

پیش‌بینی شادکامی بر اساس سبک‌های دلبستگی و بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان

چکیده

این پژوهش با هدف بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و بهزیستی روان‌شناختی با شادکامی و تعیین نقش سبک‌های دلبستگی و بهزیستی روان‌شناختی در پیش‌بینی شادکامی دانشجویان انجام شد. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد الکترونیک در سال ۱۴۰۰-۱۴۰۱ به تعداد ۲۰۰۰ نفر بود. حجم نمونه با استفاده از فرمول فیدل و تاباچینگ به تعداد ۱۵۴ نفر، به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب گردید. ابزار پژوهش پرسشنامه بهزیستی روان‌شناختی ریف (۲۰۰۴)، پرسشنامه سبک‌های دلبستگی هازان و شیور (۱۹۸۷) و آزمون شادکامی آکسفورد (۱۹۹۰) بود. داده‌ها با استفاده از روش‌های آمار توصیفی و بهره‌گیری از آزمون‌های همبستگی پیرسون و آزمون رگرسیون خطی با کمک نرم افزار spss نسخه ۲۳ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. طبق یافته‌ها، بین بهزیستی روان‌شناختی ($r = ۰/۶۲$ و $p = ۰/۰۰۱$) و سبک دلبستگی ایمن ($r = ۰/۶۳$ و $p = ۰/۰۰۱$) با شادکامی رابطه مثبت و معنادار و بین سبک اجتنابی ($r = -۰/۴۴$ و $p = ۰/۰۱۷$) و سبک دوسوگرا ($r = -۰/۴۹$ و $p = ۰/۰۱۲$) با شادکامی رابطه منفی و غیرمستقیمی وجود دارد.

بر اساس نتایج نتایج آزمون رگرسیون حاکی از این بود که سبک‌های دلبستگی و بهزیستی روان‌شناختی، شادکامی در دانشجویان را پیش‌بینی می‌کند.

واژگان کلیدی: سبک اجتنابی، سبک ایمن، بهزیستی روان‌شناختی، شادکامی، دانشجویان.

Prediction of Happiness Based on Attachment Style and Psychological Well-being in College Students

Abstract

Aim: This research aimed to investigate the relationship between attachment and psychological well-being with happiness and to determine the role of attachment style and psychological well-being in predicting students' happiness. **Method:** The statistical population of this research was all students of the Islamic Azad University of Electronics Department in the year 2001-2001, numbering 2000 people. The sample size was selected using Fidel and Tabaching's formula of 154 people, using available sampling method. Research tools were Riff psychological well-being questionnaire (2004), Hazan and Shaver attachment style questionnaire (1987) and Oxford happiness test (1990). The data was analyzed using descriptive statistics methods and Pearson correlation tests and linear regression tests with the help of spss software version 23. **Results:** There is a positive and significant relationship between psychological well-being ($r = 0.62$ and $p = 0.001$) and secure attachment style ($r = 0.63$ and $p = 0.001$) with happiness and between avoidant style (-0.44), $r = 0.017$ and $p = 0.017$) and ambivalent style ($r = 0.49$ and $p = 0.012$) has a negative and indirect relationship with happiness. **Conclusion:** The results of the regression test indicated that attachment and psychological well-being predict happiness in students.

Keywords: *attachment, well-being, psyche, happiness, students*

در سال‌های اخیر روانشناسی مثبت‌نگر در تلاش بوده تا تأکید بیشتری بر مفاهیم همچون شادی و بهزیستی روانشناختی داشته باشد؛ چرا که این مفاهیم از جهات بسیاری شبیه هم می‌باشند (مرتضی بیگی، صفری، بزرگ‌خو و اصغر نژاد فرید، ۱۴۰۰). از طرفی اثرات دلبستگی در تعاملات افراد خود را نشان خواهد داد و بر متغیرهای مختلفی از جمله شادکامی^۱ اثرگذار است (پور لقمجانی، دهقان، کریمی و رضائی، ۱۳۹۹). منظور از شادکامی، بودن در حالت خوشحالی و سرور و دیگر هیجانات مثبت، راضی بودن از زندگی خود و فقدان افسردگی، اضطراب و سایر هیجانات منفی است (آرگایل^۲، ۲۰۰۱). به عبارت دیگر حالتی ذهنی است که شامل سه مؤلفه‌ی وجود هیجانات مثبت، عدم وجود هیجانات منفی و رضایت از زندگی می‌باشد (یگانه آسیایی، ۱۴۰۰). شادکامی را می‌توان نوعی ارزیابی مفید و مثبت در ذهن و روان انسان تلقی نمود که بیانگر میزان بالای رضایت از زندگی و عواطف مثبت در افراد است (وون، بای، بیون و سیو، ۲۰۲۰؛ به نقل از ولی زاده و احمدی، ۱۴۰۲). شادکامی شامل چندین جزء اساسی از جمله فراوانی و شدت احساسات مثبت، وجود سطح متوسطی از رضایتمندی در طول یک دوره زمانی و عدم وجود احساسات منفی مانند اضطراب و افسردگی می‌باشد (هیلز و آرگایل^۳، ۱۹۹۵؛ به نقل از مرتضی بیگی و همکاران، ۱۴۰۰).

یکی از مؤلفه‌هایی که ممکن است با شادکامی دانشجویان در ارتباط باشد، سبک‌های دلبستگی^۴ است. بالبی^۵ (۱۹۶۹)، معتقد است دلبستگی یک نیاز اساسی و طبیعی در بشر است و در طول رشد کودکان، نقش مهمی ایفا می‌کند. او تفسیری را ارائه می‌دهد که بر اساس آن، دلبستگی نه تنها به عنوان یک نیاز فیزیولوژیک، بلکه به عنوان یک نیاز روانی مهم و مؤثر در ارتباطات اجتماعی و توسعه شخصیت در نظر گرفته می‌شود. گلدنبرگ^۶ (۲۰۰۵)، معتقد است که الگوی دلبستگی با مجموعه‌ای از خصوصیات هیجانی و رفتارهای ارتباطی همراه است (یعقوبی، یارمحمدی و شمشیری، ۱۳۹۹). بالبی (۱۹۶۹) و اینزورث^۷ (۱۹۷۸)، معتقدند که کیفیت و

^۱ Happiness

^۲Argyle

^۳ Hills & Argyle

^۴ attachment style

^۵ Balby

^۶Goldenberg

^۷ Ainsworth

الگوی دلبستگی در روابط عاشقانه بزرگسالی ممکن است شبیه الگوی دلبستگی فرد در رابطه با والدش باشد. در واقع یک رابطه دلبسته ایمن می‌تواند عملکرد و شایستگی را در روابط بین فردی تسهیل کند. در واقع مهمترین ویژگی روابط دلبسته، احساس امنیت و تعلق است، به طوری که فرد، دیگر احساس تنهایی و ناراحتی نمی‌کند (باقری فرد، ۱۳۹۳).

