

## بررسی پیش‌بینی‌کننده‌های تعادل لذتی در دانشجویان ایرانی

محسن جوشن‌لو

دانشجوی کارشناسی ارشد، روان‌شناسی اجتماعی، دانشگاه

چوننم، کره جنوبی

فاطمه دائمی

کارشناس روان‌شناسی، دانشگاه علم و فرهنگ

علی بخشی\*

کارشناس روان‌شناسی، دانشگاه علم و فرهنگ

**هدف:** بررسی پیش‌بینی‌کننده‌های رضایت‌مندی از زندگی در یک نمونه دانشجویی ایرانی **روش:** در این پژوهش، ۲۳۶ دانشجو (۱۷۵ دختر و ۶۱ پسر) شرکت کردند. همه آزمودنی‌ها به مقیاس‌های حرمت خود، پنج عامل اصلی شخصیت، حمایت اجتماعی ادراک‌شده و عواطف مثبت و منفی پاسخ دادند. برای تحلیل داده‌ها از تحلیل رگرسیون خطی چندگانه و رگرسیون سلسله‌مراتبی استفاده شد. **یافته‌ها:** بر اساس یافته‌های این تحقیق از میان عوامل اصلی شخصیت، روان‌نژندگرایی، برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی قادرند به طور معناداری، رضایت دانشجویان ایرانی را از زندگی پیش‌بینی کنند. به علاوه، نتایج رگرسیون سلسله‌مراتبی نشان داد که حرمت خود می‌تواند ورای نقش عوامل پنج‌گانه شخصیت، تعادل لذتی را پیش‌بینی کند؛ در حالی که حمایت اجتماعی ادراک‌شده قادر به ایفای چنین نقشی نیست. **نتیجه‌گیری:** پنج عامل اصلی شخصیت و حرمت خود در ایران، مانند بسیاری از کشورها، پیش‌بینی‌کننده‌های معناداری برای تعادل لذتی هستند.

**کلیدواژه‌ها:** تعادل لذتی، حرمت خود، پنج عامل اصلی شخصیت، حمایت اجتماعی ادراک‌شده

\* نشانی تماس: آذربایجان شرقی، اهر، خیابان مرادخواه، بعثت ۱۳

Email: aa-ba2006@yahoo.com

## Examination of the Predictors of Hedonic Balance in Iranian University Students

**Objective:** To investigate the predictors of life satisfaction in a sample of Iranian students. **Method:** 236 students (175 females and 61 males) participated in this study. All subjects completed self-esteem, Big Five Inventory, perceived social support and positive and negative affect scales. Data were analyzed using multivariate regression and hierarchical regression analysis. **Results:** The results of the present study showed that among major personality traits neuroticism, extraversion and conscientiousness could significantly predict hedonic balance among students. In addition, results of hierarchical regression indicated that self-esteem could predict hedonic balance beyond the big five factors of personality, while perceived social support failed to do so. **Conclusion:** Big Five personality traits and self-esteem are significant predictors of hedonic balance in Iran, like in many other countries.

**Keywords:** hedonic balance, self-esteem, big five personality traits, perceived social support

Mohsen Joshanloo

M. A. student, Department of psychology, faculty of social psychology, Chonnam University, Gwangju, South Korea

Fatima Daemi

B. A. in psychology, University of science & culture, Tehran

Ali Bakhshi

B. A. in psychology, University of science & culture, Tehran

Email: aa-ba2006@yahoo.com

## مقدمه

افراطی<sup>۱۷</sup> پاسخ‌دهندگان می‌شوند (شیمک<sup>۱۸</sup> و دینر، ۱۹۹۷). دلایلی در دست است که اهمیت زیاد تعادل لذتی را به عنوان یک نشان‌گر کنش‌وری مثبت<sup>۱۹</sup> نشان می‌دهد.

تعادل لذتی یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های رضایت‌مندی از زندگی است. به نظر می‌رسد افراد هنگام قضاوت کردن درباره رضایت از زندگی‌شان، تا حدی به تعادل عواطف منفی و مثبت خود توجه دارند (شیمک، ردهکریشان<sup>۲۰</sup>، ایشی<sup>۲۱</sup>، زوکوتو<sup>۲۲</sup> و احدی، ۲۰۰۲؛ شیمک، دینر و اویشی، ۲۰۰۲ الف). پژوهشگران غربی با بررسی پیش‌بینی‌کننده‌های ابعاد بهزیستی شخصی دریافته‌اند که متغیرهای جمعیت‌شناختی و شخصیتی گوناگون می‌توانند این ابعاد را پیش‌بینی کنند، اگرچه نقش متغیرهای جمعیت‌شناختی کم‌رنگ‌تر از متغیرهای شخصیتی است (دینر و سوه<sup>۲۳</sup>، ۱۹۹۷).

