

**Identifying and Ranking the Antecedents of Military Students' Well-Being and Happiness: A Mixed Approach**

Naser Asgari <sup>1</sup> | Mostafa Lotfijalalabadi <sup>2</sup> | Darush Mehri <sup>3</sup> | Salman Javashi <sup>4</sup>

**Abstract**

The present research has been conducted to identify the effective factors on enhancing the well-being and happiness of military students in a defense organizational university. This applied research has been done with a qualitative-quantitative sequential mixed method. The qualitative stage is done with the aim of identifying the antecedents of well-being and happiness. The participants of this stage were selected students of the studied university. The information of this stage was collected by semi-structured interview and analyzed by thematic analysis method. In the quantitative stage, this model was validated and the identified antecedents were ranked. The statistical population of this stage was the students of the same university. The data of this stage were collected through a questionnaire and analyzed by factor analysis method through PLS software. Findings showed that the identified antecedents of well-being and happiness were categorized into three main categories: individual factors, group factors and organizational factors. Quantitative findings also showed that the classification done can be confirmed. The ranking of the influence of these factors is also organizational, individual and group antecedents respectively. Accordingly, improving the current situation of these factors among military students can help enhance their level of well-being and happiness. Furthermore, paying attention to this issue in these universities will improve the mental health of students, promote dynamism and vitality in these environments and reduce the harms caused by the conditions of living in such day and night environments.

**Keywords:** well-being happiness military students universities of defense organizations

55

Vol. 14  
Autumn 2023



Research Paper

**Received:**  
18 January 2023  
**Revised:**  
5 July 2023  
**Accepted:**  
30 July 2023  
**Published:**  
7 November 2023

P.P: 107-134

ISSN: 2588-5162  
E-ISSN: 2645-517x



DOR: 20.1001.1.25885162.1402.14.3.6.5

1. Associate Professor, Shahid Sattari Aeronautical University of Science and Technology, Faculty of Management, Tehran, Iran.
2. Assistant Professor, Shahid Sattari Aeronautical University of Science and Technology, Faculty of Management, Tehran, Iran.
3. Corresponding author: Assistant Professor of Higher Education, Shahid Sattari Aeronautical University of Science and Technology, Faculty of Management, Tehran, Iran. [dr.mehri.sh@ssau.ac.ir](mailto:dr.mehri.sh@ssau.ac.ir)
4. Phd in Business Administration, Shahid Sattari Aeronautical University of Science and Technology, Faculty of Management, Tehran, Iran.



## شناسایی و رتبه‌بندی پیشایندهای بهزیستی و شادکامی دانشجویان نظامی: رویکرد آمیخته

ناصر عسگری<sup>۱</sup> | مصطفی لطفی جلال‌آبادی<sup>۲</sup> | داریوش مهري<sup>۳</sup> | سلمان جواشی<sup>۴</sup>



۵۵



دانشگاه جامع امام حسین (ع)  
۱۳۶۵

سال چهاردهم

پاییز ۱۴۰۲

### مقاله پژوهشی

تاریخ دریافت:

۱۴۰۱/۱۰/۲۸

تاریخ بازنگری:

۱۴۰۲/۰۴/۱۴

تاریخ پذیرش:

۱۴۰۲/۰۵/۰۸

تاریخ انتشار:

۱۴۰۲/۰۸/۱۶

صص: ۱۷۰-۱۴۳

شاپا چاپی: ۵۱۶۲-۲۵۸۸  
الکترونیکی: x: ۵۱۷-۲۶۴۵



DOR: 20.1001.1.25885162.1402.14.3.6.5

### چکیده

بهزیستی و شادکامی نوعی سرمایه روان‌شناختی مثبت و ارزشمند به شمار می‌رود و تقویت آن در دانشجویان نظامی موجب ارتقای سلامت روانی آن‌ها و پویایی و نشاط محیط دانشگاهی شود. در این راستا پژوهش حاضر به شناسایی عوامل مؤثر بر تقویت بهزیستی و شادکامی دانشجویان نظامی در یک دانشگاه‌های سازمانی دفاعی انجام شده است. این پژوهش کاربردی با روش آمیخته متوالی کیفی-کمی انجام شده است. مرحله کیفی با هدف شناسایی پیشایندهای بهزیستی و شادکامی انجام شده است. مشارکت‌کنندگان این مرحله شماری از دانشجویان منتخب دانشگاه مورد نظر بوده است. اطلاعات این مرحله با مصاحبه نیمه ساختاریافته گردآوری و با روش تحلیل مضمون تجزیه و تحلیل شدند. این الگو در بخش کمی اعتبارسنجی شد و پیشایندهای شناسایی شده رتبه‌بندی شدند. جامعه آماری این مرحله را دانشجویان همان دانشگاه تشکیل داده‌اند. نمونه‌گیری با روش تصادفی انجام شد. داده‌های این مرحله با کمک پرسشنامه گردآوری و با روش تحلیل عاملی در نرم‌افزار پی‌آل. اس تجزیه و تحلیل شد. پیشایندهای شناسایی شده برای تقویت شادکامی در سه طبقه اصلی دسته‌بندی شدند: عوامل فردی (عوامل شخصیتی، عاطفی، نگرشی و رفتاری)، عوامل گروهی (روابط دانشجویان با هم و با فرماندهان) و عوامل سازمانی (برنامه‌های مذهبی، فرهنگی، آموزشی، ورزشی و نظامی و امکانات رفاهی). یافته‌های کمی نیز نشان داد دسته‌بندی انجام شده قابل تأیید است رتبه‌بندی میزان تأثیرگذاری این عوامل نیز به ترتیب عبارت‌اند از پیشایندهای سازمانی، فردی و گروهی. بهسازی وضعیت موجود این پیشایندها در میان دانشجویان نظامی می‌تواند به ارتقای سطح بهزیستی و شادکامی آن‌ها مساعدت کند. توجه به این موضوع در این دانشگاه‌ها موجب بهبود سلامت روانی دانشجویان، ارتقای پویایی و نشاط در این محیط‌ها و کاهش آسیب‌های ناشی از شرایط تحصیل در محیط‌های شبانه‌روزی خواهد شد.

**کلیدواژه‌ها:** بهزیستی، شادکامی، دانشجویان نظامی، دانشگاه‌های سازمان‌های دفاعی.

dr.mehri.sh@ssau.ac.ir

۱. دانشیار گروه مدیریت دولتی، دانشکده مدیریت، دانشگاه علوم و فنون هوایی شهید ستاری.

۲. استادیار گروه مدیریت دولتی، دانشکده مدیریت، دانشگاه علوم و فنون هوایی شهید ستاری.

۳. نویسنده مسئول: استادیار گروه مدیریت دولتی، دانشکده مدیریت، دانشگاه علوم و فنون هوایی شهید ستاری.

۴. دکتری مدیریت بازرگانی، دانشکده مدیریت دانشگاه علوم و فنون هوایی شهید ستاری.



ناشر: دانشگاه جامع امام حسین (ع)  
این مقاله تحت لیسانس آفرینندگی مردمی (Creative Commons Licence- CC BY) در دسترس شما قرار گرفته است.

## مقدمه

در دو دهه اخیر با پیدایش و ترویج روان‌شناسی مثبت‌گرا رشد و بالندگی و پیشرفت انسان در جوامع بیش از پیش گسترش یافته است (سلیگمن و چیکسنت‌میهایلی<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰ به نقل از ایوتزان و همکاران<sup>۲</sup>، ۱۴۰۰). روان‌شناسان مثبت‌گرا بر این باورند که بررسی آسیب‌شناسانه، اطلاعاتی کافی در ارتباط با زندگی رضایت‌بخش، موفقیت‌آمیز و هدفمند در اختیار دانشمندان قرار نمی‌دهد. این شاخه از علم روان‌شناسی به شکوفاتر کردن زندگی افراد و مطالعه علمی کارکردهای بهینه و مطلوب انسانی مانند بهزیستی<sup>۳</sup> و شادی<sup>۴</sup> می‌پردازد (مگیار - موئی<sup>۵</sup>، ۱۳۹۹).

بهزیستی موضوعی است که در طول تاریخ بشر مورد تأکید قرار گرفته‌است و با عباراتی چون زندگی خوب<sup>۶</sup>، کیفیت زندگی<sup>۷</sup> و شادی شناسایی شده‌است (دوی و ییلدیز<sup>۸</sup>، ۲۰۱۹). اگرچه ادبیات در حال رشدی در زمینه بهزیستی وجود دارد، تعاریف آن گسترده و تا حد زیادی مبهم است. این موضوع تا حدودی به این واقعیت مربوط می‌شود که بهزیستی یک مفهوم چند بعدی است. (فورگرد و همکاران<sup>۹</sup>، ۲۰۱۱ و داج و همکاران<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۲ به نقل از کایا و اردم<sup>۱۱</sup>، ۲۰۲۱). بهزیستی تجربه سلامتی، شادی و سعادت است و شامل داشتن سلامت روان خوب، رضایت از زندگی، احساس معناداری (هدفمندی) و توانایی مدیریت استرس است (لائوس و لیوبومیرسکی<sup>۱۲</sup>، ۲۰۱۲). بهزیستی به‌عنوان ترکیبی از احساس و عملکرد خوب، تجربه احساسات مثبت مانند شادی و رضایت و همچنین پرورش پتانسیل‌های بالقوه، داشتن کنترل بر زندگی، داشتن احساس هدف و تجربه روابط سازنده تعریف شده و نوعی شرایط پایدار به شمار می‌رود که به فرد یا جوامع اجازه می‌دهد تا رشد و توسعه یابند (روگری و همکاران<sup>۱۳</sup>، ۲۰۲۰). به عبارت دیگر، بهزیستی به

1. Seligman & Csikszentmihalyi
2. Ivztan et al
3. Well-being
4. happiness
5. Magyar - Moe
6. good life
7. quality of life
8. Duy & Yildiz
9. Forgeard et al
10. Dodge et al
11. Kaya & Erdem
12. Layous & Lyubomirsky
13. Ruggeri et al

چگونگی درک فرد از موقعیت خود در زندگی مربوط می‌شود و شامل سلامت جسمی، ذهنی، عاطفی و معنوی است و ارتباطات اجتماعی، وضعیت مالی و چشم‌انداز مثبت فرد را نیز در بر می‌گیرد (آنگورسکی<sup>۱</sup>، ۲۰۱۹). از دیدگاه سلیگمن (۲۰۱۱)، بهزیستی از پنج مؤلفه تشکیل شده است: روابط، مجدوبیت/ غرقگی، معنا، دستاورد و هیجانات مثبت.