از سوی دیگر تحقیقات نشان داده است که سبک‌های دلبستگی ایمن با بهزیستی روان‌شناختی^۱ در افراد **رابطه دارد** (هومان^۲، ۲۰۱۸). بهزیستی روان‌شناختی به مجموعه‌ای از ویژگی‌های روان‌شناختی مرتبط با شادکامی، رضایت و عملکرد مثبت اشاره دارد. این مفهوم به طور کلی به تحقق هدف‌های شخصی، حس ارزشمندی، خودشناسی، خودپذیرشی، روابط اجتماعی مثبت، عملکرد بهتر در کار و زندگی، احساس کنترل بر زندگی و حس آرامش مرتبط است. بهزیستی **روان‌شناختی** به ارزیابی‌های شناختی فردی و تأثیر آن بر کیفیت زندگی اشاره دارد (پونوماروا و همکاران^۳، ۲۰۲۰). بهزیستی روان‌شناختی داشتن محیطی سالم برای برقراری رابطه و به دنبال آن بهبود سلامت روانی افراد است، تا از این طریق بتوانند استعدادها و توانایی خود را بالفعل نمایند (محمدی، سلطان آبادی، ادیبی و نوری، ۱۴۰۰). مطالعات نشان می‌دهد که بهزیستی روان‌شناختی نقش مهمی را در بیشتر ابعاد زندگی شخصی، خانوادگی، اجتماعی و عملکرد شغلی فرد ایفا می‌کند (آراد، مشعشی و بیان فر، ۱۴۰۱).

در راستای اهداف این پژوهش تحقیقات و مطالعات مختلفی انجام گرفته است. ماریرو، بلانکو و هرناندز^۴ (۲۰۱۹)، در پژوهشی به بررسی رابطه بین سبک‌های دلبستگی و بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان پرداختند. بررسی ۳۸۴ نفر از نوجوانان نشان داد بین سبک دلبستگی ایمن با بهزیستی روان‌شناختی نوجوانان رابطه مثبت و معنادار و بین سبک دلبستگی ناایمن و دوسوگرا و بهزیستی روان‌شناختی آنان رابطه منفی و معنادار وجود دارد. مرتضی بیگی و همکاران (۱۴۰۰)، در پژوهشی با عنوان پیش‌بینی شادکامی بر اساس خودکارآمدی و کیفیت زندگی با میانجی‌گری بهزیستی روان‌شناختی، به این نتیجه دست یافتند که خودکارآمدی و کیفیت زندگی با میانجی‌گری بهزیستی روان‌شناختی می‌تواند شادکامی را پیش‌بینی کند. سیروس، میلینگز و هریچ^۵ (۲۰۱۷)، در بررسی رابطه میان سبک‌های دلبستگی و بهزیستی روان‌شناختی، به این نتیجه رسیدند که ارتباط مثبت و معناداری بین سبک دلبستگی ایمن

⁶ Well-being

^۲ Homan

⁸ Ponomareva et al

⁴ Marrero, R. J., Blanco-Hernandez, P. J., & Hernandez-Cabrera

⁵ Sirois, M., Millings, F., Hirsch, A. K

با بهزیستی بالاتر و **سبک دلبستگی نایمن** با بهزیستی پایین تر وجود دارد. قربان پور لقمجانی و همکاران (۱۳۹۹)، در پژوهشی با عنوان نقش سبک‌های دلبستگی، سبک‌های عشق‌ورزی و ابرازگری هیجان در پیش‌بینی شادکامی معلمان، به این نتیجه دست یافتند که سبک‌های دلبستگی می‌تواند با اثرگذاری بر نحوه تعاملات و ارتباطات، شادکامی را در معلمان تبیین نماید. آی و همکاران (۱۳۹۷)، در بررسی روابط شادکامی با بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان به این نتیجه رسیدند که بین شادکامی و بهزیستی روان‌شناختی رابطه معنادار وجود دارد و شادکامی می‌تواند بهزیستی روان‌شناختی را پیش‌بینی کند. نوعی ایران و محمود علیلو (۱۳۹۴)، در پژوهشی با عنوان پیش‌بینی کیفیت زندگی و شادکامی بر مبنای سبک‌های دلبستگی در زوجین، به این نتیجه دست یافتند که سبک‌های دلبستگی نقش بسزایی در پیش‌بینی شادکامی دارد. جوشنلو (۲۰۱۸)، در بررسی دانشجویان کره جنوبی به این نتیجه دست یافت که بین دلبستگی نایمن و ترس از شادی رابطه مثبت وجود دارد. همچنین ترس از شادی در رابطه بین دلبستگی نایمن و بهزیستی روان‌شناختی نقش واسطه‌ای دارد. رشید، علیزاده و مرادی (۱۳۹۶)، در بررسی رابطه شادی و بهزیستی روان‌شناختی با نگرش به زمان در دانشجویان، به این نتیجه دست یافتند که بهبود نگرش‌های مثبت می‌تواند افزایش شادی و بهزیستی روان‌شناختی را به همراه داشته باشد.

بر اساس آنچه گفته شد توجه به شادکامی و ایجاد فضایی مثبت و سازنده در دانشجویان می‌تواند به طور قابل توجهی به موفقیت و رضایت آنها کمک کند. از دیگر سو برخی مطالعات میزان شادکامی را در دانشجویان کمتر از میانگین گزارش کرده‌اند (شادفرد و همکاران، ۱۴۰۰). چنان که، در پژوهش‌های انجام شده بر روی دانشجویان کانادا و کره جنوبی نیز نمره شادکامی کمتر از حد متوسط بوده است (جان و جو، ۲۰۱۶). از طرف دیگر، امروزه شادکامی در جوامع به یک ارزش تبدیل شده است و اساس نظام بهزیستی همگانی را در جوامع تشکیل می‌دهد (معینی و همکاران، ۱۳۹۵). با مطرح شدن روزافزون اهمیت شادکامی در سلامت روان و تأثیر آن در سایر سازه‌های روان‌شناختی، بررسی آن به ویژه برای دانشجویان به سبک آموزش از راه دور، اهمیت می‌یابد. از دیگر سو، دانشجویان واحد الکترونیک مانند دیگر اقشار جامعه، در صورت برخورداری از شادکامی حقیقی در ذات و شخصیت خود، احتمال موفقیت خود را در تمامی شئون تحصیلی در زمان دانشجویی و حتی پس از طی دوران تحصیلی دانشگاهی، افزایش خواهند داد. لذا، شادکامی دانشجویان به عنوان نسل جوان، با توجه به مشکلات متعدد آموزش الکترونیک اعم از عدم ارتباط اجتماعی با هم‌نوعان،