تحقیقات بسیاری رابطه بین پنج ویژگی اصلی شخصیت (برای آشنایی با نظریه پنج عامل اصلی شخصیت<sup>۲۴</sup>، مراجعه شود به جان<sup>۲۵</sup> و سربواستاوا<sup>۲۶</sup>، ۱۹۹۹؛ جان، نامن<sup>۲۷</sup> و سوتو<sup>۲۸</sup>، ۲۰۰۸) و تعادل لذتی را بررسی کرده‌اند که یافته مشترک بسیاری از آنها این است که از میان پنج عامل اصلی شخصیت، برون‌گرایی و روان‌نژندی‌گرایی<sup>۲۹</sup>، پیش‌بینی‌کننده‌های اصلی تعادل لذتی هستند و سه ویژگی دیگر (وظیفه‌شناسی<sup>۳۰</sup>، پذیرای تجارب بودن<sup>۳۱</sup> و سازش‌پذیری<sup>۳۲</sup>) نقش چندانی در این زمینه ندارند (کاستا<sup>۳۳</sup> و مکری<sup>۳۴</sup>، ۱۹۸۰؛ دینر و لوکاس<sup>۳۵</sup>، ۱۹۹۹؛ شیمک و همکاران،

بسیاری از روان‌شناسان، آموزه‌های سنت لذت‌گرا<sup>۱</sup> را در جهت‌دهی و طراحی تحقیقات تجربی مربوط به حوزه بهزیستی<sup>۲</sup> سرلوحه کار خود قرار داده‌اند (جوشن‌لو و رستگار، ۱۳۸۶؛ جوشن‌لو، رستمی و نصرت‌آبادی، ۱۳۸۶؛ جوشن‌لو و نصرت‌آبادی، ۲۰۰۸؛ کیز<sup>۳</sup> و آناس<sup>۴</sup>، ۲۰۰۹؛ رایان<sup>۵</sup>، هوتا<sup>۶</sup> و دسی<sup>۷</sup>، ۲۰۰۸؛ رایان و دسی، ۲۰۰۱؛ ریف<sup>۸</sup> و سینگر<sup>۹</sup>، ۱۹۹۸). در این سنت، بهزیستی با شادکامی شخصی<sup>۱۱</sup> برابر و با تجربه لذت (در مقابل تجربه ناخشنودی) مرتبط است.

به ارزیابی‌های عاطفی و شناختی فرد از زندگی‌اش، که ماهیتاً شخصی و خصوصی است، بهزیستی شخصی<sup>۱۱</sup> گفته می‌شود. به عبارت دیگر، بهزیستی شخصی دربرگیرنده واکنش‌های ارزیابانه فرد به زندگی‌اش است (دینر<sup>۱۲</sup> و دینر، ۱۹۹۵). محققان بین بعد شناختی بهزیستی شخصی و بعد عاطفی آن تمایز قایل می‌شوند. رضایت‌مندی از زندگی، بعد شناختی بهزیستی شخصی است و قضاوت هشیارانه و کلی فرد از زندگی‌اش تعریف می‌شود (دینر، ۱۹۹۴).

بعد هیجانی بهزیستی شخصی، شامل میزان تجربه عواطف مثبت و منفی است که گاهی به صورت تعادل لذتی<sup>۱۳</sup> مد نظر قرار می‌گیرد. تعادل لذتی یا سطح لذتی<sup>۱۴</sup> به «مطلوبیت» منهای «عدم مطلوبیت» زندگی هیجانی فرد اشاره دارد (دینر، ۱۹۹۴). به بیان ساده‌تر، تعادل لذتی میزان غلبه تجارب عاطفی مثبت فرد بر تجارب عاطفی منفی وی را نشان می‌دهد که با کم کردن نمره مقیاس عواطف منفی فرد از نمره عواطف مثبت وی به دست می‌آید. عاطفه مثبت، شامل هیجانات خوشایندی چون شادی و خوشحالی، و عاطفه منفی شامل احساسات ناخوشایندی چون غم، اضطراب و ترس است (امونز<sup>۱۵</sup> و دینر، ۱۹۸۵).

از مزایای استفاده از نمرات تعادل لذتی، در مقایسه با مقیاس‌های تک‌بعدی عاطفه مثبت یا منفی، آن است که این نمرات شیوه‌های پاسخ<sup>۱۶</sup> را کنترل می‌کنند. مثلاً، مانع سوگیری

1- hedonic	2- well-being
3- Keyes	4- Annas
5- Ryan	6- Huta
7- Deci	8- Ryff
9- Singer	10- subjective happiness
11- subjective well-being	12- Diener
13- hedonic balance	14- hedonic level
15- Emmons	16- response style
17- extremity bias	18- Schimmack
19- positive functioning	20- Radhakrishnan
21- Oishi	22- Dzokoto
23- Suh	24- Big Five
25- John	26- Srivastava
27- Naumann	28- Soto
29- neuroticism	30- conscientiousness
31- openness to new experiences	32- agreeableness
33- Costa	34- McCrae
35- Lucas	

آزمودنی‌های این پژوهش را ۲۳۶ دانشجو (۱۷۵ دختر و ۶۱ پسر) با میانگین سنی ۲۰/۵ تشکیل می‌دادند. این نمونه از بین دانشجویان دانشکده‌های دانشگاه تهران و علامه طباطبایی انتخاب شدند و داوطلبانه به پرسشنامه‌ها پاسخ دادند.