بهزیستی برای سلامتی کلی انسان‌ها ضروری است. برخورداری از بهزیستی می‌تواند به غلبه بر مشکلات و در رسیدن به اهداف زندگی به افراد کمک کند. احساس بهزیستی می‌تواند نتایج فراوانی مانند کاهش بروز بیماری‌های قلبی عروقی، سکنه مغزی و مشکلات خواب و افزایش بهره‌وری و خلاقیت در شغل و زندگی فرد به همراه داشته باشد (کرامتی، ۱۳۹۸).

شادی به عنوان یکی از متغیرهای بهزیستی یکی از مهم‌ترین هیجانات انسانی است که افراد در پی دستیابی به آن هستند (قلی پور و همکاران، ۱۳۹۵). شادی یک شاخص ذهنی است که اغلب برای سنجش کیفیت زندگی استفاده می‌شود و به رفاه فردی و اجتماعی اشاره دارد (لوزانو و آیور<sup>۲</sup>، ۲۰۲۱). برای شادی سه مؤلفه معرفی شده است: برخورداری از احساسات مثبت فراوان، احساسات منفی کم و رضایت زیاد از زندگی (میلر و دانکن<sup>۳</sup>، ۲۰۱۵). این حالت روان‌شناختی مثبت فواید و نتایج سازنده گوناگونی به همراه دارد.

به عقیده فردریکسون<sup>۴</sup> فواید شادی عبارت‌اند از: افزایش تمرکز و توسعه قدرت تفکر، بهبود توانایی برای حل مسئله و ایجاد منابع جسمی، فکری و اجتماعی (کرامتی، ۱۳۹۸). به طور کلی افراد شاد نسبت به افرادی که از شادکامی مناسبی برخوردار نیستند، سبک زندگی سالم‌تری دارند و حمایت بیشتری از طرف همکاران و دوستان خود، دریافت می‌کنند و معتقدند اعمال و کنش‌های آن‌ها مهم هستند (سلیگمن، ۱۳۹۷). کمبود شادی بیماری‌های روانی و هیجان‌های منفی را به شدت در جامعه افزایش می‌دهد. این موضوع هم در سطح اجتماعی و هم در سطح سازمانی در انواع سازمان‌ها از جمله محیط‌های دانشگاهی نقشی کلیدی دارد.

بسیاری از دانشجویان به دلیل چالش‌هایی که در زندگی خود با آن‌ها مواجه هستند، احساس ضعف و عدم انگیزه در زندگی دانشگاهی خود را تجربه می‌کنند. مشکلات روان‌شناختی مانند

1. Ungvarsky
2. Lozano & Solé-Auró
3. Miller & Duncan
4. Frederickson

اضطراب، افسردگی و استرس از شایع‌ترین مشکلات سلامت روان در دانشجویان است. سطح پایین شادی در بین دانشجویان می‌تواند پیامدهای منفی داشته باشد: اختلال در سلامت جسمی و روانی، حتی بیماری شدید روانی یا خودکشی، روابط بین فردی و عملکرد ضعیف تحصیلی که همه آن‌ها به طور جدی بر پیشرفت و حرفه آینده دانشجو تاثیر می‌گذارند (دیویس، دوپله و ناهر، ۲۰۲۰). دانشجویان در صورت برخورداری از شادی حقیقی در ذات و شخصیت خود، احتمال موفقیت خود را در همه جنبه‌های تحصیلی و معنوی در زمان دانشجویی و حتی پس از طی دوران تحصیلی دانشگاهی و در زمان اشتغال به کار افزایش خواهند داد. دانشجویان شاد عملکرد تحصیلی بهتری دارند و ضمن حمایت از هم‌کلاسان خود لذت بیشتری از تحصیل می‌برند. شادی نیروی شفافبخش برای پیشگیری و درمان آسیب‌های اجتماعی در دوران زندگی دانشجویی است (کرامتی، ۱۳۹۸). بنابراین بهزیستی و شادکامی در محیط‌های علمی بر تمامی کارکردهای آموزشی، پژوهشی و فناورانه دانشگاه‌ها موثر بوده و در نتیجه بر رشد و شکوفایی همه ابعاد وجودی دانشجو اثرگذار است.

در این بین دانشگاه‌های سازمانی دفاعی، به عنوان یکی از ارکان آموزش عالی کشور و به سبب تربیت سرمایه‌های انسانی مورد نیاز حوزه دفاعی در تأمین الزامات پیشرفت و توسعه پایدار نقش اساسی دارند. زندگی دانشجویان این دانشگاه‌ها که به صورت شبانه‌روزی به تحصیل می‌پردازند و تحت آموزش برنامه‌های درسی متنوع مانند آموزش‌های نظامی، علمی و فرهنگی قرار می‌گیرند، استرس‌زاست و حتی با تهدیدهای منحصر به فرد برای بهزیستی مواجه هستند. برخی از مهم‌ترین تمایزات بین دانشجویان نظامی و هم‌تایان غیر نظامی آن‌ها شامل تنش مرتبط با استقرار، دوره‌های طولانی دور از خانه، سازگاری با محیط جدید، موازنه حجم کاری، استقلال بیشتر، دوستان جدید و ماموریت‌های متنوع مانند اردوگاه‌های جنگل و کویر است که مستلزم یک توانمندی فیزیکی و ظرفیت احساسی قوی در دانشجویان می‌باشد. بدین جهت بهزیستی و شادی در دانشجویان مراکز آموزش عالی نیروهای مسلح در تاب‌آوری و سازگاری آن‌ها در محیط‌های نظامی نقش مهمی را ایفا می‌کند و آمادگی نظامی آن‌ها را برای انجام انواع مأموریت‌ها و مقابله با فشارهای روانی،

ارتقاء می‌دهد و ایجاد فضاهای شاد و زنده، یکی از مهم‌ترین عوامل پیش برنده در فرآیند تولید علم و فناوری دفاعی است (وحدت و اجیر، ۲۰۱۰).

این نقش و اهمیت بهزیستی و شادی در حفظ و ارتقای بهداشت جسمانی و روانی فرد و دیگر نتایج حاصل از آن موجب شده در پژوهش‌های متعددی از زوایای گوناگون به این موضوع پرداخته شود. در این میان شناسایی عواملی که می‌توانند به ارتقا و ترویج بهزیستی و شادی مساعدت کنند جایگاه ویژه‌ای داشته‌اند. البته بیشتر این مطالعات در محیط‌های کاری و صنعتی انجام شده است. مانند: شجاعی و همکاران (۱۳۹۸)؛ شریف‌زاده، محمدتبار و عدلی پور (۱۳۹۶)؛ محمودی و نادریان (۲۰۱۹)؛ جود و همکاران<sup>۱</sup> (۲۰۱۹)). با وجود چنین پژوهش‌هایی باز هم در خصوص چگونگی ارتقای بهزیستی و شادی و عوامل مؤثر بر آن به کاوش و مطالعات بیشتری نیاز است. این شکاف در بافت و زمینه محیط‌های دانشگاهی به ویژه در دانشگاه‌های سازمانی دفاعی به دلیل شرایط ویژه زیستی و مأموریتی آن‌ها حیاتی‌تر و بیشتر است.

با توجه به نبود دانش و بینش کافی از عوامل مؤثر و چگونگی ارتقای سطح بهزیستی و شادی در دانشگاه‌های نظامی کشور، این تحقیق با هدف شناسایی عوامل مؤثر بر بهزیستی و شادی دانشجویان این گونه دانشگاه‌ها انجام شده است. یافته‌های این مطالعه می‌تواند در سیاست‌گذاری، برنامه‌ریزی و تصمیم‌گیری‌های مربوط به بهسازی شرایط زیستی و روان‌شناختی در این دانشگاه‌ها به منظور ارتقای بهداشت روانی دانشجویان کمک کند.

## پیشینه پژوهش

بررسی پیشینه تحقیق حاکی از آن است که بهزیستی و شادکامی می‌تواند نتیجه عوامل متعددی از جمله ارزش‌های فرهنگی و ویژگی‌های شخصیتی باشد. با وجود این نتایج برخی از مهم‌ترین عوامل مؤثر بر بهزیستی و شادی در جدول شماره یک ارائه شده است.

1. Gaed et al

جدول ۱. خلاصه پیشینه تجربی تحقیق

ردیف	پژوهش	عوامل مؤثر بر بهزیستی و شادی
۱	شجاعی و همکاران (۱۳۹۸)	اعتماد، خوش‌بینی، رضایت شغلی، امنیت شغلی و اقتصادی، اهداف کاری مشخص و مشترک، تعهد سازمانی، یادگیری سازمانی، احساس عدالت، صداقت، علاقه به کار
۲	شریف‌زاده و همکاران (۱۳۹۶)	متغیرهای رضایت از زندگی، عزت‌نفس، دین‌داری، ارتباط اجتماعی
۳	زرنانی (۱۳۹۵)	رضایت شغلی، میزان دستمزد، محکم و استوار بودن پایه‌های نظام خانواده
۴	حق‌گویان و همکاران (۱۳۹۴)	شرایط اقتصادی و شرایط فرهنگی و اجتماعی، سیاست‌های سازمانی، ساختار سازمانی و ادراک عدالت، محیط خانوادگی، عوامل مدیریتی، ویژگی همکاران، ارگونومی وقایع عاطفی
۵	طاهریان، فیض و حیدر خانی (۱۳۹۳)	عوامل مدیریتی و سازمانی و فردی؛ اعتماد، تعامل با همکاران، مثبت‌اندیشی، امنیت شغلی، فعالیت‌های فوق برنامه، شرایط محیط کاری.
۶	سموعی و همکاران (۱۳۸۸)	ورزش، اتاق تلویزیون و فیلم، کامپیوتر و اینترنت و برنامه‌های پیشنهادی دانشجویان به ترتیب اولویت شامل: اردوگاه‌های داخل و خارج استان، بهبود و زیباسازی فضای خوابگاه، مسابقات ورزشی و تفریحی
۷	مهستی جویباری و همکاران (۱۳۹۰)	هدفمند بودن و احساس موفقیت، دو عاملی بودند که باعث نشاط در دانشجویان می‌شود.
۸	فضل‌الهی، اصفهانی و حق‌گویان (۱۳۸۹)	تعامل بین دانشجو استاد، امکانات رفاهی، جوسازمانی حاکم بر دانشگاه، مشارکت دانشجو در فعالیت‌های کلاسی، شیوه‌های تدریس و ارزیابی استادان، عضویت در گروه‌های خاص (ورزشی، فرهنگی، مذهبی و ...)
۹	کیورو و همکاران (۲۰۲۰)	در یک مطالعه طولی، دریافتند که بهزیستی بیشتر پیشرفت تحصیلی دانشجویان را افزایش می‌دهد.
۱۰	محمودی و نادریان (۲۰۱۹)	خودکارآمدی تحصیلی، استرس تحصیلی و علاقه. علاوه بر این یافته‌ها نشان داد که سطح شادکامی در بین دانشجویان پسر بیشتر بود.