^۱ Jun, WH & Jo, MJ

مشکلات اینترنت و امثال آن، بسیار حایز اهمیت است. از آنجا که پژوهش‌های ناپیزی به موضوع پیش‌بینی شادکامی بر اساس سبک‌های دلبستگی و بهزیستی روان‌شناختی در دانشجویان واحد الکترونیک پرداخته‌اند، لذا این خلاء پژوهشی می‌تواند ضرورت انجام این پژوهش را بیان کند. این پژوهش ضمن بررسی رابطه دلبستگی و بهزیستی روان‌شناختی با شادکامی، به دنبال پاسخ به این سوال است که آیا سبک‌های دلبستگی و بهزیستی روان‌شناختی توان پیش‌بینی شادکامی در دانشجویان واحد الکترونیک را دارد؟

روش

این پژوهش توصیفی از نوع همبستگی می‌باشد. از لحاظ هدف جزء تحقیقات بنیادین است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد الکترونیک در سال ۱۴۰۰-۱۴۰۱ است که تعداد این افراد برابر ۲۰۰۰ نفر بود. حجم نمونه با استفاده از فرمول فیدل و تاباچینگ (۲۰۰۷)، ۱۵۴ نفر برآورد گردید که به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند.

در بخش اجرا، پس از کسب مجوزهای لازم، پرسشنامه‌ها به صورت مجازی و با کمک سایت پرسلاین، بارگزاری شد. لینک پرسشنامه‌ها را برای دانشجویان ارسال و از آن‌ها خواسته شد تا به دقت به پرسشنامه‌ها پاسخ دهند. به منظور رعایت اخلاق پژوهشی، احترام به آزمودنی‌ها و توجه به رفاه آنها طی پژوهش، تمامی شرایط اجرای پژوهش و مقدمه‌ای از اهداف پژوهش به صورت ضمنی توضیح داده شد. همچنین، از آن‌ها خواسته شد چنانچه سوالاتی برای آنها مبهم بود، از پژوهشگر بپرسند. در نهایت برای بررسی فرضیه‌های تحقیق از آمار توصیفی و آمار استنباطی استفاده شد. از آمار توصیفی مانند شاخص‌های پراکندگی (میانگین، میانه) و شاخص‌های پراکندگی (انحراف استاندارد، واریانس) و همچنین جداول توزیع فراوانی استفاده شد. به منظور تحلیل داده‌ها از آمار استنباطی شامل آزمون‌های آماری، آزمون‌های همبستگی و رگرسیون چند متغیری از نرم SPSS نسخه ۲۳، استفاده شد.

ابزار پژوهش

مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف^۱ (RSPWB): ریف (۱۹۸۹)، برای اندازه‌گیری بهزیستی روان‌شناختی بزرگسالان مقیاسی که دارای ۸۴ سؤال است، طراحی کرد. این پرسشنامه دارای ۶ زیر مقیاس (هر زیر مقیاس شامل ۱۴ عبارت) است. آزمودنی باید در یک طیف لیکرت ۶ درجه‌ای (۱= کاملاً مخالفم تا ۶= کاملاً مخالفم) مشخص سازد که تا چه حد با هر یک از عبارات موافق یا

^۱Ryff

مخالف است. ضریب همسانی زیر مقیاس‌های این پرسشنامه برای خودمختاری ۰/۷۶، تسلط بر محیط ۰/۹۰، رشد فردی ۰/۸۷، ارتباط مثبت با دیگران ۰/۹۱، زندگی هدفمند ۰/۹۰ و پذیرش خود ۰/۹۳ گزارش شده است. پایایی حاصل از روش بازآزمایی زیر مقیاس‌ها نیز در یک نمونه ۱۱۷ نفری و در فاصله ۶ هفته بین ۰/۸۱ تا ۰/۸۵ بود. لیندفورس، برنتسون و لوندبرگ^۱ (۲۰۰۶)، نیز دامنه‌ی ضریب ثبات درونی را برای ابعاد مختلف مقیاس ریف را بین ۰/۶۵ تا ۰/۷۰ گزارش نمودند. در حالی که ضریب مؤلفه‌ی هدفمندی زندگی ۰/۲۴ بود. بیانی و همکاران (۱۳۸۷)، به منظور هنجاریابی مقیاس‌های بهزیستی روان‌شناختی در ایران آن را بر روی نمونه‌ای متشکل از ۱۴۵ دانشجوی اجرا کردند. ضریب پایایی به روش بازآزمایی مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف ۰/۸۲ و خرده مقیاس‌های پذیرش خود، روابط مثبت با دیگران، خودمختاری، تسلط بر محیط، زندگی هدفمند و رشد شخصی به ترتیب ۰/۷۱، ۰/۷۷، ۰/۷۸، ۰/۷۰، ۰/۷۷ و ۰/۷۸ به دست آمد، که از نظر آماری معنی‌دار بود. همبستگی معنادار بین مقیاس‌های بهزیستی روان‌شناختی ریف و پرسشنامه‌های رضایت از زندگی، شادکامی و عزت نفس حاکی از اعتبار این آزمون است. اعتبار سازه این آزمون، همبستگی میان مقیاس‌ها و همبستگی کلی آن را مورد ارزیابی و تایید قرار گرفته است (بیانی و همکاران، ۱۳۸۷). در پژوهش حاضر میزان ضریب پایایی پرسشنامه مذکور ۰/۷۷ بدست آمده است.

پرسشنامه استاندارد سبک‌های دلبستگی هازان و شیور (۱۹۸۷): پرسشنامه سبک‌های دلبستگی توسط هازان و شیور (۱۹۸۷) ساخته شده است. این مقیاس دارای ۱۵ گویه است با یک مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای (خیلی کم تا خیلی زیاد) و هر ماده دارای ارزشی بین ۱ تا ۵ است. با سؤالاتی مانند «از اینکه به دیگران نزدیک شوم، احساس ناراحتی می‌کنم». «من دوست دارم با دیگران رابطه صمیمی داشته باشم، ولی دیگران به رابطه صمیمی با من تمایل ندارند»، سبک‌های دلبستگی را می‌سنجد. مولفه‌های پرسشنامه هازان و شیور عبارتند از: سبک دلبستگی اجتنابی (سوالات ۱ تا ۵)، سبک دلبستگی ایمن (سوالات ۶ تا ۱۰) و سبک دلبستگی دوسوگرا (سوالات ۱۱ تا ۱۵). در پژوهش (مودنی و همکاران، ۱۳۹۳) روایی پرسشنامه توسط اساتید و متخصصان این حوزه تأیید شده است. همچنین پایایی پرسشنامه از روش آلفای کرونباخ ۰/۷۹ به دست آمده است. در پژوهش حاضر ضریب پایایی پرسشنامه سبک‌های دلبستگی ۰/۷۹ بدست آمد.

