



<https://dorl.net/dor/20.1001.1.22517758.1401.12.6.1.6>

پیش‌بینی شادکامی بر مبنای منبع کنترل، ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان دختر

ملیحه حسینی ابریشمی^{۱*}، الهام اسلامیان^۲، ثمین شاه حسینی^۳، فاطمه فاضلی^۴، زهرا حیدری^۴

تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۰۲/۲۱ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۴/۱۲

چکیده

هدف: هدف از پژوهش حاضر، پیش‌بینی شادکامی بر مبنای منبع کنترل، ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی تحصیلی در دانش‌آموزان دختر بود. روش: پژوهش حاضر، از نوع همبستگی-توصیفی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه منطقه ۸ شهر تهران بود. با استفاده از روش نمونه‌گیری خوشه‌ای و بر اساس تعیین حجم نمونه گرین (۱۹۹۱) در رگرسیون ۱۵۰ دانش‌آموز دختر مقطع متوسطه انتخاب گردید. آزمودنی‌ها از نظر شادکامی آکسفورد، منبع کنترل راتر، شخصیت نئو و خودکارآمدی دانش‌آموز مورگان-جینکز بررسی شدند. جهت از تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندمتغیره به شیوه همزمان با استفاده از نرم افزار SPSS-22 استفاده شد. **نتایج:** نتایج آزمون همبستگی نشان داد که منبع کنترل با شادکامی ($r=0/661$) رابطه مثبت معناداری دارد ($P \geq 0/01$). روان رنجورخویی ارتباط منفی ($r=-0/403$) با شادکامی داشت ($P \geq 0/01$). اما برون‌گرایی، تجربه‌پذیری، توافق‌پذیری و وجدانی بودن دارای رابطه مثبت معناداری در سطح $0/01$ با شادکامی بودند. خودکارآمدی تحصیلی نیز دارای رابطه مثبت معناداری با شادکامی در دانش‌آموزان دختر بود ($P \geq 0/01$). رگرسیون همزمان نیز بیانگر آن است که منبع کنترل، ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی تحصیلی پیش‌بینی‌کننده شادکامی در دانش‌آموزان دختر می‌باشند ($P \geq 0/01$). **نتیجه‌گیری:** منبع کنترل، ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی تحصیلی نقش پیش‌بینی‌کننده در شادکامی دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه دارند.

واژه‌ها کلیدی: شادکامی، منبع کنترل، ویژگی‌های شخصیتی، خودکارآمدی تحصیلی.

۱- کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه الزهراء، تهران، ایران (نویسنده مسئول)

۲- کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۳- کارشناسی ارشد مشاوره، واحد تهران جنوب، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران، ایران

۴- کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، واحد سمنان، دانشگاه آزاد اسلامی، سمنان، ایران

مقدمه

شادکامی از مهم‌ترین سازه‌های حوزه سلامت است و از دیرباز مورد توجه فیلسوفان نیز بوده است. شادکامی را حالت روانی مثبت، سطح بالای رضایت‌مندی کلی از زندگی، عاطفه مثبت و سطح پایین عاطفه منفی تعریف می‌کنند. (الکساندر و همکاران، ۲۰۲۱). شادکامی، فعالیت‌های قلبی - عروقی و سیستم ایمنی را نیز بهبود می‌بخشد و می‌تواند سلامت جسمانی را در پی داشته باشد؛ افرادی که شاد هستند احساس امنیت بیشتری می‌کنند، آسان‌تر تصمیم می‌گیرند، دارای روحیه مشارکتی هستند و نسبت به کسانی که با آنان زندگی می‌کنند بیشتر احساس رضایت می‌کنند (جونگ، ۲۰۲۲). شادکامی از عوامل بسیاری تأثیر می‌پذیرد که برخی از این موارد عبارتند از: ابعاد مختلف شخصیت، وضع مالی، زندگی خانوادگی، سلامت جسمانی، اشتغال، راهبردهای مقابله‌ای، میزان خودکارآمدی و منبع کنترل (اسمیت و همکاران، ۲۰۲۱). شادکامی یکی از متغیرهای روانشناختی است که با عوامل متعددی مرتبط است که یکی از این عوامل منبع کنترل است (راث، ۲۰۲۲). مفهوم منبع کنترل به توانایی انسان در کنترل شرایط و رویدادهای محیطی اشاره دارد. بر اساس این مفهوم، افراد به دو دسته تقسیم می‌شوند: یکی، افراد دارای منبع کنترل درونی، که خود را بر احساسات، رفتار، و شرایط زندگی‌شان مسلط می‌دانند، برای تغییر و اصلاح آن فعالانه می‌کوشند، و موفقیت‌ها و شکست‌هایشان را به عوامل درونی خود نسبت می‌دهند. این افراد در مقابل رویدادهای زندگی،

موضع برتر و فعالانه‌تری دارند و از شادکامی بیشتری نیز برخوردارند. دوم، افراد دارای منبع کنترل بیرونی، که خود را بر شرایط و رویدادهای زندگی خویش، مسلط نمی‌دانند و حوادث زندگی خود را به عوامل بیرونی از قبیل شانس، سرنوشت، و قدرت دیگران نسبت می‌دهند. در واقع، به نظر می‌رسد این افراد به توانمندی‌ها و تلاش‌های خود متکی نیستند و از آنجا که اعتماد به نفس کمتری دارند، دارای شادکامی کمتری هستند (آووکمن، ۲۰۱۸). نتایج پژوهش‌های قبلی نشان داد که افراد دارای منبع کنترل بیرونی عزت نفس پایین‌تر، افسردگی بیشتر، و شادکامی کمتری دارند (چنگ و فورهام، ۲۰۰۳). از طرفی کلی (۲۰۰۰) نیز نشان داد که منبع کنترل پیش‌بینی‌کننده‌ای معنادار و قوی در مورد سلامت عمومی، شادکامی، و رضایت از زندگی در نوجوانان است. همچنین هدسل (۲۰۱۰) در تحقیقی، نشان داد که افراد دارای منبع کنترل درونی سازگاری روانشناختی بهتری نشان می‌دهند و از شادکامی بالاتری نیز برخوردارند. شخصیت نیز یکی دیگر از متغیرهای مهم در ارتباط با شادکامی است (میلیچ، ۲۰۱۹). یکی از نظریه‌های که توانسته صفات متعدد شخصیتی را به پنج صفت عمده و اصلی، تقلیل دهد، نظریه پنج عاملی شخصیت مک‌کری و کاستا (۱۹۸۷) است. که شامل روان رنجورخویی یا روان آزرده‌گی، برون‌گرایی، تجربه‌پذیر بودن، توافق‌پذیری و مسئولیت‌پذیری یا وجدانی بودن است. روان آزرده‌گی به صورت بی‌ثبات، نگران و عصبی بودن، برون‌گرایی به صورت اجتماعی، دوستانه، سرزنده، فعال و اهل

