

**رابطه بین مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی با شادکامی دانشجویان
(مورد مطالعه: دانشگاه آزاد اسلامی واحد نکا)**

سیده زهرا محمودی^۱

ابوالقاسم بریمانی^۲

تاریخ وصول: ۹۸/۰۱/۰۹

تاریخ پذیرش: ۹۹/۰۸/۱۹

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، تعیین رابطه بین مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی با شادکامی دانشجویان مقطع کارشناسی ارشد بوده است. پژوهش توصیفی از نوع همبستگی و از نوع مطالعات کاربردی می‌باشد جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد نکا به تعداد ۱۹۰ نفر بود. نمونه آماری با استفاده از جدول کرجسی و مورگان، به تعداد ۱۲۷ نفر و به شیوه نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای بر حسب جنسیت انتخاب شدند. جهت جمع‌آوری داده‌ها از سه پرسش‌نامه استاندارد مطلوبیت اجتماعی، خودکارآمدی و شادکامی استفاده شده است. روایی صوری ابزار توسط صاحب‌نظران و متخصصان مربوطه مورد تأیید قرار گرفته است. پایایی آن‌ها با استفاده از آزمون آلفای کرونباخ برای هر یک به ترتیب برابر ۰/۸۷، ۰/۸۱ و ۰/۸۸ به دست آمد. جهت بررسی و تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آمار توصیفی و آمار استنباطی شامل ضریب همبستگی پیرسون و رگرسیون استفاده شد. نتایج نشان داد که بین مطلوبیت اجتماعی ($r=0/256$) و خودکارآمدی ($r=0/321$) با شادکامی دانشجویان رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد؛ و سهم هر یک از مؤلفه‌های خودکارآمدی در پیش‌بینی شادکامی دانشجویان متفاوت است. همچنین میزان مطلوبیت اجتماعی، خودکارآمدی و شادکامی دانشجویان مرد و زن متفاوت نیست.

واژگان کلیدی: مطلوبیت اجتماعی، خودکارآمدی، شادکامی.

۱- دانش‌آموخته کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، واحد نکا، دانشگاه آزاد اسلامی، نکا، ایران

۲- استادیار گروه مدیریت آموزشی، واحد نکا، دانشگاه آزاد اسلامی، نکا، ایران. (نویسنده مسئول).
ab.barimani@gmail.com

مقدمه

دانشجویان به‌عنوان مهم‌ترین عنصر دانشگاه‌ها محسوب می‌شوند. به‌طوری که تمام تمهیدات در جریان برنامه‌ریزی‌ها و سیاست‌گذاری‌ها در نهایت به آن‌ها منتهی می‌شود. زیرا آماده‌سازی و ایجاد صلاحیت‌های لازم در دانشجویان برای ورود به اجتماعی که خود سازنده آن خواهند بود هدف نهایی آموزش عالی است. بی‌گمان در این روند، هر چه به مسائل مربوط به آن‌ها بیش‌تر توجه شود ساختار آتی اجتماع از استحکام بیش‌تری برخوردار خواهد بود (عزیزی‌نژاد و همکاران، ۱۳۹۳: ۱۱۳۹). جامعه‌ای می‌تواند به‌سوی اهداف متعالی و ایده‌آل خود گام بردارد که شادی و شادکامی تجربه همیشگی اعضای آن جامعه باشد چرا که شادی در بهبود و افزایش سلامت جسمانی و روانی نقش مؤثری دارد (حسن‌نیا، صالح صدق‌پور و دماوندی، ۱۳۹۳). بدون شک شادکامی به‌عنوان نشانگر شکوفایی فرد در بین مهم‌ترین مفاهیم روان‌شناسی مثبت جایگاهی قابل‌توجهی دارد؛ و اهداف بسیاری از مردم از زندگی احساس شادکامی است. به‌طور کلی شادکامی درجه‌ای است که فرد کیفیت زندگی خود را ارزیابی می‌کند. فرد اگر از شرایط زندگی خویش راضی باشد، اغلب احساس خوشحالی می‌کند (آدام کاردوز و ساریکام، ۲۰۱۸).

شادکامی یک حالت عاطفی مثبت است که با خشنودی، لذت و خرسندی مشخص می‌شود و با خود صفات و علائمی از جمله داشتن باورهای مثبت در مورد زندگی، هیجانانگیز مثبت و فقدان هیجانانگیز منفی به همراه دارد؛ به‌عبارت دیگر، شادکامی آرامش فکری است که نتایج مطلوبی را برای زندگی پیش‌بینی می‌کند و رضایت از زندگی را افزایش می‌دهد (سپهریان آذر و همکاران، ۱۳۹۵: ۳۹)؛ و مفهومی است که چندین جزء دارد. نخست این‌که جزئی عاطفی و هیجانی دارد؛ که باعث می‌شود فرد شادکام همواره از نظر خلقی شاد و خوشحال باشد. دوم آنکه جزئی اجتماعی دارد؛ که گسترش روابط اجتماعی را به‌دنبال دارد (قنبریان و همکاران، ۱۳۹۵: ۵۵۴). فردی که از شادکامی بیش‌تری برخوردار است، آرامش و احساس امنیت بیش‌تر، تصمیم‌گیری راحت‌تر، میزان کار مطلوب و مشارکت بیش‌تر، زندگی سالم و پرنرژی و در نهایت زندگی رضایتمندانه‌ای دارد (حسن‌نیا، صالح صدق‌پور و دماوندی، ۱۳۹۳: ۳۳).

شادکامی دارای پنج بعد می‌باشد. ۱- رضایت از زندگی: که میزان ارضای نیازهای مادی و معنوی آزمودنی در زندگی است. ۲- حرمت نفس: که توانایی درک خود، پذیرش خود و احترام به خود است. ۳- سلامت روان: که یک حالت تمام‌عیار جسمی، روانی و رفاه اجتماعی است و احساس خوشی که آزمودنی در آن توانایی‌هایش را به‌کار می‌بندد و با فشارهای معمول زندگی کنار آمده و در محیط کار و اجتماع مفید و اثربخش است. ۴- رضایت خاطر: که احساس رضایت زمانی حاصل می‌شود که با انجام کارهایی کیفیت و زیبایی زندگی مضاعف‌گرد. ۵- خلق مثبت: که خلق‌وخو، سبک رفتاری و رفتارها مشخص‌کننده پاسخ‌دهی یک آزمودنی به موقعیت‌ها است (رنجبر و همکاران، ۱۳۹۴). شادکامی به‌عنوان یکی از مهم‌ترین نیازهای روانی بشر، به‌دلیل تأثیرات عمده‌ای که بر شکل‌گیری شخصیت آدمی دارد،

همواره ذهن انسان را به خود مشغول کرده است. از طرفی جامعه‌ای پویا و زنده تلقی می‌شود که عناصر شادی‌آفرین در آن فراوان باشد. بنابراین می‌توان گفت؛ شادکامی یکی از مفاهیم و مؤلفه‌های اساسی زندگی افراد به‌ویژه دانشجویان به‌شمار می‌رود که ارتباط تنگاتنگی با موفقیت آموزشی دارد (صالحی عمران و عابدینی بلترک، ۱۳۹۷).

