

Prediction of academic vitality based on life expectancy, happiness and meaning in students

Hassan Shadkam: PhD Student in Educational Psychology, Islamic Azad University of Arak, Arak, Iran.

Firoozeh Zanganeh*: Faculty member, Department of Psychology, Islamic Azad University of Arak, Arak, Iran.

Abolghasem Yaghoobi: Faculty member, Department of Psychology, Faculty of Economics and Social Sciences, Bu- Ali Sina University, Hamadan, Iran.

Zabih Pirani: Faculty member, Department of Psychology, Islamic Azad University of Arak, Arak, Iran.

Hossein Mohagheghi: Faculty member, Department of Psychology, Faculty of Economics and Social Sciences, Bu-Ali Sina University, Hamadan, Iran.

Abstract

Purpose: The aim of this study was to predict academic vitality based on life expectancy, happiness and meaning in female high school students.

Method: The research method was descriptive and correlational. The statistical population included all female high school students in Hamedan. The statistical sample of 370 people was selected by multi-stage cluster sampling. To collect data from the scales of academic vitality (Hossein Chari and Dehghani Zadeh, 2012), life expectancy (Hallajian, 2010), meaning of life (Estger et al., 2006) and Oxford happiness (Argyle et al., 1989) used. Pearson correlation and multiple regression in Spss-22 software were used to analyze the data.

Findings: The results showed the effect of life expectancy ($\beta = 0.03$, $p < 0.01$), happiness ($\beta = 0.07$, $p < 0.01$) and meaning ($\beta = 0.01$, $p < 0.01$) on academic vitality. It was positive and meaningful. According to the research findings, life expectancy, meaning and happiness have a positive effect on vitality. Given that these variables are positive constructs of psychology and can create freshness and vitality in the educational environment, so they have the ability to affect academic vitality.

Conclusion: Happiness and vitality are related and close variables, people who are happy and satisfied, work with energy and motivation in various fields of work and study and are less likely to be lazy and lazy, students who have high happiness have, this happiness is largely affected by their academic satisfaction, academic satisfaction also causes more effort and interest in doing academic assignments.

Keywords: Life Expectancy, Academic Buoyancy, Happiness, Meaning of life.

***Corresponding author:** Faculty member, Department of Psychology, Islamic Azad University of Arak, Arak, Iran.

Email: F-zanganeh@iau-arak.ac.ir

Prediction of academic vitality based on life expectancy, happiness and meaning in students

Purpose: One of the main tasks of education in any country is to cultivate students' talents and prepare them for active participation in society. Therefore, the education and training of people is necessary in order to take up various jobs, and the issue of success or failure in education is one of the most important concerns of the education system in all societies. The success and academic progress of students shows the success of the educational system in the field of goal setting and attention to individual needs. Therefore, the educational system can be considered efficient and successful when the academic progress of its students is the highest at different levels (Sarah, Paul, Lisa 2013). On the other hand, schools and other educational environments are places where academic challenges, obstacles and pressures are the reality of academic sustainability; And the researches clearly support this. One of the important challenges in the field of improving the quality of education and the success of students in education is creating motivation in them and one of the most important indicators is the academic vitality of students. Therefore, the aim of the current research was to predict academic vitality based on life expectancy, happiness and meaning in secondary school female students.

Materials and methods: The research method was descriptive and correlational. The statistical population included all female students of the second secondary school in Hamedan city, and a statistical sample of 370 people was selected by multi-stage cluster sampling method. To collect data from the scales of academic vitality (Hosseinchari and Dehghanizadeh, 2011), life expectancy (Halajian, 2019), the meaning of life (Steger et al., 2006) and Oxford happiness (Argyle et al., 1989) used. For data analysis, Pearson's correlation and multiple regression were used in Spss-22 software.

Findings: The results showed the effect of life expectancy ($\beta = 0.01$, $p < 0.33$), happiness ($\beta = 0.01$, $p < 0.27$) and meaning ($\beta = 0.01$, $p < 0.31$). It was positive and meaningful on academic vitality. According to research findings, life expectancy, meaning and happiness have a positive effect on vitality. Considering that these variables are positive psychological constructs and can create freshness and vitality in the academic environment, therefore they have the ability to influence academic vitality. life expectancy with a standardized regression coefficient of 0.33 and a significance level of 0.01, meaning in life with a standardized regression coefficient of 0.31 and a significance level of 0.01, and happiness with a standardized regression coefficient of 0.27 and a significance level of 0.10/ had a significant role in predicting academic vitality. According to these results, it can be said that predictor variables (hope for life, meaning and happiness) can significantly predict students' academic vitality.