1. Kiuru et al

جدول ۱. خلاصه پیشینه تجربی تحقیق

ردیف	پژوهش	عوامل مؤثر بر بهزیستی و شادی
۱۱	جود و همکاران <sup>۱</sup> (۲۰۱۹)	بین فعالیت‌های ورزشی، انجام واجبات دینی، مشارکت در امور اجتماعی و نمره شادی دانشجویان رابطه مثبت و معناداری وجود دارد، در حالی که رابطه معنی‌داری بین شادی و جنسیت، فراوانی انجام بازی‌های ویدیویی، گوش دادن به موسیقی و استفاده از فیس‌بوک، وجود نداشت.
۱۲	مک‌گوناگل <sup>۲</sup> (۲۰۱۵)	نظریه خود تعیین‌کنندگی (نیاز به شایستگی، نیاز به ارتباط، نیاز به خودمختاری) مهم‌ترین عامل تسهیلگر در ایجاد شادی در محیط کار است.
۱۳	دی‌راون و زیدی <sup>۳</sup> (۲۰۱۴)	درگیر شدن در کارهای نیک، خدمت به دیگران، دست آوردن مقبولیت اجتماعی را به عنوان فعالیت‌های جمعی معطوف به شادی گزارش دادند. همچنین اعتقادات دینی و مذهبی و شرایط سیاسی پایدار نیز به عنوان عوامل مؤثر در شادی ذکر شده است. علاوه بر این با تعیین هدف و رسیدن به موفقیت‌ها، لذت بردن از لذت‌ها و کنترل بیشتر بر امور شخصی خود، به عنوان یک رویکرد فردگرایانه، شادی را دنبال کردند.
۱۴	پلچانو همکاران <sup>۴</sup> (۲۰۱۳)	احساسات منفی (منفی‌گرایی) و بی‌ثباتی عاطفی با نشاط رابطه منفی دارد؛ برون‌گرایی و گشودگی در مقابل تجربه اندوژی با نشاط رابطه مثبت دارد؛ ارتباط سایر ویژگی‌های شخصیتی پنج‌گانه (وظیفه‌شناسی، سازگاری، روان رنجوری) با نشاط رابطه خطی ندارد.
۱۵	چیپ‌رسیت و سنتید هیوکول <sup>۵</sup> (۲۰۱۱)	ارتباطات خوب شامل (روابط مثبتی بر اعتماد، صداقت، نوع‌دوستی و انصاف)، کیفیت زندگی کاری (محیط کاری مناسب) و رهبری شامل (توجه به کارکنان، بازخورد دادن به کارکنان، گوش دادن به نظرات کارکنان و راهنمایی کردن آن‌ها) سه عاملی بودند که منجر به نشاط در محیط کار می‌شود.

مرور مطالعات پیشین انجام شده در ارتباط با عوامل مؤثر بر تقویت شادی و نشاط نشان می‌دهد عوامل مختلف فردی، میان فردی، سازمانی، مدیریتی، اجتماعی و فرهنگی در این زمینه تأثیرگذار هستند. همچنین ماهیت و تأثیرگذاری این عوامل بسته به شرایط زمینه‌ای و جامعه هدف متفاوت بوده است. با وجود این ماهیت خاص شرایط زندگی دانشجویی در دانشگاه‌های نظامی از جمله

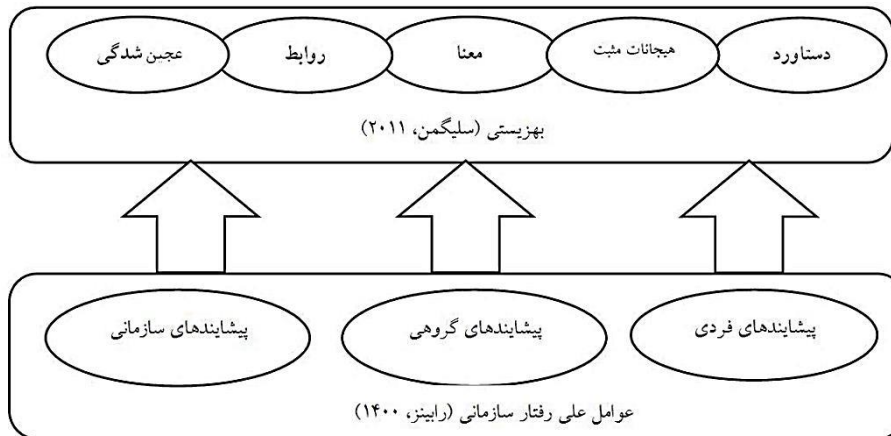
1. Gaed et al
2. Mcgonagle
3. D, raven & Zaidi
4. pelechano et al
5. Chaiprasit & Sentidhirakul



شبه‌نروزی بودن این محیط‌ها موجب می‌شود هم اهمیت شادی و هم عوامل مؤثر بر ارتقای آن متفاوت باشند. با وجود این در جستجوی انجام شده مطالعه‌ای که در این بستر و در خصوص این دانشجویان انجام شده باشد یافت نشد. از این رو این پژوهش بر آن است تا برای کسب شناخت و دانش کاربردی در این زمینه به شناسایی عوامل مؤثر در ارتقای بهزیستی و شادی دانشجویان نظامی بپردازد. همچنین تلاش برای شناسایی این عوامل در هر سه زمینه فردی، گروهی و سازمانی می‌تواند شناخت جامع‌تری در این زمینه حاصل کند.

## چارچوب نظری پژوهش

در راستای هدف اصلی پژوهش که شناسایی عوامل مؤثر بر ارتقای بهزیستی و شادکامی دانشجویان نظامی جامعه پژوهش است، مدل بهزیستی سلیگمن (۲۰۱۱) که دارای پنج مؤلفه اصلی (روابط، عجزین‌شدگی، معنا، دستاورد و هیجانان مثبت) است در نظر گرفته شده است. از میان این مؤلفه‌ها نیز به طور خاص بر هیجانان مثبت تمرکز شده است که گویای مفهوم شادکامی است (میلر و دانکن، ۲۰۱۵). در تلاش برای کسب شناخت به نسبت جامعی از عوامل مؤثر بر بهزیستی و شادکامی دانشجویان نظامی نیز مدل ابعاد سه سطحی رفتار سازمانی (عوامل فردی، گروهی و سازمانی) رایبیز (۱۴۰۰) به عنوان چارچوب مبنایی شناسایی و طبقه‌بندی عوامل مؤثر در نظر گرفته شده است. بر اساس این مدل عوامل مؤثر بر رفتار و نگرش‌های مرتبط با عملکرد افراد در سازمان را می‌توان به عوامل مرتبط با خود فرد (مانند شخصیت، انگیزش، یادگیری، هوش و ...)، عوامل مربوط به گروه و جمعی که فرد در آن فعالیت می‌کند (مانند تیم و گروه، ارتباطات، تعارض، رهبری و ...) و عوامل مرتبط با ماهیت و محتوای سازمان (مانند فرهنگ سازمانی، تحول سازمانی، ساختار سازمانی و ...) دسته‌بندی کرد (رایبیز، ۱۴۰۰). بر این اساس، پژوهش حاضر نیز به دنبال شناسایی و رتبه‌بندی عوامل فردی، میان‌فردی (گروهی) و سازمانی است که بر بهزیستی (شادکامی) دانشجویان نظامی اثرگذارند. چنین چارچوبی می‌تواند به عنوان مبنایی برای کسب شناختی جامع از این عوامل مورد استفاده قرار گیرد. شکل ۱ شمای ترسیمی چارچوب نظری منتخب پژوهش را نشان می‌دهد.



شکل ۱. چارچوب نظری پژوهش

## روش

پژوهش حاضر از نگاه هدف، کاربردی است؛ زیرا می‌توان از نتایج یافته‌های آن برای ارتقای سلامت روان دانشجویان نظامی و مساعدت به بهسازی شرایط زیستی دانشجویان در این دانشگاه‌ها استفاده کرد. همچنین پژوهش حاضر از روش آمیخته متوالی (کیفی - کمی) است. شناسایی پیشایندهای بهزیستی و شادکامی دانشجویان به صورت کیفی، با رویکرد اکتشافی-استقرایی و با روش تحلیل مضمون انجام شده است. به منظور اعتبارسنجی الگوی ارائه شده در بخش کیفی و رتبه‌بندی عوامل شناسایی شده از روش کمی استفاده شده است.

مشارکت‌کنندگان بخش کیفی پژوهش شامل دانشجویان منتخب یک دانشگاه سازمانی دفاعی بوده است که با روش هدفمند قضاوتی (بر اساس شهرت به شادکامی در میان هم‌ردیفان) انتخاب شده است. ابزار گردآوری داده‌ها مصاحبه نیمه ساختاریافته بوده است. پروتکل مصاحبه مورد استفاده شامل سئوالاتی مربوط به مسئله بوده است که چه عوامل فردی، گروهی و سازمانی می‌توانند موجب ایجاد و ارتقای بهزیستی و شادکامی دانشجویان در این دانشگاه شوند. بدین ترتیب با ۱۵ نفر از این دانشجویان که تجربه مستقیم در این زمینه داشته‌اند، در راستای پاسخ به پرسش اصلی پژوهش مصاحبه انجام شده است. اطلاعات کسب شده به این روش طی سه مرحله تلفیق و در قالب مضامین پایه، سازمان دهنده و فراگیر استخراج شد.

بخشی کمی پژوهش ماهیتی توصیفی - پیمایشی دارد و به منظور آزمون و اعتبارسنجی الگوی استخراج شده در مرحله کیفی در جامعه هدف پژوهش انجام شده است. جامعه آماری مرحله کمی پژوهش شامل دانشجویان دانشگاه مورد مطالعه بوده است که بر اساس فرمول نمونه‌گیری از جامعه محدود ۳۵۰ نفر از آن‌ها به صورت تصادفی به عنوان نمونه آماری انتخاب شده‌اند. ابزار گردآوری داده‌ها در این مرحله پرسشنامه‌ای محقق ساخته است که حاصل عملیاتی سازی مفاهیم موجود در الگو بوده است. در این پرسشنامه عوامل فردی، گروهی و سازمانی به ترتیب با ۲۶، ۱۲ و ۴۳ گویه سنجیده شده‌اند. تحلیل داده‌های این مرحله با روش تحلیل عاملی تأییدی و با استفاده از نرم‌افزار پی.آل.اس انجام شده است. برای ارزیابی روایی ابزار از تحلیل عاملی تأییدی و برای ارزیابی پایایی آن از روش پیش‌آزمون استفاده شده است. نتایج حاصل از ارزیابی پایایی پرسشنامه در جدول شماره ۲ ارائه شده است. ضریب آلفای کرونباخ محاسبه شده برای همه متغیرها بالای ۰٫۷ به دست آمد که بیانگر پایایی پرسشنامه است.