یکی از متغیرهایی که با شادکامی دانشجویان، ارتباط دارد و در این پژوهش مورد مطالعه قرار گرفته است، مطلوبیت اجتماعی می‌باشد. یکی از توانایی‌های افراد مطلوبیت اجتماعی است. تمایل به مورد تأیید قرار گرفتن یک نیاز مشترک بین تمامی انسان‌ها است؛ همه افراد به‌طور طبیعی به آن تمایل دارند، تأیید و پذیرفته شدن توسط دیگران را دوست دارند و در جهت کسب آن تلاش می‌کنند؛ که در نهایت سخن گفتن و رفتار کردن مطابق انتظارات دیگران را مطلوبیت اجتماعی می‌نامند (سرمدی سلطان و همکاران، ۱۳۹۲). مطلوبیت اجتماعی عبارت است از تمایل افراد به پاسخ دادن مطلوب و پرطرفدار از نظر اجتماعی به‌جای توصیف آنچه واقعاً فکر می‌کنند، اعتقاد دارند و یا انجام می‌دهند (ابوالقاسمی و جوانمیری، ۱۳۹۱: ۷)؛ یا داشتن گرایش‌های مثبت نسبت به افراد، تصدیق کردن دیگران و به‌طور کلی پذیرفتن افراد به‌رغم برخی رفتارهای سردرگم‌کننده و پیچیده آن‌ها است. افراد با مطلوبیت اجتماعی مناسب برای سازگاری با قواعد و هنجارهای اجتماعی و در امان ماندن از طرد اجتماعی تلاش می‌کنند. احترام به خود، متکی بودن به خود در روابط بین فردی، توانایی قوی ابراز وجود و مطرح کردن باورهای خود، برقراری روابط بین فردی رضایت‌بخش و برخورداری از سلامت روانی زیاد از ویژگی‌های این افراد است. تحقیقات گویای این است که مطلوبیت اجتماعی همانند پیوستاری است که در یک انتهای آن افرادی با سطح بالایی از مطلوبیت اجتماعی، نظرها و تجربیات شخصی خود را در مصاحبه‌ها و پاسخگویی به سؤالات تغییر می‌دهند در صورتی که در انتهای دیگر آن، افراد با سطح پایینی از مطلوبیت اجتماعی در نظریات و تجربیات خود ثابت‌قدم هستند (مرادی و دهقانی، ۱۳۹۷: ۱۱۴). مطلوبیت اجتماعی می‌تواند بخشی از ساختار اصلی شخصیت یک فرد باشد که دارای دو جزء می‌باشد: انکار صفات، رفتارها و ویژگی‌های نامطلوب، و تأیید ویژگی‌ها، رفتارها و صفات مطلوب و بر این فرض استوار است که افراد تلاش می‌کنند تا خود را به شکل مثبت به تصویر بکشند و مهارت‌ها، توانایی‌ها و ارزش‌های اجتماعی خود را افزایش دهند تا از عدم تأیید اجتماعی جلوگیری کنند (دومینگوس اسپینوزا و همکاران^۱، ۲۰۱۸).

یکی دیگر از متغیرهای مهم و اثرگذار بر شادکامی دانشجویان که در این پژوهش به آن توجه شده است، خودکارآمدی^۲ است. بندورا خودکارآمدی را به‌عنوان قضاوت افراد درباره توانایی‌شان برای سازمان‌دهی و اجرای بعضی رفتارها در جهت رسیدن به اهداف مورد نظر، تعریف کرده است. هم‌چنین وی بر این باور بود که خودکارآمدی یکی از مهم‌ترین عوامل تنظیم‌کننده رفتار انسان است. قضاوت‌های

1- Domínguez-Espinosa et al

2- Self-Efficacy

ناکارآمدی فرد، در یک موقعیت، بیش‌تر از کیفیت و ویژگی‌های خود موقعیت فشارها را به‌وجود می‌آورد. افراد کم خودکارآمد، تفکرات بدبینانه‌ای درباره توانایی‌های خود دارند، بنابراین این افراد از هر موقعیتی که بر اساس نظر آن‌ها فراتر از توانایی‌هایشان باشد، دوری می‌کنند. در مقابل، افراد با خودکارآمدی بالا تکالیف سخت را به‌عنوان چالش‌هایی که می‌توانند بر آن‌ها مسلط شوند، در نظر می‌گیرند. آن‌ها تکالیف چالش‌انگیز را انتخاب می‌کنند و سریع‌تر حس خودکارآمدی‌شان بهبود می‌یابد و در صورت وجود مشکلات، تلاششان حفظ می‌شود (هوشمندجا و همکاران، ۱۳۹۳: ۱۷۲). خودکارآمدی در واقع عبارت است از باورهای شخص در مورد توانایی‌هایش برای اتخاذ سطوح انتخابی عملکرد که راهنما و شکل‌دهنده رویدادهای مؤثر بر زندگی فرد می‌باشد. این باورها موجب تأثیرگذاری بر شیوه تفکر، احساس، انگیزش یا رفتار فرد نیز می‌گردند. احساس قوی خودکارآمدی موجب بهبود دیدگاه‌های مثبت فردی و مشارکت بهتر فرد در انجام فعالیت‌ها، تنظیم اهداف و تعهد کاری می‌گردد (صفاری و همکاران، ۱۳۹۳: ۴۶). در میان ابعاد مختلف خودکارآمدی، بعد خودکارآمدی تحصیلی که با کوشش و پافشاری در انجام تکالیف، به‌کارگیری راهبردهای شناختی و فراشناختی، خود سازماندهی، پایداری در رویارویی با دشواری‌ها، گزینش رشته و مانند این‌ها تأثیر خود را در جنبه‌های گوناگون زندگی افراد بر جای می‌گذارد، متغیری مهم به‌شمار می‌رود. افراد با باورهای خودکارآمدی قوی، نسبت به افرادی که خودکارآمدی ضعیف دارند، در انجام تکالیف کوشش و پافشاری بیش‌تری از خود نشان می‌دهند و در نتیجه عملکرد آنان در انجام تکالیف بهتر است (نعیمی و همکاران، ۱۳۹۵: ۲۹).