Conclusion: Happiness and vitality are related and close variables, people who are happy and satisfied, work with energy and motivation in various fields of work and study and are less likely to be lazy and lazy, students who have high happiness have, this happiness is largely affected by their academic satisfaction, academic satisfaction also causes more effort and interest in doing academic assignments. It can also be said that happiness is a personal attitude and perception about the pleasantness of life. Also, happiness has a background of positive emotions such as satisfaction, satisfaction and pleasure. The feeling of happiness, on the one hand, avoids fear, hostility, and depression, and on the other hand, it causes human relations, especially with peers, teachers, and family, and success in academic matters. Therefore, people with higher happiness have a more pleasant and pleasant feeling in life and are more successful in their academic life, which increases their academic vitality. In general, according to the findings, it can be said that hope increases the motivation and positive feeling in people, that this motivation and positive mental atmosphere is effective in creating happiness, on the other hand, happiness reduces anxiety, depression and diseases caused by Academic stress, physical health,

participation in group activities (Post 2005) have a significant relationship, therefore increasing happiness can improve well-being and vitality. Based on this, happiness can play a mediating role in the relationship between life expectancy and academic vitality.

Keywords: life expectancy, academic vitality, happiness, meaning of life.

مجله‌ی توسعه‌ی آموزش جندی شاپور
فصلنامه‌ی مرکز مطالعات و توسعه‌ی آموزش علوم پزشکی
سال سیزدهم، ویژه نامه ۱۴۰۱

پیش بینی سرزندگی تحصیلی بر اساس امید به زندگی، شادکامی و معنا در دانش آموزان

حسن شادکام: دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی، دانشگاه آزاد اسلامی اراک، اراک، ایران.
فیروزه زنگنه مطلق*: عضو هیئت علمی، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی اراک، اراک، ایران.
ابوالقاسم یعقوبی: عضو هیئت علمی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم اقتصادی و اجتماعی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران.
ذبیح پیرانی: عضو هیئت علمی، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی اراک، اراک، ایران.
حسین محقق: عضو هیئت علمی، گروه روانشناسی، دانشکده علوم اقتصادی و اجتماعی، دانشگاه بوعلی سینا، همدان، ایران.

چکیده

هدف: هدف پژوهش حاضر پیش بینی سرزندگی تحصیلی بر اساس امید به زندگی، شادکامی و معنا در دانش آموزان دختر دوره متوسطه بود.

روش کار: روش تحقیق توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری شامل کلیه دانش آموزان دختر دوره متوسطه دوم شهر همدان بود که نمونه آماری به حجم ۳۷۰ نفر با روش نمونه‌گیری خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شد. برای گردآوری داده‌ها از مقیاس‌های سرزندگی تحصیلی (حسین‌چاری و دهقانی‌زاده، ۱۳۹۱)، امید به زندگی (حلاجیان، ۱۳۸۹)، معنای زندگی (استنغر و همکاران، ۲۰۰۶) و شادکامی آکسفورد (آرگایل و همکاران، ۱۹۸۹) استفاده شد. برای تحلیل داده‌ها از همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه در نرم افزار SPSS 22 استفاده شد.

نتایج: نتایج نشان داد اثر امید به زندگی ($\beta = 0/33, p < 0/01$)، شادکامی ($\beta = 0/27, p < 0/01$) و معنا ($0/01$)، $p < 0/31$ بر سرزندگی تحصیلی مثبت و معنادار بود. طبق یافته‌های پژوهش امید به زندگی، معنا و شادکامی بر سرزندگی اثر مثبتی دارند. با توجه به اینکه این متغیرها از سازه‌های مثبت روان‌شناختی هستند و می‌توانند در محیط تحصیلی شادابی و نشاط ایجاد کنند از این رو توان اثرگذاری بر سرزندگی تحصیلی را دارند. **نتیجه‌گیری:** شادکامی و سرزندگی از متغیرهای مرتبط و نزدیک به هم هستند، افرادی که شادکام و خرسند هستند، در زمینه‌های مختلف کاری و تحصیلی با انرژی و انگیزه تلاش می‌کنند و کمتر دچار سستی و تنبلی می‌شوند، دانش آموزانی که شادکامی بالایی دارند، این شادکامی تا حدود زیادی متاثر از رضایت تحصیلی آنان است، رضایت تحصیلی هم موجب تلاش بیشتر و علاقمندی برای انجام تکالیف تحصیلی می‌گردد.