جدول ۲. مقادیر ضریب کرونباخ در مورد پایایی ابزار پژوهش

شرح عامل	تعداد گویه‌ها	میزان ضریب آلفای کرونباخ
عوامل فردی	۴۱	۰/۸۸۸
عوامل گروهی (میان فردی)	۲۵	۰/۸۶۱
عوامل سازمانی	۹	۰/۹۴۲
کل پرسشنامه	۷۵	۰/۹۵۲

## یافته‌ها

با توجه به این که در این پژوهش از روش تحقیق آمیخته متوالی (کیفی-کمی) استفاده شده است، تحلیل‌های انجام شده در دو بخش ارائه می‌شود: نخست فرایند استخراج الگوی پیشایندهای بهزیستی و شادکامی دانشجویان نظامی با روش تحلیل مضمون ارائه می‌شود و سپس تأیید این الگو به صورت کمی با روش تحلیل عاملی تأییدی بیان می‌شود.

**الف) ساخت الگو:** برای ارائه شناسایی پیشایندهای شادکامی از رویکرد پژوهش کیفی استفاده شده است. روش تحلیل منابع اطلاعاتی در این مرحله از تحقیق تحلیل تم بوده است. تحلیل تم روشی است که به شناسایی، تحلیل و گزارش الگوها و تم‌های مستتر در اطلاعات که

مرتبط با سؤال تحقیق هستند می‌پردازد و در چند سطح قابل اعمال است. الگوهای مختلفی برای تحلیلتم وجود دارد؛ با وجود تفاوت‌های ظاهری که در سه مرحله جمع‌آوری و توصیف، سازمان‌دهی و تنظیم و در آخر تفسیر و بازنمایی الگوهای گوناگون وجود دارد، مراحل توصیف، تحلیل و تفسیر داده‌ها اساس این روش را تشکیل می‌دهد (اندرسون، ۲۰۰۷). بر این مبنا فرایند تحقیق در ادامه تشریح شده است:

۱. توصیف داده‌ها: داده‌های گردآوری شده در این تحقیق شامل دیدگاه دانشجویان منتخب در خصوص عوامل مؤثر بر ارتقای بهزیستی و شادکامی در دانشگاه‌های نظامی است. نتیجه انجام این گام دستیابی به ۸۱ مضمون پایه بوده است که پایه الگوی نهایی مورد نظر را تشکیل می‌دهند. نتایج حاصل از این تحلیل در جدول شماره ۲ ارائه شده است.

جدول ۳. نمونه مضامین پایه استخراج شده از متن مصاحبه‌ها

مشارکت‌کننده	عبارت کلیدی متن مصاحبه	مضامین پایه
P1	به نظرم شاد بودن یک نوع ویژگی ذاتی است. بعضی‌ها آن‌قدر شوخ‌طبع و خوش‌اخلاق‌اند که حتی در سخت‌ترین شرایط هم با بذله‌گویی دیگران را هم می‌خندانند.	شوخ‌طبعی حسن خلق
P3	محیط خوابگاهی و شبانه‌روزی باعث می‌شود خیلی از خوشی‌ها و سرگرمی‌های ما در همین جمع‌های دوستانه خودمان باشد.	جمع‌های دوستانه
P7	اینکه خیلی از آموزش‌ها، تمرین‌ها و حتی تنبیهات ما به صورت گروهی انجام می‌شود خود به خود روابط ما را دوستانه و صمیمانه کرده است.	روابط دوستانه و صمیمانه
P4	رابطه بعضی فرماندهان با دانشجویان خودشان خیلی خوب است هم هوای آن‌ها را دارند و هم مثل یک برادر بزرگ‌تر کمکشان می‌کنند.	روابط مثبت حمایتگری
P11	مراسم‌ها و جشن‌های مختلفی که برگزار می‌شود خیلی روحیه‌بخش هستند مثل روز دانشجو، جشن میلادها و مخصوصاً اگر با حضور خانواده‌ها باشد.	مراسم مناسبی جشن‌های خانوادگی
P6	فعالیت‌های فوق برنامه علمی هم می‌توانند شور و نشاط دانشجویان را بیشتر کنند این حالت را بین دانشجویان المپیادی یا باشگاه‌های پژوهشی دانشجویان زیاد دیدم.	برگزاری مسابقات دانشجویی المپیاد علمی
P12	بعضی دانشجویان که اعتقادات قوی‌تری دارند شرکت کردن در مجالس دعا و زیارت رفتن حال دلشان را خوب می‌کند.	شرکت در مجالس دعا و زیارت

۲. تحلیل داده‌ها: در این مرحله باید داده‌ها سازمان‌دهی، تنظیم و مقوله‌بندی شوند. در این مرحله مضامین پایه استخراج شده در گام نخست بر اساس تشابه و ارتباط معنایی و محتوایی که با هم داشته‌اند ترکیب و تلفیق شده‌اند و دستاورد این مرحله تشکیل مضامین سازمان دهنده (۱۲ مضمون) بوده است. نتایج حاصل از این گام از تحلیل در جدول ۳ ارائه شده است.

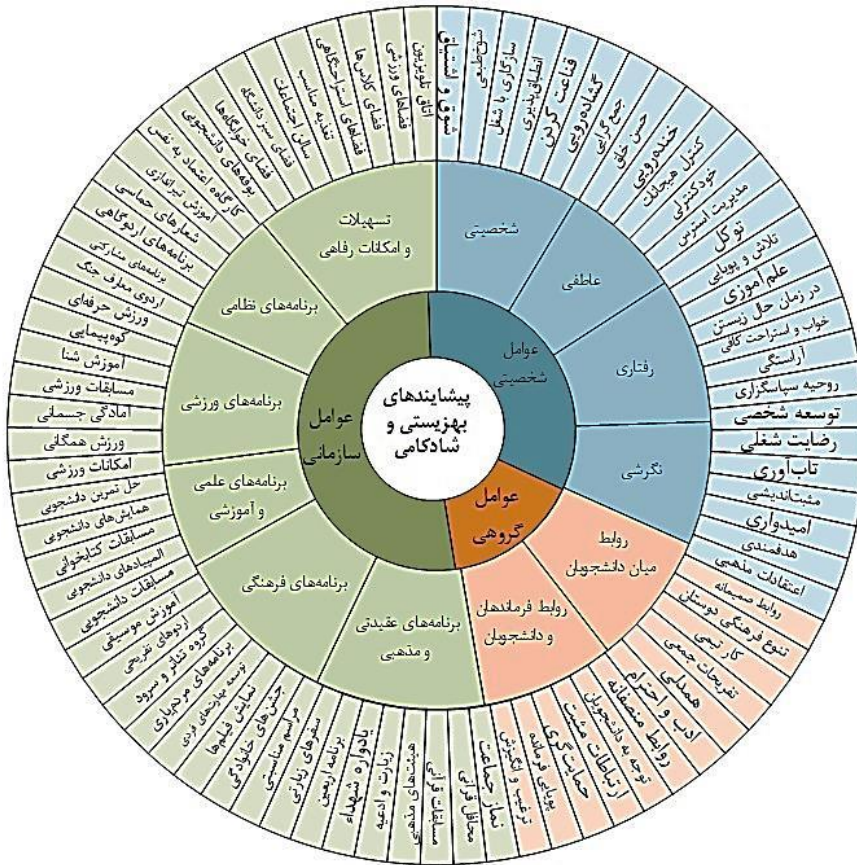
جدول ۴. عوامل شناسایی و طبقه‌بندی شده مؤثر بر بهزیستی و شادکامی دانشجویان نظامی

مضامین سازمان دهنده	مضامین پایه
عوامل شخصیتی	شوق و اشتیاق، شوخ‌طبعی، سازگاری با شغل، انعطاف‌پذیری و انطباق‌پذیری، قناعت کردن، گشاده‌رویی، جمع‌گرایی
عوامل عاطفی	حسن خلق، خنده‌رویی، کنترل هیجانات، خودکنترلی، مدیریت استرس، توکل
عوامل رفتاری	تلاش و پویایی، علم‌آموزی، در زمان حال زیستن، خواب و استراحت کافی، آراسته بودن، سپاسگزاری و قدردانی، توسعه شخصی
عوامل نگرشی	رضایت شغلی، تاب‌آوری، مثبت‌اندیشی، امیدواری، هدفمندی، اعتقادات مذهبی
روابط میان دانشجویان	روابط دوستانه و صمیمانه، تنوع فرهنگی دوستان، کار گروهی و تیمی، تفریحات دسته‌جمعی، همدلی، ادب و احترام
روابط فرماندهان با دانشجویان	روابط منصفانه، توجه به مسائل دانشجویان، ارتباطات مثبت، حمایتگری، نشاط و پویایی فرمانده، توانایی ترغیب و انگیزش
برنامه‌های عقیدتی و مذهبی	نماز جماعت، محافل انس با قرآن، مسابقات قرآنی، تشکیل هیئت‌های مذهبی، مجالس زیارت و ادعیه، برگزاری یادواره شهدا، شرکت در برنامه اربعین، سفرهای زیارتی
برنامه‌های فرهنگی	مراسم‌ها و جشن‌های مناسبتی، جشن‌های خانوادگی، نمایش فیلم‌های سینمایی، توسعه مهارت‌های فردی و اجتماعی، برنامه‌های مردم‌یاری، گروه تئاتر و سرود، اردوها و سفرهای تفریحی، آموزش موسیقی
برنامه‌های علمی و آموزشی	مسابقات دانشجویی، المپیادهای دانشجویی، مسابقات کتاب‌خوانی، همایش‌های دانشجویی، حل تمرین دانشجویی
برنامه‌های ورزشی	امکانات ورزشی مناسب، ورزش همگانی، برنامه‌های آمادگی جسمانی، برگزاری مسابقات ورزشی، آموزش شنا، کوه‌پیمایی، ورزش حرفه‌ای
برنامه‌های نظامی	برنامه‌های مشارکت دانشجویی، برنامه‌های اردوگاهی، شعارهای حماسی، آموزش تیراندازی، کارگاه‌های اعتمادبه‌نفس، اردوی معارف جنگ

