

نقش میانجی شفقت در رابطه هوش هیجانی و بهزیستی روان شناختی دختران نوجوان
The mediating role of compassion in the relationship between emotional intelligence
and psychological well-being of adolescent girls

Maliheh Golfam

Master of family counseling, faculty of education and psychology, Alzahra university, Tehran, Iran.

Simin Hosseinian *

Professor, Department of Counseling, faculty of education and psychology, Alzahra University, Tehran, Iran.

hosseinian@alzahra.ac.ir

Abbas Abdollahi

Assistant professor of counseling department, faculty of education and psychology, Alzahra University, Tehran, Iran.

ملیحه گلفام

کارشناسی ارشد مشاوره خانواده، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران.

سیمین حسینیان (نویسنده مسئول)

استاد گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران.

عباس عبداللهی

استادیار گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه الزهراء، تهران، ایران.

Abstract

The present study aimed to investigate the mediating role of compassion in the relationship between emotional intelligence and the psychological well-being of adolescent girls. The research method used was descriptive correlation using structural modeling. The statistical population included teenage girls from first to third grades (second secondary) of high schools in Melair City in the academic year of 2022-2023, and 452 people were selected as the sample size by the available sampling method. The research tools included Ryff's Psychological Well-Being Scale (RSPWB) Riff (1989), Schutte Emotional Intelligence Scale (SEIS) Shot et al. (1998), and Compassion Questionnaire (CS) Nas and Sack (2020). Structural equation analysis was used to analyze the data. The results showed the optimal fit of the research model. The results showed that emotion regulation ($P=0.002$) and emotion exploitation ($P=0.005$) as two components of emotional intelligence as well as compassion ($P=0.05$) have a significant direct effect on psychological well-being. However, emotional expression did not significantly affect psychological well-being ($P>0.05$). Also, the results showed that emotion regulation ($P=0.04$) has an important indirect effect on psychological well-being, but emotion exploitation and emotion expression did not show a significant indirect effect ($P>0.05$). These results show that compassion, considering the role of emotion regulation as a component of emotional intelligence, can explain the psychological well-being of adolescent girls.

Keywords: Psychological Well-being, Emotional Intelligence, Compassion, Girls.

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی شفقت در رابطه هوش هیجانی و بهزیستی روان شناختی دختران نوجوان بود. روش پژوهش توصیفی - همبستگی با استفاده از مدل‌یابی ساختاری بود. جامعه آماری شامل دختران نوجوان پایه اول تا سوم (متوسطه دوم) دبیرستان‌های شهرستان ملایر در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بود که به روش نمونه‌گیری در دسترس ۴۵۲ نفر به عنوان حجم نمونه انتخاب شدند. ابزار پژوهش شامل پرسشنامه بهزیستی روان شناختی ریف (RSPWB) ریف (۱۹۸۹)، پرسشنامه هوش هیجانی (SEIS) شات و همکاران (۱۹۹۸) و پرسشنامه شفقت (CS) ناس و ساک (۲۰۲۰) بود. از تحلیل معادلات ساختاری برای تحلیل داده‌ها استفاده شد. نتایج بیانگر برازش مطلوب مدل پژوهش بود. نتایج نشان داد که تنظیم هیجان ($P=0.002$) و بهره برداری هیجان ($P=0.005$) به عنوان دو مولفه هوش هیجانی و همچنین شفقت ($P=0.05$) اثر مستقیم معناداری بر بهزیستی روان شناختی داشت، ولی ابراز هیجان اثر مستقیم معناداری بر روی بهزیستی روان شناختی نشان نداد ($P>0.05$). همچنین نتایج نشان داد که تنظیم هیجان ($P=0.04$) اثر غیر مستقیم معناداری بر بهزیستی روان شناختی داشت، اما بهره‌برداری هیجان و ابراز هیجان اثر غیرمستقیم معناداری نشان ندادند ($P>0.05$). این نتایج نشان می‌دهد که شفقت با توجه به نقش تنظیم هیجان به عنوان مولفه هوش هیجانی می‌تواند تبیین کننده بهزیستی روان شناختی دختران نوجوان باشد.

واژه‌های کلیدی: بهزیستی روان شناختی، هوش هیجانی، شفقت، دختران.

مقدمه

نوجوانی یکی از مراحل رشد تحولی است که با چالش‌های زیادی همراه می‌باشد و دوره‌ای حیاتی برای سلامت روان و بهزیستی افراد محسوب می‌شود (لریا^۱ و همکاران، ۲۰۲۲). در این دوره رشدی تغییرات مختلفی به لحاظ فیزیولوژیکی، فردی و اجتماعی در نوجوان رخ می‌دهد که برآیند این تغییرات سبب می‌شود شیوع مشکلات عاطفی که بر بهزیستی روان‌شناختی در این دوره اثرگذار هستند، بسیار بالا باشد (لیاماس-دیاز^۲ و همکاران، ۲۰۲۲). بهزیستی روان‌شناختی تنها نبود اختلالات روان‌شناختی نیست، بلکه بر شرایط مثبت جسمانی، روانی و اجتماعی نیز دلالت دارد (لوپز^۳ و همکاران، ۲۰۲۰). بهزیستی روان‌شناختی به معنای تلاش فرد برای رسیدن به کمال و تحقق استعدادها و توانایی‌های بالقوه خود است (امینی بهاء و افشاری نیا، ۱۴۰۲). افراد با بهزیستی روان‌شناختی پایین رخدادهای زندگی خود را نامطلوب ارزیابی کرده و پریشانی‌های روان‌شناختی بیشتری مانند اضطراب و افسردگی را تجربه می‌کنند اما افرادی که بهزیستی روان‌شناختی بالایی دارند به‌طور معمول از رخدادهای زندگی خود ارزیابی مطلوبی دارند و اغلب هیجانات مثبتی مانند شادی را تجربه می‌کنند (هینتزلمن و داینر^۴، ۲۰۱۹). پژوهش‌ها نشان می‌دهند بخش عمده‌ای از اختلالات مرتبط با سلامت روان مانند اضطراب و افسردگی در دوره نوجوانی رخ می‌دهند (یوسف^۵ و همکاران، ۲۰۲۳). در این میان، نوجوانان دختر آسیب‌پذیری بیشتری نسبت به تجربه تغییر دوره‌های زندگی و انواع خشونت‌ها دارند که می‌تواند بهزیستی روان‌شناختی آنها را تحت تأثیر قرار دهد (نوری‌پور و همکاران، ۲۰۲۳). به نظر می‌رسد که عوامل روان‌شناختی و جمعیت‌شناختی متعددی وجود دارد که می‌تواند بر بهزیستی روان‌شناختی اثرگذار باشند (اوسکورچی^۶ و همکاران، ۲۰۲۳). با این حال به نظر می‌رسد که در نوجوانان فارغ از جنسیت و دیگر متغیرهای اجتماعی و اقتصادی، هیجان و تجربه هیجان‌های مثبت از اهمیت غیرقابل انکاری برخوردار است (رانا و ناندینی^۷، ۲۰۱۶).