واژگان کلیدی: امید به زندگی، سرزندگی تحصیلی، شادکامی، معنای زندگی.

***نویسنده مسؤول:** عضو هیئت علمی، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی اراک، اراک، ایران.

Email: F-zanganeh@iau-arak.ac.ir

مقدمه

است عواملی را که موجب افزایش توانایی فرد، در مقابله با این موانع و چالش‌ها شده و بر سرزندگی تحصیلی وی می‌افزایند، شناسایی شوند. از جمله عوامل پیش‌بینی کننده سرزندگی تحصیلی، عوامل روانی هستند (چولی لی بانه و جنونگ ۲۰۱۴). از میان پیشایندهای روانشناختی می‌توان به معنای زندگی اشاره کرد. نگرانی درباره معنا و هدف زندگی یکی از ویژگی‌های بشر به عنوان یک موجود متفکر و کاوشگر است. انسان همواره یک میل قوی برای درک خود و دنیای اطراف خود داشته و به منظور حمایت از این میل، فعالیت‌های رفتاری و شناختی متعدد و متنوعی انجام داده است (بکنکامپ گروتف بلومرز و تامیکا ۲۰۱۴). افراد زمانی که معنا را در زندگی تجربه می‌کنند، خود و جهان بیرونی را یگانه و منحصر به فرد یافته و هر آنچه را که سعی دارند در زندگی انجام دهند به خوبی می‌شناسند (هیگینز ۲۰۰۰). به همین دلیل، انسان‌ها در پی یافتن معنی زندگی خویش هستند؛ اما این معنا را با درجات و میزان متفاوتی از فعالیت جستجو می‌کنند.

درواقع، تلاش برای یافتن معنایی در زندگی، نیرویی اولیه است نه نمودی ثانوی که از تحریک غرایز سرچشمه گرفته باشد. این معنا برای هر فرد ویژه و یکتاست و فقط اوست که باید و شاید آن را انجام می‌دهد و در این صورت است که این نیروی معناجویی یا معناخواهی وی را راضی خواهد کرد (استگر کشدان سالیوان و لورنتز ۲۰۰۸). همانطور که می‌گوید، معناداری به اشخاص اجازه می‌دهد رویدادها را تفسیر کنند و با توجه به نحوه زندگی و خواسته‌هایشان، برای خویشتن ارزش‌هایی تدارک ببینند. معناداری یعنی ارزشداری و ارزشگذاری و آنگاه که بازندگی همراه باشد، به ارزشداری و ارزشگذاری زندگی معنا می‌شود و اگر زندگی انسان برخوردار از ارزش واقعی مثبتی بوده و به خیر و صلاح او باشد، معنادار است (چو و همکاران ۲۰۱۴). بدین ترتیب، معنا جویی را نه تنها می‌توان تجلی واقعی انسان بودن بشر دانست، بلکه یک معیار برای بهداشت و سلامت روان نیز هست (یالوم ۲۰۱۵). پژوهش‌های متعددی که در این زمینه انجام

