ارزشمند بودن و دوست داشتن سود می برند. همچنین، با خوش بینی و امیدواری نسبت به مسائل و رویدادهای زندگی، با هدفمندی و معنی داری بالا کیفیت زندگی خود را تقویت می کنند (چن، ۲۰۱۲).

هم چنین، پژوهش حاضر نشان داد که مشکلات با همتایان به عنوان دومین متغیر وارد شده در تحلیل رگرسیون چندگانه سهم عمده ای را در پیش بینی شادکامی پایین افراد دارد. به این معنی که افرادی که معمولاً منزوی هستند، دوستان اندکی دارند، روابط مناسبی با همتایان خود ندارند و دیگر همسالان آنها را مورد شماتت قرار می دهند، شادکامی پایینی را گزارش کرده اند. این یافته با دیگر مطالعات انجام شده در این حوزه هماهنگ است (هولدر و کلن، ۲۰۰۹، چن، ۲۰۱۲ و الوف، ۲۰۰۸). این مطالعات آشکارا روابط بین فردی و روابط با همتایان را در بهزیستی و شادکامی افراد گزارش کرده اند. به نظر می رسد، دانش آموزانی که بین همتایان خود از محبوبیت بالایی برخوردار هستند و روابط گسترده ای را با دیگر همکلاسی های خود برقرار کرده اند، نیازهای روان شناسی خود از جمله مهربانی، شوخ طبعی، هدفمندی، احساس حرمت خود، پذیرش خود و خودکنترلی را تقویت کرده، رضایتمندی و شادکامی بالایی را کسب می کنند. روابط قدرتمند با همتایان، حسی از نوع دوستی، اعتماد و همکاری را در افراد تقویت می کند که با بهزیستی ذهنی افراد همراه است. برعکس، روابط ضعیف با دیگر همتایان با حسادت، حس خودپسندی، بی اعتمادی به دیگران، انزواطلبی و گریزان بودن از روابط اجتماعی را در دانش آموزان تقویت می کند، که این مساله باعث ناشادی و بهزیستی ذهنی پایین در افراد می شود (فورگاس، ۲۰۱۰ و چن، ۲۰۱۲). روابط بین فردی قدرتمند باعث حسی از خوش بینی و اعتماد به نفس در دانش آموزان می شود که فرصت بیشتری را برای خودشکوفایی پیدا می کنند.

از دیگر متغیرهایی که در ترکیب با دو مولفه ای که در بالا ذکر شد، سهم مناسبی را در پیش بینی شادکامی دانش آموزان دارد، مشکلات رفتاری دانش آموزان می باشد. دانش آموزان با مشکلات رفتاری بالا عصبانی، پرخاشگر، دروغگو و تا حدی تکانشی عمل می کنند. این دانش آموزان در رفتار با دیگران صرفاً به نیازهای شخصی خود بدون توجه به نیازهای دیگران اقدام می کنند. در پژوهش حاضر آشکار شد، دانش آموزانی که مشکلات رفتاری بالایی دارند، احساس ناشادی می کنند و بهزیستی پایینی را گزارش می کنند. برعکس، دانش آموزانی که مشکلات رفتاری پایینی دارند، شادکامی و بهزیستی بالایی را گزارش می کنند. این یافته با دیگر پژوهش های انجام شده در این حوزه همخوانی دارد (فورگاس، ۲۰۱۰؛ چن، ۲۰۱۲ و راسموسن و لامن، ۲۰۱۴). دانش آموزان با مشکلات رفتاری بیشتر به این علت که در رفتار خود انعطاف پذیری ندارند، انزوای بیشتری را تجربه می کنند، روابط بین فردی محدودی دارند و به تدریج دایره دوستان این دانش آموزان کمتر می شود. این مساله باعث مشکلات دیگری از جمله مشکلات عاطفی، غمگینی بیشتر، نداشتن راهکارهای مقابله ای مناسب جهت حل مشکلات می شود. هم چنین، خیلی احتمال دارد، دانش آموزان با مشکلات رفتاری به سمت بزهکاری روی آورند. همه این مسائل باعث می شود که این دانش آموزان فاقد کارآمدی، اعتماد به نفس، انگیزه مندی و هدفمندی باشند و ناشادتر زندگی کنند.

در پژوهش حاضر، سهم خرده مقیاس های مشکلات بین فردی و مشکلات هیجانی رفتاری در پیش بینی شادکامی در بین دانش آموزان دختر و پسر مورد ارزیابی قرار گرفت. لازم است در دیگر پژوهش ها این روابط به طور جداگانه در دانش آموزان دختر و پسر انجام شود. هم چنین، در پژوهش حاضر رابطه خانواده در شادکامی مورد بررسی قرار نگرفته است، لازم است در پژوهش های آینده سهم خانواده نیز به عنوان یک متغیر مهم پیش بینی کننده شادکامی در دانش آموزان مورد ارزیابی قرار گیرد.