نتایج پژوهش اناری و پاکدامن (۱۳۹۶) با عنوان بررسی رابطه خودکارآمدی و کفایت اجتماعی با شادکامی در دانشجویان نشان داد که بین خودکارآمدی و شادکامی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. اکبریان (۱۳۹۵) با پژوهشی با عنوان رابطه بین نگرش مذهبی با شادکامی و خودکارآمدی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه نشان داد که بین نگرش مذهبی با شادکامی و خودکارآمدی دانش‌آموزان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. سمایی (۱۳۹۴) با پژوهشی با عنوان بررسی رابطه مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی با عزت‌نفس دانش‌آموزان پسر دوره اول متوسطه شهرستان اقلید نشان داد که بین مطلوبیت اجتماعی با عزت‌نفس؛ بین مطلوبیت اجتماعی با خودکارآمدی؛ بین خودکارآمدی با عزت‌نفس دانش‌آموزان همبستگی مثبت و معناداری وجود دارد هم‌چنین مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی توان پیش‌بینی معناداری برای عزت‌نفس دانش‌آموزان را دارند. نتایج پژوهش مرکزی (۱۳۹۴) با عنوان بررسی رابطه مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی با میزان شادکامی دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه آزاد واحد کرمان نشان داد که بین مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی با شادکامی در دانشجویان رابطه وجود دارد، بعلاوه پسران از لحاظ خودکارآمدی، شادکامی و مطلوبیت اجتماعی بالاتر از دختران بودند. کجباف و همکاران (۱۳۹۴) با پژوهشی با عنوان تأثیر خودکارآمدی، توانمندسازی و شادکامی بر ابراز وجود معلمان نشان دادند که تمام متغیرهای مورد بررسی با همدیگر ارتباط معناداری دارند. نتایج پژوهش

حسن‌نیا و همکاران (۱۳۹۳) با عنوان مدل‌یابی رابطه ساختاری هوش هیجانی و شادکامی با واسطه‌گری خودکارآمدی و خودتنظیمی تحصیلی نشان داد که هوش هیجانی، خودکارآمدی و خودتنظیمی تحصیلی به صورت مستقیم شادکامی را پیش‌بینی می‌کنند. همچنین هوش هیجانی با واسطه، خودکارآمدی و خودتنظیمی تحصیلی، شادکامی را به صورت غیرمستقیم و قوی‌تر از مسیر مستقیم، پیش‌بینی می‌کند. فرشاد و همکاران (۱۳۹۳) با پژوهشی با عنوان رابطه بین مطلوبیت اجتماعی و مباحثه‌طلبی با شادکامی دانشجویان ایرانی نشان دادند که بین مطلوبیت اجتماعی با شادکامی رابطه منفی و معناداری وجود دارد. همچنین بین مباحثه‌طلبی و شادکامی رابطه وجود ندارد. صفاری و همکاران (۱۳۹۳) با پژوهشی با عنوان شادکامی، خودکارآمدی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان نشان دادند که بین شادکامی، خودکارآمدی و پیشرفت تحصیلی همبستگی مثبت و معنی‌داری وجود دارد. غلامعلی لوانسانی و همکاران (۱۳۹۳) با پژوهشی با عنوان اثر آموزش شادکامی به شیوه شناختی رفتاری بر باورهای خودکارآمدی و استرس تحصیلی نشان دادند که آموزش برنامه شادکامی فوردایس ضمن افزایش احساس شادکامی دانش‌آموزان بر افزایش خودکارآمدی عمومی و کاهش استرس مربوط به فعالیت‌های تحصیلی تأثیر معنی‌داری دارد. ابوالقاسمی و جوانمیری (۱۳۹۱) با پژوهشی با عنوان نقش مطلوبیت اجتماعی، سلامت روانی و خودکارآمدی در پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر نشان دادند که تحریف واقعیت، خودکارآمدی و سلامت روانی با پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان عادی و تیزهوش رابطه مثبت و معنی‌داری دارند. همچنین حدود ۱۲ درصد واریانس مربوط به پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان تیزهوش توسط متغیرهای مطلوبیت اجتماعی، سلامت روانی و خودکارآمدی تبیین می‌شود؛ در صورتی که در دانش‌آموزان عادی این مقدار حدود ۳۱ درصد بود؛ و سطح پایین مطلوبیت اجتماعی و سطوح بالای سلامت روانی و خودکارآمدی، پیشرفت تحصیلی را افزایش می‌دهند.

یولاند و مانیلال^۱ (۲۰۱۸) با مطالعه‌ای با عنوان خودکارآمدی و ارتباط آن با رضایت از زندگی و شادکامی در دانشجویان نشان دادند که خودکارآمدی، رضایت از زندگی و شادکامی دانشجویان زن و مرد را پیش‌بینی می‌کند. کاپوتو^۲ (۲۰۱۷) با پژوهشی با عنوان تمایل مطلوب اجتماعی در سنجش‌های خودمحور؛ شواهدی از نظرسنجی آنلاین نشان داد که بین مطلوبیت اجتماعی و شادکامی ذهنی همبستگی وجود دارد. دوران و ییلدیریم^۳ (۲۰۱۷) با پژوهشی با عنوان رابطه بین سطوح شادکامی مدیران مدرسه و میزان خودکارآمدی آنان نشان دادند که بین میزان شادکامی و خودکارآمدی مدیران مدرسه رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. موسوی‌نسب و مکوندی (۲۰۱۶) با پژوهشی با عنوان رابطه بین مطلوبیت اجتماعی، مسئولیت، خودکارآمدی و مهارت‌های ارتباطی دانش‌آموزان نشان دادند که بین مطلوبیت اجتماعی، خودکارآمدی، مسئولیت و مهارت‌های ارتباطی دانش‌آموزان رابطه مثبت وجود دارد.

1- Yolande & Manilall

2- Caputo

3- Duran & Yıldırım

همچنین مطلوبیت اجتماعی، مسئولیت و خودکارآمدی به ترتیب بهترین پیش‌بینی‌کننده‌های مهارت‌های ارتباطی هستند. حجتی و همکاران (۲۰۱۳) با پژوهشی با عنوان تأثیر آموزش شادکامی بر افزایش خودکارآمدی دانش‌آموزان نشان دادند که آموزش شادکامی باعث افزایش خودکارآمدی دانش‌آموزان می‌شود. براجساژگانک و همکاران^۱ (۲۰۱۱) با پژوهشی با عنوان صفات شخصیتی و مطلوبیت اجتماعی به‌عنوان پیش‌بینی‌کننده از بهزیستی شناختی نشان دادند که بین مطلوبیت اجتماعی، صفات شخصیتی و بهزیستی شناختی رابطه وجود دارد و مطلوبیت اجتماعی پیش‌بینی مناسبی برای مؤلفه‌های بهزیستی شناختی می‌باشد. کاپرارا و همکاران^۲ (۲۰۰۶) با پژوهشی با عنوان باورهای خودکارآمدی به‌عنوان عوامل تعیین‌کننده تفکر مثبت و شادکامی نوجوانان نشان دادند که باورهای خودکارآمدی برای مدیریت احساسات مثبت و منفی و روابط بین فردی سبب ایجاد انتظارات مثبت در مورد آینده، حفظ خودپنداره بالا، درک احساس رضایت از زندگی و تجربه احساسات مثبت‌تری می‌شود.