وجود عواملی مانند محرومیت از خواب، افزایش سطح استرس و فشار و روابط اجتماعی در نوجوانان باعث شده که توانایی مدیریت و کنترل هیجان‌های مرتبط با این عوامل پریشان‌کننده هیجانی، یک عامل محافظ اساسی بهزیستی روان‌شناختی در نوجوانان باشد (انیس^۸ و همکاران، ۲۰۲۴). در همین رابطه هوش هیجانی^۹ به‌عنوان مجموعه‌ای از قابلیت‌ها و مهارت‌های غیر شناختی در نظر گرفته می‌شود که بر توانمندسازی فرد در مواجهه درست و موفق با خواسته‌ها، مقتضیات و فشارهای محیطی تأثیر می‌گذارد (نچارپوریان، ۱۳۹۹). هوش هیجانی دارای مؤلفه‌هایی از قبیل خودآگاهی هیجانی، خود ابرازی، احترام به خود، خودشکوفایی، استقلال، همدلی، مسئولیت‌پذیری اجتماعی، روابط بین فردی مطلوب، واقع‌گرایی، انعطاف‌پذیری، توانایی حل مسئله، تحمل فشار روانی، کنترل تکانه، خوش‌بینی و شادمانی است. با افزایش ظرفیت درک و تنظیم هوش هیجانی، شادی نیز افزایش می‌یابد و نوجوانی به عنوان یک زمان ایده آل در زندگی برای تشویق توسعه ظرفیت‌های عاطفی که به شادی بیشتر کمک می‌کند، تلقی می‌شود (گوئرا - بوستامانت^{۱۰} و همکاران، ۲۰۱۹). فیها و اود^{۱۱} (۲۰۲۰) نشان دادند که افراد حائز هوش هیجانی پایین به دلیل ضعف در توانایی انطباق با محیط در مواجهه با استرس‌های زندگی بیشتر در معرض پیامدهای منفی زندگی قرار خواهند گرفت. این افراد به‌احتمال بیشتری تحت تأثیر عوامل محیطی قرار می‌گیرند. علاوه بر این مولفه‌های هوش هیجانی مانند توانایی تنظیم و ابراز هیجان‌ها، تعدیل‌کننده معنادار متغیرهای زمینه‌ای دیگر مانند سبک والدگری برای نوجوانان است (انیس و همکاران، ۲۰۲۴).

اگرچه به بررسی رابطه هوش هیجانی با بهزیستی روان‌شناختی در نوجوانان توجه گردیده، اما مکانیزم‌ها و متغیرهای واسطه میان رابطه این دو متغیر حداقل در جمعیت دختران نوجوان مورد توجه نبوده است ولی برای جمعیت‌های دیگر نظیر سالمندان چنین پژوهشی به چشم می‌خورد (رزاقی و همکاران، ۱۳۹۸). در همین رابطه به نظر می‌رسد که شفقت به خود می‌تواند برای ارتباط با خود بسیار مفید باشد، به ویژه برای نوجوانانی که در توسعه هویت و ارزش خود نقش دارند، و انتقال آنها را از نوجوانی به بزرگسالی آسان می‌کند و تبیین

1 Lereya

2 Llamas-Díaz

3 López

4 Heintzelman & Dinner

5 Yosep

6 Oskrochi

7 Rana & Nandinee

8 Aneesh

9 Emotional Intelligence

10 Guerra-Bustamante

11 Fleitha & Awwad

کننده معنادار احساس شادی است (اینام^۱ و همکاران، ۲۰۲۱). شفقت عبارت است از یک مهربانی بنیادی، همراه با آگاهی عمیق از رنج خود و سایر موجودات زنده با داشتن انگیزه و تلاش برای تسکین رنج و به‌عنوان یکی از ویژگی‌های تجربه انسانی، یک جزء مهم از بهزیستی فردی، بین فردی، سازمانی و اجتماعی در نظر گرفته می‌شود (ناس و ساک^۲، ۲۰۲۱). در حقیقت شفقت که شامل شفقت درونی (خودشفقتی)، شفقت بیرونی (شفقت به دیگری) و شفقت دنیوی (شفقت به سایر موجودات زنده) می‌باشد ترکیب کاملی از شفقت را شکل داده که در سایه آن می‌توان به درک ارتباطات انسانی دست یافت (کوسیارا^۳ و همکاران، ۲۰۲۰). گیلبرت^۴ و همکاران (۲۰۱۷) در پژوهش خود بیان می‌کنند کودکان و بزرگسالانی که در معرض مهربانی، گرمی و شفقت هستند، اعتمادبه‌نفس بالاتری داشته، ایمن‌تر و شادتر هستند و در مواجهه با مسائل مرتبط با بهزیستی فیزیکی و روان‌شناختی آسیب‌پذیری کمتری دارند. علاوه بر این پژوهش‌ها نشان می‌دهد که شفقت در بهبود سلامت روانی (ماتوس، مک ایوان، کانوسکی و همکاران^۵، ۲۰۲۲) و نیز تعاملات بین فردی و درون فردی مؤثر نقش دارد (لاترن^۶ و همکاران، ۲۰۲۱). سارینن^۷ و همکاران (۲۰۲۰) به این نتیجه رسیدند که شفقت بالا، می‌تواند باعث ارتقاء بهزیستی روان‌شناختی فرد گردد. بر همین اساس انتظار می‌رود که شفقت همان مکانیزمی باشد که هوش هیجانی به واسطه آن بر بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان اثرگذار باشد، چرا که در نمونه‌ای از دانشجویان نشان داده شده که هوش هیجانی پیش‌بینی کننده معنادار شفقت به خود است (خدابخشی کولایی و همکاران، ۱۳۹۸) و از سوی دیگر نیز شفقت به خود پیش‌بینی کننده معنادار مولفه‌های بهزیستی روان‌شناختی مانند احساس شادی و خوشبختی است (گلستانی بخت و همکاران، ۱۴۰۱).