^۱ Lindfors, P., Berntsson, L., & Lundberg, U.

پرسشنامه شادکامی اکسفورد (۱۹۹۰): **آزمون شادکامی اکسفورد توسط آرگایل^۱ و همکاران در سال ۱۹۸۹ تهیه گردید.** این پرسشنامه ۲۹ سوال داشته و در مقیاس ۴ درجه‌ای تعریف شده که با اعداد ۱ تا ۴ مشخص می‌شود. بررسی همسانی درونی فهرست شادکامی اکسفورد نشان داد که تمام ۲۹ گزاره این فهرست با نمره کل همبستگی بالایی داشتند. آلفای کرونباخ برای کل فهرست برابر با ۰/۹۱ بود. همبستگی پیرسون بین فهرست شادکامی اکسفورد با فهرست افسردگی بک و زیر مقیاس‌های برون‌گرایی و نوروگرایی EPQ به ترتیب برابر با ۰/۴۸-، ۰/۴۵ و ۰/۳۹- بود. نتایج تحلیل عاملی با استخراج ۵ عامل رضایت از زندگی، عزت نفس، بهزیستی فاعلی، رضایت خاطر و خلق مثبت توانستند با ارزش ویژه بزرگتر از ۱ در مجموع ۴۹/۷ درصد واریانس کل را تبیین کنند. این آزمون در کشور ما ترجمه و در بین دانشجویان تهران اعتباریابی شد. روایی صوری آن توسط ۱۰ کارشناس به منظور بررسی توان آزمون برای اندازه‌گیری آزمون مورد تایید قرار گرفت. پایایی آزمون با روش دو نیمه ۰/۹۲ و از طریق همسانی درونی و آلفای کرونباخ ۰/۹۳ به دست آمد. با روش تحلیل عاملی ۵ عامل از ۲۹ سوال آزمون استخراج شد که ۵۷/۱ درصد از واریانس کل را تبیین می‌کردند (امیدیان و همکاران، ۱۳۹۲). و در پژوهش خسروشید و همکاران (۱۳۹۴) میزان آلفای کرونباخ ۰/۹۴ برآورد گردید. ضریب پایایی پرسشنامه شادکامی در پژوهش حاضر برابر ۰/۷۵ است.

یافته‌ها

در این پژوهش، ۵۵/۸۴ درصد از شرکت کنندگان مرد و ۴۴/۱۶ درصد زن بودند. همچنین ۵۹/۷۴ درصد دارای مدرک لیسانس، ۲۵/۹۷ درصد فوق لیسانس و ۱۴/۲۹ درصد دارای مدرک دکترا بودند. از بین این افراد ۵۳/۲۵ درصد در رنج سنی کمتر از ۲۵ سال، ۲۰/۱۳ درصد بین ۲۶ تا ۳۵ سال، ۱۶/۲۳ درصد بین ۳۶ تا ۴۵ سال و ۱۰/۳۹ درصد بیش از ۴۶ سال سن داشتند. همچنین این افراد ۲۸/۵۷ درصد در رشته روانشناسی، ۱۱/۶۹ درصد در رشته حسابداری، ۲۰/۱۳ درصد در رشته مدیریت، ۱۶/۸۸ درصد در رشته‌های فنی و مهندسی و ۲۲/۷۳ درصد در سایر رشته‌ها مشغول به تحصیل بودند.

جدول ۱. میانگین و انحراف معیار متغیرهای تحقیق

^۱ Argyle

متغیر	عامل	تعداد نمونه	میانگین	انحراف معیار
	اجتنابی	۱۵۴	۳/۳۹	۰/۹۲
دل‌بستگی	ایمن	۱۵۴	۳/۹۴	۱/۵۴
	دوسوگرا	۱۵۴	۳/۳۸	۱/۴۳
	استقلال	۱۵۴	۳/۸۴	۱/۲۱
	تسلط بر محیط	۱۵۴	۳/۶۲	۲/۰۵
بهبودی	رشد شخصی	۱۵۴	۳/۵۸	۱/۴۲
روان‌شناختی	ارتباط مثبت به دیگران	۱۵۴	۳/۶۸	۱/۵۲
	هدفمندی در زندگی	۱۵۴	۳/۷۱	۱/۱۳
	پذیرش خود	۱۵۴	۳/۶۹	۱/۳۳
	رضایت از زندگی	۱۵۴	۳/۵۵	۱/۶۷
	عزت نفس	۱۵۴	۳/۴۲	۱/۵۲
شادکامی	بهبودی فاعلی	۱۵۴	۳/۶۶	۱/۴۳
	رضایت خاطر	۱۵۴	۳/۵۸	۱/۴۴
	خلق مثبت	۱۵۴	۳/۶۱	۱/۱۸

N	Valid معتبر	۱۴
	Missing	۱
Mean		۱۵۴/۰۰۰۰
Median میانه		۱۵۴/۰۰۰۰
Std. Deviation		۰۰۰۰۰.
Range دامنه		۰۰.
Minimum حداقل		۱۵۴/۰۰

جدول ۲. نتایج آزمون کلموگروف - اسمیرنوف

متغیرها	مقدار آماره کلموگروف - اسمیرنوف	سطح معناداری
سبک‌های دلبستگی	۰/۸۵۴	۰/۰۵۵
بهزیستی روانی	۰/۹۳۲	۰/۰۶۱
شادکامی	۰/۸۸۳	۰/۰۷۴

با توجه به جدول ۲ چون سطح معناداری همه متغیرها از ۰/۰۵ بیشتر است لذا نتیجه می‌شود که همه متغیرها از توزیع نرمال پیروی می‌کنند.