### ابزار پژوهش

۱- **مقیاس چندبعدی حمایت اجتماعی ادراک‌شده**<sup>۱۶</sup> (زیمت<sup>۱۷</sup>، داهلن<sup>۱۸</sup>، زیمت و فارلی<sup>۱۹</sup>، ۱۹۸۸): این مقیاس ۱۲ ماده‌ای، که براساس مقیاس پنج‌درجه‌ای از «کاملاً مخالف» تا «کاملاً موافق» درجه‌بندی شده است، میزان حمایت اجتماعی ادراک‌شده از سه منبع خانواده، دوستان و فرد خاص<sup>۲۰</sup> را می‌سنجد. همسانی درونی<sup>۲۱</sup> این مقیاس در نمونه حاضر ۰/۸۷ به دست آمد. تحلیل عاملی، سه‌بعدی بودن ساختار عاملی این مقیاس را تأیید (اکر<sup>۲۲</sup>، ارکار<sup>۲۳</sup> و یالدیز<sup>۲۴</sup>، ۲۰۰۱؛ کازاریان<sup>۲۵</sup> و مک کیب<sup>۲۶</sup>، ۱۹۹۱) و همسانی درونی مطلوبی را گزارش می‌کند.

۲- **مقیاس عواطف مثبت** (موروزک<sup>۲۷</sup> و کولارز<sup>۲۸</sup>، ۱۹۹۸): این مقیاس با ارائه فهرستی از شش نشانه عاطفه مثبت (۱- شادی و گشاده‌رویی؛ ۲- سرحالی و باحوصلگی؛ ۳- خوشحالی بیش از حد؛ ۴- آرامش و آسودگی؛ ۵- رضایت‌مندی؛ ۶- سرزندگی و شور و حرارت) از پاسخ‌دهندگان می‌خواهد تا با انتخاب یکی از اعداد یک تا پنج (۱=همیشه، ۲=بیشتر اوقات، ۳=بعضی اوقات، ۴=کمی و ۵=هرگز) مشخص کنند که در طول ۳۰ روز گذشته،

توجهی که معمولاً برای این یافته ارائه می‌شود آن است که برون‌گرایی و روان‌نژندی‌گرایی به عنوان بازتاب‌دهنده تفاوت‌های فردی در پردازش عصب‌شناختی اطلاعات عاطفی فرآیندهای زیست‌شناختی، تا حدی متأثر از عوامل ژنتیکی هستند. همین امر، ثبات زیاد تعادل لذتی در طول زمان را نیز توجیه می‌کند (لیکن<sup>۱</sup> و تلجن<sup>۲</sup>، ۱۹۹۶). تحقیقات همچنین نشان می‌دهند که دو ویژگی شخصیتی برون‌گرایی و روان‌نژندی‌گرایی، با تأثیر بر تعادل لذتی، بر رضایت‌مندی از زندگی تأثیر می‌گذارند. به بیان دیگر، تعادل لذتی، میانجی<sup>۳</sup> ویژگی‌های شخصیتی و رضایت‌مندی از زندگی است (شیمک و همکاران، ۲۰۰۲ الف).

در کنار برون‌گرایی و روان‌نژندی‌گرایی، متغیرهای شخصیتی چون حرمت خود<sup>۴</sup> و خوش‌بینی نیز قادر است ابعاد بهزیستی شخصی را پیش‌بینی کند (میر<sup>۵</sup> و دینر، ۱۹۹۵؛ استیل<sup>۶</sup>، اشمیت<sup>۷</sup> و شولتز<sup>۸</sup>، ۲۰۰۸). رابطه حمایت اجتماعی و شاخص‌های کنش‌وری مثبت (مانند رضایت از زندگی) نیز به‌طور گسترده مورد بررسی قرار گرفته است. تحقیقات بسیاری که منشأ بیشتر آنها فرهنگ فرد‌گرای غربی است، نشان داده‌اند که حمایت اجتماعی مطلوب، فرد را به سلامت جسمی و بهزیستی روانی هدایت می‌کند (کوهن<sup>۹</sup> و ویلز<sup>۱۰</sup>، ۱۹۸۵؛ روبرتس<sup>۱۱</sup> و گاتلیب<sup>۱۲</sup>، ۱۹۹۷؛ کان<sup>۱۳</sup> و آنتونوچی<sup>۱۴</sup>، ۱۹۸۰؛ ویس<sup>۱۵</sup>، ۱۹۷۴). تحقیقات انجام‌شده در فرهنگ‌های غیرغربی نشان می‌دهد که احتمالاً بهزیستی شخصی در هر فرهنگ دارای پیش‌بینی‌کننده‌های خاص خود است. بیشتر تحقیقات غیرغربی در مورد پیش‌بینی‌کننده‌های بهزیستی شخصی، در مردم کشورهای آسیای شرقی انجام شده و در سایر کشورها، به ویژه کشورهای خاورمیانه، تحقیقات چندانی در این زمینه وجود ندارد (کوشا و محسنی، ۲۰۰۰). در پژوهش حاضر سعی شده قدرت پیش‌بینی مجموعه‌ای از متغیرها که رابطه‌شان با بهزیستی شخصی در فرهنگ‌های مختلف تأیید شده است، بررسی شود. این متغیرها شامل حرمت خود، ابعاد حمایت اجتماعی ادراک‌شده و پنج ویژگی اصلی شخصیت است.