در باب اهمیت پژوهش می‌توان گفت که نوجوانان در مرکز توجه بهداشت جهانی هستند و این امر به این دلیل است که سلامت نوجوانان نه تنها به‌صورت فردی مزایایی در پی دارد بلکه بر سلامت بزرگسالی نیز تأثیرگذار است (فاتوسی و هندی^۸، ۲۰۱۰). در این بین توجه به سلامت و بهزیستی نوجوانان دختر به دلیل اینکه آن‌ها مادران آینده بوده و در تربیت نسل آینده نقش به‌سزایی خواهند داشت بسیار ضروری است. از طرفی تاکنون مطالعات مختلفی در زمینه ارتباط هوش هیجانی با مؤلفه‌های مختلف در حوزه‌های روان‌شناسی صورت گرفته است. مطالعات انجام‌شده در این زمینه نشان داد که توانایی‌های این سازه با سازگاری روان‌شناختی مرتبط است. بررسی‌ها نشان می‌دهد، هوش هیجانی بر طیف وسیعی از متغیرها مانند: بهداشت روانی (مولر^۹ و همکاران، ۲۰۲۰)، سلامت عمومی، بهزیستی، خودکنترلی، هیجان‌پذیری، توانایی اجتماعی (شارپ^{۱۰} و همکاران، ۲۰۲۰)، رضایت از زندگی و عاطفه مثبت و شفقت تأثیرگذار است (عین^{۱۱} و همکاران، ۲۰۲۱).

همان‌طور که اشاره شد، هوش هیجانی با مؤلفه‌های مختلف روان‌شناختی از جمله شفقت رابطه نزدیکی دارد. با این حال، مطالعات محدودی در این زمینه به‌ویژه در ایران انجام‌شده است. بنابراین، درک نقش هوش هیجانی و ارتباط آن با شفقت از لحاظ نظری و کاربردی بسیار مهم است. از آنجاکه، بخش عمده هوش هیجانی به قابلیت‌های اجتماعی، هیجانی و رفتاری مربوط می‌شود، می‌توان با درک رابطه این دو سازه و از طریق طراحی مداخلات آموزشی به افزایش سلامت روان افراد کمک کرد. از طرف دیگر، شناخت رابطه بین هوش هیجانی و شفقت می‌تواند به مشاوران و روان‌شناسان کمک کند تا سطح سلامت روان افراد را با استفاده از این دو سازه افزایش دهند. این در حالی است که در ایران تنها پژوهش‌های اندکی بر روی بهزیستی روان‌شناختی صورت گرفته است و پژوهشی که در آن به نقش واسطه‌گری شفقت در رابطه هوش هیجانی با بهزیستی روان‌شناختی در نوجوانان دختر پرداخته شده باشد، صورت نگرفته است. لذا با توجه به اهمیت این موضوع که در نوجوانی شایستگی‌های روانی در فرد شکل می‌گیرد، هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی شفقت در رابطه میان هوش هیجانی و بهزیستی روان‌شناختی دختران نوجوان بود.

1 Inam

2 Nas & Sak

3 Kosiara

4 Gilbert

5 Matos

6 Lathren

7 Saarinen

8 Fatusi & Hindin

9 Moeller

10 Sharp

11 Ain

روش

پژوهش حاضر توصیفی - همبستگی به روش مدل‌یابی معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل نوجوانان دختر پایه اول تا سوم (متوسطه دوم) دبیرستان‌های شهرستان ملایر در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲ بود. حجم نمونه لازم با توجه به پیشنهادات جابست^۱ و همکاران (۲۰۲۳) حداقل ۲۰۰ نفر است. با در نظر گرفتن این ملاک تعداد ۴۵۲ نوجوانان دختر برای بالا بردن تعمیم‌پذیری نتایج به عنوان نمونه انتخاب شدند. داده‌ها به شیوه نمونه‌گیری دردسترس و به صورت آنلاین (بر خط) در پلتفرم‌های واتساپ و تلگرام جمع‌آوری شد. در پرسشنامه‌ها از هویت افراد سؤالی پرسیده نشده بود، بنابراین دانش‌آموزان از محرمانگی اطلاعاتشان اطمینان خاطر حاصل کرده و برای تکمیل پرسشنامه‌ها نیز رضایت آگاهانه داشتند. لازم به ذکر است که قبل از پاسخگویی، توضیحاتی پیرامون هدف پژوهش و شرایط شرکت در پژوهش ارائه شد. معیارهای ورود به پژوهش شامل تمایل جهت شرکت در پژوهش و داوطلب بودن نوجوانان دختر، عدم مصرف داروهای روان‌پزشکی و عدم رخداد تنش‌زا مانند طلاق و فوت نزدیکان در سه ماه گذشته بود و معیارهای خروج نیز عدم تکمیل نمودن پرسشنامه به‌صورت کامل و تکمیل پرسشنامه‌ها به‌صورت نامعتبر (یک پاسخ برای همه گویه‌ها) بود. فرآیند نمونه‌گیری تا رسیدن به تعداد نمونه لازم و معرفی شده برای انجام پژوهش ادامه یافت. برای تحلیل داده‌ها از تحلیل معادلات ساختاری جهت بررسی اثرات میانجی استفاده شد. لازم به ذکر است که از جمله ملاحظات اخلاقی مورد توجه شامل اختیاری بودن شرکت در پژوهش و محرمانه نگه داشتن اطلاعات شرکت‌کنندگان بود. تحلیل داده‌ها با استفاده از تحلیل معادلات ساختاری و دو نرم افزار تحلیل آماری SPSS نسخه ۲۵ و AMOS نسخه ۲۴ صورت گرفت.

ابزار سنجش

پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی ریف^۲ (RSPWB): این مقیاس برای اولین بار در سال ۱۹۸۹ توسط ریف طراحی شد. در این پژوهش فرم کوتاه ۱۸ سؤالی برای سنجش ۶ بعد بهزیستی روان‌شناختی یعنی پذیرش خود، هدفمندی در زندگی، رشد شخصی، داشتن ارتباط مثبت با دیگران، تسلط بر محیط و استقلال عمل مورد استفاده قرار گرفت که در آن هر زیر مقیاس دارای ۳ عبارت است و بر اساس طیف لیکرت ۶ درجه‌ای (از نمره ۱ «کاملاً مخالف» تا ۶ «کاملاً موافق») مورد بررسی و ارزیابی قرار می‌گیرد. در این مقیاس کسب نمره بالا بیانگر بهزیستی روان‌شناختی بهتر می‌باشد. مقدار آلفای کرونباخ عامل‌ها و نمره کل پرسشنامه بین ۰/۶۷ تا ۰/۸۹ بوده و در تایید روایی همگرایی پرسشنامه، همبستگی گزارش شده برای فرم کوتاه ۱۸ گویه‌ای بهزیستی روان‌شناختی ریف با فرم بلند اصلی از ۰/۷۰ تا ۰/۸۹ دارای نوسان بوده است (ریف و سینگر^۳، ۲۰۰۸). بیان و کوچکی (۱۳۸۷) این پرسشنامه را در ایران هنجاریابی کردند و ضریب پایایی پرسشنامه و خرده مقیاس‌های آن را به روش بازآزمایی با فاصله سه هفته بین ۰/۷۲ تا ۰/۸۰ گزارش دادند و در تایید روایی همگرایی پرسشنامه نیز همبستگی پرسشنامه را با مقیاس رضایت از زندگی، پرسش نامه شادکامی آکسفورد و پرسش نامه عزت نفس روزنبرگ به ترتیب ۰/۵۸، ۰/۴۷ و ۰/۴۶ ($P < 0/01$) گزارش دادند. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ برای نمر کل پرسشنامه ۰/۹۶ و برای خرده مقیاس‌ها بین ۰/۷۱ تا ۰/۸۷ بدست آمد.