جدول ۳. همبستگی بین مولفه‌های سبک‌های دلبستگی و شادکامی

متغیر ملاک	متغیر پیش‌بین	ضریب همبستگی	سطح معناداری
	اجتنابی	-۰/۴۴	۰/۰۱۷
شادکامی	ایمن	۰/۶۳	۰/۰۰۱
	دوسوگرا	-۰/۴۹	۰/۰۱۲

در جدول ۳ همبستگی بین مولفه‌های شادکامی و دلبستگی ارائه شده است. همانگونه که مشاهده می‌گردد رابطه منفی و غیرمستقیمی بین سبک اجتنابی ($r = -0/44$ و $p = 0/017$) و سبک دوسوگرا ($r = -0/49$ و $p = 0/012$) با شادکامی وجود دارد با کاهش

دلبستگی‌های اجتنابی و دوسوگرا میزان شادکامی در فرد افزایش می‌یابد. اما متغیر سبک دلبستگی ایمن ($r = ۰/۶۳$ و $p = ۰/۰۰۱$) رابطه مثبت و معناداری با شادکامی در دانشجویان دارد. همچنین نتایج آزمون همبستگی نشان داد که سبک‌های دلبستگی رابطه مثبت و مستقیمی با شادکامی دانشجویان دارد.

ماتریس همبستگی

		VAR000 01	VAR000 02
VAR000 01	Pearson Correlation	۱	۰,۹۳۹-
	Sig. (2-tailed)		۰,۲۲۳
	N	۳	۳
VAR000 02	Pearson Correlation	۰,۹۳۹-	۱
	Sig. (2-tailed)	۰,۲۲۳	
	N	۳	۳

جدول ۴. همبستگی بین بهزیستی روانی و شادکامی

متغیر ملاک	متغیر پیش‌بین	ضریب همبستگی	سطح معناداری
شادکامی	استقلال	۰/۵۵	۰/۰۰۹
	تسلط بر محیط	۰/۳۲	۰/۰۵۷

۰/۰۰۱	۰/۷۷	رشد شخصی
۰/۰۰۱	۰/۶۴	ارتباط مثبت با دیگران
۰/۰۰۱	۰/۸۲	هدفمندی در زندگی
۰/۰۰۱	۰/۷۹	پذیرش خود
۰/۰۰۱	۰/۶۲	بهزیستی روانی

در جدول ۴ شادکامی با مولفه‌های استقلال ($r=0/55$ و $p=0/009$)، رشد شخصی ($r=0/77$ و $p=0/001$)، ارتباطات مثبت با دیگران ($r=0/64$ و $p=0/001$)، هدفمندی در زندگی ($r=0/82$ و $p=0/001$) و پذیرش خود ($r=0/79$ و $p=0/001$) رابطه‌ای مثبت و معنادار دارد. تنها متغیر تسلط بر محیط ($r=0/32$ و $p=0/057$) با شادکامی رابطه معناداری ندارد. در مجموع می‌توان گفت متغیر بهزیستی روانی نیز با شادکامی رابطه مثبت و معناداری دارد ($r=0/62$ و $p=0/001$).

جدول ۶ خلاصه مدل رگرسیون چندگانه (رعایت پیش فرض عدم هم خطی)

VIF	خطای معیار تعیین (Std. Error of the Estimate)	ضریب تعیین تعدیل شده Adjusted R Square	مجذور ضریب تعیین RSquare ²	ضریب تعیین RSquare	مدل
۱/۹۵	۱/۱۳۵	۰/۵۹۱	۰/۶۰۵	۰/۷۸۳	۱

بررسی هم‌خطی در رگرسیون چند متغیری از طریق آماره‌هایی به نام قدرت تحمل و عامل تورم واریانس (VIF) اندازه‌گیری می‌شود. همانطور که در جدول ۴-۹ مشاهده می‌شود، مقدار به دست آمده VIF برابر با ۰/۴۵ است که نشان می‌دهد میزان هم خطی بین متغیرهای پژوهش رعایت شده است. از طرف دیگر، با توجه به جدول ۴-۹، ضریب تعیین برای ۱۵۴ داده بین متغیرهای پیش بین (دل‌بستگی و بهزیستی روانشناختی) با متغیر ملاک (شادکامی) برابر با $R=0/78$ است. مجذور ضریب تعیین متغیرهای دل‌بستگی و بهزیستی روانشناختی با شادکامی برابر ۰/۶۰ می‌باشد. به عبارت دیگر، ۶۰ درصد از شادکامی از طریق متغیرهای دل‌بستگی و بهزیستی روانشناختی قابل تبیین است.

جدول ۷ آزمون تحلیل واریانس برای بررسی معناداری مدل رگرسیون

منبع تغییرات	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	فیشر	سطح معناداری
رگرسیون	۸۹۵/۴۷۵	۲	۴۴۷/۷۳	۱۴۹/۷۴	۰/۰۰۱
باقیمانده	۴۵۲/۱۶۸	۱۵۱	۲/۹۹		
کل	۱۳۴۷/۶۴۳	۱۵۳			

در جدول ۷ آزمون تحلیل واریانس برای بررسی معناداری مدل رگرسیون پیش‌بینی شادکامی براساس مولفه‌های بهزیستی روان‌شناختی و سبک‌های دلبستگی ارائه شده است. همانطور که مشاهده می‌شود مقدار آماره فیشر بدست آمده برابر است با ۱۴۹/۷۴ که از لحاظ آماری معنادار می‌باشد ($P=0/001$). پس می‌توان نتیجه گرفت که شادکامی توسط متغیرهای بهزیستی روان‌شناختی و سبک‌های دلبستگی پیش‌بینی می‌گردد.

جدول ۸ ضرایب رگرسیون برای پیش‌بینی شادکامی براساس متغیر سبک‌های دلبستگی و بهزیستی روان‌شناختی

سطح معناداری	آماره T	ضرایب غیراستاندارد		مدل
		استاندارد	خطای معیار	
۰/۰۲۵	۲/۱۲	---	۳/۱۶	ضریب ثابت

سبک‌های دلبستگی	۱/۰۱	۰/۴۸	۰/۸۸	۲/۱۰	۰/۰۱۶
بهبودی روان‌شناختی	۱/۷۸	۰/۶۷	۰/۹۳	۲/۶۵	۰/۰۱۱

در جدول ۸ ضرایب رگرسیون برای بررسی تأثیر سبک‌های دلبستگی و بهبود روان‌شناختی بر شادکامی دانشجویان بدست آمده است. با توجه به نتایج بدست آمده می‌توان گفت که سبک‌های دلبستگی ($B=1/01$) و بهبود روانی ($B = 1/78$) بر شادکامی دانشجویان تأثیر معناداری دارند.

بحث و نتیجه‌گیری

توجه و تمرکز به ابعادی خاص مثل هیجان‌های مثبت به منظور شناختن و پروراندن این هیجان‌ها جهت افزایش رشد فردی و اجتماعی، از اهداف ویژه روان‌شناسی مثبت‌نگر است. بر این اساس هدف از پژوهش حاضر بررسی رابطه سبک‌های دلبستگی و بهبود روان‌شناختی با شادکامی در دانشجویان و همچنین بررسی نقش سبک‌های دلبستگی و بهبود روان‌شناختی در پیش‌بینی شادکامی در دانشجویان بود. نتایج نشان داد که بین **سبک دلبستگی ایمن** و بهبود روان‌شناختی با شادکامی در دانشجویان رابطه مثبت و معنادار وجود دارد. همچنین نتایج آزمون رگرسیون حاکی از این بود که **سبک دلبستگی ایمن** و بهبود روان‌شناختی، شادکامی در دانشجویان را پیش‌بینی می‌کنند.