بنابراین با انجام این پژوهش می‌توان وضعیت موجود مطلوبیت اجتماعی، خودکارآمدی و شادکامی دانشجویان را شناخت و برنامه‌های لازم را برای افزایش این ویژگی‌ها در نظر گرفت. در واقع با انجام این تحقیق می‌توان به مسئولان دانشگاه پیشنهاد داد که در راستای افزایش شادکامی دانشجویان چه اقدام‌هایی انجام دهند تا بر اساس آن کمیت و کیفیت پیامدها، برون‌دادها، نتایج و تأثیر مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی بر شادکامی دانشجویان مشاهده و ارزیابی شود. در نهایت، این پژوهش در پی یافتن پاسخی برای این پرسش است که آیا بین مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی با شادکامی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی رابطه وجود دارد؟

با توجه به هدف اصلی این پژوهش که بررسی رابطه بین مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی با شادکامی دانشجویان و ارائه پیشنهادهای کاربردی به مسئولان دانشگاه آزاد اسلامی بر اساس نتایج پژوهش می‌باشد؛ فرضیه‌های پژوهش به شرح زیر مطرح می‌گردد.

- ۱- بین مطلوبیت اجتماعی و شادکامی دانشجویان رابطه وجود دارد.
- ۲- بین خودکارآمدی و شادکامی دانشجویان رابطه وجود دارد.
- ۳- سهم هر یک از مؤلفه‌های خودکارآمدی در پیش‌بینی شادکامی دانشجویان متفاوت است.
- ۴- میزان مطلوبیت اجتماعی در دانشجویان مرد و زن متفاوت است.
- ۵- میزان خودکارآمدی در دانشجویان مرد و زن متفاوت است.
- ۶- میزان شادکامی در دانشجویان مرد و زن متفاوت است.

1- Brajša-Žganec et al

2- Caprara et al

روش

پژوهش حاضر به علت کاربرد نتایج آن در حل مسائل و مشکلات دانشجویان، کاربردی است؛ و با توجه به ماهیت موضوع و اهداف پژوهش، روش توصیفی از نوع همبستگی بوده است. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد نکا در سال تحصیلی ۹۶-۹۷ بوده است؛ که از میان ۱۹۰ نفر از دانشجویان، تعداد ۱۲۷ نفر با روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای بر حسب جنسیت با استفاده از جدول کرجسی و مورگان، به‌عنوان نمونه انتخاب شدند. جهت گردآوری داده‌ها از سه پرسش‌نامه استفاده شده است؛ که برای سنجش روایی صوری آن‌ها، نظر متخصصان و صاحب‌نظران دانشگاهی اعمال گردید. برای ارزیابی متغیر مطلوبیت اجتماعی از پرسش‌نامه کراون و مارلو (۱۹۸۶) استفاده شده است؛ که دارای ۳۳ گویه می‌باشد و بر اساس مقیاس دوگزینه‌ای به ترتیب با گزینه‌های صحیح و غلط طراحی و تنظیم گردید؛ که نمره‌گذاری گزینه‌ها به ترتیب یک و صفر می‌باشد؛ و جهت سنجش متغیر خودکارآمدی از پرسش‌نامه شرر و همکاران (۱۹۸۲)، استفاده شده است؛ که دارای سه مؤلفه میل به آغازگری رفتار، میل به ادامه تلاش و مقاومت در برابر موانع می‌باشد؛ و حاوی ۱۷ سؤال هست و بر اساس مقیاس پنج‌گزینه‌ای لیکرت به ترتیب با گزینه‌های کاملاً مخالفم، مخالفم، نظری ندارم، موافقم و کاملاً موافقم تدوین شده است؛ که به ترتیب از ۱ تا ۵ نمره‌گذاری می‌شود. همچنین جهت سنجش متغیر شادکامی از پرسش‌نامه آکسفورد (۱۹۸۹) استفاده شده است که دارای پنج مؤلفه رضایت از زندگی، رضایت خاطر، حرمت خود، خلق مثبت و بهزیستی فاعلی می‌باشد؛ و حاوی ۲۹ گویه چهارگزینه‌ای هست که گزینه‌های آن به ترتیب از صفر تا ۳ نمره‌گذاری می‌شوند؛ به منظور ارزیابی پایایی پرسش‌نامه‌ها از فرمول آلفای کرونباخ استفاده گردید. که بدین منظور ابتدا سه پرسش‌نامه مورد استفاده در این پژوهش، جهت اجرای آزمایشی در اختیار ۳۰ نفر از اعضای جامعه آماری قرار گرفت. سپس با استفاده از داده‌های به‌دست‌آمده از پرسش‌نامه‌های تکمیلی و با کمک نرم‌افزار SPSS میزان ضریب آلفای کرونباخ برای پرسش‌نامه مطلوبیت اجتماعی ۰/۸۷، خودکارآمدی ۰/۸۱ و شادکامی ۰/۸۸ به دست آمد، با توجه به بالا بودن مقدار ضرایب مذکور از ۰/۷۰ می‌توان گفت که پرسش‌نامه‌ها از پایایی مطلوبی برخوردار است. در نهایت جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها و تبدیل آن‌ها به اطلاعات معنی‌دار و همچنین آزمون فرضیه‌ها از روش‌های آماری در سطح آمار توصیفی شامل فراوانی، درصد، میانگین و انحراف معیار و در سطح آمار استنباطی شامل آزمون ضریب همبستگی پیرسون، رگرسیون چندمتغیره و تی دو نمونه مستقل استفاده شده است.

یافته‌ها

یافته‌های به‌دست‌آمده از پژوهش حاضر در خصوص ویژگی‌های جمعیت شناختی آزمودنی‌ها نشان داد که ۵۲/۸ درصد از پاسخگویان را زن (۶۷ نفر) و ۴۷/۲ درصد از آزمودنی‌ها را مرد (۶۰ نفر) تشکیل داده بودند. وضعیت تأهل اعضای مورد مطالعه نشان داد که ۲۹/۹ درصد (۳۸ نفر) مجرد و ۷۰/۱ درصد (۸۹ نفر) متأهل بودند. همچنین ۵۰/۳ درصد (۶۴ نفر) از آزمودنی‌ها وضعیت سنی خود را کم‌تر از ۳۰ سال، ۳۷/۸ درصد (۴۸ نفر) بین ۳۱ تا ۴۰ سال و ۱۱/۹ درصد (۱۵ نفر) بیش‌تر از ۴۱ سال اعلام کرده‌اند.

فرضیه اول: بین مطلوبیت اجتماعی و شادکامی دانشجویان رابطه وجود دارد.