تحصیلی است (آبشا، ۲۰۱۲). خودکارآمدی تحصیلی به برداشت فرد از توانایی‌اش در سازمان‌دهی و انجام انواع تکالیف آموزشی طرح شده، اطلاق می‌شود. یادگیرندگان با خودکارآمدی تحصیلی بالا در مقایسه فراگیران با خودکارآمدی پایین‌تر، اطمینان بیشتری دارند که بتوانند تکالیف آموزشی‌شان را انجام دهند (آردورا و همکاران، ۲۰۱۹). سطوح بالای خودکارآمدی تحصیلی منجر به میانگین نمرات بالاتر و پایداری برای تکمیل تکالیف می‌شود؛ در واقع فراگیرانی که خودکارآمدی تحصیلی بالاتری دارند نمرات بهتری نسبت به کسانی که خودکارآمدی تحصیلی پایین‌تری دارند کسب می‌کنند و برای به پایان رساندن تکلیف، صبر و حوصله بیشتری دارند و از تلاش کردن برای رسیدن به هدف باز نمی‌ایستند. فراگیران با خودکارآمدی بالا، عملکرد و سازگاری بهتری نیز دارند. از سوی دیگر خودکارآمدی تحصیلی به فراگیران در موقعیت‌های استرس‌زا کمک می‌کند. یادگیرندگان با خودکارآمدی بالا عملکرد بهتر، سازگاری بیشتر و اضطراب کمتری دارند و قادر به مواجهه مؤثر با استرس‌زاهای تحصیلی هستند و بدین سبب از احساس سلامت روانی بهتری نیز برخوردارند (توس و همکاران، ۲۰۲۰). درک مفهوم و بکارگیری مناسب شادکامی، از موارد مهم روان‌شناسی مثبت‌گراست و مفهوم وسیعی است که تجربه‌ی هیجان‌های مطلوب، سطوح پایین هیجان‌های منفی و رضایت بالا از زندگی را در بر می‌گیرد (لامبرت، ۲۰۱۹). از آنجا که دانش آموزان در سنین نوجوانی در مدارس خانواده

گفت‌وگو، باز بودن برای تجربه به‌صورت خلاق، تخیلی، باهوش، کنجکاو، دارای ذهن باز، غیرمتمعارف و ماجراجو، موافق بودن به‌صورت همکاری‌کننده، مهربان، گرم، دارای قلب رئوف و حس همدردی و وظیفه‌شناسی، به‌صورت سازمان یافته، مسئولیت‌پذیر و سخت‌کوش تعریف شده است (اختر و همکاران، ۲۰۲۰). پژوهش‌ها، نشان می‌دهد که شادکامی با سطح بالای برون‌گرایی و سطح پایین روان رنجوری مرتبط است (هایز و جوزف، ۲۰۰۲؛ نقل از میرزایی و حاتمی، ۱۳۸۹). پژوهش‌های قبلی نشان داده که روان‌آزردگی به‌صورت منفی و برون‌گرایی، تجربه‌پذیری، توافق‌پذیری و وجدانی بودن با شادکامی رابطه مثبت معناداری را دارند (گوپتا و کومار، ۲۰۱۰). از طرفی دیگر نیز یلدیریم و همکاران (۲۰۲۲) بین روان‌آزردگی با شادکامی رابطه منفی و با برون‌گرایی رابطه مثبتی را گزارش کرده‌اند. در ایران نیز مطالعه میرزایی و حاتمی (۱۳۸۹) نشان دادند که روان رنجورخویی با شادکامی رابطه منفی و برون‌گرایی و توافق‌پذیری با شادکامی رابطه مثبتی دارند. از دیگر عوامل مرتبط با شادکامی می‌توان به خودکارآمدی اشاره کرد (وان و همکاران، ۲۰۱۸). خودکارآمدی نقش محوری در خودگردانی حالات هیجانی و همچنین سلامت روان افراد دارد. آنان بیشتر موفق بوده و کمتر مستعد آسیب‌های اجتماعی روانی همچون اعتیاد یا اختلالات نوروتیک هستند (لین و همکاران، ۲۰۱۹). یکی از حوزه‌های خودکارآمدی که رابطه آن با عملکرد تحصیلی مورد پژوهش قرار گرفته است، خودکارآمدی

۱۵۰ دانش آموز دختر به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندمتغیره به شیوه همزمان با استفاده از نرم افزار SPSS-22 استفاده شد. از جمله ملاک‌های ورود به مطالعه می‌توان به دختر بودن، ساکن شهر تهران و منطقه ۸ بودن، اشتغال به تحصیل مقطع متوسطه، بازه سنی بین ۱۵-۱۸ سالگی و رضایت به شرکت در انجام پژوهش اشاره کرد. عدم پاسخ‌دهی صحیح به سؤالات پرسشنامه، داشتن اختلال روانی جدی و انصراف از ادامه همکاری از جمله مهم‌ترین ملاک‌های خروج از مطالعه بود.

ابزارهای اندازه‌گیری:

۱-مقیاس شادکامی آکسفورد:

این پرسشنامه در سال ۱۹۸۹ به وسیله آرگیل و لو تهیه شد. و توسط علی‌پور و نوربالا (۱۳۸۷) به فارسی ترجمه گردید. سپس به‌صورت مقدماتی روی تعدادی دانشجو اجرا گردید و اصلاحاتی روی آن انجام گرفت. این پرسشنامه از ۲۹ گویه تشکیل شده- است. آرگیل و همکاران (۱۹۸۹) ضریب آلفای ۰/۸۷ را گزارش کرده‌اند. فرانسیس و همکاران وی نیز آلفای ۰/۹۲ به دست آوردند. و از روایی خوبی در پژوهش (آرگیل و همکاران، ۱۹۸۹) نیز برخوردار بوده است. با اجرای فرم نهایی آزمون توسط علی‌پور و نوربالا (۱۳۸۷) شاخص‌های آماری از جمله روایی درونی آزمونی و آلفای کرونباخ آن محاسبه گردید که برابر با ۰/۹۳ بود. با روش دونیمه کردن به روش اسپیرمن براون، ۰/۹۲ گزارش شده است. همچنین تاج آبادی (۱۳۸۵) برای محاسبه پایایی این آزمون از

بیشتر حالت هیجانی، نگرانی و دلواپسی به علت خطری نامعلوم را در وجود خود احساس می‌کنند. دانش آموزانی که در مدارس از حالت شادی و خودکارآمدی که لازمه‌ی سازگاری و زندگی موفقیت‌آمیز تحصیلی و اجتماعی است، محروم و یا گرایش نداشته باشند، می‌توانند برای مسئولان مدارس و والدین خود مشکلاتی را به وجود بیاورند. ایران یکی از کشورهایی است که بالاترین میزان افسردگی را در جهان دارد و از میزان شادکامی پایینی نیز برخوردار است و این امر در دختران و زنان بیشتر از مردان است (منتظری و همکاران، ۱۳۹۷). با توجه به اهمیت دوره نوجوانی و سلامت روان شناختی آن‌ها پژوهش حاضر سعی در بررسی نقش پیش‌بینی‌کنندگی منبع کنترل، ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی تحصیلی در شادکامی دانش آموزان دختر را دارد.