از وظایف اصلی آموزش و پرورش در هر کشوری، پرورش استعدادهای دانش‌آموزان و آماده کردن آنها برای شرکت فعال در جامعه است؛ بنابراین تعلیم و تربیت افراد به منظور تصدی امور مختلف ضروری می‌نماید و مسئله موفقیت یا عدم موفقیت در امر تحصیل از مهمترین دغدغه‌های نظام آموزشی در تمامی جوامع است. موفقیت و پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان نشان دهنده موفقیت نظام آموزشی در زمینه هدفیابی و توجه به نیازهای فردی است. لذا نظام آموزشی را زمانی می‌توان کارآمد و موفق دانست که پیشرفت تحصیلی دانش‌آموزان آن در مقاطع مختلف، بیشترین و بالاترین رقم را داشته باشد (ساراه، پل، لیزا ۲۰۱۳). از طرفی مدارس و دیگر محیط‌های آموزشی مکان‌هایی هستند که در آنها چالش‌های تحصیلی، موانع و فشارها، حقیقت‌پایدار زندگی تحصیلی هستند؛ و پژوهش‌های انجام شده به طور واضح این امر را حمایت می‌کنند. یکی از چالش‌های مهم در زمینه ارتقای کیفیت آموزش و موفقیت دانش‌آموزان در تحصیل، ایجاد انگیزه در آنها و یکی از مهمترین شاخص‌های آن، سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان است (اکبری بورنگ و رحیمی بورنگ ۱۳۹۵).

سرزندگی تحصیلی، توانایی و استعدادی که است موجب سازگاری افراد در برابر موانع، سختی‌ها و فشارها در حیطه تحصیلی می‌شود. سرزندگی تحصیلی به عنوان یکی از مؤلفه‌های بهزیستی و شاخص معنی‌دار سلامت ذهنی در بسیاری از نظام‌های پژوهشی مطرح است. سرزندگی تحصیلی را به توانایی موفقیت‌آمیز دانش‌آموزان در برخورد با چالش‌های تحصیلی که در مسیر زندگی تحصیلی معمول هستند، تعریف می‌کنند (مارتین و مارش ۲۰۱۹).

از آنجا که زندگی تحصیلی، یکی از مهمترین دوره‌های زندگی افراد (به خصوص نوجوان و جوانان) محسوب می‌شود و با چالش‌ها و موانع متعددی از قبیل استرس زیاد، نمرات ضعیف و کاهش انگیزش روبه‌رو است، لازم

کرده‌اند. امید تحصیلی نوعی باور یا انتظار تحصیلی است، باوری که به واسطه آن فرد انتظار دارد که در تحصیل خود به نتایج مثبتی دست یابد (دوبیس، استفان، اسکیدمور و گوئدس ۲۰۲۰). بررسی و مطالعه بیش از ۲۰ سال پژوهش در زمینه امید بیانگر این امر است که دانش‌آموزان امیدوارتر در تحصیل و زندگی، نسبت به سایر دانش‌آموزان عملکرد بهتری را نشان می‌دهند و از سرزندگی تحصیلی بالاتری برخوردارند (قنبریان، پرموز و رجبزاده ۱۳۹۵). نتایج پژوهش بیان‌فر (۱۳۹۷) نشان داد که امید یکی از متغیرهای تأثیرگذار بر روی خودکارآمدی تحصیلی، سرزندگی تحصیلی و بهزیستی است. همچنین صدوقی و حسامپور (۱۳۹۸) در پژوهشی نشان دادند که بین امید و سرزندگی تحصیلی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد. نتایج پژوهش رامل و کوسن نیز نشان داد که افراد دارای سرزندگی تحصیلی بالاتر، انگیزش تحصیلی بالاتری دارند، به آینده تحصیلی خود امیدوارترند و خودکارآمدی بالاتری را احساس می‌کنند (لاتان ۲۰۲۰).

عوامل بسیاری با سرزندگی تحصیلی رابطه دارند که یکی از آنها شادکامی است. شادکامی یکی از مفاهیم اساسی در روانشناسی مثبت‌نگر است که خود یکی از شاخه‌های نوین روانشناسی می‌باشد. روانشناسی مثبت‌نگر افق تازه‌ای را روی روانشناسان و پژوهشگران گشوده و در این شاخه از روانشناسی به جای تأکید بر شناسایی و مطالعه کمبودهای روانی و کاستی‌های رفتاری و ترمیم یا درمان آنها، به شناخت و ارتقاء وجوه مثبت و نقاط قوت انسان تأکید می‌شود (کولی مارتین، مال‌برگ هال و گینز ۲۰۱۵). شادکامی درجه و میزانی احساسی است که فرد با آن کیفیت کلی زندگی خود را به عنوان یک زندگی کاملاً مطلوب مورد قضاوت قرار می‌دهد. شادکامی مولد انرژی، شور و نشاط است و همچون سپری انسان را در برابر فشارهای روانی محافظت می‌کند (پیکوراس، کانه، ورا-ویلاول، ون استراتن و کوئیپرس ۲۰۱۱). شادکامی نتیجه قضاوت و داوری انسان درباره چگونگی گذراندن زندگی است. بنابراین شادکامی به نگرش و ادراک شخصی مبتنی