- |                                                        |                    |
|--------------------------------------------------------|--------------------|
| 1- Lykken                                              | 2- Tellegen        |
| 3- mediator                                            | 4- self-esteem     |
| 5- Myers                                               | 6- Steel           |
| 7- Schmidt                                             | 8- Shultz          |
| 9- Cohen                                               | 10- Wills          |
| 11- Roberts                                            | 12- Gotlib         |
| 13- Kahn                                               | 14- Antonucci      |
| 15- Weiss                                              |                    |
| 16- Multidimensional Scale of Perceived Social Support |                    |
| 17- Zimet                                              | 18- Dahlen         |
| 19- Farley                                             | 20- special person |
| 21- internal consistency                               | 22- Eker           |
| 23- Arkar                                              | 24- Yaldiz         |
| 25- Kazarian                                           | 26- McCabe         |
| 27- Mroczek                                            | 28- Kolarz         |

وظیفه‌شناسی نه ماده، روان‌نژندی گرایشی هشت ماده و پذیرای تجارب بودن ۱۰ ماده را به خود اختصاص می‌دهد (مجموعاً ۴۴ ماده). این پرسشنامه بر اساس مقیاس پنج‌درجه‌ای از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق تهیه شده است. مقادیر آلفای کرونباخ پنج بعد این مقیاس در پژوهش حاضر به شرح زیر است: برون‌گرایی ۰/۶۸، سازش‌پذیری ۰/۶۴، وظیفه‌شناسی ۰/۷۵، روان‌نژندی گرایشی ۰/۸۰ و پذیرای تجارب بودن (۰/۷۷).

### یافته‌ها

میانگین، انحراف معیار، کجی، کشیدگی و ضریب آلفای کرونباخ هر یک از مقیاس‌های به کار رفته در این پژوهش، در جدول ۱ آمده است. قبل از انجام تحلیل‌های آماری پیشرفته‌تر، کجی و کشیدگی مقیاس‌ها بررسی شد. به نظر تاباچنیک<sup>۱</sup> و فیدل<sup>۲</sup> (۱۹۹۶)، چنانچه میزان کجی و کشیدگی مقیاس‌ها کمتر از ۱۲۱ باشد، نیازی به تبدیل مقیاس‌ها نیست و روند تحلیل بدون تبدیل ادامه می‌یابد؛ اما اگر این مقدار از ۱۲۱ بیشتر باشد، باید برای تعدیل کجی و کشیدگی تبدیل مناسب صورت گیرد. همان‌گونه که در جدول ۱ مشاهده می‌شود، در پژوهش حاضر، هیچ یک از مقیاس‌ها کجی و کشیدگی بیشتر از ۱۲۱ نداشتند، بنابراین نیازی به تبدیل آنها نبود.

همبستگی بین همه مقیاس‌های به کار رفته، در جدول ۲ نمایش داده شده است. قبل از تحلیل‌های اکتشافی، به منظور بررسی عدم وجود رابطه خطی مشترک چندگانه<sup>۳</sup> بین مقیاس‌ها، ضرایب همبستگی پیرسون<sup>۴</sup> بین هفت مقیاس بررسی شد. از آنجا که تمامی همبستگی‌ها مقادیری کمتر از ۰/۸۵ داشتند، وجود رابطه خطی مشترک چندگانه بین مقیاس‌ها رد شد (تاباچنیک و فیدل، ۲۰۰۱).

هریک از این شش نشانه را چقدر تجربه کرده‌اند. مقدار آلفای کرونباخ<sup>۱</sup> این زیر مقیاس در پژوهش حاضر ۰/۸۵ به دست آمد.

۳- **مقیاس عواطف منفی** (موروزک و کولارز، ۱۹۹۸): این مقیاس نیز با ارائه فهرستی از شش نشانه عاطفه منفی (۱- آن‌قدر غمگین که هیچ چیز نتوانسته شادم کند؛ ۲- نگرانی و اضطراب؛ ۳- بی‌قراری و بی‌تابی؛ ۴- ناامیدی؛ ۵- کارها از من انرژی زیادی گرفته‌اند و با زحمت انجامشان داده‌ام؛ و ۶- احساس بی‌ارزشی) از پاسخ‌دهندگان می‌خواهد تا با انتخاب یکی از گزینه‌های یک تا پنج (۱= همیشه؛ ۲= بیشتر اوقات؛ ۳= بعضی اوقات؛ ۴= کمی؛ ۵= هرگز) مشخص کنند که در ۳۰ روز گذشته، هر یک از شش نشانه فهرست شده بالا را چقدر تجربه کرده‌اند. مقدار آلفای این مقیاس در پژوهش حاضر ۰/۸۵ و نمره تعادل لذتی پاسخ‌دهندگان پس از کم کردن نمره عواطف منفی آنها از نمره عواطف مثبت‌شان به دست آمد.

۴- **مقیاس حرمت خود روزنبرگ**<sup>۲</sup> (روزنبرگ، ۱۹۶۵): این مقیاس شامل ۱۰ ماده است که بر اساس مقیاسی چهاردرجه‌ای از «کاملاً مخالف» تا «کاملاً موافق» پاسخ داده می‌شود. شاپوریان، حجت و نیراحمدی (۱۹۸۷) به بررسی ویژگی‌های آماری نسخه فارسی مقیاس حرمت خود روزنبرگ در دو نمونه دانشجویی ایرانی (نمونه اول، ۲۳۲ دانشجوی ایرانی دانشگاه‌های آمریکا و نمونه دوم، ۳۰۵ دانشجوی دانشگاه‌های ایران) پرداختند. نتایج این تحقیق، همسانی درونی این مقیاس را در دو نمونه اول و دوم، به ترتیب ۰/۸۲ و ۰/۸۳ نشان داد. پایایی بازآزمون<sup>۴</sup> این مقیاس در یک دوره سه هفته‌ای ۰/۸۴ به دست آمد. همچنین نتایج این تحقیق با استفاده از روش آماری تحلیل عاملی اکتشافی<sup>۵</sup>، حاکی از تک‌بعدی و مطلوب مطلوب بودن ساختار این مقیاس در دو نمونه ذکر شده است. همسانی درونی این مقیاس در نمونه حاضر ۰/۸۳ به دست آمد.