روش پژوهش:

روش پژوهش حاضر، از نوع توصیفی - همبستگی، و از نوع تحقیق بنیادی می‌باشد. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانش آموزان دختر مقطع متوسطه منطقه ۸ تهران در نیم سال اول سال ۹۹ بود. روش نمونه‌گیری به‌صورت خوشه‌ای بود. برای تعیین حجم نمونه از روش گرین (۱۹۹۱) در رگرسیون استفاده شده است. $(k + 50)$. با توجه به بعد منبع کنترل، ۵ بعد ویژگی‌های شخصیتی و ۴ بعد خودکارآمدی تحصیلی؛ در مجموع ۱۰ متغیر پیش بین در پژوهش داریم که با توجه به فرمول گرین $(10) 8 + 50 = 130$ خواهد بود. که در پژوهش حاضر

پرسشنامه فرم کوتاهی نیز به نام (NEO-FFI) نیز دارد که یک پرسشنامه ۶۰ سؤالی است و برای ارزیابی ۵ عامل اصلی شخصیت به کار می‌رود. پاسخنامه این پرسشنامه بر اساس مقیاس لیکرتی (کاملاً مخالفم، مخالفم، بی‌تفاوت، موافقم و کاملاً موافقم) تنظیم شده است. در هنجاریابی فرم کوتاه آزمون NEO که توسط حق‌شناس (۱۳۷۸) روی نمونه‌ای با حجم ۲۰۰۰ نفر از بین دانشجویان دانشگاه‌های تبریز، شیراز و دانشگاه‌های علوم پزشکی این دو شهر صورت گرفت ضریب همبستگی ۵ بعد اصلی را بین ۰/۵۶ تا ۰/۸۷ گزارش کرده است. ضرایب آلفای کرونباخ در هر یک از عوامل اصلی روان‌آزرده خویی، برون‌گرایی، باز بودن، سازگاری و وجدانی بودن به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۷۳، ۰/۵۶، ۰/۶۸ و ۰/۸۷ به دست آمد. پایایی به روش آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر برای روان‌آزرده خویی ۰/۷۰، برون‌گرایی ۰/۶۹، باز بودن ۰/۸۵، سازگاری ۰/۸۹ و وجدانی بودن ۰/۹۲ به دست آمد.

۴- پرسشنامه خودکارآمدی تحصیلی:

پرسشنامه خودکارآمدی دانش‌آموز مورگان-جینکز (جینکز و مورگان، ۱۹۹۹): به منظور سنجش خودکارآمدی تحصیلی از مقیاس خودکارآمدی تحصیلی مورگان و جینکز (۱۹۹۹) استفاده می‌شود. این پرسشنامه دارای ۳۰ سؤال و ۳ خرده مقیاس است: استعداد، کوشش و بافت. گویه‌های این پرسشنامه مشتمل بر استعداد، بافت و کوشش با استفاده از مقیاس لیکرت به صورت پاسخ‌های چهار گزینه‌ای شامل: کاملاً مخالفم، تا حدودی مخالفم، تا حدودی موافقم و کاملاً

دو روش آلفای کرونباخ و تصنیف استفاده کرد که به ترتیب ۰/۹۲ و ۰/۸۵ به دست آمد (نقل از برخوری و همکاران، ۱۳۸۹). پایایی سازه شادکامی در پژوهش حاضر با روش آلفای کرونباخ ۰/۸۶ به دست آمد.

۲- منبع کنترل راتر:

این آزمون توسط راتر در سال ۱۹۶۶، برای ارزیابی انتظارات تعمیم یافته فرد، در زمینه کنترل درونی یا بیرونی تقویت، تهیه گردیده است، در ساختن این وسیله اندازه‌گیری، از نظریه یادگیری اجتماعی، به‌عنوان چهارچوب نظری استفاده شده است. این مقیاس، یک پرسشنامه ۲۹ ماده‌ای است که هر ماده دارای دو جمله به صورت الف و ب می‌باشد. که در یکی مقیاس کنترل درونی، و در دیگری مقیاس کنترل بیرونی، قرار دارد، ۶ ماده از ۲۹ ماده به صورت خنثی می‌باشد، که برای پوشیده نگه داشتن منظور پرسشنامه، از آزمودنی بکار برده شده است. نمره‌گذاری این آزمون با شمارش جواب‌های کنترل درونی از ۲۳ ماده می‌باشد، که نمره ۹ یا بالاتر نشانه منبع کنترل بیرونی، و نمره کمتر از ۹ نشانه منبع کنترل درونی است. ضریب بازآزمایی بین ۰/۴۰ تا ۰/۸۳ گزارش شده است. پایایی و روایی این مقیاس در ایران مطلوب گزارش شده است (یاریری، مرادی و یحیی زاده، ۱۳۸۶). پایایی منبع کنترل به روش آلفای کرونباخ در پژوهش حاضر ۰/۹۱ به دست آمد.

۳- پرسشنامه نئو:

این پرسشنامه یکی از جامع‌ترین آزمون‌ها در زمینه ارزیابی شخصیت است که در سال ۱۹۸۵ توسط McCrae & Costa تهیه شد. این

پژوهش حاضر برای بعد کلی ۰/۸۸، بعد استعداد ۰/۷۲، کوشش ۰/۶۸، بافت ۰/۸۱ به دست آمد.

تجزیه و تحلیل داده‌ها:

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS-22 از آمار توصیفی (شاخص‌های مثل میانگین، انحراف استاندارد) و آمار استنباطی (همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چندمتغیره به شیوه همزمان) استفاده گردید.