پرسشنامه هوش هیجانی^۴ (SEIS): این پرسشنامه توسط شات^۵ و همکاران (۱۹۹۸)، جهت سنجش هوش هیجانی نوجوانان در سال ۱۹۹۸ بر اساس مدل نظری هوش هیجانی سالووی و مایر^۶ (۱۹۹۰) در قالب ۳۳ سوال ساخته شده است. سؤالات این مقیاس، سه عامل هوش هیجانی شامل ابزار هیجان (۱۳ سؤال)، تنظیم هیجان (۱۰ سؤال) و بهره‌برداری از هیجان (۱۰ سؤال) را در یک طیف لیکرت ۵ درجه‌ای از ۱ «کاملاً مخالف» تا ۵ «کاملاً موافق» مورد سنجش قرار می‌دهد (شات و همکاران، ۱۹۹۸). ضریب همسانی درونی برای گویه‌های این مقیاس برحسب آلفای کرونباخ بین ۰/۸۴ تا ۰/۹۰ و ضریب پایایی مقیاس به روش بازآزمایی با دو هفته فاصله، ۰/۷۸ گزارش شده است و روایی همگرایی آن با پرسشنامه هوش هیجانی بار _ آن ۰/۶۷ ($P < 0/01$) بدست آمده است (شات و همکاران، ۲۰۰۱). در ایران پایایی پرسشنامه به روش به روش همسانی درونی (الفای کرونباخ) و باز آزمایی با فاصله دو هفته به ترتیب ضرایب ۰/۷۲ و ۰/۸۵ بدست آمد و در تایید روایی ملاک نیز پرسشنامه هوش هیجانی بار- آن، به عنوان شاخص روایی ملاکی هم‌زمان استفاده شد و همبستگی ۰/۷۱ بدست

1 Jobst

2 Ryff's Psychological Well-Being Scale (RSPWB)

3 Ryff & Singer

4 Schutte Emotional Intelligence Scale (SEIS)

5 Schutte

6 Salovey & Mayer

آمد ($P < 0/01$). در نهایت روایی صوری آزمون نیز توسط اساتید و دانشجویان رشته‌ی روانشناسی و مشاوره با مقدار بالاتر از $0/70$ برای گویه‌ها و عامل‌ها تأیید شد. در پژوهش حاضر مقدار آلفای کرونباخ برای نمره کل و خرده مقیاس‌ها بین $0/78$ تا $0/91$ بدست آمد.

پرسشنامه شفقت^۱ (CS): این مقیاس خود گزارش دهی در سال 2020 توسط ناس و ساک^۲ جهت سنجش شفقت نوجوانان 12 تا 18 ساله طراحی شده و بر روی نمونه 756 نفری از دانش آموزان ترکیه اجرا شد. مقیاس شفقت از 20 سؤال تشکیل شده که سه بعد شفقت به خود (5 سؤال)، شفقت به دیگران (9 سؤال) و شفقت نسبت به سایر موجودات (6 سؤال) را در مقیاس لیکرت 5 درجه‌ای از 1 «هرگز» تا 5 «همیشه» مورد ارزیابی قرار می‌دهد و هیچ سؤالی به صورت برعکس نمره‌گذاری نمی‌شود. نمره بالاتر در این مقیاس به معنای شفقت بالاتر می‌باشد. ناس و ساک (2021) در پژوهش خود آلفای کرونباخ بین سه مؤلفه مقیاس را بین $0/75$ تا $0/86$ ، ضریب پایایی کل مقیاس $0/89$ و روایی محتوای را نیز بالای $0/74$ گزارش دادند. حیدری و همکاران (2021) این مقیاس شفقت را بر روی نمونه 302 نفری از نوجوانان سن 12 تا 18 ساله ایرانی هنجاریابی کردند که آلفای کرونباخ برای مؤلفه شفقت به دیگری $0/78$ ، مؤلفه شفقت به خود $0/70$ و شفقت نسبت به سایر موجودات $0/87$ بدست آمد و شاخص روایی محتوایی برای تمامی گویه‌ها بالای $0/70$ بدست آمد. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ نمره کل $0/96$ و برا خرده مقیاس‌ها نیز بین $0/84$ تا $0/91$ بدست آمد.

یافته‌ها

بازه سنی شرکت کنندگان در پژوهش 15 الی 18 سال با میانگین سنی $16/48$ و انحراف معیار $0/92$ بود. اکثریت نوجوانان مورد مطالعه به میزان $36/70$ درصد (166 نفر) در پایه تحصیلی یازدهم، $33/20$ درصد (150 نفر) در پایه تحصیلی دهم و $30/10$ درصد (136 نفر) در پایه تحصیلی دوازدهم بودند. 40 درصد (181 نفر) از نوجوانان مورد مطالعه فرزند اول، 29 درصد فرزند دوم (131 نفر)، $16/80$ درصد فرزند سوم (76 نفر) و فرزند چهارم و تک‌فرزند هر کدام $7/10$ درصد (32 نفر) جمعیت نمونه را تشکیل می‌دادند. در جدول 1 شاخص‌های توصیفی به همراه ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش با استفاده از آزمون همبستگی پیرسون ارائه شده است.

جدول ۱. نتایج شاخص‌های توصیفی و آزمون همبستگی پیرسون جهت بررسی رابطه متغیرها

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷
۱- ابراز هیجان							
۲- تنظیم هیجان	$0/71^{**}$						
۳- بهره‌برداری هیجان	$0/62^{**}$	$0/64^{**}$					
۴- دیگران	$0/39^{**}$	$0/48^{**}$	$0/25^{**}$				
۵- خود	$0/03$	$0/04$	$-0/07$	$0/25^{**}$			
۶- سایر موجودات	$0/36^{**}$	$0/46^{**}$	$0/38^{**}$	$0/50^{**}$	$0/02$		
۷- بهزیستی روان‌شناختی	$0/39^{**}$	$0/45^{**}$	$0/52^{**}$	$0/14^{**}$	$0/22^{**}$	$0/21^{**}$	
میانگین	$52/34$	$40/91$	$39/24$	$39/99$	$18/72$	$25/38$	$67/51$
انحراف معیار	$6/16$	$5/31$	$5/28$	$4/81$	$4/11$	$4/79$	$10/92$
کجی	$-0/20$	$-0/36$	$-0/35$	$-1/43$	$0/19$	$-1/03$	$-0/61$
کشیدگی	$-0/22$	$-0/40$	$0/08$	$1/97$	$-0/68$	$0/34$	$-0/15$