شده‌اند، ارتباط معنای زندگی را با جنبه‌های روانشناختی، اجتماعی و تحصیلی مورد تأکید قرار به بررسی داده‌اند. برای مثال چو و همکاران (۲۰۱۴) رابطه معنای زندگی و سازگاری تحصیلی با نقش واسطه‌ای مقابله مسئله محور و پذیرش خود در دانش‌آموزان دبیرستانی کره پرداختند. نتایج پژوهش آنان بیانگر این امر بود که معنای زندگی به صورت مستقیم بر سازگاری تحصیلی دانش‌آموزان تأثیرگذار است. همچنین مطالعه دلافاهه (۲۰۲۰)، نشان داد که بین معنای زندگی در زنان با میزان امید، شادی و رضایت از زندگی آنان، همبستگی مثبت و معنادار وجود دارد.

یکی دیگر از عوامل تأثیرگذار که در سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان نقش مهمی دارد، امید تحصیلی است. امید یک ظرفیت شناختی است (باران اولادی اعتمادی و کرمی ۱۳۹۶). امید به عنوان ظرفیت و توانایی ادراک از طریق مشتق ساختن راه‌ها برای رسیدن به اهداف مورد نظر تعریف شده است که برای شخص، انگیزه می‌سازد تا با استفاده از این ادراک به تغییرات مورد نظر دست پیدا کند (لوریا ۲۰۰۵). امید، مجموعه‌ای شناختی است که مبتنی بر احساس موفقیت ناشی از منابع گوناگون، انرژی معطوف به هدف و مسیرها یا به عبارتی برنامه‌ریزی برای دستیابی به هدف است. بر اساس پژوهش‌های (هالبرت، استوری و ویلسون ۲۰۱۵؛ ماریونا و آیدا ۲۰۲۱؛ یوری، درتاج و اسدزاده ۱۳۹۶) داشتن امید در زندگی می‌تواند به کاهش مشکلات سازگاری در افراد شود. افراد که امیدوارترند از زندگی رضایت بیشتری دارند. داشتن امید، می‌تواند به عنوان یک عامل پیشگیری در افراد به حساب بیاید و همچنین افراد امیدوار با محیط استرس‌زا بهتر کنار می‌آیند. امید یک ظرفیت شناختی است که مبتنی بر یک احساس متقابل برآمده از تعیین هدفمند هدف‌ها و مسیر رسیدن به اهداف است (چنا، هوبنر و تیان ۲۰۲۰). اهمیت امید برای فعالیت‌های تحصیلی تا آنجا است که صاحب نظرانی چون اسناید، رند و سیگمون مفهومی به نام امید تحصیلی را مطرح

مواد و روش ها

روش این تحقیق توصیفی و از نوع همبستگی بود. جامعه آماری دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم شهر همدان به تعداد ۹۹۸۶ نفر بود که تعداد ۳۷۰ نفر به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای با رعایت نسبت ترکیب مدارس مناطق مختلف شهری، به عنوان نمونه آماری انتخاب شدند. حجم نمونه آماری با توجه به نوع روش تحقیق و حجم جامعه بر اساس جدول مورگان ۳۸۴ نفر انتخاب شد و ۱۴ مورد از پرسش‌نامه‌ها ناقص بوده و کنار گذاشته شد. در پژوهش حاضر جهت گردآوری داده‌ها از ابزارهای زیر استفاده شد.