موافقم طراحی شده‌اند که به ترتیب دارای نمرات ۱، ۲، ۳ و ۴ می‌باشند. سازندگان این مقیاس پایایی کلی را ۰/۸۲، بعد استعداد ۰/۷۸، بعد کوشش ۰/۶۶ و بعد بافت ۰/۷۰ گزارش کرده‌اند. در ایران کریمزاده و محسنی (۱۳۸۵) روایی این مقیاس را از طریق تحلیل عاملی مطلوب گزارش کرده‌اند. پایایی نیز برای بعد کلی ۰/۷۶، بعد استعداد ۰/۶۶، کوشش ۰/۶۵، بافت ۰/۶۰ گزارش کرده است. پایایی به روش آلفای کرونباخ در

جدول ۱- ماتریس همبستگی شادکامی با منبع کنترل

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
۱. رضایت	-							
۲. کارآمدی	**۰/۶۱۷	-						
۳. خوشی	**۰/۶۲۳	**۰/۶۹۸	-					
۴. عزت نفس	**۰/۴۴۹	**۰/۵۳۵	**۰/۵۳۳	-				
۵. اجتماعی بودن	**۰/۵۴۷	**۰/۶۰۸	**۰/۶۸۶	**۰/۵۶۲	-			
۶. بهزیستی	**۰/۴۷۱	**۰/۵۷۷	**۰/۶۰۶	**۰/۴۱۴	**۰/۶۳۹	-		
۷. شادکامی	**۰/۷۶۷	**۰/۸۵۳	**۰/۸۸۹	**۰/۷۱۴	**۰/۸۳۵	**۰/۷۳۹	-	
۸. منبع کنترل	**۰/۴۵۷	**۰/۴۸۴	**۰/۵۶۹	**۰/۳۹۹	**۰/۵۳۴	**۰/۸۶۵	**۰/۶۶۱	-

** $P < 0.01$, * $P < 0.05$

عزت نفس (۰/۳۹۹)، اجتماعی بودن (۰/۵۳۴) بهزیستی (۰/۸۶۵) و شادکامی (۰/۶۶۱) رابطه مثبت معناداری در سطح ۰/۰۱ دارد.

ماتریس همبستگی نشان داد که منبع کنترل در جهت درونی آن با رضایت از زندگی (۰/۴۵۷)، کارآمدی (۰/۴۸۴)، احساس خوشی (۰/۵۶۹)،

جدول ۲- ماتریس همبستگی شادکامی با ویژگی‌های شخصیتی

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲
۱. رضایت	-											
۲. کارآمدی	**۰/۶۱۷	-										
۳. خوشی	**۰/۶۲۳	**۰/۶۹۸	-									
۴. عزت نفس	**۰/۴۴۹	**۰/۵۳۵	**۰/۵۳۳	-								
۵. اجتماعی بودن	**۰/۵۴۷	**۰/۶۰۸	**۰/۶۸۶	**۰/۵۶۲	-							
۶. بهزیستی	**۰/۴۷۱	**۰/۵۷۷	**۰/۶۰۶	**۰/۴۱۴	**۰/۶۳۹	-						
۷. شادکامی	**۰/۷۶۷	**۰/۸۵۳	**۰/۸۸۹	**۰/۷۱۴	**۰/۸۳۵	**۰/۷۳۹	-					

							*	**	**	**	**	۸. نوروزگرایی
			-	-۰/۴۰۳	-۰/۲۷۰	-۰/۴۸۳	۰/۳۷۰	۰/۳۶۴	۰/۲۰۸	-۰/۲۵۷	**	**
				**	**	**	**	**	**	**	**	**
			-	*۰/۳۷۶	*۰/۳۴۷	*۰/۲۸۲	*۰/۳۰۹	*۰/۲۳۱	*۰/۲۲۷	*۰/۳۰۷	*۰/۳۵۶	۹. برون گرایی
				*	*	*	*	*	*	*	*	**
			-	*۰/۹۶۰	-۰/۳۷۲	*۰/۳۵۳	*۰/۲۶۸	*۰/۳۲۲	*۰/۲۳۰	*۰/۳۲۸	*۰/۲۹۸	۱۰. تجربه پذیری
				**	**	*	*	*	*	*	*	**
			-	*۰/۹۴۶	*۰/۹۱۹	-۰/۳۶۷	*۰/۳۴۳	*۰/۲۸۱	*۰/۳۳۱	*۰/۲۶۷	*۰/۳۰۲	۱۱. توافق پذیری
				*	**	**	*	*	*	*	*	**
			-	*۰/۸۶۷	*۰/۸۱۴	*۰/۷۸۶	*۰/۳۳۷	*۰/۳۸۴	*۰/۳۴۳	*۰/۳۸۸	*۰/۳۱۰	۱۲. وجدانی بودن
				**	*	*	*	*	*	*	*	**

** $P < 0.01$, * $P < 0.05$

بهزیستی (-۰/۲۷۰) و شادکامی (-۰/۴۰۳) رابطه منفی معناداری در سطح ۰/۰۱ دارد. اما برون-گرایی، تجربه‌پذیری، توافق‌پذیری و وجدانی بودن دارای رابطه مثبت معناداری در سطح ۰/۰۱ با شادکامی و ابعاد آن دارند.

بر اساس نتایج گزارش شده در جدول ۲، ماتریس همبستگی نشان داد که روان رنجورخویی با رضایت از زندگی (-۰/۲۵۷)، کارآمدی (-۰/۲۰۸)، احساس خوشی (-۰/۳۶۴)، عزت نفس (-۰/۳۷۰)، اجتماعی بودن (-۰/۴۸۳)

جدول ۳- ماتریس همبستگی شادکامی با خودکارآمدی تحصیلی

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱
رضایت	-										
کارآمدی	*۰/۶۱۷	-									
خوشی	*۰/۶۲۳	*۰/۶۹۸	-								
عزت نفس	*۰/۴۴۹	*۰/۵۳۵	*۰/۵۳۳	-							
اجتماعی بودن	*۰/۵۴۷	*۰/۶۰۸	*۰/۶۸۶	*۰/۵۶۲	-						
بهزیستی	*۰/۴۷۱	*۰/۵۷۷	*۰/۶۰۶	*۰/۴۱۴	*۰/۶۳۹	-					
شادکامی	*۰/۷۶۷	*۰/۸۵۳	*۰/۸۸۹	*۰/۷۱۴	*۰/۸۳۵	*۰/۷۳۹	-				
کوشش	*۰/۴۹۰	*۰/۵۰۰	*۰/۵۹۳	*۰/۵۳۹	*۰/۸۵۵	*۰/۴۶۳	*۰/۷۱۴	-			
بافت	*۰/۳۹۷	*۰/۳۷۹	*۰/۳۹۳	*۰/۵۶۳	*۰/۳۴۲	*۰/۳۲۵	*۰/۴۹۲	*۰/۳۹۰	-		
استعداد	*۰/۵۳۷	*۰/۴۱۳	*۰/۳۹۹	*۰/۵۹۳	*۰/۴۲۹	*۰/۳۳۴	*۰/۵۵۱	*۰/۳۶۲	*۰/۳۷۹	-	
خودکارآمدی	*۰/۵۸۶	*۰/۵۲۳	*۰/۵۴۷	*۰/۷۲۴	*۰/۵۸۶	*۰/۴۴۸	*۰/۷۰۰	*۰/۶۱۹	*۰/۸۷۲	*۰/۷۴۵	-