نتایج نشان داد بین سبک‌های دلبستگی با شادکامی در دانشجویان رابطه معنادار وجود دارد. بدین ترتیب بین سبک اجتنابی و سبک دوسوگرا با شادکامی رابطه منفی و غیرمستقیمی وجود دارد. به عبارت دیگر با کاهش دلبستگی‌های اجتنابی و دوسوگرا میزان شادکامی افزایش می‌یابد. همچنین متغیر سبک دلبستگی ایمن رابطه مثبت و معناداری با شادکامی در دانشجویان دارد. این نتایج با یافته‌های قربان پور لقمجانی و همکاران (۱۳۹۹)، نوعی ایران و محمود علیلو (۱۳۹۴) و بخشی از مضامین یافته‌های جوشنلو (۲۰۱۸) همسو است. نتایج بررسی قربان پور لقمجانی و همکاران (۱۳۹۹)، نشان داد در مردان، سبک دلبستگی ایمن، شادکامی بیشتر و سبک‌های دلبستگی نایمن دوسوگرا و اجتنابی، شادکامی کمتر را به دنبال خواهد داشت. همچنین در زنان فقط سبک دلبستگی نایمن دوسوگرا توانست شادکامی کمتر را پیش‌بینی کند. نوعی ایران و محمود علیلو (۱۳۹۴)، نیز در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که سبک دلبستگی ایمن به شیوه مثبت و سبک دلبستگی اجتنابی به شیوه منفی پیش‌بینی کننده شادکامی می‌باشند.

در تبیین این نتیجه می‌توان گفت افراد دارای سبک دلبستگی ایمن، احتمالاً از مشکلات بین فردی کمتری برخوردار هستند و سطح شادکامی بیشتری نسبت به افراد دارای سبک دلبستگی نایمن دارند. از سوی دیگر افراد دارای سبک دلبستگی نایمن بیشتر با دشواری‌های هیجانی و روحی روبرو هستند و هرچه احساس ناتوانی در این افراد بیشتر باشد، سطح شادکامی آنها کمتر خواهد بود (نوعی ایران و محمود علیلو، ۱۳۹۴). در همین راستا ادبیات موجود در زمینه دلبستگی بزرگسالان تأیید کرده است که سیستم دلبستگی تحت شرایط استرس‌زا فعال می‌شود (سیمسون، ژولس و نلیگان^۱، ۱۹۹۲؛ سیمسون و ژولس^۲، ۱۹۹۴). بنابراین وقتی سیستم دلبستگی فعال می‌شود، افراد با سبک‌های دلبستگی متفاوت به شیوه‌هایی که مبین باورهای آنها در مورد خود و دیگران است، درصدد تنظیم عواطف و مواجهه برخواهند آمد (سیمسون و همکاران، ۱۹۹۴؛ فینگ و کیرکپاتریک^۳، ۱۹۹۶؛ میکالینسر، فلورین و تولماز^۴، ۱۹۹۰). از آنجا که بین دلبستگی نایمن و ترس از شادی رابطه مثبت وجود دارد (جوشنلو، ۲۰۱۸)، می‌توان انتظار داشت که افراد با دلبستگی نایمن با اتخاذ شیوه‌ای متفاوت از افراد با دلبستگی ایمن در مسائل زندگی، احساس شادکامی کمتری داشته باشند.

نتایج نشان داد بین بهزیستی روان‌شناختی با شادکامی در دانشجویان آزاد واحد الکترونیک رابطه معنادار وجود دارد. بر طبق این یافته‌ها، مؤلفه‌های استقلال، رشد شخصی، ارتباطات مثبت با دیگران، هدفمندی در زندگی و پذیرش خود با شادکامی رابطه مثبت و معنادار دارد و تنها متغیر تسلط بر محیط با شادکامی رابطه معناداری ندارد. این نتایج با برخی از مضامین یافته‌های مرتضی بیگی و همکاران (۱۴۰۰) و آی و همکاران (۱۳۹۷) همسو است. مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی (تسلط بر محیط، پذیرش خود، خودمختاری، روابط مثبت با دیگران، داشتن هدف و معنا در زندگی و بالندگی و رشد شخصی) با مؤلفه‌های شادکامی کاملاً همپوشانی دارد (مرتضی بیگی و همکاران، ۱۴۰۰). همچنین آی و همکاران (۱۳۹۷)، به این نتیجه رسیدند که برخی مؤلفه‌های شادکامی (خودپنداره، رضایت از زندگی، احساس زیبایی شناختی و امیدواری) با بهزیستی روان‌شناختی همبستگی مثبت و معنادار دارد.

^۱ Simpson, Rholes & Nelligan

^۲ Simpson, J. A. & Rholes, W. S.

^۳ Feeng, B. C., Kirkpatrick, L. A.

^۴ Mikulincer, Flurian & Tolmacz

در تبیین این نتیجه می‌توان گفت بهزیستی روان‌شناختی به مجموعه‌ای از ویژگی‌های روان‌شناختی مرتبط با شادکامی، رضایت و عملکرد مثبت اشاره دارد (پونوماروا و همکاران، ۲۰۲۰). همچنین پژوهش‌ها نشان داده‌اند که بهزیستی روان‌شناختی در بیشتر ابعاد زندگی شخصی، خانوادگی، اجتماعی و عملکرد شغلی فرد نقش مهمی را ایفا می‌کند (آراد، مشعشی و بیان فر، ۱۴۰۱). بنابراین دور از تصور نیست که افزایش بهزیستی روان‌شناختی در افراد موجب بهبود شادکامی نیز شود. از دیگر سو، پژوهش‌ها نشان داده‌اند که سبک‌های دلبستگی ایمن رابطه مثبت و معناداری با بهزیستی روان‌شناختی دارد (ماريرو و همکاران، ۲۰۱۹؛ سیروس و همکاران، ۲۰۱۷). **لذا با توجه به تایید فرضیه اول مبنی بر رابطه مثبت بین سبک دلبستگی ایمن و شادکامی**، دور از انتظار نیست که بهزیستی روان‌شناختی با شادکامی همبستگی مثبت و معنادار داشته باشد و افزایش بهزیستی روان‌شناختی موجب افزایش شادکامی شود. از آنجا که مفهوم بهزیستی روان‌شناختی به تحقق هدف‌های شخصی، حس ارزشمندی، خودشناسی، خودپذیرشی، روابط اجتماعی مثبت، عملکرد بهتر در کار و زندگی، احساس کنترل بر زندگی و حس آرامش مرتبط است (پونوماروا و همکاران، ۲۰۲۰)، می‌تواند به صورت مستقیم با شادکامی نیز در ارتباط تنگاتنگ باشد.