۵- **پرسشنامه پنج عامل اصلی شخصیت**<sup>۶</sup> (BFI): مراجعه شود به جان و سربواستوا، ۱۹۹۹ و بنت‌مارتینز<sup>۷</sup> و جان، (۱۹۹۸): در این پرسشنامه، که برای سنجش پنج عامل اصلی شخصیت به کار می‌رود، برون‌گرایی هشت ماده، سازش‌پذیری نه ماده،

1- Cronbach's alpha  
2- Rosenberg's Self-Esteem Scale  
3- Rosenberg  
4- test-retest reliability  
5- exploratory factor analysis  
6- Big Five Inventory  
7- Benet-Martinez  
8- Tabachnick  
9- Fidell  
10- Multicollinearity  
11- Pearson's Correlation Coefficient

**جدول ۱- میانگین، انحراف معیار، کجی و کشیدگی متغیرهای پژوهش**

مقیاس	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی	ضریب آلفا
تعادل لذتی	۳/۸۶	۸/۳۳	-۰/۲۲	-۰/۳۸	-
برون‌گرایی	۲۴/۸۷	۵/۱۹	۰/۱۵۱	-۰/۲۹	۰/۶۸
سازش‌پذیری	۳۳/۰۹	۴/۹	-۰/۵۱	۰/۹۶	۰/۶۴
وظیفه‌شناسی	۳۰/۲۳	۵/۷۷	-۰/۳۴	۰/۰۰۸	۰/۷۵
روان‌نژندی‌گرایی	۲۲/۸۷	۶/۲۵	-۰/۰۶	-۰/۵۹	۰/۸۰
پذیرای تجارب بودن	۳۵/۵۸	۶/۳۲	-۰/۰۹	۰/۰۷	۰/۷۷
حرمت خود	۲۹/۴۶	۴/۵۸	۰/۱۴	۰/۱۳	۰/۸۳
حمایت اجتماعی ادراک‌شده کلی	۴۵/۵۶	۸/۳۵	-۰/۸۱	۰/۲۳	۰/۸۷
حمایت اجتماعی ادراک‌شده از خانواده	۱۵/۶۷	۳/۴۱	-۰/۸۵	۰/۲۲	۰/۸۵
حمایت اجتماعی ادراک‌شده از دوستان	۱۴/۳۶	۳/۶۵	-۰/۹۱	۰/۶۳	۰/۹۰
حمایت اجتماعی ادراک‌شده از فرد خاص	۱۵/۴۹	۳/۹	-۰/۹۵	۰/۳۸	۰/۸۴

**جدول ۲- نتایج تحلیل همبستگی بین مقیاس‌ها**

مقیاس‌ها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱- تعادل لذتی	۱									
۲- برون‌گرایی	۰/۳۱**	۱								
۳- سازش‌پذیری	۰/۳**	۰/۱۱	۱							
۴- وظیفه‌شناسی	۰/۳۲**	۰/۱۸**	۰/۲۴**	۱						
۵- روان‌نژندی‌گرایی	-۰/۶۱**	-۰/۲۳**	-۰/۴۶**	-۰/۲۹**	۱					
۶- پذیرای تجارب بودن	۰/۰۴	۰/۳۴**	۰/۱۰	۰/۲۹**	-۰/۰۲	۱				
۷- حرمت خود	۰/۴۹**	۰/۳۴**	۰/۲۵**	۰/۴۵**	-۰/۴۴**	۰/۲۹**	۱			
۸- حمایت اجتماعی ادراک‌شده از خانواده	۰/۲۷**	۰/۱۵*	۰/۱۷**	۰/۰۹	-۰/۱۹**	۰/۰۵	۰/۱۲	۱		
۹- حمایت اجتماعی ادراک‌شده از دوستان	۰/۲۴**	۰/۲۹**	۰/۱۶*	۰/۱۱	-۰/۱۹**	۰/۲۴**	۰/۲۳**	۰/۲۵**	۱	
۱۰- حمایت اجتماعی ادراک‌شده از فرد خاص	۰/۱۷**	۰/۱۹**	-۰/۰۱	۰/۱۷**	-۰/۰۹	۰/۲۲**	۰/۱۸**	۰/۳۰**	۰/۵۲**	۱

\*\* $p < 0.01$  \* $p < 0.05$

**جدول ۳- تحلیل رگرسیون چندگانه مقیاس تعادل لذتی روی پنج عامل اصلی شخصیت با روش گام‌به‌گام**

شاخص آماری	R	R <sup>2</sup>	درجه آزادی	F	p.value
	۰/۶۴	۰/۴۲۱	۳ و ۲۲۹	۵۵/۵۵	۰/۰۰۰

**جدول ۴- ضرایب b، t، و سطح معناداری مربوط به تحلیل رگرسیون چندگانه مقیاس تعادل لذتی روی پنج عامل اصلی شخصیت**

متغیرهای پیش‌بین	ضریب b	ضریب β	t	p.value
برون‌گرایی	۰/۲۵	۰/۱۶	۳/۰۷	۰/۰۰۲
وظیفه‌شناسی	۰/۱۹	۰/۱۳	۲/۴۹	۰/۰۱۳
روان‌نژندی‌گرایی	-۰/۷۱	-۰/۵۴	-۱۰/۰۳	۰/۰۰