پرسشنامه سرزندگی تحصیلی (ABQ): این مقیاس توسط حسین چاری و دهقانی‌زاده (۱۳۹۱) با الگوگیری از مقیاس سرزندگی تحصیلی مارتین و مارش (۲۰۰۶)، ساخته شده و دارای ۹ گویه است. نمره گذاری مقیاس بر اساس طیف ۵ درجه‌ای لیکرت، از کاملاً مخالف (۱) تا کاملاً موافق (۵) اختصاص یافته است. پایایی مقیاس توسط حسین چاری و دهقانی‌زاده (۱۳۹۱) بررسی و ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۰ و ضریب باز آزمایی ۰/۷۳ بدست آمده که بیانگر برخورداری آزمون از پایایی مناسب است. همچنین بررسی روایی درونی مقیاس نشان داد دامنه همبستگی گویه‌ها با نمره کل بین ۰/۵۱ تا ۰/۶۸۸ بدست آمد. به منظور بررسی ساختار عاملی (روایی‌سازه) پرسشنامه از تحلیل مولفه اصلی استفاده شد که نتایج نشان داد گویه‌ها بار عاملی بالای ۰/۴ داشته و در کل ۹ گویه ۳۷ درصد واریانس سازه سرزندگی را تبیین کردند. در پژوهش حاضر همسانی درونی به روش آلفای کرونباخ برای مقیاس ۰/۸۶ به دست آمد.

پرسشنامه معنای زندگی (MLQ): این مقیاس توسط استگر، فریزر ایشی و کالر (۲۰۰۶) ساخته شده و ۱۰ گویه در طیف هفت درجه‌ای لیکرت از کاملاً نادرست (۱) تا کاملاً درست (۷) دارد. مقیاس دارای دو مولفه وجود معنا و جستجوی معناست. پژوهش‌ها نشان دهنده اعتبار و ثبات نمره‌های پرسشنامه و روایی همگرا (با مقیاسهای

است و به حالتی مطبوع و دلیپذیر دلالت دارد که از تجربه‌های مثبت ناشی می‌شود (جرمیستی پارسرت و سریاکل ۲۰۲۰).

نتایج پژوهش‌های مختلف نیز اثرات پیشایندهای مختلف در سرزندگی تحصیلی را بررسی کرده‌اند که به اختصار به برخی از این پژوهش‌ها اشاره می‌شود: شادکامی و رفتارهای مثبت در حوزه تحصیلی (کولمار لیم کانر و مارتین ۲۰۱۹؛ پیکوراس و همکاران ۲۰۱۱)؛ شادکامی، معنا و روانشناسی مثبت (اویشی و همکاران ۲۰۲۰)؛ انگیزه تحصیلی و ارتباط آن با پیشرفت تحصیلی و سرزندگی تحصیلی (مارتین و مارش ۲۰۱۹)؛ امید به زندگی و سرزندگی تحصیلی (فرتیس و پاریش ۲۰۰۵)؛ یآوری در تاج و اسدزاده (۱۳۹۶). همان‌گونه که پژوهش‌ها نشان می‌دهند برخورداری از سرزندگی تحصیلی و همچنین تلاش برای کسب موفقیت، نیاز به داشتن روحیه شاد و هدف و معنا نسبت به زندگی دارد، که نشان از اهمیت متغیرهای پژوهش حاضر در حوزه تحصیل دارد. با این وجود، پژوهشی در ایران درباره ارتباط سازه‌های روانشناسی مثبت از جمله معنا، امید به زندگی و شادکامی با سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان در ابتدای مسیر است و کمبود پژوهشی در این حوزه پژوهشی در جامعه احساس می‌شود لذا پژوهش حاضر از اهمیت و ضرورت بالایی برخوردار می‌باشد. شناسایی پیشایندها و عوامل تأثیرگذار بر سرزندگی تحصیلی و ظرفیت دانش‌آموزان در برخورد با چالش‌ها و موانع تحصیلی به ویژه در نوجوانی امری ضروری به نظر می‌رسد. به علاوه، این پژوهش از آن جهت اهمیت دارد که شناسایی پیشایندهای سرزندگی تحصیلی می‌تواند برای معلمان و مشاوران در تدوین برنامه‌های مختلف جهت افزایش سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان مفید باشد. با توجه به اهمیت سرزندگی تحصیلی برای دانش‌آموزان و همچنین شادکامی، معنا در زندگی و امید به زندگی، لذا هدف اصلی تحقیق پیش‌بینی سرزندگی تحصیلی بر اساس امید به زندگی، شادکامی و معنا در دانش‌آموزان بود.