به طور خلاصه، و با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر، به نظر می‌رسد، افرادی که روابط بین فردی گسترده‌ای دارند، و در بین هم‌تایان خود از پذیرش بالایی برخوردارند، مشکلات هیجانی و رفتاری کمتری را تجربه می‌کنند. هم‌چنین، احتمال دارد افراد با مشکلات هیجانی و رفتاری کمتر، روابط بین فردی با هم‌تایان خود را گسترش دهند و زمینه را برای شادکامی و موفقیت خود را فراهم می‌کنند.

## منابع

علی پور احمد و نور بالا احمد علی (۱۳۷۸). بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه های تهران. روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران: ۵ (۱ و ۲): ۵۵-۶۶

- Bless, H., & Fiedler, K. (2006). *Mood and the regulation of information processing and behavior*. In J. P. Forgas (Ed.), *Affect in social thinking and behavior* (pp. 65–84). New York: Psychology Press. Brighouse, H. *On education*. New York: Routledge.
- Chen, W. (2012). How education enhances happiness: Comparison of mediating factors in four East Asian Countries. *Social Indicators Research*. 106,117–131.
- Compton, W. C. (2012). *Introduction to positive psychology*. Belmont, CA: Thompson Wadsworth.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*. 11(4), 227–268.
- Denham, S. A. (1998). *Emotional development in young children*. New York: The Guilford Press.
- Eloff, I. (2008). In pursuit of happiness: How some young African children construct happiness. *Journal of Psychology in Africa*. 18(1). 81–88.
- Forgas, J. P. (2002). Feeling and doing: Affective influences on interpersonal behavior. *Psychological Inquiry*. 13(1), 1–28.
- Forgas, J. P. (2010). When sad is better than happy: Mood effects on the effectiveness of persuasive messages. *Journal of Experimental Social Psychology*. 43, 513–528.
- Gamble, A., & Garling, T. (2012). The relationship between life satisfaction, Happiness and current mood. *Journal of happiness study*. 13, 31-45.
- Goodman, R. (1997). The Strengths and Difficulties Questionnaire: A Research Note. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 38, 581–586.
- Hiller, S. (2009). Haybron on mood propensity and happiness. *Journal of happiness study*. 10, 215-228.
- Holder, M. D., & Coleman, B. (2009). The contribution of social relationships to children’s happiness. *Journal of Happiness Studies*. 10(3), 329–349.
- Holder, M. D., & Klassen, A. (2010). Temperament and happiness in children. *Journal of Happiness Studies*. 11, 419–439.
- Hu, A. (2014). The changing happiness- enhancing effect of a college degree under higher education: Evidence from china. *Journal of happiness study*. 24.1-17.
- Huebner, E. S. (1991). Correlates of life satisfaction in children. *School Psychology Quarterly*. 6, 103–111.
- Hybron, D. m. (2005). On being happy or unhappy. *Philosophy and phenomenological research*. 7(2), 287-317.
- Isen, A. M. (2001). An influence of positive affect on decision making in complex situations: heoretical issues with practical implications. *Journal of Consumer Psychology*. 11, 75–85.
- Rasmussen, m., & Laumann, K. (2014). The role of exercise during adolescence on adult happiness and mood. *Leisure Studies*. 33(4), 341–356
- Rigby, B. T., & Huebner, E. S. (2005). Do causal attributions mediate the relationship between personality characteristics and life satisfaction in adolescence? *Psychology in the Schools*. 42(1), 91–99.
- Roberts. H. (2013). Despair and education. *Study of philosophy education*. 32, 423- 475.
- Selim, S. (2008). Life satisfaction and happiness in Turkey. *Social Indicators Research*. 88(3), 531–562.
- Soldz, S., Budman, S. H., Demby, A., & Merry, J. (1993). Representation of personality disorders in circumplex and Five-Factor space: Explorations with a clinical sample. *Psychological Assessment*. 5, 41-52.
- Suldo, S. M., Shaffer, E. S., & Riley, K. A (2008). Social-cognitive-behavioral model of academic predictors of adolescents’ life satisfaction. *School Psychology Quarterly*. 23(1), 56–69.
- Tan, H. B., & Forgas, J.P. (2010). When happiness makes us selfish, but sadness makes us fear: Affective influence on interpersonal strategies in the dictator game. *Journal of experimental social psychology*. 46, 571- 576.
- Tehrani-Doost, M., Mahmoudi Gharai, J. (2009). Efficacy of Positive Parenting on Improving Children’s Behavior Problems and Parenting Styles. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology*. 14, (4), 371-379
- Usitalo, M. (2012). Global and school related happiness in finish children. *Journal of happiness study*. 13: 601-619.
- Veenhoven, R. (2010). Capability and happiness: Conseptual difference and reality links. *Journal of Socio-Economics*. 39(3), 344–350.