** $P < 0.01$, * $P < 0.05$

بهزیستی (۰/۴۴۸) و شادکامی (۰/۷۰۰) رابطه مثبت معناداری در سطح ۰/۰۱ دارد. کوشش، بافت و استعداد به‌عنوان زیر مقیاس‌های خودکارآمدی تحصیلی دارای رابطه مثبت

ماتریس همبستگی نشان داد که خودکارآمدی تحصیلی با رضایت از زندگی (۰/۵۸۶)، کارآمدی (۰/۵۲۳)، احساس خوشی (۰/۵۴۷)، عزت نفس (۰/۷۲۴)، اجتماعی بودن (۰/۵۸۶)

معناداری با شادکامی و ابعاد آن هستند
($P \geq 0/01$).

جدول ۴- نتایج رگرسیون منبع کنترل جهت پیش‌بینی شادکامی دانش‌آموزان

متغیرها	R	R2	B	Beta	T	Sig	F	Sig
منبع کنترل	۰/۶۵۳	۰/۴۲۶	۵/۸۵	۰/۶۵۳	۱۰/۴۷	۰/۰۰۱	۱۰۹/۷۴	۰/۰۰۱

با توجه به جدول ۴ و معناداری مقدار $F=109.74$ با سطح معناداری $0/001$ منبع کنترل توانایی پیش‌بینی شادکامی دانش‌آموزان را دارد. در مجموع توانایی پیش‌بینی ۴۲ درصد از واریانس شادکامی دانش‌آموزان را دارا می‌باشد.

جدول ۵- نتایج رگرسیون ویژگی‌های شخصیتی جهت پیش‌بینی شادکامی دانش‌آموزان

متغیرها	ضرایب مدل رگرسیونی			
	B	Beta	T	Sig
روان رنجورخویی	-۰/۶۵۰	-۰/۲۷۶	-۳/۵۴	۰/۰۰۱
برون‌گرایی	۰/۱۴۵	۰/۰۸۳	۰/۳۶۶	۰/۷۱۵
تجربه‌پذیری	۰/۲۷۸	۰/۱۵۹	۰/۵۷۸	۰/۵۶۴
توافق‌پذیری	۰/۴۸۴	۰/۲۷۲	۱/۲۰	۰/۲۳۱
وجدانی بودن	۰/۶۰۹	۰/۳۳۲	۲/۶۳	۰/۰۰۹

با توجه به جدول (۵) و معناداری مقدار $F=7,47$ با سطح معناداری $0/001$ روان رنجورخویی و وجدانی بودن توانایی پیش‌بینی شادکامی را در دانش‌آموزان را دارند. در مجموع ویژگی‌های شخصیتی توانایی پیش‌بینی ۲۰ درصد از واریانس شادکامی دانش‌آموزان را دارا می‌باشند.

جدول ۶- نتایج رگرسیون خودکارآمدی تحصیلی جهت پیش‌بینی شادکامی دانش‌آموزان

متغیرها	ضرایب مدل رگرسیونی			
	B	Beta	T	Sig
کوشش	۳/۱۰	۰/۴۷۷	۶/۸۱	۰/۰۰۱
استعداد	۰/۵۰۹	۰/۱۵۷	۱/۹۹	۰/۰۴۸
خودکارآمدی تحصیلی	۰/۳۸۹	۰/۲۶۵	۲/۸۴	۰/۰۰۵

با توجه به جدول (۶) و معناداری مقدار $60,75$ با سطح معناداری $0/001$ کوشش، استعداد و خودکارآمدی تحصیلی توانایی پیش‌بینی شادکامی را در دانش‌آموزان را دارند. در مجموع خودکارآمدی تحصیلی توانایی پیش‌بینی ۵۵ درصد از واریانس شادکامی دانش‌آموزان را دارا می‌باشد.

نتیجه‌گیری و ارائه پیشنهادها:

هدف از پژوهش حاضر، پیش‌بینی شادکامی بر مبنای منبع کنترل، ویژگی‌های شخصیتی و

ناشی از آنها را برعهده می‌گیرند و به همین علت، برای رسیدن به موفقیت تلاش بیشتری می‌کنند؛ و در صورت شکست، احساس شرمندگی می‌کنند و در پی جبران آن برمی‌آیند. همچنین، افراد دارای منبع کنترل بیرونی که معتقدند رفتارها و توانایی‌هایشان تأثیری در تقویت‌هایی که دریافت می‌کنند ندارد، اغلب برای هرگونه تلاش در جهت بهبود شرایط خود، ارزش کمی قائلند. به این ترتیب، می‌توان گفت که افراد دارای منبع کنترل درونی به علت درک نقش خود در چگونه دیدن زندگی و پذیرش مسئولیت عواقب اعمال خود، می‌توانند از شادکامی بالاتری برخوردار باشند و در مقایسه با افراد دارای منبع کنترل بیرونی، کارآمدتر، دارای پشتکار بیشتر، از لحاظ شناختی فعال‌تر، و قابل انعطاف‌ترند. علاوه بر این‌ها، در مقایسه با افراد دارای منبع کنترل بیرونی درصد جمع آوری اطلاعات بیشتری از پیرامون خود هستند و سعی می‌کنند پیامدهای امور و اعمال خود را کنترل کنند. در کل، با توجه به نتایج تحقیق حاضر می‌توان عنوان کرد که افراد دارای منبع کنترل بیرونی، به دلیل آنکه اسنادهای بیرونی دارند، در مقایسه با افراد دارای منبع کنترل درونی، دارای شادکامی کمتری هستند. همچنین نتایج پژوهش حاضر نشان داد که روان رنجورخویی با رضایت از زندگی ($-0/257$)، کارآمدی ($-0/208$)، احساس خوشی ($-0/364$)، عزت نفس ($-0/370$)، اجتماعی بودن ($-0/483$)، بهزیستی ($-0/270$) و شادکامی ($-0/403$) رابطه منفی معناداری در سطح $0/01$ دارد. اما برون‌گرایی، تجربه‌پذیری، توافق‌پذیری و وجدانی بودن دارای رابطه مثبت معناداری در سطح $0/01$ با شادکامی و ابعاد آن