جدول (۱): نتایج آزمون فرضیه اول پژوهش

| Sig | (α) | ضریب همبستگی | متغیرها |
|-------|------|--------------|---------------------------|
| ۰/۰۰۱ | ۰/۰۵ | ۰/۲۵۶ | مطلوبیت اجتماعی و شادکامی |

در جدول ۱ نتایج شاخص‌ها نشان می‌دهد که میزان معنی‌داری این آزمون ($\text{sig}=0/001$) کم‌تر از مقدار ۰/۰۵ است، لذا با ۹۵ درصد اطمینان فرضیه پژوهش تأیید و فرضیه صفر رد می‌گردد. همچنین نتایج حاصل از بررسی مقدار ضریب همبستگی محاسبه شده ($r=0/256$) بین متغیرها حاکی از آن است که بین دو متغیر همبستگی مثبت و رابطه معناداری وجود دارد؛ بنابراین می‌توان بیان نمود که بین مطلوبیت اجتماعی و شادکامی دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد؛ یعنی با افزایش مطلوبیت اجتماعی، شادکامی دانشجویان نیز افزایش می‌یابد و بالعکس.

فرضیه دوم: بین خودکارآمدی و شادکامی دانشجویان رابطه وجود دارد.

جدول (۲): نتایج آزمون فرضیه دوم پژوهش

| Sig | (α) | ضریب همبستگی | متغیرها |
|-------|------|--------------|----------------------|
| ۰/۰۰۰ | ۰/۰۵ | ۰/۳۲۱ | خودکارآمدی و شادکامی |

طبق نتایج جدول ۲، میزان معنی‌داری این آزمون ($\text{sig}=0/000$) کم‌تر از مقدار ۰/۰۵ است، لذا با ۹۵ درصد اطمینان فرضیه پژوهش تأیید و فرضیه صفر رد می‌گردد. همچنین نتایج حاصل از بررسی مقدار ضریب همبستگی محاسبه شده ($r=0/321$) بین متغیرها حاکی از آن است که بین دو متغیر همبستگی مثبت و رابطه معناداری وجود دارد؛ بنابراین می‌توان بیان نمود که بین خودکارآمدی و شادکامی دانشجویان رابطه معناداری وجود دارد؛ یعنی با افزایش خودکارآمدی، شادکامی دانشجویان نیز افزایش می‌یابد و بالعکس.

رابطه بین مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی با شادکامی دانشجویان . . .

فرضیه سوم: سهم هر یک از مؤلفه‌های خودکارآمدی در پیش‌بینی شادکامی دانشجویان متفاوت است.

جدول (۳): خلاصه نتایج تحلیل رگرسیون فرضیه سوم پژوهش

| R (همبستگی بین متغیرها) | R2 (ضریب تعیین) | F | درجه آزادی | Sig |
|-------------------------|-----------------|-------|------------|-------|
| ۰/۳۵۲ | ۰/۲۵۴ | ۸/۳۲۳ | (۱۲۴ و ۲) | ۰/۰۰۰ |

همان‌طوری که در جدول ۳ ملاحظه می‌گردد، میزان همبستگی بین متغیرهای پیش‌بین و ملاک پژوهش برابر با $(R=0/352)$ می‌باشد که همبستگی بین متغیرهای پژوهش را نشان می‌دهد؛ و با توجه به مقدار ضریب تعیین $(R^2=0/254)$ ، این مقدار نشان می‌دهد که ۲۵/۴ درصد از تغییرات متغیر ملاک (شادکامی) توسط متغیر پیش‌بین (خودکارآمدی) پیش‌بینی می‌شود؛ و مابقی مربوط به دیگر مؤلفه‌ها می‌باشد که در این پژوهش مورد بررسی قرار نگرفته است. همچنین میزان معنی‌داری این آزمون $(sig=0/000)$ کم‌تر از ۰/۰۵ است. لذا این نتیجه حاصل می‌گردد که معادلات رگرسیون در سطح ۹۵ درصد معنی‌دار بوده و استفاده از معادلات رگرسیون مجاز می‌باشد؛ یعنی مؤلفه‌های خودکارآمدی قادر به پیش‌بینی شادکامی دانشجویان می‌باشد.

جدول (۴): نتایج ضرایب رگرسیون فرضیه سوم پژوهش

| Sig | T | ضرایب استاندارد شده | | شاخص‌های آماری مدل |
|-------|--------|---------------------|-------|-----------------------|
| | | Beta | B | |
| ۰/۰۰۰ | ۱۶/۵۵۵ | - | ۰/۱۲۵ | مقدار ثابت |
| ۰/۰۰۰ | ۱/۲۲۸ | -۰/۱۰۴ | ۰/۰۳۲ | میل به آغازگری رفتار |
| ۰/۰۰۰ | ۱/۱۱۲ | -۰/۱۰۱ | ۰/۰۶۹ | میل به ادامه تلاش |
| ۰/۰۰۰ | ۳/۷۶۸ | ۰/۳۱۹ | ۰/۰۲۸ | مقاومت در برابر موانع |

همان‌طور که در جدول ۴ مشاهده می‌شود، مقدار سطح معناداری تمامی مؤلفه‌های از مقدار ۰/۰۵ کم‌تر می‌باشد. لذا تمامی مؤلفه‌ها در مدل رگرسیون باقی می‌مانند؛ و با ۹۵٪ اطمینان فرضیه پژوهش تأیید می‌گردد و در واقع مؤلفه‌ها قادر می‌باشند تا سهمی از شادکامی دانشجویان را تبیین نمایند. در نتیجه سهم هر یک از مؤلفه‌های خودکارآمدی در پیش‌بینی شادکامی دانشجویان از بیش‌ترین تا کم‌ترین سهم به ترتیب عبارت است از: ۱- مقاومت در برابر موانع ۲- میل به آغازگری رفتار ۳- میل به ادامه تلاش.

فرضیه چهارم: میزان مطلوبیت اجتماعی در دانشجویان مرد و زن متفاوت است.

جدول (۵): نتایج آزمون فرضیه چهارم پژوهش

| آزمون لون F | سطح معناداری | T | درجه آزادی | Sig |
|-------------|--------------|--------|------------|-------|
| ۰/۱۹۰ | ۸۹۱/۰ | -۰/۲۷۰ | ۱۲۵ | ۹۷۸/۰ |

همان‌طور که در جدول ۵ مشاهده می‌شود، نتایج آزمون لون نشان می‌دهد که سطح معناداری این آزمون ($\text{sig}=0/891$) بیش‌تر از مقدار $0/05$ است؛ پس واریانس گروه‌های مستقل دانشجویان مرد و زن در مطلوبیت اجتماعی با هم برابر می‌باشد. همچنین مقدار سطح معناداری آزمون تی مستقل ($\text{sig}=0/978$) بیش‌تر از مقدار ($\alpha = 0/05$) است، لذا با ۹۵ درصد اطمینان فرضیه پژوهش رد و فرضیه صفر تأیید می‌گردد؛ بنابراین می‌توان بیان نمود که میزان مطلوبیت اجتماعی در دانشجویان مرد و زن متفاوت نیست.

فرضیه پنجم: میزان خودکارآمدی در دانشجویان مرد و زن متفاوت است.