$P^{**} < 0/01$ و $P^{*} < 0/05$

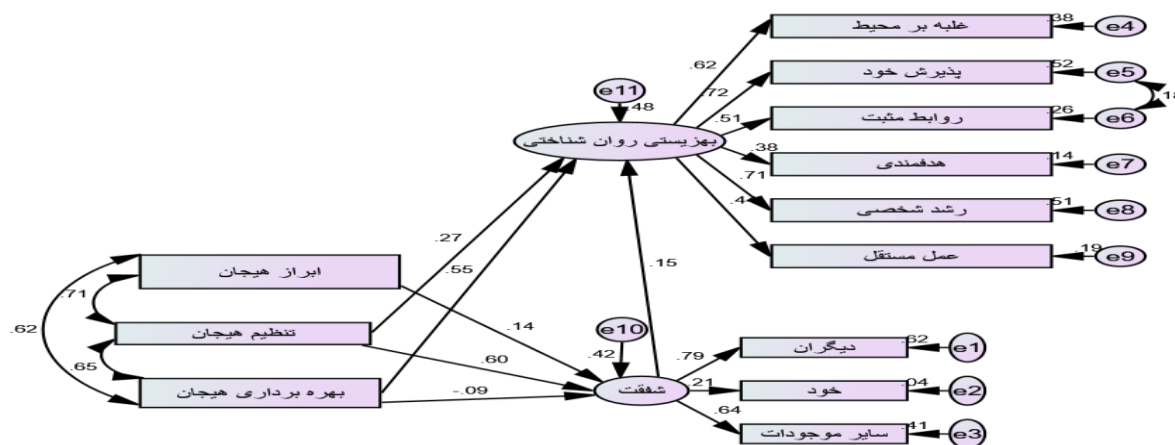
نتایج بدست آمده از آزمون همبستگی پیرسون در جدول 1 نشان داد که بهزیستی روان‌شناختی با هر سه مولفه هوش هیجانی (ابراز هیجان، تنظیم هیجان و بهره‌برداری هیجان) و هر سه مولفه شفقت (دیگران، خود و سایر موجودات) رابطه مثبت و معناداری ($P < 0/01$)، همچنین نتایج نشان داد که هر سه مولفه هوش هیجانی با دو مولفه دیگران و سایر موجودات متغیر شفقت رابطه مثبت و معناداری دارد ($P < 0/01$).

1 Compassion Scale

2 Nas & Sak

The mediating role of compassion in the relationship between emotional intelligence and psychological well-being ...

با توجه به اینکه شاخص کجی و کشیدگی بدست آمده برای متغیرهای پژوهش در جدول ۱ همگی در محدوده +۲ تا -۲ قرار دارند، بنابراین شکل توزیع متغیرها در شرایط تقریباً نرمالی قرار دارند. علاوه بر مقادیر گزارش شده در جدول ۱، مقادیر آماره تحمل برای متغیرها بیشتر از ۰/۴۰ و همچنین مقادیر آماره VIF کم‌تر از ۱۰ بود، بنابراین هم خطی میان متغیرهای پیش بین پژوهش نگران کننده نبود. همچنین مقدار بدست آمده برای آزمون دوربین واتسون برابر با ۱/۹۳ بود و بین مقدار مناسب ۱/۵ الی ۲/۵ قرار داشت، بنابراین می‌توان گفت که فرض استقلال مقادیر خطا نیز از یکدیگر رعایت شده است. در شکل ۱ مدل برازش شده پژوهش ارائه شده است.



شکل ۱. نگاره مدل برازش شده پژوهش در حالت استاندارد

در شکل ۱ مدل ساختاری پژوهش به صورت بررسی نقش میانجی شفقت در رابطه میان مولفه‌های هوش هیجانی و بهزیستی روان‌شناختی در محیط نرم‌افزار AMOS به همراه ضرایب مسیر آن ارائه شده است. در این مدل، سه مولفه متغیر شفقت (دیگران، خود و سایر موجودات) نقش متغیر میانجی، سه مولفه هوش هیجانی نقش متغیر برون‌زا (مستقل) و متغیر بهزیستی روان‌شناختی نیز نقش متغیر درون‌زا (وابسته) را دارد. لازم به ذکر است که اثر مستقیم دل‌بستگی ابراز هیجان بر بهزیستی روان‌شناختی به دلیل عدم معناداری جهت بهبود شاخص‌های برازندگی از مدل کنار گذاشته شده‌اند. در جدول ۲ معناداری ضریب مسیرهای مستقیم مدل ارائه شده پژوهش بررسی شده است.

جدول ۲. نتایج اثرات مستقیم مدل پژوهش

مسیر	اندازه اثر غیر استاندارد	اندازه اثر استاندارد	حد پایین	حد بالا	مقدار P
اثر مستقیم تنظیم هیجان بر بهزیستی روان‌شناختی	۰/۱۰	۰/۲۷	۰/۱۶	۰/۴۱	۰/۰۰۲
اثر مستقیم بهره‌برداری هیجان بر بهزیستی روان‌شناختی	۰/۱۹	۰/۵۵	۰/۴۶	۰/۶۴	۰/۰۰۵
اثر مستقیم ابراز هیجان بر شفقت	۰/۰۹	۰/۱۴	-۰/۰۱	۰/۲۶	۰/۰۹
اثر مستقیم تنظیم هیجان بر شفقت	۰/۴۲	۰/۱۴	۰/۴۷	۰/۷۴	۰/۰۰۲
اثر مستقیم بهره‌برداری هیجان بر شفقت	-۰/۰۶	-۰/۰۹	-۰/۲۱	۰/۶۴	۰/۲۱
اثر مستقیم شفقت بر بهزیستی روان‌شناختی	۰/۰۷	۰/۱۵	۰/۰۳	۰/۲۷	۰/۰۵

نتایج بدست آمده از جدول ۲ نشان داد که تنظیم هیجان و بهره‌برداری هیجان و همچنین شفقت به ترتیب با اندازه اثرهای ۰/۲۷ (P=۰/۰۰۲)، ۰/۵۵ (P=۰/۰۰۵) و ۰/۱۵ (P=۰/۰۰۵) اثر مستقیم معناداری بر بهزیستی روان‌شناختی دارند و اثر مستقیم تنظیم هیجان با اندازه اثر ۰/۱۴ (P=۰/۰۰۲) بر شفقت معنادار بود ولی اثر مستقیم ابراز هیجان و بهره‌برداری هیجان به ترتیب با اندازه اثرهای استاندارد ۰/۱۴ و -۰/۰۹ بر شفقت معنادار نبود (P>۰/۰۵).