خودکارآمدی تحصیلی در دانش آموزان دختر بود. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که منبع کنترل در جهت درونی آن با رضایت از زندگی ($0/457$)، کارآمدی ($0/484$)، احساس خوشی ($0/569$)، عزت نفس ($0/399$)، اجتماعی بودن ($0/534$)، بهزیستی ($0/865$) و شادکامی ($0/661$) رابطه مثبت معناداری در سطح $0/01$ دارد. و منبع کنترل پیش‌بینی کننده شادکامی در دانش آموزان دختر می‌باشد. این یافته نیز با نتایج پژوهش‌های کلی (2000)، شوبینا (2018)، استپتو و واردل (2001) همسو است. در تبیین این یافته می‌توان گفت افرادی که منبع کنترل بیرونی دارند، موفقیت‌ها را به شانس نسبت می‌دهند، اما آنهایی که دارای منبع کنترل درونی هستند، موفقیت‌ها را به توانایی‌های خود اسناد می‌دهند. بنابراین، آگاه بودن آنها از اینکه افکار آنها اعمالشان را کنترل می‌کند، به‌طور مؤثری روی باورها و انگیزش آنها تأثیر می‌گذارد و باعث می‌شود این افراد از شادکامی بالایی نیز برخوردار باشند در واقع، افرادی که دارای منبع کنترل درونی هستند، خود را از کنترل بیشتری در زندگی برخوردار می‌دانند و مسئولیت بیشتری در جهت دادن به زندگی خود احساس می‌کنند (سونی، 2020). چوما (2019) معتقد است از آنجاکه افراد دارای منبع کنترل درونی باور دارند که سلامتی و شادکامی در دست خود آنهاست، به آن‌گونه رفتارهایی دست می‌زنند که به آنها در تشخیص و کنترل فشار روانی، کمک می‌کند. از آنجاکه افراد دارای منبع کنترل درونی معتقدند که رویدادهای مثبت زندگی در نتیجه‌ی برنامه‌ریزی دقیق خود آنها به دست می‌آید، مسئولیت اعمال و رفتارهای خود و پیامدهای

های هایز و جوزف (۲۰۰۲) و رایبسون و همکاران (۲۰۲۱) همسو است. توافق‌پذیری عبارتند از: داشتن توانایی برای سازگاری با شرایط خود و دیگران. این متغیر اساساً مبتنی بر نوع دوستی، ابراز همدردی و علاقه‌مندی به کمک و یاری‌رسانی به دیگران است و این ویژگی‌ها با احساس شادکامی ارتباط دارند. در مورد تبیین ویژگی تجربه‌پذیری نیز می‌توان گفت که افراد انعطاف‌پذیر، احساسات خودشان را به شکلی نیرومند تجربه می‌کنند، به این تجربه بها می‌دهند و آنها را به‌عنوان سرچشمه معنای زندگی در نظر می‌گیرند و احساس شادمانی می‌کنند (هایز و جوزف، ۲۰۰۲). بین احساس وجدانی بودن و شادکامی ارتباط مثبت و معنادار وجود دارد که با پژوهش‌های آهنگران ساروکلانی (۱۳۸۷)، سیاه (۲۰۲۰) هماهنگ است. منظم بودن، سخت‌کوشی و پشتکار باعث پیشرفت و موفقیت فرد در حوزه‌های مختلف زندگی می‌شود و می‌تواند احساس شادکامی را ایجاد کند. نتایج پژوهش حاضر نشان داد که خودکارآمدی تحصیلی با رضایت از زندگی (۰/۵۸۶)، کارآمدی (۰/۵۲۳)، احساس خوشی (۰/۵۴۷)، عزت نفس (۰/۷۲۴)، اجتماعی بودن (۰/۵۸۶) بهزیستی (۰/۴۴۸) و شادکامی (۰/۷۰۰) رابطه مثبت معناداری در سطح ۰/۰۱ دارد. کوشش، بافت و استعداد به‌عنوان زیر مقیاس‌های خودکارآمدی تحصیلی دارای رابطه مثبت معناداری با شادکامی و ابعاد آن هستند (۰/۰۱). و خودکارآمدی تحصیلی پیش‌بینی‌کننده شادکامی دانش‌آموزان دختر می‌باشد. این یافته، با یافته‌های باردین (۲۰۲۰)، سلامی (۲۰۰۸) همخوانی دارد. انسان‌ها، دارای دو نیاز اساسی هستند که اگر ارضا نشود موجب اختلال و

دارند. و ابعاد شخصیت پیش‌بینی‌کننده شادکامی در دانش‌آموزان دختر می‌باشد. رابطه منفی روان‌نژندی با شادکامی با پژوهش‌های کاظمی (۱۳۸۷)، مامتزاکیس (۲۰۲۱) همخوانی دارد. می‌توان به این مطلب اشاره کرد که بین شادکامی و افسردگی رابطه‌ی منفی وجود دارد و اضطراب و افسردگی از صفات عامل روان‌رنجوری است و از سوی دیگر افراد شادکام از هیجانات منفی، از جمله افسردگی و اضطراب دوری می‌کنند و به دنبال کسب روابط مثبت و صمیمانه با دیگران هستند (چنگ و فورن، ۲۰۰۳). افراد دارای ویژگی‌های روان‌نژندگرایی، تمایل عمومی به تجربه‌های منفی چون ترس، غم، عصبانیت و نفرت دارند و این عواطف منفی مانع احساس خوشنودی آنها می‌شود. از سوی دیگر روان‌نژندی با رضایت از زندگی و سلامت روانی که یکی از مؤلفه‌های شاد بودن است ارتباط معکوس دارد. واره (۲۰۱۸)، بر این باورند که افراد دارای ویژگی‌های روان‌نژندگرایی بر رویدادهای منفی زندگی بیشتر تأکید نموده، در نتیجه کمتر احساس شادمانی و خوشبختی می‌کنند. در واقع افرادی که پاداش‌ها را برجسته‌تر می‌کنند، بیشتر برون‌گراهای دارای ثبات هیجانی هستند. درحالی که گروه دیگر که تنبیه‌ها را برجسته‌تر می‌کنند درون‌گراهای مضطرب هستند. بنابراین با در نظر گرفتن این نکته که اضطراب و افسردگی از صفات روان‌نژندگرایی است به نظر قابل توجیه و پذیرش می‌رسد که شادکامی با ویژگی روان‌نژندگرایی ارتباط منفی داشته باشد. یافته دیگر پژوهش نشان داد که بین ویژگی‌های شخصیتی تجربه‌پذیری، توافق‌پذیری و وظیفه‌شناسی با شادکامی، ارتباط مثبت و معنادار وجود دارد. این یافته نیز با نتایج پژوهش-