جدول ۴. عوامل شناسایی و طبقه‌بندی شده مؤثر بر بهزیستی و شادکامی دانشجویان نظامی

مضامین سازمان دهنده	مضامین پایه
تسهیلات و امکانات رفاهی	محیط فیزیکی خوابگاه‌ها، پارک‌ها و فضای سبز دانشگاه، کیفیت بوفه‌ها و مراکز خرید دانشجویی، تغذیه مناسب، فضاهای نشیمن و استراحتگاهی، فضای فیزیکی کلاس‌ها، کیفیت فضاهای ورزشی، اتاق تلویزیون در خوابگاه، سالن اجتماعات

۳. تفسیر داده‌ها: در این مرحله به تلفیق و یکپارچه‌سازی مقوله‌های سازمان دهنده استخراج شده در گام دوم پرداخته می‌شود و زمینه ارتباط بین آن‌ها تشریح شود. با توجه به چارچوب نظری منتخب پژوهش این مقولات در قالب سه مقوله فراگیر پیشایندهای فردی، گروهی و سازمانی طبقه‌بندی شدند. دستاورد این گام ارائه الگویی شماتیک یا متنی روایی است که به تبیین ارکان تشکیل دهنده پدیده مورد نظر و ارتباط میان آن‌ها پرداخته می‌شود. در نتیجه این گام از تحلیل الگوی پیشایندهای بهزیستی و شادکامی دانشجویان نظامی بوده است. نتایج حاصل از این مرحله از تحلیل در شکل ۲ ارائه شده است.



شکل ۲. عوامل مؤثر بر ارتقای بهزیستی و شادکامی دانشجویان نظامی

**ب) اعتبارسنجی الگو رتبه‌بندی عوامل:** مرحله دوم (بخش کمی) با هدف اعتبارسنجی

الگو رتبه‌بندی عوامل شناسایی شده انجام شده است. بدین منظور ابتدا به ارزیابی نرمال بودن داده‌ها پرداخته می‌شود و سپس برای ارزیابی اعتبار روابط فرض شده میان عوامل شناسایی شده آزمون تحلیل عاملی تأییدی استفاده می‌شود. بررسی نرمال بودن توزیع داده‌های تحقیق به کمک آزمون کولموگروف - اسمیرنوف انجام شده است. نتایج این آزمون در جدول شماره ۴ ارائه شده است.

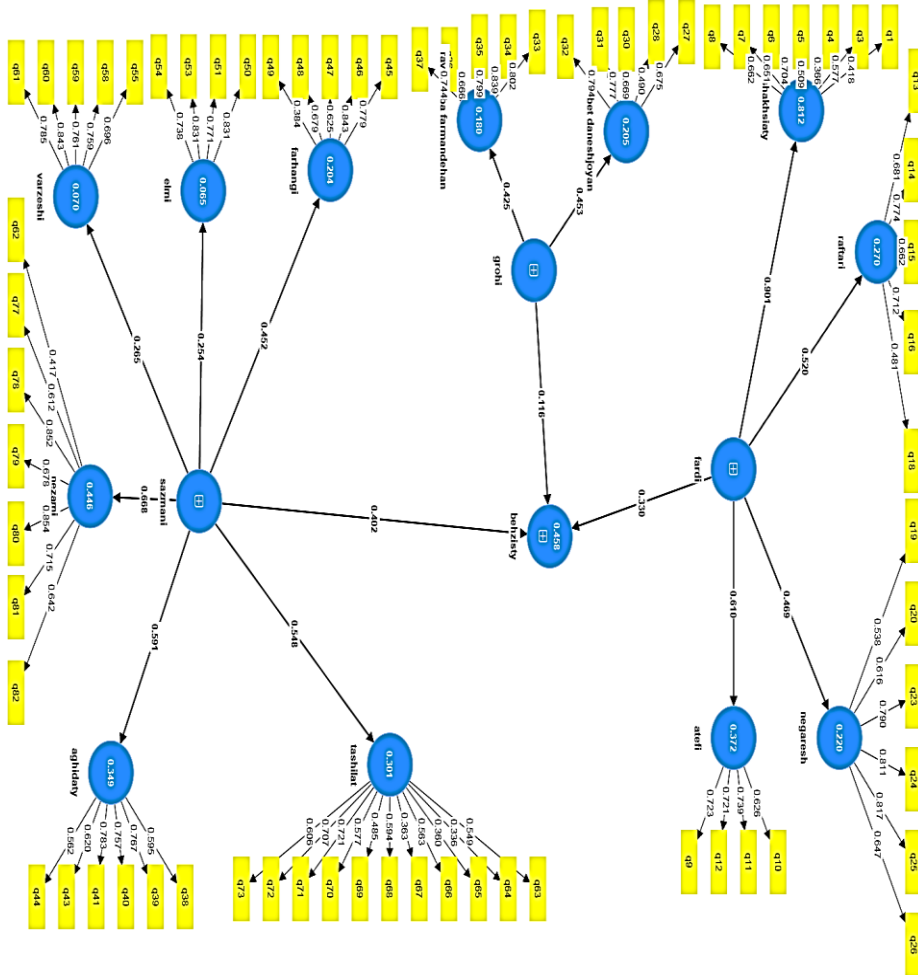
جدول ۵. آزمون کولموگروف-اسمیرنوف متغیرهای تحقیق

متغیر	میانگین	انحراف معیار	Sig (سطح معنی داری)	$\alpha$ (مقدار خطا)	نتیجه آزمون
عوامل فردی	۲/۶۵	۰/۶۴	۰/۰۹۷	۰/۰۵	نرمال
عوامل گروهی	۲/۸۴	۰/۶۰	۰/۲۰۰	۰/۰۵	نرمال
عوامل سازمانی	۲/۷۳	۰/۶۰	۰/۲۰۰	۰/۰۵	نرمال

همان گونه که در محتوای جدول ۴ دیده می شود چون مقدار سطح معنی داری همه متغیرها بزرگ تر از مقدار ۰/۵۰ است، نتوان نتیجه گرفت توزیع داده های پژوهش نرمال بوده است. بر این اساس برای تجزیه و تحلیل داده های پژوهش می توان آزمون های آماری پارامتریک استفاده کرد.

به منظور اعتبارسنجی و برازش الگوی استخراج شده در فاز کیفی، از تحلیل عاملی تأییدی و روش حداقل مربعات جزئی با کمک نرم افزار پی.آل.اس استفاده شده است. دلیل استفاده از این نرم افزار توانایی آن در تحلیل مدل های پیچیده، انعطاف پذیری بیشتر آن و حساس نبودن نسبت به توزیع داده ها است. شکل ۳ ساختار عاملی (مدل اندازه گیری) الگوی بهزیستی و شادکامی دانشجویان نظامی را بر اساس خروجی این نرم افزار در وضعیت تخمین ضرایب استاندارد نشان می دهد.





شکل ۳. مدل ساختار عاملی تحقیق در وضعیت تخمین ضرایب استاندارد

جدول ۵ نیز نتایج حاصل آزمون تحلیل عاملی تأییدی دومرتبه‌ای اجزای تشکیل‌دهنده مدل را نشان می‌دهد. بدین ترتیب که در مرحله اول معناداری ارتباط پیش‌بینی شده بین مؤلفه‌های ۱۲ گانه با ابعاد سه‌گانه ارزیابی شده است و در مرحله دوم نیز میزان تأثیرگذاری هر یک از این ابعاد سه‌گانه به عنوان عوامل ارتقا دهنده بهزیستی و شادکامی دانشجویان ارزیابی شده است.

جدول ۶: نتایج تحلیل عاملی تأییدی مرتبه اول و دوم مدل عوامل مؤثر بر بهزیستی

مؤلفه‌ها	عدد معناداری	ضریب تأثیر	شاخص‌ها	عدد معناداری	ضریب تأثیر
فردی	۴/۵۹	۰/۳۳	شخصیتی	۱۱/۱۴	۰/۹۰
			عاطفی	۱۵/۹۸	۰/۶۱
			رفتاری	۸/۲۴	۰/۵۲
			نگرشی	۷/۸۵	۰/۴۶
گروهی	۷/۸۲	۰/۱۱	روابط میان دانشجویان	۱۰/۸۸	۰/۴۵
			روابط فرماندهان با دانشجویان	۸/۲۳	۰/۴۲
سازمانی	۷/۸۸	۰/۴۰	برنامه‌های عقیدتی و مذهبی	۹/۰۴	۰/۵۹
			برنامه‌های فرهنگی	۶/۶۶	۰/۴۵
			برنامه‌های علمی و آموزشی	۱۴/۹۷	۰/۲۵
			برنامه‌های ورزشی	۱۸/۰۷	۰/۲۶
			برنامه‌های نظامی	۱۷/۵۰	۰/۶۶
			تسهیلات و امکانات رفاهی	۹/۱۱	۰/۵۴

همان‌گونه که در جدول ۵ دیده می‌شود عدد معناداری به دست آمده برای ابعاد و مؤلفه‌های مدل بزرگ‌تر از ۱/۹۶ است بنابراین ضرایب استاندارد به دست آمده برای آن‌ها معنادار بوده و هیچ مؤلفه‌ای حذف نشده است؛ و روابط فرض شده میان مؤلفه‌ها و ابعاد تشکیل‌دهنده مدل معنادار بوده است. بر اساس میزان ضریب تأثیر به دست آمده برای عوامل نیز می‌توان گفت عوامل سازمانی، فردی و گروهی با ضریب تأثیر ۰/۴۰، ۰/۳۳ و ۰/۱۱ به ترتیب بیشترین تأثیر را بر تقویت بهزیستی و شادکامی این دانشجویان داشته‌اند.