جدول ۳. نتایج آزمون بوت استراپ جهت بررسی نقش میانجی شفقت در رابطه مولفه‌های هوش هیجانی و بهزیستی روان‌شناختی

مسیر	دختران نوجوان		اثر غیر استاندارد	اندازه اثر استاندارد	حد پایین	حد بالا	P
	استاندارد	استاندارد					
هوش	تنظیم هیجان-شفقت - بهزیستی روان‌شناختی	-۰/۰۳	-۰/۰۹	-۰/۱۸	-۰/۰۲	۰/۰۴	
هیجانی	بهره‌برداری هیجان- شفقت - بهزیستی روان‌شناختی	۰/۰۰۵	۰/۰۱	-۰/۰۰۱	۰/۰۵	۰/۱۲	
	ابراز هیجان- شفقت - بهزیستی روان‌شناختی	-۰/۰۰۶	-۰/۰۲	-۰/۰۶	۰/۰۱	۰/۰۸	

نتایج بدست آمده از آزمون بوت استراپ در جدول ۳ نشان داد که مولفه تنظیم هیجان هوش هیجانی با اندازه اثر استاندارد شده $P=۰/۰۴$ - $۰/۰۹$ اثر غیر مستقیم معناداری بر بهزیستی روان‌شناختی دارد، اما بهره‌برداری هیجان و ابراز هیجان اثر غیرمستقیم معناداری نشان نداد ($P>۰/۰۵$). در جدول ۴ شاخص‌های برازش مدل اصلاح شده پژوهش ارائه شده است.

جدول ۴. شاخص‌های برازش مدل پژوهش

شاخص	2χ/df	RMSEA	NFI	IFI	CFI	GFI	AGFI
ملاک برازش	≥ 3 *	$\geq 0/10$ *	$\leq 0/90$ *	$\leq 0/90$ *	$\leq 0/90$ *	$\leq 0/90$ *	$\leq 0/90$ *
آماره پژوهش حاضر	۳/۰۷	۰/۰۷	۰/۹۲	۰/۹۴	۰/۹۴	۰/۹۵	۰/۹۱

برای برازندگی مدل هر مقدار شاخص برازندگی تقسیم χ^2 بر درجه آزادی کوچکتر از ۳ باشد، برازندگی مدل بهتر است. مقدار بدست آمده در پژوهش حاضر ۳/۰۷ بود که حاکی از برازش تقریبی مدل بود. همچنین به طور کلی هرچه مقدار CFI، IFI، GFI و AGFI به یک نزدیک باشد و برابر و یا بالاتر از ۰/۹۰ باشد، حاکی از برازش مطلوب مدل دارد. با توجه به اینکه مقادیر بدست آمده برای چهار شاخص ذکر شده به در پژوهش حاضر بالاتر از ۰/۹۰ بوده، بنابراین بر اساس این شاخص‌ها مدل پژوهش برازش مطلوبی دارد. برای شاخص RAMSEA نیز مقدار ۰/۰۸ و کمتر از آن بیانگر برازش مطلوب است که برای مدل پژوهش حاضر برابر با ۰/۰۷ بود. به طور کلی نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که مقدار بدست آمده برای شاخص‌های برازش در سطح بسیار مطلوبی قرار دارند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر بررسی نقش میانجی شفقت در رابطه هوش هیجانی و بهزیستی روان‌شناختی بود. نتایج بدست آمده نشان داد که برخلاف ابراز هیجان، دو مولفه دیگر هوش هیجانی (تنظیم هیجان و بهره‌برداری هیجان) اثر مستقیم معناداری بر بهزیستی روان‌شناختی دختران نوجوان دارند. این یافته با نتایج بدست آمده از پژوهش‌های گوئرا - بوستامانت و همکاران (۲۰۱۹)، فیها و اود (۲۰۲۰) و انیش و همکاران (۲۰۲۴) همسو بود. در تبیین این یافته می‌توان گفت که نوجوان از افکار ملموس به سمت افکار انتزاعی حرکت کرده و به تدریج با شکل‌گیری هوش هیجانی می‌آموزد که هیجان‌ات خود را مدیریت کند که این امر به بهزیستی روانی - اجتماعی آنها کمک می‌کند و عملکردهای روان‌شناختی را ارتقاء می‌بخشد. هوش هیجانی به منزله تنظیم هیجان و بهره‌برداری هیجان به خودآگاهی فرد کمک کرده و باعث می‌شود با مدیریت هیجان‌ات و مهارت‌های درون فردی و برون فردی، برای دستیابی به اهداف با توجه به توانمندی‌های خود حرکت کرده که در نهایت به شکوفایی استعدادها و بهزیستی روان‌شناختی فرد منجر می‌گردد. در واقع تنظیم هیجان و بهره‌برداری هیجان، توانایی فرد برای درک و آگاهی، ارزیابی و مدیریت و اداره هیجان‌های خود و دیگران است. نوجوانی مرحله‌ای از رشد است که فرد مهارت‌های اجتماعی یعنی توانایی ارتباط مؤثر با دیگران را می‌آموزد و از طرفی هوش هیجانی فرد در این دوره رشد و توسعه پیدا می‌کند (لریا و همکاران، ۲۰۲۲). بنابراین توانایی تنظیم و بهره‌برداری از هیجان‌ها به عنوان مولفه‌های هوش هیجانی، احتمالاً به نوجوانان دختر از جهت سازگاری با نقش و وظایف جدید و همین‌طور مدیریت خود در شرایط چالش‌برانگیز کمک می‌نماید.

همچنین نتایج نشان داد که شفقت اثر مستقیم معناداری بر بهزیستی روان‌شناختی دختران نوجوان دارد. این یافته با نتایج بدست آمده از پژوهش‌های ماتوس و همکاران (۲۰۲۲)، لاترن و همکاران (۲۰۲۱)، سارینن و همکاران (۲۰۲۰) و گلستانی بخت و همکاران

The mediating role of compassion in the relationship between emotional intelligence and psychological well-being ...

(۱۴۰۱) همسو بود. در تبیین یافته بدست آمده می‌توان گفت که شفقت به‌عنوان پیش‌نیاز توسعه یک هویت روانی-اجتماعی سالم در نظر گرفته می‌شود و می‌تواند به رشد سالم و همراه با بهزیستی در نوجوانان کمک کند، چرا که باعث قضاوت کم‌تر و نگرش سالم‌تر به خود می‌گردد (کوسیارا و همکاران، ۲۰۲۰). شفقت به فرد کمک می‌کند که هویت خود را در ارتباط با دیگران درک کند که این امر می‌تواند به انطباق بیشتر فرد با محیط و جامعه بینجامد. لذا پرورش مهارت‌های شفقت برای رشد اجتماعی سالم نوجوانان مفید است (گیلبرت و همکاران، ۲۰۱۷). در واقع می‌توان گفت شفقت نه‌تنها فرآیندی است که باعث ایجاد روابط مثبت با دیگران می‌شود بلکه یک مسیر حیاتی برای رهایی ذهن انسان از تأثیرات احساسات منفی مخرب است. بنابراین می‌توان این احتمال را داد که احساس شفقت نسبت به خود، دیگران و سایر موجودات با کاهش آسیب‌های روان‌شناختی و عواطف منفی در دختران نوجوان به افزایش بهزیستی روان‌شناختی آنها کمک می‌کند.