علی از رویدادها را نشان نمی‌دهد. در نتیجه پیشنهاد می‌گردد. همچنین نمونه‌ها تنها از میان دختران دبیرستانی شهر تهران بوده است. بنابراین جهت تعمیم نتایج به پسران و سایر جمعیت‌هایی با بافت فرهنگی، مذهبی و زبانی متفاوت از شهر تهران انتخاب کرد. جهت رفع محدودیت‌های موجود پیشنهاد می‌شود که در تحقیقات آتی بر روی دانش آموزان پسر نیز چنین تحقیقی صورت گیرد، چنین تحقیقی بر روی مقاطع تحصیلی دیگر هم صورت گیرد، از چندین منطقه مختلف نمونه آماری انتخاب گردد. و در نهایت تحقیق مداخله‌ای بر روی دانش آموزانی که شادکامی پایین دارند صورت گیرد و اثر آن بر روی منبع کنترل، شخصیت و خودکارآمدی تحصیلی بررسی گردد. بنابراین شادکامی با منبع کنترل، ویژگی‌های شخصیتی و خودکارآمدی تحصیلی رابطه دارد. در نتیجه پیشنهاد می‌شود که روانشناسان و مشاوران تحصیلی در بهبود کیفیت و سطح سلامت روان و افزایش شادکامی در دانش آموزان این نکته را مورد توجه قرار دهند.

تقدیر و تشکر:

در اینجا از تمامی افرادی که در این پژوهش به من کمک کردند کمال تشکر و قدردانی را دارم بخصوص مادر و خواهر مهربانم.

تعارض منافع:

این پژوهش دارای هیچگونه تضاد منافی نمی‌باشد.

بیماری می‌شود یکی از این نیازها، نیاز به دوست داشته شدن و دوست داشتن است و دیگری نیاز به احساس ارزشمند بودن برای خود و دیگران. در این راستا، خودکارآمدی را می‌توان نیرویی دانست که افراد بر اساس آن رفتارهای درست را برای ارضای نیازهای خود انتخاب می‌کنند. انسان، خواسته‌ها، انتظارات، افکار، عقاید و اعمال خود را طوری انتخاب می‌کند که بتواند مهم‌ترین و خوشایندترین حالت را در خویش ایجاد کند و رفتار، نتیجه‌ی انتخاب انسان است (آسیکی، ۲۰۲۱). که نتیجه‌ی این انتخاب، به شادکامی روزافزون می‌انجامد. شادکامی، زمانی به دست می‌آید که فعالیت‌های زندگی افراد، بیشترین همگرایی یا جور بودن را با ارزش‌های عمیق و توانایی و کارآمدی او در زمینه‌های مختلف داشته باشد و آنها نسبت به این ارزش‌ها و توانمندی‌ها متعهد گردند. تحت چنین شرایطی، احساس نشاط و اطمینان به وجود می‌آید. واترمن، این حالت را با عنوان جلوه‌ی (بیانگری) فردی معرفی کرده و همبستگی بالایی بین آن و اندازه‌های خوشبختی و شادکامی به دست آورد. به همین خاطرست کنون (۲۰۲۰) خوشبختی و شادکامی را دست‌یابی ساده به لذت نمی‌دانند، بلکه آن را به‌عنوان کوششی در جهت کمال (تمامیت) می‌دانند که بیانگر تحقق توان بالقوه‌ی واقعی فرد و احساس خودکارآمدی اوست. از جمله محدودیت‌های پژوهش می‌توان به پاندمی کووید ۱۹ اشاره کرد، همچنین چون کار از نوع پرسشنامه‌ای بوده - است، ممکن است سؤالات پرسشنامه‌ها بر هم اثر انتقال داشته باشند و در پاسخ‌دهی بر هم تأثیر گذاشته باشند. پژوهش حاضر از نوع همبستگی می‌باشد و تبیین

منابع:

۱. آهنگران ساروکالانی، زهرا. (۱۳۸۷). بررسی رابطه استرس با عوامل شخصیتی و خود بیمار انگاری در دانشجویان دانشگاه بین الملل امام خمینی (ره) پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه بین الملل امام خمینی قزوین.
۲. برخوری، رفاهی و فرح‌بخش. (۱۳۸۸). اثربخشی آموزش مهارت‌های مثبت اندیشی به شیوه گروهی بر انگیزه پیشرفت، عزت نفس و شادکامی دانش آموزان پسر پایه اول دبیرستان شهر جیرفت. فصلنامه علمی - پژوهشی رهیافتی نو در مدیریت آموزشی، سال دوم، شماره پنجم، ۱۳۱-۱۴۴.
۳. تاج آبادی، حسین. (۱۳۸۵). اثربخشی آموزش مهارت‌های مثبت اندیشی بر رضایت شغلی کارکنان معدن مس سرچشمه کرمان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علامه طباطبایی.
۴. حق‌شناس، حسن. (۱۳۷۸). هنجاریابی آزمون تشخیصی نثو، فرم تجدید شده. مجله اندیشه و رفتار. ۴(۴). ۱-۱۰
۵. علی منتظری، محمود طاووسی، علی اصغر حائری مهریزی، رامین مظفری کرمانی، فاطمه نقی زاده موعاری، مهدی عنبری، اکرم هاشمی. (۲۰۱۸). شادکامی زنان و مردان ایرانی ۲۰ تا ۴۰ ساله و عوامل مرتبط با آن: یک مطالعه ملی. پایش، ۱۷(۴)، ۴۰۹-۴۲۰.
۶. علی‌پور احمدعلی، نوربالا احمدعلی. (۱۳۸۷). بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه‌های تهران. مجله روانپزشکی و روانشناسی بالینی ایران (اندیشه و رفتار). ۵(۲)، ۵۵-۶۵
۷. کاظمی، بهروز. (۱۳۸۷). بررسی تأثیر سبک‌های فرزند پروری بر ویژگی‌های شخصیتی و شادکامی در دانش آموزان دختر و پسر مقطع متوسطه شهر قزوین. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه بین المللی امام خمینی قزوین.
۸. کریم‌زاده، منصوره؛ محسنی، نیکچهره. (۱۳۸۵). بررسی رابطه خودکارآمدی تحصیلی با پیشرفت تحصیلی در دانش آموزان دختر سال دوم دبیرستان شهر تهران. مجله مطالعات زنان، ۲، ۲۹-۴۵.
۹. میرزایی، فروغ؛ حاتمی، حمیدرضا. (۱۳۸۹). رابطه ویژگی‌های شخصیتی و شادکامی در دانشجویان. اندیشه و رفتار، دوره پنجم، شماره ۱۷، ۴۷-۵۶.
۱۰. یاریاری، فریدون؛ مرادی، علیرضا و یحیی زاده، سلیمان. (۱۳۸۶). رابطه هوش هیجانی و منبع کنترل با سلامت روان شناختی در بین دانشجویان دانشگاه مازندران. مجله مطالعات روانشناختی، ۳(۱)، ۲۱-۴۰.