برای سنجش برازش مدل اندازه‌گیری تحقیق از شاخص‌های سنجش روایی شاخص AVE و شاخص فورنل لارکر و پایایی (آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی) استفاده می‌شود. برای سنجش بهتر پایایی در روش PLS، هر دو معیارهای آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی به کار برده می‌شوند (داوری و رضازاده، ۱۳۹۵). اگر مقدار این دو معیار از ۰,۷ بالاتر باشد، نشانگر پایایی قابل قبول

است. روایی همگرا نشان‌دهنده میانگین واریانس استخراج شده<sup>۱</sup> بین هر سازه با شاخص‌های خود است. فورنل و لارکر (۱۹۸۱) مقدار مناسب برای AVE را ۰/۵ به بالا معرفی کرده‌اند. همان‌گونه که در جدول ۵ دیده می‌شود مقدار آلفای کرونباخ و پایایی ترکیبی برای همه سازه‌های مدل بالاتر از ۰/۷ است که حاکی از پایایی مناسب مدل دارد. همچنین مقدار AVE همه متغیرها از ۰/۵ بیشتر است که حاکی از روایی همگرای قابل قبول مدل اندازه‌گیری است. جدول ۷. مقادیر شاخص‌های پایایی و روایی همگرا مدل اندازه‌گیری تحقیق

متغیرها	آلفای کرونباخ	پایایی ترکیبی CR	واریانس متوسط استخراج شده AVE
عوامل شخصیتی	۰/۹۱۱	۰/۹۲۲	۰/۶۱۳
عوامل عاطفی	۰/۹۱۸	۰/۹۴۶	۰/۵۸۴
عوامل نگرشی	۰/۹۰۱	۰/۹۱۸	۰/۶۳۲
عوامل رفتاری	۰/۹۲۸	۰/۹۳۶	۰/۵۷۳
پیشایندهای فردی	۰/۹۴۸	۰/۹۵۲	۰/۵۶۸
روابط میان دانشجویان	۰/۸۳۸	۰/۸۸۰	۰/۶۵۴
روابط دانشجویان و فرماندهان	۰/۸۲۴	۰/۸۶۹	۰/۵۹۰
پیشایندهای میان فردی	۰/۸۷۶	۰/۸۹۷	۰/۶۰۳
برنامه‌های عقیدتی	۰/۸۵۲	۰/۸۸۴	۰/۵۶۲
برنامه‌های فرهنگی	۰/۸۷۹	۰/۸۹۹	۰/۵۰۹
برنامه‌های علمی و آموزشی	۰/۸۳۸	۰/۸۶۵	۰/۵۴۶
برنامه‌های ورزشی	۰/۷۳۳	۰/۸۲۳	۰/۵۸۴
برنامه‌های نظامی و رزمی	۰/۸۱۸	۰/۸۷۹	۰/۶۴۷
امکانات رفاهی	۰/۸۱۲	۰/۸۶۳	۰/۵۴۹
پیشایندهای سازمانی	۰/۹۳۷	۰/۹۴۲	۰/۵۸۱

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف شناسایی عوامل مؤثر بر ارتقای بهزیستی و شادکامی دانشجویان نظامی در یکی از دانشگاه‌های سازمانی دفاعی انجام شده است. بهزیستی و شادکامی به عنوان یکی از

1. Average Variance Extracted(AVE)

نیازهای محیط‌های دانشگاهی تأثیر بسزایی سلامت روان دانشجویان و ارتقای نشاط و پویایی در محیط دانشگاهی دارد. در دانشگاه‌های سازمانی دفاعی به عنوان دانشگاه‌های ماموریت‌گرا شرایط تحصیلی ویژه‌ای حاکم است از جمله این که ضرورت پرورش همه‌جانبه دانشجویان ایجاب می‌کند برنامه‌های تربیتی و آموزشی گوناگونی برای دانشجویان اجرا شود. تنوع و تعدد این برنامه‌ها ممکن است فشار تحصیلی زیادی بر دانشجویان وارد کند. همچنین شرایط تحصیلی شبانه‌روزی که در این دانشگاه‌ها وجود دارد نیز فشارهای خاصی بر دانشجویان وارد می‌کند و نیازمند پرورش آمادگی‌های روحی و روانی ویژه‌ای در این دانشجویان است. این شرایط ایجاب می‌کند توجه به سلامتی روحی و روانی دانشجویان و بهزیستی و شادکامی آنان اهمیت زیادی در این نوع دانشگاه‌ها داشته باشد. بهزیستی ترکیبی از تجربه احساسات مثبت مانند شادی و رضایت و همچنین توسعه پتانسیل فرد، داشتن کنترل بر زندگی، داشتن حس هدف و تجربه کردن روابط مثبت، تعریف شده است و یک شرایط پایدار است که به فرد یا جوامع اجازه می‌دهد تا رشد و توسعه یابد. شادکامی نیز به عنوان یکی از مؤلفه‌های اصلی بهزیستی با موفقیت در حرفه مرتبط است. به گونه‌ای که افراد شادتر، بهره‌وری بیشتر و یادگیری مؤثرتری دارند و خلاق‌تر و نوآورتر هستند.

یافته‌های پژوهش نشان داد بهزیستی و شادکامی دانشجویان نظامی به عنوان نوعی حالت روان‌شناختی مثبت و سازنده به طور هم‌زمان تحت تأثیر عوامل فردی، گروهی و سازمانی قرار دارد. بهزیستی و شادکامی پیش از هر چیز نوعی انتخاب فردی است از این رو خصوصیات و عوامل فردی به طور مستقیم بر ایجاد و تقویت آن در دانشجویان مورد مطالعه تأثیر داشته‌اند. عوامل فردی شناسایی شده در این پژوهش شامل عوامل شخصیتی، نگرشی، عاطفی و رفتاری بوده است. این نتایج بیانگر آن هستند که برخی خصوصیات و تیپ‌های شخصیتی آمادگی بیشتری برای انتخاب و پرورش شادکامی در افراد دارند. خصوصیات شخصیتی مؤثر در این زمینه عبارت‌اند از: شوق و اشتیاق، شوخ‌طبعی، سازگاری با شغل، انعطاف‌پذیری و انطباق‌پذیری، قناعت کردن، گشاده‌رویی، جمع‌گرایی. از آنجا که شادکامی خود نوعی حالت روحی و روانی است حالات عاطفی مثبت نیز در بروز و تقویت آن نقش مثبت دارد. پیشایندهای عاطفی شناسایی شده در این زمینه عبارت‌اند از: حسن خلق، خنده‌رویی، کنترل هیجانات، خودکنترلی، مدیریت استرس، توکل.

نگرش‌های فردی نیز در بروز و تقویت شادکامی مؤثر شناخته شده‌اند. از جمله مهم‌ترین این نگرش‌ها عبارت‌اند از: رضایت شغلی، تاب‌آوری، مثبت‌اندیشی، امیدواری، هدفمندی، اعتقادات مذهبی. چهارمین دسته از پیشایندهای فردی شادکامی شامل عوامل رفتاری است. از آنجا که شادکامی موجب تقویت پویایی رفتاری افراد می‌شود به نظر می‌رسد این رابطه دوجانبه نیز باشد، یعنی رفتارهای پویای فرد نیز زمینه‌ساز تقویت بهزیستی و شادکامی در او می‌شود. پیشایندهای رفتاری شناسایی شده در این زمینه عبارت‌اند از: تلاش و پویایی، علم‌آموزی، در زمان حال زیستن، خواب و استراحت کافی، آراسته بودن، سپاسگزاری و قدردانی و تلاش برای توسعه شخصی. نتایج این بخش از پژوهش با مطالعات شجاعی و همکاران (۱۳۹۸)، مبنی بر نقش خوش‌بینی، اهداف کاری مشخص، صداقت و علاقه به کار؛ شریف‌زاده و همکاران (۱۳۹۶)، مبنی بر نقش عزت‌نفس؛ طاهریان و همکاران (۱۳۹۳)، مبنی بر نقش مثبت‌اندیشی؛ مهستی جویباری و همکاران (۱۳۹۰) مبنی بر نقش هدفمندی؛ محمودی و نادریان (۲۰۱۹) مبنی بر نقش خودکارآمدی و علاقه؛ مک‌گوناگل (۲۰۱۵) مبنی بر نقش نیاز به خودمختاری و نیاز به ارتباط؛ دی‌راون و زیدی (۲۰۱۴) مبنی بر نقش تعیین‌هدف، درگیرشدن در کارهای نیک و خدمت به دیگران و رسیدن به موفقیت‌ها و کنترل بیشتر بر امور شخصی؛ جاوید و همکاران (۲۰۱۹)، مبنی بر انجام واجبات دینی؛ پلچانو و همکاران (۲۰۱۳) مبنی بر نقش برون‌گرایی و گشودگی در مقابل تجربه؛ چپ‌رستیت و سنتید هیوکول (۲۰۱۱) مبنی بر نقش ارتباطات خوب، صداقت و نوع‌دوستی و کراسلی و لنگدریج (۲۰۰۵) مبنی بر نقش عزت‌نفس؛ در شادی و نشاط، همخوان است.

دومین طبقه کلی از عوامل مؤثر بر بهزیستی و شادکامی دانشجویان نظامی مورد مطالعه عوامل گروهی (میان‌فردی) بوده است. تأثیرگذاری این عوامل به این دلیل است که شادی و نشاط در تعاملات میان فردی تقویت و منتشر می‌شود. همچنان که در آموزه‌های دینی هم بر صله‌رحم سفارش بسیار شده است. عوامل شناسایی شده در این طبقه در دو گروه دسته‌بندی شده‌اند: کیفیت تعاملات دانشجویان با یکدیگر و با فرماندهان خود. در خصوص گروه اول می‌توان گفت محیط شبانه‌روزی دانشگاه‌های نظامی باعث می‌شود بخش بسیار زیادی از اوقات شبانه‌روزی دانشجویان در کنار یکدیگر سپری شود، خواه در هنگام اجرای برنامه‌های آموزشی رسمی و خواه در اوقات فراغت، استراحت و تفریح. از این رو کیفیت روابط میان دانشجویان وجود روابط سازنده میان

آن‌ها در تقویت شادکامی و بهزیستی در آن‌ها مؤثر است. عوامل شناسایی شده در این گروه عبارت‌اند از: روابط دوستانه و صمیمانه، تنوع فرهنگی دوستان، کار گروهی و تیمی، تفریحات دسته‌جمعی، همدلی، ادب و احترام. علاوه بر دانشجویان فرماندهان مستقیم دانشجویان نیز در این زمینه نقش تأثیرگذاری دارند. آن‌ها به عنوان الگوی رفتاری و عملی دانشجویان هم در بروز احساسات و حالات روانی درون فردی مثبت در دانشجویان نقش دارند و در ساختن و حفظ جو روابط میان فردی دوستانه و هم‌یارانه در میان دانشجویان مؤثر هستند. عواملی که در این خصوص شناسایی شده‌اند عبارت‌اند از: روابط منصفانه، توجه به مسائل دانشجویان، ارتباطات مثبت، حمایتگری، نشاط و پویایی فرمانده و توانایی فرماندهان در ترغیب و انگیزش. نتایج این بخش از پژوهش با مطالعات: حق‌گویان و همکاران (۱۳۹۴) مبنی بر تأثیر عوامل مدیریتی؛ طاهریان و همکاران (۱۳۹۳)، مبنی بر اثرگذاری عوامل مدیریتی و فعالیت‌های فوق برنامه؛ چیپ‌رسیت و سنتید هیو کول (۲۰۱۱)، مبنی بر تأثیر توجه، بازخورد دادن، گوش دادن به نظرات کارکنان و راهنمایی کردن آن‌ها و کیفیت زندگی کاری (محیط کاری مناسب) و دی‌راون و زیدی (۲۰۱۴)، مبنی بر اثر اعتقادات دینی و مذهبی؛ در بهزیستی و شادی، همسو است.