جدول ۵ - نتایج تحلیل رگرسیون سلسله‌مراتبی

متغیرهای پیش‌بینی‌کننده	R <sup>۲</sup>	df	F	ΔR <sup>۲</sup>	B	β	t
گام اول: پنج ویژگی شخصیت	۰/۴۴۱	(۳ و ۲۱۸)	۵۷/۲۷**	-	-	-	-
گام دوم: حرمت خود و ابعاد حمایت اجتماعی	۰/۴۶۴	(۴ و ۲۱۷)	۴۶/۸۷**	۰/۰۲۳	۰/۳۴*	۰/۱۹*	۳/۰۳*

\*\*p=۰/۰۰۱

\*ارقام مربوط به حرمت خود است.

کمتر و در برون‌گرایی و وظیفه‌شناسی بالاتر باشد، بیشتر احتمال دارد که در مقیاس تعادل لذتی نیز نمره بالایی کسب کند.

یکی از پرسش‌هایی که پژوهش حاضر به دنبال پاسخ‌گویی به آن بود این است که آیا با کنترل ابعاد پنج‌گانه شخصیت در معادله رگرسیون، متغیرهای حرمت خود و سه بعد حمایت اجتماعی ادراک‌شده (از خانواده، دوستان و فرد خاص) پیش‌بینی‌کننده خوبی برای تعادل لذتی هستند. به عبارت دیگر، آیا این چهار متغیر قادرند ورای<sup>۲</sup> سهم ابعاد پنج‌گانه شخصیت، نمرات تعادل لذتی را به طور معنادار پیش‌بینی کنند؟ بدین منظور از تحلیل رگرسیون سلسله‌مراتبی چندگانه استفاده شد. این تحلیل نشان داد که از بین این چهار متغیر، فقط حرمت خود نقشی معنادار دارد.

نتایج تحلیل رگرسیون سلسله‌مراتبی چندگانه در جدول ۵ آورده شده است. در گام اول، پنج بعد شخصیت به عنوان متغیر مستقل وارد معادله شدند و ۰/۴۴۱ درصد ( $R^2=0/441$ ) از واریانس نمرات تعادل لذتی را تبیین کردند ( $p<0/001$ ) و  $57/27 = F(3, 218)$ . در گام دوم، حرمت خود و سه بعد حمایت اجتماعی ادراک‌شده به عنوان متغیرهای مستقل وارد معادله شدند. از این چهار متغیر، فقط حرمت خود (ضریب  $\beta=0/20$ ) نقش معنادار داشت (ضریب  $\beta$  برای سه متغیر حمایت اجتماعی بین ۰/۰۳ و ۰/۰۴ نوسان داشت). میزان تغییر واریانس توجیه ( $\Delta R^2$ )  $0/023$  به دست آمد. از آنجا که این مقدار از لحاظ آماری معنادار است ( $p<0/001$ ) و  $46/87 = F(4, 217)$ ، می‌توان نتیجه گرفت که ورای ابعاد پنج‌گانه شخصیت، حرمت خود نیز قادر است تعادل لذتی را به طور معنادار پیش‌بینی کند.

بررسی تفاوت‌های جنسیتی در تمام متغیرها نشان داد که بین نمرات دانشجویان دختر و پسر در متغیرهای سازش‌پذیری ( $t(214)=2/57, p=0/01$ ) تفاوت معناداری وجود دارد، به نحوی که دختران ( $33/58$ ) در این مقیاس نمره بالاتری نسبت به پسران ( $31/72$ ) اخذ کرده‌اند. همچنین بین نمرات دانشجویان دختر و پسر در متغیرهای حمایت اجتماعی ادراک‌شده از خانواده ( $t(214)=2/38, p=0/01$ ) تفاوت معناداری وجود دارد، به نحوی که دختران ( $15/98$ ) در این مقیاس نمره بالاتری نسبت به پسران ( $14/78$ ) اخذ کرده‌اند و نهایتاً بین نمرات دانشجویان دختر و پسر در متغیرهای حمایت اجتماعی ادراک‌شده از فرد خاص نیز ( $t(214)=2/78, p=0/006$ ) تفاوت معناداری وجود دارد، به نحوی که دختران ( $15/9$ ) در این مقیاس نمره بالاتری نسبت به پسران ( $14/31$ ) اخذ کردند. در بقیه مقیاس‌ها تفاوت جنسیتی معناداری دیده نشد. برای بررسی قدرت پنج عامل اصلی شخصیت در پیش‌بینی تعادل لذتی از تحلیل رگرسیون خطی چندگانه با روش گام‌به‌گام<sup>۱</sup> استفاده شد. تعادل لذتی به عنوان متغیر ملاک و پنج ویژگی شخصیتی به عنوان متغیرهای پیش‌بین وارد معادله رگرسیون چندگانه شدند. نتایج تحلیل رگرسیون در جدول ۳ و ۴ نشان داده شده است.