کرده‌اند. آرگایل و همکاران (۱۹۸۹) با تحقیق روی ۳۴۷ آزمودنی، ضریب آلفای ۰/۹۰ را به دست آوردند. همچنین فرانسویس در یک بررسی میان فرهنگی در کشورهای انگلیس آمریکا- استرالیا- کانادا به ترتیب ضریب آلفای ۰/۸۹، ۰/۹۰، ۰/۸۹، ۰/۸۹ را گزارش کرد. برای بررسی روایی این پرسشنامه آرگایل و همکاران (۱۹۸۹) از دانشجویان خواستند تا دوستانشان را بر اساس یک مقیاس ده درجه ای از شادکامی درجه بندی کنند که همبستگی میان درجه بندی و پرسشنامه شادکامی آکسفورد، ۰/۴۳ بود. فرخی و سبزی (۱۳۹۲) نیز در پژوهش خود ضریب اعتبار این پرسشنامه را ۰/۹۴ و روایی آن را به روش تحلیل عاملی تاییدی بررسی کردند که نتایج روایی سازه را تایید کرد. در پژوهش حاضر نیز ضریب همسانی درونی به روش آلفای کرونباخ ۰/۹۴ به دست آمد.

از نظر اخلاقی نیز محرمانه بودن اطلاعات و آزادی شرکت در پژوهش لحاظ گردید. داده‌های این پژوهش با استفاده از شاخص‌های آمار توصیفی شامل جدول‌های توزیع فراوانی، میانگین و انحراف معیار مورد بررسی قرار گرفت. فرضیه پژوهش با استفاده از آزمون‌های آماری همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه به روش همزمان در نرم افزار Spss22 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. در این پژوهش موازین اخلاقی شامل اخذ رضایت آگاهانه، تضمین حریم خصوصی و رازداری رعایت شد. همچنین زمان تکمیل پرسشنامه ها ضمن تأکید به تکمیل تمامی سؤال ها، شرکت کنندگان در مورد خروج از پژوهش در هر زمان و ارائه اطلاعات فردی مختار بودند و به آنها اطمینان داده شد که اطلاعات محرمانه میماند و این امر نیز کاملاً رعایت شد. پژوهش حاضر با کد اخلاق IR.IAU.TMU.REC.1400.431 ثبت شد.

یافته ها

شرکت کنندگان پژوهش حاضر ۳۷۰ نفر از دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه دوم شهر همدان با میانگین و انحراف استاندارد سنی (۱۶/۳۸±۲/۷۱) بودند.

رضایت از زندگی و عاطفه مثبت) و افتراقی (افسردگی، عاطفه منفی) آن هستند (استگر و شین ۲۰۱۰). همسانی درونی مقیاس با استفاده از ضرایب آلفای کرونباخ بین ۰/۸۲ تا ۰/۸۷ بدست آمده است (استگر و همکاران ۲۰۰۶) و در فاصله زمانی یک ماهه اعتبار بازآزمایی مناسب (۰/۷۰) برای زیرمقیاس حضور و ۰/۷۳ برای زیرمقیاس جستجو) بدست آمده است (استگر و همکاران، ۲۰۰۶). مصر آبادی، استوار و جعفریان (۱۳۹۲) در پژوهش خود با استفاده از تحلیل عامل تاییدی، شاخص‌های برازش قابل قبولی را برای این مقیاس گزارش کردند. در پژوهش حاضر نیز ضریب همسانی درونی به روش آلفای کرونباخ ۰/۷۶ به دست آمد.

پرسش نامه امید به زندگی (ELQ): این پرسش نامه

توسط حلاجیان (۱۳۸۹) تهیه شده است. پرسش نامه امید به زندگی مشتمل بر ۳۳ ماده در طیف سه درجه‌ای لیکرت است. حداقل نمره ۳۳ و حداکثر نمره در این مقیاس ۹۹ است، هر چه فرد نمره بالاتری کسب کند نشان دهنده امید به زندگی بیشتر است. شیوه نمره گذاری پرسشنامه بدین صورت است که به گزینه هرگز نمره ۳، تقریباً نمره ۲، کاملاً نمره ۱ تعلق می‌گیرد. پایایی مقیاس با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ برای کل نمونه، آزمودنی‌های دختر و آزمودنی‌های پسر به ترتیب ۰/۸۹، ۰/۹۴، ۰/۹۲ بود. پایایی به روش بازآزمایی ۰/۹۲ بدست آمده و روایی محتوایی به تایید متخصصان رسیده است (حلاجیان ۱۳۸۹). در پژوهش حاضر همسانی درونی به روش آلفای کرونباخ برای مقیاس ۰/۷۰ به دست آمد.