جدول (۶): نتایج آزمون فرضیه پنجم پژوهش

| آزمون لون F | سطح معناداری | T | درجه آزادی | Sig |
|-------------|--------------|-------|------------|-------|
| ۷۶۱/۰ | ۳۸۵/۰ | ۵۴۹/۱ | ۱۲۵ | ۱۲۴/۰ |

همان‌طور که در جدول ۶ ملاحظه می‌گردد، نتایج آزمون لون نشان می‌دهد که سطح معناداری این آزمون ($\text{sig}=0/385$) بیش‌تر از مقدار $0/05$ است؛ پس واریانس گروه‌های مستقل دانشجویان مرد و زن در خودکارآمدی با هم برابر می‌باشد. همچنین مقدار سطح معناداری آزمون تی مستقل ($\text{sig}=0/124$) بیش‌تر از مقدار ($\alpha = 0/05$) است، لذا با ۹۵ درصد اطمینان فرضیه پژوهش رد و فرضیه صفر تأیید می‌گردد؛ بنابراین می‌توان بیان نمود که میزان خودکارآمدی در دانشجویان مرد و زن متفاوت نیست.

فرضیه ششم: میزان شادکامی در دانشجویان مرد و زن متفاوت است.

جدول (۷): نتایج آزمون فرضیه ششم پژوهش

| آزمون لون F | سطح معناداری | T | درجه آزادی | Sig |
|-------------|--------------|-------|------------|-------|
| ۵۲۵/۰ | ۴۷۰/۰ | ۲۵۸/۱ | ۱۲۵ | ۲۱۱/۰ |

همان‌طور که در جدول ۷ مشاهده می‌شود، نتایج آزمون لون نشان می‌دهد که سطح معناداری این آزمون ($\text{sig}=0/470$) بیش‌تر از مقدار $0/05$ است؛ پس واریانس گروه‌های مستقل دانشجویان مرد و زن در شادکامی با هم برابر می‌باشد. همچنین مقدار سطح معناداری آزمون تی مستقل ($\text{sig}=0/211$) بیش‌تر از مقدار ($\alpha = 0/05$) است، لذا با ۹۵ درصد اطمینان فرضیه پژوهش رد و فرضیه صفر تأیید می‌گردد؛ بنابراین می‌توان بیان نمود که میزان شادکامی در دانشجویان مرد و زن متفاوت نیست.

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج حاصل از یافته‌های این پژوهش نشان داد که بین مطلوبیت اجتماعی و شادکامی دانشجویان رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد؛ به عبارتی، هر چه میزان مطلوبیت اجتماعی دانشجویان در دانشگاه بیشتر باشد، شادکامی آنان بیشتر می‌شود. بین خودکارآمدی و شادکامی دانشجویان رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد؛ به عبارتی، هر چه خودکارآمدی دانشجویان در دانشگاه بیشتر باشد، شادکامی آنان بیشتر می‌شود؛ و سهم هر یک از مؤلفه‌های خودکارآمدی در پیش‌بینی شادکامی دانشجویان متفاوت است. همچنین میزان مطلوبیت اجتماعی، خودکارآمدی و شادکامی دانشجویان مرد و زن متفاوت نیست؛ بررسی پیشینه پژوهش حاکی از همسانی نتایج به‌دست آمده از پژوهش حاضر با یافته‌های پژوهش‌های دیگر محققان دارد. اناری و پاکدامن (۱۳۹۶) که بین خودکارآمدی و شادکامی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. اکبریان (۱۳۹۵) که بین شادکامی و خودکارآمدی دانش‌آموزان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. سمایی (۱۳۹۴) که بین مطلوبیت اجتماعی با خودکارآمدی همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد. مرکزی (۱۳۹۴) که بین مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی با شادکامی در دانشجویان رابطه وجود دارد. کجباف و همکاران (۱۳۹۴) که بین خودکارآمدی و شادکامی معلمان ارتباط معناداری دارند. حسن‌نیا و همکاران (۱۳۹۳) که خودکارآمدی به‌صورت مستقیم شادکامی را پیش‌بینی می‌کند. صفاری و همکاران (۱۳۹۳) که بین شادکامی و خودکارآمدی همبستگی مثبت و معنی‌داری وجود دارد. غلامعلی لواسانی و همکاران (۱۳۹۳) که آموزش برنامه شادکامی ضمن افزایش احساس شادکامی دانش‌آموزان باعث افزایش خودکارآمدی عمومی آنان نیز می‌شود. یولاند و مانیلال (۲۰۱۸) که خودکارآمدی شادکامی دانشجویان زن و مرد را پیش‌بینی می‌کند کاپوتو (۲۰۱۷) که بین مطلوبیت اجتماعی و شادکامی ذهنی همبستگی وجود دارد. دوران و بیلدیریم (۲۰۱۷) که بین میزان شادکامی و خودکارآمدی مدیران رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. موسوی‌نسب و مکوندی (۲۰۱۶) که بین مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی دانش‌آموزان رابطه مثبت وجود دارد. حجتی و همکاران (۲۰۱۳) که آموزش شادکامی باعث افزایش خودکارآمدی دانش‌آموزان می‌شود. کاپرارا و همکاران (۲۰۰۶) که بین باورهای خودکارآمدی و شادکامی نوجوانان رابطه وجود دارد.

ورود به دانشگاه مقطع بسیار حساسی در زندگی نیروهای کارآمد، فعال و جوان هر کشوری محسوب می‌شود و مستلزم تغییرات زیادی در انتظارات و نقش‌های جدیدی در روابط اجتماعی و انسانی آنان می‌باشد. قرار گرفتن در چنین شرایطی غالباً با فشار و نگرانی توأم بوده و توانایی مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی دانشجویان را برای به‌ظهور رساندن استعدادها و ظرفیت‌های بالقوه‌شان به چالش کشیده و از این طریق بر عملکرد تحصیلی و بازدهی آنان اثر می‌گذارد (زرگر شیرازی و سراج خرمی، ۱۳۹۰). از سویی دیگر دانشجویان شاد از نظر ساختار فکری، قضاوت و انگیزش با دانشجویان ناشاد تفاوت دارند و از بازدهی فردی، خانوادگی، شغلی، تحصیلی و اجتماعی بالاتری برخوردارند به‌طور کلی افراد با حالت

خوشی و ناخوشی، به زندگی خود رنگ می‌دهند. به همین دلیل، امروزه مطالعات مربوط به شادکامی و عوامل مرتبط با آن از مهم‌ترین اولویت‌های روانشناسی مثبت است (حسن‌نیا، صالح صدق‌پور و دماوندی، ۱۳۹۳). در همین راستا از جمله عواملی که می‌توانند شادکامی و سلامت روانی دانشجویان را تحت تأثیر قرار دهند، مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی می‌باشند. برای دانشجویان مطلوبیت اجتماعی احساس مهمی است و معمولاً دوست دارند همیشه مورد تأیید و پذیرش سایر هم‌کلاسی‌های خویش قرار گیرند؛ بنابراین همواره رفتارها و کردارهایی را از خود بروز می‌دهند که مورد انتظار سایر دوستان آنان باشد. دانشجویانی که از احساس مطلوبیت اجتماعی در بین هم‌کلاسی‌های خویش برخوردارند معمولاً از موقعیت‌های اجتماعی که در کلاس برای آنان فراهم می‌شود، هیچ‌گونه هراسی نداشته و با علاقه در بحث‌ها و فعالیت‌های کلاسی و تحصیلی شرکت نموده و در نتیجه احساس خرسندی، رضایت و شادی به آنان دست خواهد داد؛ و در نهایت شادی و شادکامی موجب افزایش سلامت روانی آنان شده و باعث افزایش باورهای مثبت و کاهش هیجانات منفی در ارتباط با تحصیل در دانشجویان می‌شود. از این‌رو از آرامش فکری، انگیزش، عزت‌نفس، رضایت از زندگی تحصیلی و شغلی بیش‌تری نسبت به سایر دانشجویان برخوردارند.