چنانچه در جدول ۴ دیده می‌شود، مقیاس تعادل لذتی توسط سه متغیر (به ترتیب قدرت پیش‌بینی) روان‌نژندی‌گرایی (ضریب بتا =  $0/54$ )، برون‌گرایی (ضریب بتا =  $0/16$ ) و وظیفه‌شناسی (ضریب بتا =  $-0/54$ ) پیش‌بینی می‌شود ( $p<0/001$ ) و  $55/55 = F(3, 229)$ . این سه متغیر روی هم‌رفته  $42/1$  درصد از پراکندگی نمرات تعادل لذتی را پیش‌بینی می‌کنند. ( $R^2=0/421$ ) یافته‌ها نشان از آن دارند که هر چه نمره فرد در روان‌نژندی‌گرایی

1- stepwise

2- Beyond

## نتیجه‌گیری

اهمیت حرمت خود در پیش‌بینی جنبه‌های گوناگون بهزیستی، اعم از شخصی و روان‌شناختی، بارها تأیید شده است (اسمدما<sup>۱</sup>، کاتالانو<sup>۲</sup> و ایدر<sup>۳</sup>، ۲۰۱۰؛ واسک<sup>۴</sup>، کویل<sup>۵</sup> و ورا<sup>۶</sup>، ۲۰۱۰). به نظرمایرز و دینر (۱۹۹۷) افرادی که بهزیستی شخصی زیادی دارند، سطح حرمت خود در آنها بالاست. تیلر<sup>۷</sup> و براون<sup>۸</sup> (۱۹۸۸) استدلال می‌کنند که داشتن دیدگاه مثبت به خود، حتی وقتی بر واقعیت منطبق نیست، می‌تواند به سلامت روان فرد کمک کند. یافته‌های پارادایز<sup>۹</sup> و کرنیس<sup>۱۰</sup> (۲۰۰۲) نیز حکایت از ارتباط بین بهزیستی روان‌شناختی و بالا بودن سطح حرمت خود دارد. در نمونه‌های ایرانی نیز رابطه این متغیر با شاخص‌های سلامت روان تأیید شده است (جوشن‌لو، رستمی و نصرت آبادی، ۱۳۸۵؛ جوشن‌لو و رستگار، ۱۳۸۶). این شواهد نشان‌گر آن است که حرمت خود یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های قدرت‌مند برای بسیاری از ابعاد سلامت روان در ایران است.

پژوهش حاضر محدودیت‌هایی نیز داشت. با توجه به حجم کم نمونه و دانشجوی بودن آن نمی‌توان نتایج را به همه مردم تعمیم داد. در راستای درک کامل پیش‌بینی‌کننده‌های تعادل لذتی در ایران، بررسی رابطه رضایت از زندگی و متغیرهای جمعیت‌شناختی (مانند سن و طبقه اجتماعی) در پژوهش‌های آتی، می‌تواند مکمل این مطالعه باشد.

تعادل لذتی یا سطح لذتی، بعد عاطفی بهزیستی شخصی است و شامل «مطلوبیت» منهای «عدم مطلوبیت» زندگی هیجانی می‌شود. به عبارت ساده‌تر، تعادل لذتی میزان غلبه تجارب عاطفی مثبت فرد بر تجارب عاطفی منفی وی را نشان می‌دهد که با کم کردن نمره مقیاس عواطف منفی فرد از نمره عواطف مثبت وی به دست می‌آید.

تحقیقات انجام‌شده در سایر نقاط دنیا نشان می‌دهد که از بین پنج عامل اصلی شخصیت، معمولاً دو ویژگی روان‌نژندی گرای و برون‌گرایی قادر به پیش‌بینی تعادل لذتی هستند. در تحقیقات گوناگون، متغیرهایی چون حرمت خود و حمایت اجتماعی نیز قادر به پیش‌بینی تعادل لذتی بوده‌اند. در تحقیق حاضر سعی شد، قدرت این متغیرها در پیش‌بینی تعادل لذتی در نمونه‌های ایرانی بررسی شود.

تحلیل‌ها حاکی از آن است که در این نمونه دانشجویی، از بین پنج عامل اصلی شخصیت، روان‌نژندی گرای بیش از سایر عوامل قادر به پیش‌بینی تعادل لذتی است. عامل دوم، به لحاظ اهمیت، برون‌گرایی بود. اما در نمونه به کار گرفته‌شده، بر خلاف بیشتر تحقیقات انجام‌شده در نقاط مختلف دنیا، وظیفه‌شناسی نیز توانست تعادل لذتی را پیش‌بینی کند. این امر را می‌توان خاص فرهنگ ایرانی به‌شمار آورد. تحقیقات پیشین در نمونه‌های ایرانی نیز نشان از اهمیت این متغیر در تمیز سطوح مختلف سلامت روان دارد (جوشن‌لو و نصرت‌آبادی، ۲۰۰۸).

دریافت مقاله: ۱۳۸۸/۹/۳۰؛ پذیرش مقاله: ۱۳۸۹/۳/۱۰

- |             |             |
|-------------|-------------|
| 1- Smedema  | 2- Catalano |
| 3- Ebener   | 4- Vacek    |
| 5- Coyle    | 6- Vera     |
| 7- Taylor   | 8- Brown    |
| 9- Paradise | 10- Kernis  |

## منابع

- جوشن‌لو، م.، رستمی، ر.، و نصرت‌آبادی، م. (۱۳۸۶) بررسی ساختار عاملی مقیاس جامع بهزیستی. *مجله روان‌شناسان ایرانی*، ۹، ۵۱-۳۵.
- جوشن‌لو، م.، و رستگار، پ. (۱۳۸۶). بررسی پیش‌بین‌های شخصیتی بهزیستی فضیلت‌گرا در دانشجویان دختر و پسر. *مجله روان‌شناسان ایرانی*، ۱۳، ۲۴-۱۳.
- جوشن‌لو، م.، رستمی، ر.، و نصرت‌آبادی، م. (۱۳۸۵). تفاوت‌های جنسیتی در پیش‌بینی‌کننده‌های بهزیستی اجتماعی. *مجله علوم روان‌شناختی*، ۱۸، ۱۸۴-۱۶۶.