سومین طبقه کلی از پیشایندهای بهزیستی و شادکامی این دانشجویان عبارت‌اند از عوامل سازمانی. از دیدگاه رایینز (۱۴۰۰) شرایط سازمانی کارکنان بر کیفیت حالات فرد از جمله عواطف و احساسات آن‌ها مؤثر است. در دانشگاه‌های نظامی ضرورت پرورش همه‌جانبه دانشجویان در ابعاد مختلف باعث می‌شود برنامه‌های تربیتی و آموزشی مختلفی در زمینه‌های مختلف عقیدتی و مذهبی، فرهنگی، علمی و آموزشی، ورزشی و نظامی در طول شبانه‌روز و دوره‌های مختلف برای آن‌ها برگزار می‌شود. ماهیت متنوع، گروهی بودن، تناسب این اغلب برنامه‌ها با علاقه‌مندی‌های دانشجویان، برخورداری از خاصیت بازی‌وارگی برخی از این برنامه‌ها و مشارکت فعالانه دانشجویان در اجرای این برنامه‌ها موجب تقویت پویایی و نشاط در میان دانشجویان می‌شود. در این میان برنامه‌های عقیدتی و مذهبی موجب تقویت معنویت، احساس معنا دار بودن کار و حتی موجب تاب‌آوری بیشتر در برابر سختی‌های محیط نظامی می‌شود. از جمله این برنامه‌ها که به گفته دانشجویان در تقویت شادکامی و بهزیستی آن‌ها مؤثرند عبارت‌اند از: نماز جماعت، محافل انس با قرآن، مسابقات قرآنی، تشکیل هیئت‌های مذهبی، مجالس زیارت و ادعیه، برگزاری یادواره

شهدا، شرکت در برنامه اربعین، سفرهای زیارتی. برنامه‌های فرهنگی با هدف ترویج ارزش‌ها و هنجارهای سازمانی و الگوهای رفتاری مطلوب در میان دانشجویان برگزار می‌شوند. ماهیت جذاب و متنوع این برنامه‌ها موجب ایجاد تنوع در شرایط زیست دانشجویان می‌شود و یکنواختی شرایط شبانه‌روزی را تعدیل می‌کند. برنامه‌های فرهنگی مؤثر در این زمینه عبارت‌اند از: مراسم‌ها و جشن‌های مناسبتی، جشن‌های خانوادگی، نمایش فیلم‌های سینمایی، توسعه مهارت‌های فردی و اجتماعی، برنامه‌های مردم‌یاری، گروه تئاتر و سرود، اردوها و سفرهای تفریحی، آموزش موسیقی. آموزش‌های علمی دانشجویان بخش غالب برنامه‌های تحصیلی آن‌ها را تشکیل می‌دهد. در این میان برنامه‌های آموزشی خاصی همچون برگزاری مسابقات دانشجویی، المپیادهای دانشجویی، مسابقات کتاب‌خوانی، همایش‌های دانشجویی، حل تمرین دانشجویی می‌تواند پویایی، مشارکت فعال، همیاری و کار تیمی را در میان دانشجویان تقویت کنند که خود باعث ارتقای شادکامی و بهزیستی آن‌ها می‌شود. علاوه بر این، شرایط و عوامل ورزشی و برنامه‌های تربیت‌بدنی نیز می‌توانند در این زمینه مفید باشند که از جمله مهم‌ترین آن‌ها عبارت‌اند از: امکانات ورزشی مناسب، ورزش همگانی، برنامه‌های آمادگی جسمانی، برگزاری مسابقات ورزشی، آموزش شنا، کوه‌پیمایی ورزش حرفه‌ای. اگرچه برنامه‌های آموزش نظامی دشواری‌های خاص خود را دارد برخی از آن‌ها نیز می‌توانند بهزیستی دانشجویان را تقویت کنند از جمله: برنامه‌های مشارکت دانشجویی، برنامه‌های اردوگامی، شعارهای حماسی، آموزش تیراندازی، کارگاه‌های اعتمادبه‌نفس، اردوی معارف جنگ. در نهایت، شبانه‌روزی بودن شرایط تحصیل در دانشگاه‌های افسری موجب می‌شود تسهیلات و امکانات رفاهی موجود در این دانشگاه‌ها در حفظ و ارتقای روحیه و حالات روحی و روانی مثبت این دانشجویان از جمله بهزیستی و شادکامی آنان تأثیر چشمگیری داشته باشند. از جمله مهم‌ترین عوامل مربوط به این حوزه عبارت‌اند از: محیط فیزیکی خوابگاه‌ها، پارک‌ها و فضای سبز دانشگاه، کیفیت بوفه‌ها و مراکز خرید دانشجویی، تغذیه مناسب، فضاهای نشیمن و استراحتگاهی، فضای فیزیکی کلاس‌ها، کیفیت فضاهای ورزشی، اتاق تلویزیون در خوابگاه، سالن اجتماعات. نتایج این بخش از پژوهش با مطالعات: سموعی و همکاران (۱۳۸۸)؛ در رابطه با فراهم کردن اتاق تلویزیون و فیلم، رایانه و اینترنت، بهبود و زیباسازی فضای خوابگاه‌ها، اردوگاه‌های داخل و خارج از استان؛ فضل‌اللهی و همکاران (۱۳۸۹) مبنی بر اثر جو

سازمانی حاکم بر دانشگاه و امکانات رفاهی؛ حق‌گویان و همکاران (۱۳۹۴) مبنی بر تاثیر شرایط اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی، سیاست‌های سازمانی، ساختار سازمانی و عوامل مدیریتی؛ طاهریان، فیض و حیدر خانی (۱۳۹۳) در رابطه با تاثیر عوامل سازمانی و شرایط محیط کاری؛ چپ‌رسیت و سنتید هیوکول (۲۰۱۱)، مبنی بر تاثیر کیفیت زندگی کاری (محیط کاری مناسب)؛ بر بهزیستی و شادی، همخوانی دارد.

تحقیق حاضر با چند محدودیت نیز مواجه بوده است. نخست، داده‌ها از یک دانشگاه جمع‌آوری شده است؛ بنابراین، تعمیم‌یافته‌ها برای کل دانشگاه‌های سازمانی دفاعی دشوار است. برای مطالعات آینده، داده‌ها را می‌توان از انواع دانشگاه‌های دیگر جمع‌آوری کرد. دوم اینکه، مفهوم بهزیستی و شادکامی برای خبرگان رشته‌های غیر علوم رفتاری و مدیریتی، نامفهوم بود که محققان در حین مصاحبه‌ها، تلاش زیادی برای تعریف و تبیین مفاهیم نمودند. در پایان اینکه این تحقیق به بهزیستی و شادی دانشجویان از دیدگاه روان‌شناختی پرداخته است، پیشنهاد می‌شود تحقیقات آینده بر بررسی بهزیستی تحصیلی دانشجویان معطوف شوند.

با توجه به نتایج این مطالعه، راهکارهای زیر برای ارتقاء بهزیستی و شادکامی دانشجویان پیشنهاد می‌شود:

- ۱) ابزار سنجش شاخص‌های مربوط به این عوامل در مراکز استخدامی، روان‌شناسی و روان‌سنجی دانشگاه سازمان مورد مطالعه، طراحی و به‌هنگام جذب و گزینش دانشجویان استفاده شود؛
- ۲) به منظور برنامه‌ریزی آموزش بهزیستی و شادی برای دانشجویان و سایر منابع انسانی دانشگاه و همچنین مشاوره و کشف استعدادها و توانمندی‌های افراد، گروه تخصصی روانشناسی مثبت در دانشگاه تشکیل شود؛
- ۳) با در نظرگیری ابعاد بهزیستی، دوره‌های جامع آمادگی هیجانی، معنوی، اجتماعی و رشد شخصی برای دانشجویان طراحی و اجرا شود؛
- ۴) برگزاری مسابقات و برنامه‌های فرهنگی - هنری متنوع مانند موضوعات قرآنی، شعر و داستان، تئاتر، نقاشی، خوشنویسی، عکاسی، گرافیک و موضوعات محیط‌زیست در بین دانشجویان و اعطای جایزه و پاداش مالی به برندگان؛



- (۵) برگزاری مسابقات فرهنگی - هنری ورزشی میان دانشجویان و اعضای هیئت علمی؛
- (۶) برگزاری کارگاه‌های دانش‌افزایی و مهارت‌آموزی برای فرماندهان دانشجویان در زمینه‌های ارتباطات مؤثر، هوش هیجانی و اجتماعی، رهبری معنوی، همدلی و ...؛
- (۷) برگزاری برنامه‌های رفاهی - تفریحی برای دانشجویان.