نتایج حاصل از ضرایب رگرسیون برای بررسی تأثیر سبک‌های دلبستگی و بهزیستی روان‌شناختی بر شادکامی دانشجویان دانشگاه آزاد واحد الکترونیک، نشان می‌دهد سبک‌های دلبستگی ($B=1/01$) و بهزیستی روان‌شناختی ($B = 1/78$) بر شادکامی دانشجویان تأثیر معناداری دارند. این نتایج با بخشی از یافته‌های مرتضی بیگی و همکاران (۱۴۰۰)، قربان پور لقمجانی و همکاران (۱۳۹۹) و نوعی ایران و محمود علیلو (۱۳۹۴) همسو است. در پژوهش مرتضی بیگی و همکاران (۱۴۰۰)، این نتیجه عنوان شده است که خودکارآمدی و کیفیت زندگی با میانجی‌گری بهزیستی روان‌شناختی می‌تواند شادکامی را پیش‌بینی کند. بررسی قربان پور لقمجانی و همکاران (۱۳۹۹)، نیز نشان داد سبک‌های دلبستگی می‌تواند با اثرگذاری بر نحوه تعاملات و ارتباطات، شادکامی را در معلمان تبیین نماید. نوعی ایران و محمود علیلو (۱۳۹۴)، نیز در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که سبک‌های دلبستگی نقش بسزایی در پیش‌بینی شادکامی دارد.

در تبیین این نتایج می‌توان گفت **بهزیستی روان‌شناختی** به تحقق هدف‌های شخصی، حس ارزشمندی، خودشناسی، خودپذیرشی، روابط اجتماعی مثبت، عملکرد بهتر در کار و زندگی، احساس کنترل بر زندگی و حس آرامش مربوط می‌شود. از سوی دیگر، این مفهوم به ارزیابی‌های شناختی فردی و تأثیر آن بر کیفیت زندگی اشاره دارد. همچنین بهزیستی روان‌شناختی به مجموعه‌ای از

ویژگی‌های روان‌شناختی مرتبط با شادکامی اشاره دارد (پونوماروا و همکاران^۱، ۲۰۲۰). بنابراین می‌توان انتظار داشت مؤلفه‌های بهزیستی روان‌شناختی قادر به پیش‌بینی شادکامی باشند. از این طریق افراد می‌توانند ضمن بهبود سلامت روانی، استعدادها و توانایی خود را بالفعل نمایند (محمدی، سلطان‌آبادی، ادیبی و نوری، ۱۴۰۰).

از دیگر سو، به اعتقاد بالبی (۱۹۶۹)، دلبستگی یک نیاز اساسی و طبیعی در بشر است و در طول رشد، نقش مهمی ایفا می‌کند. دلبستگی نه تنها به عنوان یک نیاز فیزیولوژیک، بلکه به عنوان یک نیاز روانی مهم و مؤثر در ارتباطات اجتماعی و توسعه شخصیت در نظر گرفته می‌شود. در همین راستا پژوهش‌ها نشان داده‌اند که افرادی که دارای **سبک دلبستگی ایمن** هستند، سطح بالاتری از بهزیستی روانی تجربه می‌کنند (مارچیولو و همکاران، ۲۰۲۱) و در نتیجه به علت همپوشانی **سبک دلبستگی ایمن** و شادکامی (مرتضی بیدگلی و همکاران، ۱۴۰۰)، می‌توان انتظار داشت مؤلفه‌های دلبستگی قادر به پیش‌بینی شادکامی باشند. از سوی تحقیقات نشان داده است که دلبستگی اجتنابی موجب کاهش بهزیستی روان‌شناختی می‌شود. افراد اجتنابی به واسطه اجتناب از روبرو شدن با مسائل، قادر به ارزیابی میزان دشواری مسئله نیستند. از این رو توانایی تسلط بر مسائل و مدیریت امور زندگی خود را ندارند (محمدی و همکاران، ۱۴۰۰). از آنجا که بخشی از شادکامی تابع کیفیت روابط فرد با دیگران است و همچنین سبک‌های دلبستگی نیز بر نحوه ارتباط و تعامل افراد تأثیر می‌گذارد (قربان پور لقمجانی و همکاران، ۱۳۹۹)، بنابراین می‌توان انتظار داشت که افراد با دلبستگی ایمن به علت تعامل و ارتباط بهتر با دنیای بیرون، از بهزیستی روان‌شناختی مطلوب‌تری برخوردار باشند و این امر بتواند شادکامی را نیز پیش‌بینی کند. در نقطه مقابل افراد با دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا به علت نگرانی یا اجتناب از این تعاملات سازنده، از بهزیستی روان‌شناختی پایین‌تر برخوردار بوده و در نتیجه احساس شادکامی کمتری را تجربه کنند. افرادی که دارای سبک دلبستگی ایمن می‌باشند، از مشکلات بین فردی کمتر و سطح شادکامی بیشتری نسبت به افراد دارای سبک دلبستگی اجتنابی و دوسوگرا برخوردار می‌باشند. افراد دارای سبک دلبستگی ناایمن بیشتر با دشواری‌های هیجانی و روحی روبرو هستند و هرچه احساس ناتوانی در این افراد بیشتر باشد، شادکامی آنها کمتر خواهد بود (نوعی ایران و محمود علیلو، ۱۳۹۴). این نتایج در مجموع با نظر بالبی (۱۹۶۹)، همسویی دارد. از نظر وی رفتار فرد بستگی به سبک دلبستگی او با مادر دارد. افرادی که دلبستگی ایمن دارند شاد و افرادی که دلبستگی ناایمن دارند شادکامی کمتری خواهند داشت.

⁸ Ponomareva et al

از آنجا که نمونه آماری این پژوهش دانشجویان واحد الکترونیک دانشگاه آزاد اسلامی بودند، باید تعمیم نتایج به دیگر جوامع با احتیاط صورت گیرد. با توجه به نتایج و اهمیت شادکامی در سلامت روان و تأثیر آن در سایر سازه‌های روان‌شناختی برای دانشجویان، پیشنهاد می‌شود در برنامه‌های روان‌شناختی آتی به موضوع دلبستگی و بهزیستی روان‌شناختی و نقش آن در شادکامی بیش از پیش توجه گردد.