در نهایت نتایج نشان داد که از میان مولفه‌های هوش هیجانی، مولفه تنظیم هیجان با میانجی‌گری شفقت اثر غیرمستقیم معناداری بر بهزیستی روان‌شناختی دختران نوجوان دارد. این یافته با نتایج بدست آمده از پژوهش‌های گوئرا - بوستامانت و همکاران (۲۰۱۹)، فیها و اود (۲۰۲۰)، انیش و همکاران (۲۰۲۴)، ماتوس و همکاران (۲۰۲۲)، لاترن و همکاران (۲۰۲۱)، سارین و همکاران (۲۰۲۰)، گلستانی بخت و همکاران (۱۴۰۱) و رزاقی و همکاران (۱۳۹۸) همسو بود. نوجوانی مرحله‌ای از رشد است که در آن نگرانی‌های مربوط به حضور، فعالیت در اجتماع، ادغام در جامعه و پذیرش توسط دیگران به وجود می‌آید. بنابراین به‌عنوان یک دوره آسیب‌پذیر از لحاظ مشکلات روان‌شناختی مانند افسردگی و اضطراب می‌باشد. نوجوانان دارای مهارت تنظیم هیجانی، قادر به شناسایی احساسات و هیجانات دیگران بوده و به آنها واکنش مؤثری نشان می‌دهند، به‌خوبی هیجانات خود را مدیریت می‌کنند، ناامیدی خود را بهتر تحمل می‌کنند و در طول دوره انتقال نوجوانی به جوانی کمتر تکانش‌گر هستند (گوئرا - بوستامانت و همکاران، ۲۰۱۹). این شیوه مدیریت و تنظیم هیجان می‌تواند با ارتقاء شفقت همراه گردد، چرا که شفقت نیز نیاز به این دارد که احساسات دیگران را تشخیص داده و برای برقراری ارتباط با دیگری باید احساسات وی را تشخیص داد. شفقت به خود، شفقت به دیگری و شفقت نسبت به محیط دارای عناصر اصلی مشترک هستند. همه آنها دربرگیرنده تمایلات عاطفی مرتبط با آگاهی از آسیب‌پذیری یک فرد یا موجود زنده هستند. این آگاهی نیز با مهربانی و تمایل برای بازگرداندن و رهایی موضوع مورد رنج از تجربیات منفی همراه است (گیلبرت و همکاران، ۲۰۱۷). فردی که مهارت تنظیم هیجانی دارد می‌تواند نسبت به دیگران شفقت نشان دهد زیرا چنین فردی قادر به درک و تنظیم هیجانات خود و دیگران است. این بدان معناست که آنها در شناسایی و درک نیازهای دیگران مهارت دارند و قادر هستند در زمان مناسب به شفقت ورزی بپردازند. بنابراین می‌توان گفت هوش هیجانی پیش‌درآمدی بر شفقت می‌باشد و مهارت‌های فرد در آگاهی، ابراز، ارزیابی و مدیریت هیجان‌های خود و دیگری با ایجاد شفقت و آگاهی از رنج دیگری و تلاش و انگیزه برای کاهش رنج او به کاهش آسیب‌های روان‌شناختی و افزایش بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان منجر می‌شود.

در مجموع نتایج بدست آمده نشان داد که شفقت به همراه دو مولفه دیگر هوش هیجانی (تنظیم هیجان و بهره‌برداری هیجان) اثر مستقیم معناداری بر بهزیستی روان‌شناختی دختران نوجوان دارند. بررسی اثرات میانجی نیز نشان داد که تنظیم هیجان به واسطه شفقت بر بهزیستی روان‌شناختی دختران نوجوان اثر غیرمستقیم معناداری دارند. این نتایج نشان می‌دهد که تنظیم هیجان به‌عنوان مولفه هوش هیجانی اثر پویایی بر بهزیستی روان‌شناختی دارد که شاید در ارزیابی‌ها اولیه چندان مشخص نباشد و به واسطه مکانیزم‌هایی نظیر شفقت بر بهزیستی روان‌شناختی دختران نوجوان اثر می‌گذارد. بنابراین نیاز است که متخصصان روان‌شناسی و مشاوره این حوزه به نقش هوش هیجانی با تأکید بر اهمیت شفقت در بهبود بهزیستی روان‌شناختی دختران نوجوان توجه نمایند.

با توجه به اینکه نمونه‌گیری پژوهش حاضر به صورت دردسترس بود، بنابراین عدم استفاده از نمونه‌گیری تصادفی محدودیت عمده پژوهش حاضر بود که تعمیم‌پذیری نتایج را با محدودیت روبرو می‌کند. همچنین با توجه به اینکه نمونه مورد مطالعه شامل دختران نوجوان بود، بنابراین نتایج بدست آمده محدود به دختران بوده و قابل تعمیم به پسران نوجوان نیست. بر همین پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های مشابه در نمونه‌ای از پسران نیز صورت گیرد.