## فهرست منابع

- ایوتزان، ایتای؛ لوماس، تیم؛ هفرون، کیت؛ پیرس ورت (۱۴۰۰). موج دوم در روان‌شناسی مثبت: پذیرش جنبه‌های منفی زندگی، مترجم: شهریار شهیدی، انتشارات رشد.
- حق‌گویان، زلفا؛ زارعی‌متین، حسن؛ جندقی، غلامرضا؛ رحمتی، محمدحسین (۱۳۹۴). فهم فرآیند شکل‌گیری نشاط با استفاده از نظریه داده بنیاد، فصلنامه مطالعات رفتار سازمانی، (۲)، ۱۴۱-۱۱۹.
- رابینز، پی استیون (۱۴۰۰). رفتار سازمانی: مفاهیم، نظریه‌ها و کاربردها (مترجمان: علی پارساییان، سیدمحمد اعرابی)، دفتر پژوهش‌های فرهنگی.
- زارعی‌متین، حسن؛ حق‌گویان، زلفا (۱۳۹۵). شادی و نشاط در زندگی و محیط کار، موسسه کتاب مهربان.
- زرنانی، غزاله (۱۳۹۵). عوامل تعیین‌کننده شادی و نشاط کارکنان سازمان‌ها، مطالعه موردی: شرکت سازه گستر سایپا، پایان‌نامه کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی، دانشگاه شهید بهشتی.
- زینی ملک‌آباد، هادی، نیل‌ساز، نصرت (۱۳۹۰). جایگاه شادی و نشاط در قرآن و روایات، فرهنگ در دانشگاه اسلامی، (۱)، ۵۰-۶۸.
- سلیگمن، مارتین ای. پی (۱۳۹۷). شکوفایی روانشناسی مثبت‌گرا (درک جدیدی از نظریه شادکامی و بهزیستی)، مترجمان: امیر کامکار و سکینه هژیریان، نشر روان.
- سموعی، راحله؛ مصلحی، محسن؛ حیدری، محبوبه؛ طغیانی، زهرا (۱۳۸۸). مدیریت شادی در دانشجویان خوابگاه‌های دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی، ویژه‌نامه آموزش و ارتقای سلامت، (۹)، ۱۰۶۲-۱۰۵۷.
- شجاعی، پیام؛ باقری، مسلم؛ نیکبخت، امین؛ محسنی بیک‌زاده، مهسا (۱۳۹۸). مدل‌سازی عوامل مؤثر بر شادی سازمانی با رویکرد مدل‌سازی تفسیری ساختاری فراگیر (TISM)، فصلنامه مطالعات رفتار سازمانی، شماره ۲، صص ۱۵۸-۱۲۹.
- شریف‌زاده، حکیمه‌السادات؛ میر محمد تبار، سید احمد؛ عدلی پور، صمد (۱۳۹۶). بررسی عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی در ایران، فرا تحلیلی از تحقیقات موجود، راهبرد فرهنگ، (۴۰)، ۲۱۰-۱۵۹.
- طاهریان، حسین؛ فیض، داور؛ حیدر خانی، زهرا (۱۳۹۳). عوامل مدیریتی و سازمانی مؤثر بر شادی و نشاط در دانشگاه‌ها و تأثیر آن بر تولید علم، فصلنامه پژوهش و برنامه‌ریزی در آموزش عالی، (۳۲)، ۱۱۶-۹۹.
- فضل‌الهی، سیف‌اله؛ جهانگیر اصفهانی، نرگس؛ حق‌گویان، زلفا (۱۳۸۹). سنجش میزان و عوامل مؤثر بر شادی دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران، روانشناسی و دین، (۴)، ۱۰۸-۸۹.

قلی پور، زهرا؛ مرعشی، سید علی؛ مهرابی زاده هنرمند، مهناز؛ ارشدی، نسرين (۱۳۹۵). تاب‌آوری به عنوان میانجی رابطه پنج عامل بزرگ شخصیت و شادکامی، فصلنامه روانشناسی تربیتی، شماره ۳۹، صص ۱۵۵ - ۱۳۶.

کرامتی، محمدرضا (۱۳۹۸). مهارت‌های زندگی دانشجویی، سمت.

مگیار موئی، جینا. آل. (۱۳۹۹). فنون روانشناسی مثبت‌گرا: راهنمای درمانگران، مترجمان: فرید براتی سده، انتشارات رشد.

مهستی جویباری، لیلا؛ رضائیان، مهناز؛ ثناگو، اکرم؛ جعفری، سید یعقوب؛ حسینی، سید علی (۱۳۹۰)، تبیین تجربه نشاط در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی گلستان، مجله علمی دانشکده پرستاری و مامایی بویه گرگان، (۱)، ۱-۱۰.

Anderson, R. (2007), Thematic Content Analysis (TCA): Descriptive Presentation of Qualitative Data, Institute of Transpersonal Psychology, Retrived from <http://www.wellknowingconsulting.org/publications/pdfs/>

Chaiprasit, K. & Santidhirakul, O. (2011). Happiness at Work of Employees in Small and Medium-sized Enterprises, Thailand. *Procedia-Social and Behavior Sciences*, 25, 189-200.

Crossley, A., & Langdridge, D. (2005). Perceived sources of happiness: A network analysis. *Journal of Happiness Studies*, 6(2), 107-135.

D'raven, Louise Lambert., Zaidi, Nausheen Pasha (2014). Happiness strategies among Arab university students in the United Arab Emirates. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 2014, 2(1), 1-15.

Davis, R.E.; Doyle, N.A.; Nahar, V.K.(2020). Association between prescription opioid misuse and dimensions of suicidality among college students. *Psychiatry Res*. 287, 112469.

Diener, E., Lucas, R. E., Oishi, S., Hall, N., & Donnellan, M. B. (2018). Advances and open questions in the science of subjective well-being. *Collabra: Psychology*, 4(1).

Diener, E. (2008). The well-being of nations: Linking together trust, cooperation, and democracy. In: BA Sullivan, M Snyder, JL Sullivan (Eds.) *Cooperation: The psychology of effective human interaction*. Malden, MA.: Blackwell Publishing; 323-342.

Fisher, C.D. (2010), "Happiness at work", *International Journal of Management Reviews*, 12 (4), 384-412

Gholipour, Z., Marashi, S. A., Mehrabizadeh Honarmand, M., & Arshadi, N. (2016). Resilience as a Mediator between Big Five-Factor Personality Trait and Happiness. *Educational Psychology*, 12(39), 135-155. (in Persian).

H. Zeinih, N. Nilsaz, (2012). Happiness and Joyfulness from the Viewpoint of Holly Koran & Islamic Traditions, *Iranian Journal of Culture in The Islamic University*, 1(1), 50. (in Persian).

Huta, V., & Ryan, R. M. (2009). Pursuing pleasure or virtue: The differential and overlapping well-being benefits of hedonic and Eudaimonic motives. *Journal of Happiness Studies*, 11(6), 735-762. Web.

Javed, H., Arshad, D., Imran Dhillon, A., Ikram Rishi, A., Jawad Zaidi, S M., & Kashif, M. (2019). Factors Affecting Happiness among Students of Rawalpindi Medical University: A Cross-Sectional Study. *Journal of Rawalpindi Medical College*, 23(S-2), 76-81.

Kaya, M., Erdem, C. (2021). Students' Well-Being and Academic Achievement: A Meta-Analysis Study, *Child Indicators Research* (2021) 14:1743-1767.

Kiuru, N., Wang, M.-T., Salmela-Aro, K., Kannas, L., Ahonen, T., & Hirvonen, R. (2020). Associations between adolescents' interpersonal relationships, school well-being, and academic achievement during educational transitions. *Journal of Youth and Adolescence*, 49, 1057-1072.

- Layous, K. and S. Lyubomirsky (2012). The how, who, what, when, and why of happiness: Mechanisms underlying the success of positive interventions. Light and dark side of positive emotion J. Gruber and J. Moskowitz. Oxford, Oxford University Press.
- Lozano, M.; Solé-Auró, A.(2021). Happiness and life expectancy by main occupational position among older workers: Who will live longer and happy? SSM-Popul. Health, 13, 100735.
- Mahmoodi, H., Nadrian, H., Javid, F., Ahmadi, G., Kasravi, R., Chavoshi, M. and Golmohammadi, F. (2019) 'Factors associated with happiness among college students: do academic self-efficacy and stress predict happiness?', Int. J. Happiness and Development, Vol. 5, No. 1, pp.14–24.
- McGonagle, C. (2015). happiness in the workplace: an appreciative inquiry. A thesis presented to Dublin City University in partial fulfilment of the requirements for the degree of Doctor of Education, Dublin City University.
- Miller, R. W., & Duncan, E. (2015). A pilot randomised controlled trial comparing two positive psychology interventions for their capacity to increase subjective wellbeing. *Counselling Psychology Review*, 30(3), 36-46.
- Pelechano, V., Gonzalez-Leandro, P., Garcia, L. & Moran, C. (2013). Is it possible to be too happy? Happiness, personality, and psychopathology. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 13, 18-24.
- Ruggeri, K., Garzon, E. G., Maguire, A., Matz, S., Huppert, F.A. (2020). Well-being is more than happiness and life satisfaction: a multidimensional analysis of 21 countries. *Health and Quality of Life Outcomes*, 18: 192.
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10-28.
- Ryff, C. D. (2018). Well-being with soul: Science in pursuit of human potential. *Perspectives on Psychological Science*, 13, 242–248.
- Samouei, R., Moslehi, M., Heydari, M & Toghiani, Z. (2012). Management of Student's Happiness in Dormitories of Isfahan University of Medical Sciences, *Iranian Journal of Medical Education*, 11(9), 1057. (in Persian).
- Sanagoo, A., Jouybari, L., REZAIEAN, M., jafari, S Y., hosseini, S A.(2011). Explaining the Happiness Experience of the Students in Golestan University of Medical Sciences. *J Res Dev Nurs Midw*; 8 (1) :1-10. (in Persian).
- Seligman, M. E. (2011). *Flourish*. New York, NY: Free Press.
- Sender, G., Carvalho, F., Guedes, G. (2021). The Happy Level: A New Approach to Measure Happiness at Work Using Mixed Methods. *International Journal of Qualitative Methods*, 20, 1–17.
- Sharifzadeh, H. A., Mirmohammad Tabar, S. A., & Adlipour, S. (2018). A Study of Factors Affecting Social Happiness in Iran: A Meta-analysis of Conducted Research. , 10(40), 159-180. (in Persian).
- Shojaei, P., bagheri, M., nikbakht, A., & mohseni beykzadeh, M. (2020). Modeling Factors Affecting Organizational Happiness Using Total Interpretive Structural Modeling (TISM) Approach. *Organizational Behaviour Studies Quarterly*, 9(2), 129-158. (in Persian).
- Taherian, H., Feiz, D & Heydarkhani, Z. (2014). Studying the Effective Managerial and Organizational Factors on the Happiness and Joy in the Universities and their Effects on the Knowledge Production, *Quarterly Journal of Research and Planning in Higher Education*, 20(2), 99-116. (in Persian).
- Understanding of Vigor Process by Grounded Theory, (2015).. *Organizational Behaviour Studies Quarterly*, 4(2), 141-119. (in Persian).
- Ungvarsky, J. (2019). Well-being. Salem Press Encyclopedia of Health. <https://searchebscohost-com.ezp>.
- Usai, A., Orlando, B. and Mazzoleni, A. (2020), "Happiness as a driver of entrepreneurial initiative and innovation capital", *Journal of Intellectual Capital*, 21( 6), pp. 1229-1255.
- Vahdat, R., & Ajir, M. (2010). The role of university in production of science. *Journal of Strategic Research, Expediency: The Challenges of Producing*, 1, 137-173(in Persian).