منابع:

- Arad, Hamed, Moshayeshi, Seyyed Mohammad, & Bayanfar, Fatemeh. (2022). Commercialization of auditing and auditors' psychological well-being: An analysis of the auditing environment in Iran. *Journal of Accounting and Auditing Reviews*, 29(1), 1-25
- Ay, Afat, Shirazi, Mahmoud, Jafar Tabatabaei, Samaneh Sadat, Jafar Tabatabaei, Taktom Sadat, & Mousavi, Seyyed Abolfazl. (2018). Investigating the relationship between authenticity, well-being, and psychological well-being of students at Birjand University of Medical Sciences. *Psychological Growth*, 7(12), 227-240.
- Baqeri Fard, Fatemeh. (2014). Investigating the mediating role of attachment to God in the relationship between spousal attachment and marital solidarity among married employees of banks in Ahvaz city. Master's thesis, Shahid Chamran University of Ahvaz, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Counseling Department.
- Bayani, Ali Asghar, Koochaki, Ashour Mohammad, & Bayani, Ali. (2008). Validity and reliability of the rural psychobiological scale. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology (Andisheh va Raftar)*, 14(2), 146-151.

the relationship

between happiness, psychological well-being, and time perspective among students at Bu-

Ali Sina University of Hamedan. *Journal of Clinical Psychology and Personality*, 15(2), 179-188.

Seligman, M. (2017). *Teaching happiness*. Translated by Haqiqati, M., & Dalavar, A. Tehran: Danjeh Publications.

Soleimani, Ali, Lashkari, Arzoo, & Torabi, Yeganeh. (2021). The relationship between trauma and psychological well-being: The mediating role of fear of happiness and emotional suppression. *Journal of Behavioral Sciences Research*, 19(1), 116-127.

Shadfar, Zahra, Badiye Peymaei Jahromi, Zahra, Taghizadegan Zadeh, Mahboubeh, Pournorouz, Neda, & Maarefi, Farideh. (2021). Predicting students' happiness based on ethical climate, perceived stress, and self-esteem. *Journal of Medical Ethics*, 15(46), 1-13.

Ghorbanpour Lafmejani, Amir, Dehghan, Fatemeh, Karimi, Fatemeh, & Rezaei, Sajjad. (2020). The role of attachment styles, love styles, and emotional expression in predicting marital happiness among teachers. *Positive Psychology Research*, 5(4), 15-34.

Mohammadi, Saeed, Soltanabadi, Samaneh, Adibi, Maryam, & Noori, Mohammad. (2021). Investigating the relationship between attachment styles and psychological well-being among adolescents. *Psychology Growth Journal*, 6(63), 12-26.

d, Ali Asghar.

(2021). Predicting happiness based on self-efficacy and quality of life with the mediating role of psychological well-being. *Pazhuhesh*, 21(1), 47-57.

Noei Iran, Leila, & Mahmoud Aliloo, Majid. (2015). Predicting quality of life and happiness based on attachment styles in married couples in Tabriz city. *Journal of Nursing Empowerment Research*, 1(4), 60-69.

Valizadeh, Hadiyeh, & Ahmadi, Vahid. (2023). The effectiveness of mindfulness-based cognitive therapy on happiness and ambiguity tolerance in mothers of children with autism spectrum disorder. *Journal of Applied Psychology*, 17(1), 193-212.

he relationship

between attachment styles and components of mental well-being and emotional creativity in students at Bu-Ali Sina University of Hamedan. *Quarterly Journal of Educational Psychology*, Allameh Tabataba'i University, 16(56), 157-180.

Yeganeh Asiayi, Masoumeh. (2021). Predicting organizational health based on organizational agility and happiness among employees of Shahid Rahimi Hospital in Khorramabad city. *Journal of Psychological and Educational Studies (Takistan University)*, 7(1), 9-17.

Argyle, M. (2001). *The psychology of happiness*. London: Rutledge, 6 (10). 40-45.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situations*, Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss*: Vol. 1. Attachment. New York: Basic Books.

Feeng, B. C., & Kirkpatrick, L. A. (1996). Effects of adult attachment and presence of romantic partners on psychological responses to stress, *Person Soci Psy*, 70:255-70.

Goldenberg, J. L. (2005). Attachment theory: Implications for organizational psychology. *Journal of Applied Psychology*, 90(1), 38-44.

Hills P, Argyle M. The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Journal of Personality and Individual Differences* 2002; 33: 1073-1082.

Homan, K. J. (2018). Secure attachment and eudaimonic well-being in late adulthood: The mediating role of self-compassion. *Aging & Mental Health*, 22 (3), 363-370.

Joshanloo, M. (2018). Fear and fragility of happiness as mediators of the relationship between insecure attachment and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 123, 115–118.

Jun, W. H., & Jo, M. J. (2016). Factor affecting happiness among nursing students in South Korea. *J Psychiatr Ment Health Nurs*, 23 (6-7), 419-426.

Lindfors, P., Berntsson, L., & Lundberg, U. (2006). Factor structure of Ryff's psychological well-being scales in Swedish female and male white-collar workers). *Personality and Individual Differences*, 40 (6), 1213-1222.

Marrero, R. J., Blanco-Hernandez, P. J., & Hernandez-Cabrera, J. A. (2019). Adult attachment and psychological well-being: The mediating role of personality. *Journal of Adult Development*, 4, 185-196.

Mikulincer, M. Florian, V., Tolmacz, R. (1990). Attachment styles and fear of person death: A case study of affect regulation, *Person Soci Psy*, 58: 273-80.

Ponomareva, Y., Uman, T., Broberg, P., Vinberg, E. and Karlsson, K. (2020). Commercialization of audit firms and auditors' subjective well-being, *Meditari Accountancy Research*, 28 (4), 565-585.

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 6: 1069 -1081.

Simpson, J. A., & Rholes, W. S. (1994). Stress and secure base relationships in adulthood: Attachment processes in adulthood. In K. Bartholomew, & D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships (Vol. 5): Attachment processes in adulthood* (Vol. 5, pp. 181-204). Kingsley.

Simpson, J. A., Rholes, W. S., & Nelligan, J. S. (1992). Support seeking and support giving within couples in an anxiety-provoking situation: The role of attachment styles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(3), 434–446.

Sirois, F. M., Millings, A., & Hirsch, J. K. (2017). Insecure attachment orientation and well-being in emerging adults: The roles of perceived social support and fatigue. *Personality and Individual Differences*, 101, 318–321.

Won, D., Bae, J., Byun, H., & Seo, K. (2020). Enhancing subjective well-being through physical activity for the elderly in Korea: A meta-analysis approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(1): 1-12.