- امینی، ی. و افشاری نیا، ک. (۱۴۰۲). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر بهزیستی روانشناختی افراد دارای سوءمصرف مواد مخدر. *مجله روانشناسی و روانپزشکی شناخت*، ۱۰ (۴): ۴۱-۵۴. doi: 10.32598/shenakht.10.4.41
- بیانی، ع؛ کوچکی، ع. و بیانی، ع. (۱۳۸۷). روایی و پایایی مقیاس به زیستی روانشناختی ریف. *مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران* (اندیشه و رفتار)، ۱۴ (۲) (پیاپی ۵۳)، ۱۴۶-۱۵۱. doi: 10.1016/j.jad.2021.06.082
- خدابخشی کولایی، آ؛ چایچی طهرانی، ن. و ثناگو، ا. (۱۳۹۸). ارتباط هوش معنوی و هوش هیجانی با شفقت به خود دانشجویان دختر رشته پرستاری. *مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی*، ۱۹ (۳)، ۴۴-۵۳. <http://ijme.mui.ac.ir/article-1-4697-fa.html>
- رزاقی، س؛ پارسایی، س. و صائمی، ا. (۱۳۹۸). مطالعه نقش میانجی فعالیت بدنی در ارتباط بین هوش هیجانی و بهزیستی روان‌شناختی در سالمندان شهر اهواز. *سالمند: مجله سالمندی ایران*، ۱۴ (۴): ۳۹۲-۴۰۵. <http://salmandj.uswr.ac.ir/article-1-1413-fa.html>
- ظریفی، م؛ زارعی، ا. و نجارپوریان، س. (۱۳۹۹). پیش‌بینی تعهد زناشویی بر اساس هوش هیجانی و سبک‌های دلبستگی با میانجیگری پردازش بین فردی: مورد مطالعه کارکنان شرکت فولاد هرمزگان. *پژوهش‌های انتظامی - اجتماعی زنان و خانواده*، ۸ (۵)، ۷۰-۵۵. Doi: 10.1002/jcv2.12074
- گلستانی بخت، ط؛ بابایی، ا؛ کریمی، م. و احمدی، ع. (۱۴۰۱). رابطه شفقت به خود و خوش‌بینی در دانش‌آموزان: نقش واسطه‌ای سازگاری اجتماعی. *پژوهش‌های روانشناسی اجتماعی*، ۱۲ (۴۵)، ۸۴-۶۵. doi: 10.22034/spr.2022.314005.1699
- Ain, N. U., Munir, M., & Suneel, I. (2021). Role of emotional intelligence and grit in life satisfaction. *Heliyon*, 7(4), 26-34. doi: 10.1016/j.heliyon.2021.e06829
- Aneesh, A., Sia, S. K., & Kumar, P. (2024). Parent-child relationship and psychological well-being of adolescents: Role of emotion regulation and social competence. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 34(2), 153-171. <https://doi.org/10.1080/10911359.2023.2221321>
- Fatusi, A. O., & Hindin, M. J. (2010). Adolescents and youth in developing countries: Health and development issues in context. *Journal of adolescence*, 33(4), 499-508. doi: 10.1016/j.adolescence.2010.05.019
- Fteiha, M., & Awwad, N. (2020). Emotional intelligence and its relationship with stress coping style. *Health Psychology Open*, 7(2), 2055102920970416. doi: 10.1177/2055102920970416
- Gilbert, P., Catarino, F., Duarte, C., Matos, M., Koltz, R., Stubbs, J., & Basran, J. (2017). The development of compassionate engagement and action scales for self and others. *Journal of Compassionate Health Care*, 4(1), 1-24. doi: 10.1186/s40639-017-0033-3
- Guerra-Bustamante, J., León-del-Barco, B., Yuste-Tosina, R., López-Ramos, V. M., & Mendo-Lázaro, S. (2019). Emotional intelligence and psychological well-being in adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 16(10), 1720. <https://doi.org/10.3390/ijerph16101720>
- Heintzelman, S. J., & Diener, E. (2019). Subjective well-being, social interpretation, and relationship thriving. *Journal of Research in Personality*, 78, 93-105. doi: 10.1016/j.jrp.2018.11.007
- Inam, A., Fatima, H., Naem, H., Mujeeb, H., Khatoun, R., Wajahat, T., & Sher, F. (2021). Self-compassion and empathy as predictors of happiness among late adolescents. *Social Sciences*, 10(10), 380. <https://doi.org/10.3390/socsci10100380>
- Jobst, L. J., Bader, M., & Moshagen, M. (2023). A tutorial on assessing statistical power and determining sample size for structural equation models. *Psychological Methods*, 28(1), 207. doi: 10.1037/met0000423
- Kosiara, A., Katz, D., & Saturn, S. (2020). Sex differences in humor experiences in relationship to compassion for oneself and for others. *Humor*, 33(2), 341-359. <https://doi.org/10.1515/humor-2019-0086>
- Lathren, C. R., Rao, S. S., Park, J., & Bluth, K. (2021). Self-compassion and current close interpersonal relationships: A scoping literature review. *Mindfulness*, 12(5), 1078-1093. doi: 10.1007/s12671-020-01566-5
- Lereya, S. T., Patalay, P., & Deighton, J. (2022). Predictors of mental health difficulties and subjective wellbeing in adolescents: A longitudinal study. *JCPP Advances*, 2(2), e12074. Doi: 10.1002/jcv2.12074
- Llamas-Díaz, D., Cabello, R., Megías-Robles, A., & Fernández-Berrocal, P. (2022). Systematic review and meta-analysis: The association between emotional intelligence and subjective well-being in adolescents. *Journal of Adolescence*, 94(7), 925-938. doi: 10.1002/jad.12075
- López, J., Perez-Rojo, G., Noriega, C., Carretero, I., Velasco, C., Martínez-Huertas, J. A., & Galarraga, L. (2020). Psychological well-being among older adults during the COVID-19 outbreak: A comparative study of the young-old and the old-old adults. *International psychogeriatrics*, 32(11), 1365-1370. doi: 10.1017/S1041610220000964
- Matos, M., McEwan, K., Kanovský, M., Halamová, J., Steindl, S. R., Ferreira, N., & Gilbert, P. (2022). Compassion protects mental health and social safeness during the COVID-19 pandemic across 21 countries. *Mindfulness*, 13(4), 863-880. doi: 10.1007/s12671-021-01822-2
- Moeller, R. W., Seehuus, M., & Peisch, V. (2020). Emotional intelligence, belongingness, and mental health in college students. *Frontiers in psychology*, 11, 93. doi: 10.3389/fpsyg.2020.00093
- Nas, E., & Sak, R. (2021). A new compassion scale for children and its psychometric properties. *Child Psychiatry & Human Development*, 52(3), 477-487. doi: 10.1007/s10578-020-01034-0

The mediating role of compassion in the relationship between emotional intelligence and psychological well-being ...

- Nooripour, R., Ghanbari, N., Mozaffari, N., Ghahari, S., & Hosseini, S. R. (2023). The Persian Version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS-18): Psychometric properties and its role in predicting aggression in Iranian adolescents. *Psychological Studies*, 68(2), 236-246. doi: 10.1007/s12646-023-00713-x.
- Oskrochi, G., Bani-Mustafa, A., & Oskrochi, Y. (2018). Factors affecting psychological well-being: Evidence from two nationally representative surveys. *PloS one*, 13(6), e0198638. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0198638>
- Rana, S., & Nandinee, D. (2016). Profile of adolescents' positive emotions: an indicator of their psychological well-being. *Psychological studies*, 61, 32-39. <https://doi.org/10.1007/s12646-015-0347-1>.
- Saarinen, A. I., Keltikangas-Järvinen, L., Pulkki-Råback, L., Cloninger, C. R., Elovainio, M., Lehtimäki, T., & Hintsanen, M. (2020). The relationship of dispositional compassion with well-being: a study with a 15-year prospective follow-up. *The Journal of Positive Psychology*, 15(6), 806-820. doi: 10.1080/17439760.2019.1663251.
- Sharp, G., Bourke, L., & Rickard, M. J. (2020). Review of emotional intelligence in health care: an introduction to emotional intelligence for surgeons. *ANZ journal of surgery*, 90(4), 433-440. DOI: 10.1111/ans.15671.
- Yosep, I., Hikmat, R., & Mardhiyah, A. (2023). Types of digital-based nursing interventions for reducing stress and depression symptoms on adolescents during COVID-19 pandemic: a scoping review. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 785-795. doi: 10.1016/j.jad.2021.06.082.