یکی دیگر از متغیرهای مهم که ارتباط آن با شادکامی دانشجویان در این پژوهش تأیید شده است. خودکارآمدی است. خودکارآمدی در واقع همان قضاوت، اعتقاد و باور دانشجو نسبت به توانمندی خویش جهت رسیدن به اهداف آموزشی و پژوهشی است. خودکارآمدی به‌عنوان تنظیم‌کننده رفتار دانشجو در محیط‌های آموزشی در ارتباط با فرآیند یاددهی - یادگیری است؛ که به‌عنوان یک راهنما و شکل‌دهنده رفتار دانشجو جهت مشارکت بیش‌تر و مطلوب‌تر در انجام فعالیت‌های آموزشی و تحصیلی عمل می‌کند. دانشجویانی که دارای خودکارآمدی قوی هستند نسبت به دانشجویانی که از خودکارآمدی ضعیف‌تری برخوردارند در انجام فعالیت‌های آموزشی و پژوهشی تلاش و کوشش بیش‌تری را از خود نشان می‌دهند و در نتیجه عملکرد تحصیلی آنان نیز بهتر خواهد بود. در نهایت دانشجویانی که خودکارآمدی هستند از موفقیت تحصیلی بیش‌تری بهره‌مند می‌شوند که این امر موجب احساس رضایت درونی آنان می‌گردد. به‌گونه‌ای که این رضایت تحصیلی را موفقیت تلقی نموده و احساس شادکامی می‌کنند. این شادی و رضایت زمانی مضاعف می‌گردد که مؤلفه‌های خودکارآمدی شامل میل به آغازگری رفتار، میل به ادامه تلاش و مقاومت در برابر موانع، پیش‌بینی‌کننده مناسبی برای شادکامی دانشجویان هستند. لذا دانشجویانی که خودکارآمدی بالایی دارند احساس رضایت و شادکامی بیش‌تری را نیز احساس می‌کنند؛ بنابراین توصیه می‌شود که مسئولان دانشگاه دانشجویانی را که از مطلوبیت اجتماعی، خودکارآمدی و شادکامی کمتری برخوردارند را به‌طور جدی مورد توجه قرار دهند و جهت افزایش این متغیرها در رفتار دانشجویان، برنامه‌ریزی‌های مناسبی را در قالب برگزاری کارگاه‌های منظم آموزشی تدارک ببینند. در مجموع از نتایج این پژوهش می‌توان استدلال کرد که مدیران دانشگاه آزاد اسلامی می‌توانند با ایجاد

رابطه بین مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی با شادکامی دانشجویان . . .

فضایی مناسب، زمینه را برای استقرار و گسترش مطلوبیت اجتماعی، خودکارآمدی و شادکامی در دانشجویان فراهم نموده و از طریق استراتژی‌ها، چشم‌انداز، تدوین و توسعه برنامه‌های درازمدت بتوانند این متغیرها را در دانشجویان بهبود بخشند؛ بنابراین می‌توان اظهار داشت که دانشگاه آزاد اسلامی به‌طور خاص و سایر مؤسسات آموزشی به‌طور عام بایستی تقویت و توسعه مطلوبیت اجتماعی، خودکارآمدی و شادکامی دانشجویان را به‌عنوان امری مهم در سرلوحه برنامه‌های خویش قرار داده تا بتوانند از این طریق عملکرد تحصیلی دانشجویان را بهبود بخشند. با عنایت به پژوهش‌های انجام گرفته در زمینه مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی و رابطه آن‌ها با شادکامی دانشجویان انتظار می‌رود متغیرهای مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی شرایط لازم را برای ارتقای شادکامی دانشجویان در محیط‌های آموزشی فراهم آورند.

منابع

- ابوالقاسمی، عباس و جوانمیری، لیلا. (۱۳۹۱). نقش مطلوبیت اجتماعی، سلامت روانی و خودکارآمدی در پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان دختر، روان‌شناسی مدرسه، دوره ۱، شماره ۲، صص ۲۰-۶.
- اکبریان، فرامرز. (۱۳۹۵). رابطه بین نگرش مذهبی با شادکامی و خودکارآمدی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه، روان‌شناسی مدرسه، دوره ۵، شماره ۲، صص ۱۹-۷.
- اناری، نسیم و پاکدامن، بهزاد. (۱۳۹۶). بررسی رابطه خودکارآمدی و کفایت اجتماعی با شادکامی در دانشجویان دانشگاه محقق اردبیلی، چهارمین کنفرانس بین‌المللی نوآوری‌های اخیر در روان‌شناسی، مشاوره و علوم رفتاری، تهران، دانشگاه نیکان، ۲۲ تیرماه ۹۶.
- حسن‌نیا، سمیه؛ صالح صدق‌پور، بهرام و ابراهیم دماوندی، مجید. (۱۳۹۳). مدل‌یابی رابطه ساختاری هوش هیجانی و شادکامی با واسطه‌گری خودکارآمدی و خودتنظیمی تحصیلی، مطالعات آموزش و یادگیری، دوره ششم، شماره ۲، صص ۶۰-۳۲.
- رنجبر، ندا؛ احمدی، عباداله و اوجی‌نژاد، احمدرضا. (۱۳۹۴). رابطه هوش سازمانی با شادکامی و رضایت شغلی کارکنان دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت، رهیافتی نو در مدیریت آموزشی، سال ششم، شماره ۳، صص ۸۴-۶۳.
- زرگر شیرازی، فریبا و سراج خرمی، ناصر. (۱۳۹۰). رابطه خوددائرخشی و مقبولیت اجتماعی با اضطراب اجتماعی در دانشجویان دختر. زن و فرهنگ، سال دوم، شماره هفتم، صص ۷۸-۶۳.
- سپهریان آذر، فیروزه؛ محمدی، نسیم؛ بدلیپور، زینب و نوروززاده، وحید. (۱۳۹۵). رابطه امیدواری و شادکامی با رضایت زناشویی، مجله سلامت و مراقبت، سال هجدهم، شماره اول، ۴۴-۳۸.