- 11-Abesha, A. G. (2012). Effects of parenting styles, academic self-efficacy, and achievement motivation on the academic achievement of university students in Ethiopia. A dissertation submitted in fulfillment of the requirements for the award of Doctor of Philosophy, School of Psychology and Social Science, Faculty of Computing, Health, and Science, Edith Cowan University.
- 12-Akhtar, N., & Saleem, S. (2020). Happiness and Personality Traits as Predictors of Optimism in School and College Teachers. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 739-751.
- 13-Alexander, R., Aragón, O. R., Bookwala, J., Cherbuin, N., Gatt, J. M., Kahrilas, I. J., ... & Styliadis, C. (2021). The neuroscience of positive emotions and affect: Implications for cultivating happiness and wellbeing. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 121, 220-249.
- 14-Ardura, D., & Galán, A. (2019). The interplay of learning approaches and self-efficacy in secondary school students' academic achievement in science. *International Journal of Science Education*, 41(13), 1723-1743.
- 15-Argyle, M., Martin, M., & Crossland, J. (1989). Happiness as a function of personality and social encounters. In J. P. Forgas, & J. M. Innes (Eds.), *Recent advances in social psychology: An international perspective*. North Holland: Elsevier.
- 16-Ashby, S., Kottman, T., & Darper, K. (2002). Social interest and locus of control: Relationships and implication. *Journal of Individual Psychology*, 58(1), 52.
- 17-Asici, E., & Sari, H. I. (2021). A Proposed Model to Explain Happiness in College Students: The Roles of Perceived Parenting Styles, Emotional Self-Efficacy, and Forgiveness. *Journal of Adult Development*, 28(4), 332-345.
- 18-Bardeen, J. R., & Fergus, T. A. (2020). Emotion regulation self-efficacy mediates the relation between happiness emotion goals and depressive symptoms: A cross-lagged panel design. *Emotion*, 20(5), 910.
- 19-Cervone, D., & Artistic, D. (2003). The contribution of self-efficacy beliefs to dispositional shyness: On social cognitive systems and the development of personality dispositions. *Journal of Personality*, 71, 943-970.
- 20-Chamuah, A. D. I. T. Y. A., & Sankar, R. (2019). Happiness, locus of control and learned optimism among university students. *Pramana Research Journal*, 9(6), 30-37.
- 21-Cheng, H., & Furnham, A. (2007). Personality, self-esteem, and demographic predictions of happiness and depression: *Personality and Individual Differences*, 34, 921-942.
- 22-Gupta, S.D., & Kumar, D. (2010). Psychological correlates of happiness. *Indian Journal of Social Science Researches*, 7 (1), 60-64.
- 23-Hadsell, L. (2010). Achievement goals, locus of control, and academic success and effort in introductory and intermedical microeconomics. Department of economics, State University of New York, NY 13820.
- 24-Kelley, T. M. (2000). Thought recognition, locus of control and adolescent well-being. *Journal of Adolescence*, 4(2), 245-256.
- 25-Lambert, L., Passmore, H. A., & Joshanloo, M. (2019). A positive psychology intervention program in a culturally-diverse university: Boosting happiness and reducing fear. *Journal of Happiness Studies*, 20(4), 1141-1162.
- 26-Lean, M., Fornells-Ambrojo, M., Milton, A., Lloyd-Evans, B., Harrison-Stewart, B., Yesufu-Udechuku, A., ... & Johnson, S. (2019). Self-management interventions for people with severe mental illness: systematic review and meta-analysis. *The British Journal of Psychiatry*, 214(5), 260-268.
- 27-Mamatzakis, E. C., & Tsionas, M. G. (2021). Making inference of British household's happiness efficiency: A

Bayesian latent model. *European Journal of Operational Research*, 294(1), 312-326.

28-Milić, J., Škrlec, I., Milić Vranješ, I., Podgornjak, M., & Heffer, M. (2019). High levels of depression and anxiety among Croatian medical and nursing students and the correlation between subjective happiness and personality traits. *International Review of Psychiatry*, 31(7-8), 653-660.

29-Oakman, J., Macdonald, W., Bartram, T., Keegel, T., & Kinsman, N. (2018). Workplace risk management practices to prevent musculoskeletal and mental health disorders: what are the gaps?. *Safety science*, 101, 220-230.

30-Rath, S. (2022). Effect of Locus of Control and Gender on Happiness among Indian Adolescents. *North American Journal of Psychology*, 24(1), 135-135.

31-Robinson, L. M., Waran, N. K., Handel, I., & Leach, M. C. (2021). Happiness, welfare, and personality in rhesus macaques (*Macaca mulatta*). *Applied Animal Behaviour Science*, 236, 105268.

32-Salami, S. O. (2008). Psychopathology and academic performance among Nigerian high school adolescents: The moderator effects of study behavior, self-efficacy and motivation. *Journal of Social Sciences*, 16 (2), 155-162.

33-Shubina, I. (2018). Locus of Control and Sense of Happiness: A Mediating Role of Self-esteem?. In *Applied Psychology Readings* (pp. 87-101). Springer, Singapore.

34-Siah, P. C., Tun, P., & Chan, M. (2020). Non-attachment and happiness: mediating versus moderating roles of grit personality. *Current Issues in Personality Psychology*, 8(1), 31-40.

35-Smith, B. W., Ford, C. G., Erickson, K., & Guzman, A. (2021). The effects of a character strength focused positive psychology course on undergraduate happiness and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 22(1), 343-362.

36-Soni, A., Bhalla, A., & Kaur, B. (2020). To study the predictors of

happiness on locus of control and gratitude among adolescents'. *Indian Journal of Positive Psychology*, 11(4), 398-401.

37-Steptoe, A., & Wardle, J. (2001). Locus of control and health behavior revised: A multi-variate analysis of young adults from 18 countries. *British Journal of Psychology*, 22(4), 659-672.

38-Tus, J. (2020). Self-concept, self-esteem, self-efficacy and academic performance of the senior high school students. *International Journal of Research Culture Society*, 4(10), 45-59.

39-van Zyl, Y., & Dhurup, M. (2018). Self-efficacy and its relationship with satisfaction with life and happiness among university students. *Journal of Psychology in Africa*, 28(5), 389-393.

40-Ware, B. (2018). Excremental Happiness: From Neurotic Hedonism to Dialectical Pessimism. *College Literature*, 45(2), 198-221.

41-Yıldırım, M., & Maltby, J. (2022). Examining irrational happiness beliefs within an adaptation-continuum model of personality and coping. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 40(1), 175-189.

42-Young, T., Macinnes, S., Jarden, A., & Colla, R. (2022). The impact of a wellbeing program imbedded in university classes: the importance of valuing happiness, baseline wellbeing and practice frequency. *Studies in Higher Education*, 47(4), 751-770.