Benet-Martinez, V., & John, O. P. (1998). Los Cinco Grandes across cultures and ethnic groups: Multitrait multimethod analyses of the Big Five in Spanish and English. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(3), 729-750.

Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.

Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy and unhappy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 38(4), 668-678.

Diener, E. (1994). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. *Social Indicators Research*, 31(2), 103-157.

Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(4), 653-663.

Diener, E., & Lucas, R. (1999). Personality, and subjective well-being. In D. Kahneman, E. Diener & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 213-229). New York: Russell Sage Foundation.

Diener, E., & Suh, E. (1997). Subjective well-being and age: An international perspective. In K. W. Schaie & M. P. Lawton (Eds.), *Annual review of gerontology and geriatrics* (pp. 304-324). New York: Springer.

Eker, D., Arkar, H., & Yaldız, H. (2001). Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeği? nin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Turkish Journal of Psychiatry*, 12(1), 17-25.

Emmons, R. A., & Diener, E. (1985). Factors predicting satisfaction judgments: A comparative examination. *Social Indicators Research*, 16(2), 157-168.

John, O. P., Naumann, L. P., & Soto, C. J. (2008). Paradigm shift to the integrative Big-Five trait taxonomy: History, measurement, and conceptual issues: Theory and research. In O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 114-158). New York, NY: Guilford Press.

John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 102-138). New York: Guilford Press.

Joshanloo, M., & Nosratabadi, M. (2008). Levels of mental health continuum and personality traits. *Social Indicators Research*, 90(2), 211-224.

Kahn, R. L., & Antonucci, T. C. (1980). Convoys over the life course: Attachment, roles, and social support. In P. B. Baltes & O. G. Brim (Eds.), *Life-span development and behavior* (pp. 253- 286). San Diego, CA: Academic Press.

Kazarian, S. S., & McCabe, S. B. (1991). Dimensions of social support in the MSPSS: Factorial structure, reliability, and theoretical implications. *Journal of Community Psychology*, 19(2), 150-160.

Keyes, C. L. M., & Annas, J. (2009). Feeling good and functioning well: Distinctive concepts in ancient philosophy and contemporary science. *Journal of Positive Psychology* 4(3), 197-201.

Kousha, M., & Mohseni, N. (2000). Are Iranians happy? A comparative study between Iran and the United States. *Social Indicators Research*, 52(3), 259-289.

Lykken, D., & Tellegen, A. (1996). Happiness is a stochastic phenomenon. *Psychological Science*, 7(3), 186-189.

Mroczek, D. K., & Kolarz, C. M. (1998). The effect of age on positive and negative affect: A developmental perspective on happiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(5), 1333-1349.

Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1), 10-19.

Myers, D. G., & Diener, E. (1997). The pursuit of happiness. *Scientific American*, 274(5), 70-72.

Paradise, A. W., & Kernis, M. H. (2002). Self-esteem and psychological well-being: Implications of fragile self-esteem. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 12(4), 345-361.

Ryan, R. M., Huta, V., & Deci, E. L. (2008). Living well: A self-determination theory perspective on eudaimonia. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 139-170.

Roberts, J. E., & Gotlib, I. H. (1997). Social support and personality in depression: Implications from quantitative genetics. In G. R. Pierce, B. Lakey, I. G. Sarason, & B. R. Sarason (Eds.), *Sourcebook of social support and personality* (pp.187-214). New York: Plenum.

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent child*. Princeton, NJ: Princeton University Press.



- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry*, 9(1), 1-28.
- Schimmack, U., & Diener, E. (1997) Affect intensity: Separating intensity and frequency in repeatedly measured affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(6), 1313-1329.
- Schimmack, U., Diener, E., & Oishi, S. (2002a). Life-satisfaction is a momentary judgment and a stable personality characteristic: The use of chronically accessible and stable sources. *Journal of Personality*, 70(3), 345-385.
- Schimmack, U., Radhakrishnan, P., Oishi, S., Dzokoto, V., & Ahadi, S. (2002b). Culture, personality, and subjective well-being: Integrating process models of life-satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(4), 582-593.
- Shapurian, R., Hojat, M., & Nayerahmadi, H. (1987). Psychometric characteristics and dimensionality of a Persian version of Rosenberg Self-esteem Scale. *Perceptual and Motor Skills*, 65(1), 27-34.
- Smedema, S. M., Catalano, D., & Ebener, D. J. (2010). The relationship of coping, self-worth, and subjective well-being: A structural equation model. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 53(3), 131-142.
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 134(1), 138-161.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2001). *Using multivariate statistics*. Boston: Allyn and Bacon.
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103(2), 193-210.
- Vacek, K. R., Coyle, L. D., & Vera, E. M. (2010). Stress, self-esteem, hope, optimism, and well-being in urban, ethnic minority adolescents. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 38(2), 99-111.
- Weiss, R. (1974). The provisions of social relationships. In Z. Rubin (Ed.), *Doing unto others* (pp.17- 26). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Zimet, G. D., Dahlen, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41.