- سرمدی سلطان، وحید؛ زارعی میانکلی، فرشاد و سلیمی بجستانی، حسین. (۱۳۹۲). اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر بیان‌گری و مطلوبیت اجتماعی دانشجویان. روان‌شناسی تحولی: روان‌شناسان ایرانی، سال دهم، شماره ۳۷، صص ۸۱-۸۹.
- سمایی، مسعود. (۱۳۹۴). بررسی رابطه مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی با عزت‌نفس دانش‌آموزان پسر دوره اول متوسطه شهرستان اقلید، پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مرودشت.
- صالحی عمران، ابراهیم و عابدینی بلترک، میمنت. (۱۳۹۷). بررسی رابطه بین شادکامی با موفقیت تحصیلی دانش‌آموزان در فضاهای آموزشی استان مازندران با تأکید بر نقش برنامه‌ریزی آموزشی، مطالعات برنامه‌ریزی آموزشی، دوره ۷، شماره ۱۳، صص ۱۴۵-۱۲۱.
- صفاری، محسن؛ سنایی‌نسب، هرمز؛ رشیدی جهان، حجت؛ پورتنقی، غلامحسین و پاکپور حاجی‌آقا، امیر. (۱۳۹۳). شادکامی، خودکارآمدی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان، توسعه آموزش در علوم پزشکی، دوره ۷، شماره ۱۳، صص ۴۵-۵۷.
- عزیزی‌نژاد، بهاره؛ پورحیدر، رحیمه و سلطانی، پوران. (۱۳۹۳). بررسی رابطه بین سلامت روان و عوامل درون‌دانشگاهی در بین دانشجویان رشته بهداشت در دانشگاه علوم پزشکی ارومیه، دوره ۱۲، شماره ۱۲، صص ۱۱۴۶-۱۱۳۹.
- غلامعلی لوانسانی، مسعود؛ راستگو؛ لیلا؛ آذریناد، آرش و احمدی، طاهر. (۱۳۹۳). اثر آموزش شادکامی به شیوه شناختی رفتاری بر باورهای خودکارآمدی و استرس تحصیلی، دو فصلنامه راهبردهای شناختی در یادگیری سال دوم، شماره سوم، صص ۱۸-۱.
- فرشاد، محمدرضا؛ سلیمی بجستانی، حسین؛ فتحی، داوود و ریاحی، موسی. (۱۳۹۳). رابطه بین مطلوبیت اجتماعی و مباحثه طلبی با شادکامی دانشجویان ایرانی، کنفرانس بین‌المللی اقتصاد، حسابداری، مدیریت و علوم اجتماعی، ۲۰ و ۲۱ آذر، کشور لهستان.
- قنبریان، مینا؛ پرموز، مهناز و رجب‌زاده، زینب. (۱۳۹۵). رابطه بین شادکامی و امید به زندگی در دانشجویان دانشکده علوم پزشکی بهبهان، اصول بهداشت روانی، سال ۱۸ (ویژه‌نامه)، صص ۵۵۳-۵۵۶.
- کجباف، محمدباقر؛ نقوی، محمد و عرب بافرانی، حمیدرضا. (۱۳۹۴). تأثیر خودکارآمدی، توانمندسازی و شادکامی بر ابراز وجود معلمان، دانش و پژوهش در روان‌شناسی کاربردی، سال شانزدهم، شماره ۱، صص ۸۸-۹۶.
- مرادی، کبری و دهقانی، اکرم. (۱۳۹۷). اثربخشی درمان مبتنی بر پذیرش و تعهد (ACT) بر شادکامی و مطلوبیت اجتماعی زنان حوزوی، فصلنامه فرهنگی و تربیتی زنان و خانواده، سال دوازدهم، شماره ۴۲، صص ۱۲۶-۱۱۳.

رابطه بین مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی با شادکامی دانشجویان . . .

- مرکزی، فرانک. (۱۳۹۴). بررسی رابطه مطلوبیت اجتماعی و خودکارآمدی با میزان شادکامی دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه آزاد واحد کرمان، دومین همایش ملی پرستاری، روان‌شناسی، ارتقای سلامت و محیط‌زیست سالم، همدان، ۵ شهریور ۱۳۹۴.
- نعیمی، ابراهیم؛ آشفته، سید محمدحسین و طالبی، ریحانه. (۱۳۹۵). بررسی رابطه خودکارآمدی تحصیلی با همایندی ادراک از خود و تفکر انتقادی در دانش‌آموزان، فرهنگ مشاوره و روان‌درمانی، دوره ۷، شماره ۲۶، صص ۲۷-۴۴.
- هوشمندجا، منیجه؛ جوانمرد، علی و مرعشی، سید منصور. (۱۳۹۳). بررسی رابطه خودکارآمدی، راهبردهای شناختی - فراشناختی با پیشرفت تحصیلی در دانش‌آموزان پسر مقطع متوسطه عشایر، فناوری آموزشی، دوره ۸، شماره ۳، صص ۱۷۱-۱۸۱.
- Adam Karduz, F.F., & Saricam, H. (2018). The Relationships between Positivity, Forgiveness, Happiness, and Revenge, *Revista Românească pentru Educație Multidimensională*, 10(4), 1-22.
- Brajša-Žganec, A., Ivanović, D., & Kaliterna Lipovčan, L. (2011). Personality Traits and Social Desirability as Predictors of Subjective Well-Being, *Psihologijske teme*, 20 (2), 261-276.
- Caprara, G.V., Steca, P., Gerbino, M., Paciello, M., & Vecchio, G. Maria. (2006). looking for adolescents' well-being: self-efficacy beliefs as determinants of positive thinking and happiness, *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 15(1), 30-43.
- Caputo, A. (2017). Social desirability bias in self-reported well-being measures: evidence from an online survey, *Universities Psychological*, 16(2), 1-13.
- Domínguez-Espinosa, A. d. C., He, J., Rosabal-Coto, M., Harb, C., & Baena, I. B. (2018). An indigenous measure of Social Desirability across non-Western countries. In M. Karasawa, M. Yuki, K. Ishii, Y. Uchida, K. Sato, & W. Friedlmeier (Eds.), *Venture into cross-cultural psychology: Proceedings from the 23rd Congress of the International Association for Cross-Cultural Psychology*. https://scholarworks.gvsu.edu/iaccp_papers/154.
- Duran, A., & Yıldırım, N. (2017). The Relationship between School Administrators' Happiness Levels and Their Self-Efficacy Levels, *International Journal of Higher Education*, 6(4), 210-228.
- Hojati, M., Emadi Zyarati, N., Hadadian, F. and Rezaee, M. (2013). Effect of training Fordyce Happiness on Increase students' self-efficacy, *Elixir Psychology*, 57(2013), 14268-14270.
- Mousavi Nasab, S. M., & Makvandi, B. (2016). The Relationship between Social Desirability, Responsibility, Self-Efficacy and Communication Skills of Students, *Review of European Studies*, 8(4), 29- 36.
- Yolande, V., & Manilall, D. (2018). Self-efficacy and its relationship with satisfaction with life and happiness among university students, *Journal of Psychology in Africa*, 28(5), 389-393.