پرسشنامه شادکامی آکسفورد (OHQ): این ابزار

توسط آرگایل، مارتین و کروسلند (۱۹۸۹) ساخته شده و شامل ۲۹ سوال است که پاسخ‌ها در یک مقیاس ۴ درجه‌ای از صفر (اصلاً) تا ۳ (زیاد)، نمره گذاری می‌شوند و جمع نمرات ۲۹ گویه، نمره کل را تشکیل می‌دهد. روایی و پایایی پرسشنامه مورد تایید پژوهشگران مختلف قرار گرفته است. از جمله عابدی و همکاران (۱۳۹۵)، ضریب آلفای ۰/۹۳ و ضریب همبستگی بازآزمایی را ۰/۶۴ گزارش

ابتدا میانگین و انحراف معیار متغیرها بررسی شد. نرمال بودن توزیع بررسی شد که نتایج آن همراه میانگین همچنین آماره کجی و کشیدگی متغیرها نیز جهت بررسی و انحراف معیار متغیرها در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. نتایج میانگین، انحراف معیار و کجی و کشیدگی

Table1. Mean results, standard deviation and skew and elongation

شاخص‌ها	میانگین	انحراف معیار	کجی	کشیدگی
امید	۳۱/۳۶	۶/۶۳	۰/۳۹	۰/۰۶
معنا	۵۵/۸۴	۷/۹۸	-۰/۹۰	۰/۲۵
شادکامی	۵۰/۸۷	۱۶/۴۱	۰/۰۳	-۰/۳۹
سرزندگی تحصیلی	۳۲/۷۸	۶/۹۷	-۰/۹۰	۰/۰۴

در بررسی نرمال بودن توزیع متغیرها بر اساس نتایج جدول ۱ دامنه کجی و کشیدگی بین متغیرها در بازه +۱ و -۱ قرار دارد که نشان می‌دهد متغیرهای تحقیق دارای توزیع نرمال هستند. در ادامه همبستگی بین متغیرها محاسبه شد که نتایج آن در جدول شماره ۲ ارائه شده است.

جدول ۲. ماتریس همبستگی متغیرهای پژوهش

Table2. Correlation matrix of research variables

متغیر	۱	۲	۳	۴
۱- امید به زندگی	-			
۲- معنا	۰/۳۴***	-		
۳- شادکامی	۰/۴۲***	۰/۴۳***	-	
۴- سرزندگی تحصیلی	۰/۵۱***	۰/۵۲***	۰/۴۸***	-

*P < ۰/۰۵, **P < ۰/۰۱

نتایج نشان داد عدم هم خطی بین متغیرها برقرار است (دامنه VIF کمتر از ۳ و تحمل بالاتر از ۰/۱ بدست آمد). برای بررسی پیش‌بینی سرزندگی تحصیلی بر اساس امید به زندگی، معنای زندگی و شادکامی از تحلیل رگرسیون چندگانه به روش همزمان استفاده شد که در جدول ۳ نتایج آن ارائه شده است.

در جدول ۲ ماتریس همبستگی بین متغیرها ارائه شده است. چنانچه در جدول مشاهده می‌شود، بین همه متغیرها همبستگی معناداری وجود دارد. برای بررسی استقلال خطاها از آزمون دوربین- واتسون استفاده شد که نتایج نشان از عدم همبستگی بین خطاها دارد (D.W=۱/۹۴). دامنه بین ۱/۵ تا ۲/۵ قابل قبول است). برای بررسی هم خطی چندگانه بین متغیرهای پیش‌بین از عامل تورم واریانس (VIF) و تحمل (Tolerance) استفاده شد که

جدول ۳. جدول آنوا برای بررسی معناداری مدل رگرسیونی

Table 3. ANOVA table to examine the significance of the regression model

منبع تغییر	درجه آزادی	مجموع مربعات	میانگین مربعات	F آماره	P	R	R2
رگرسیون	۳	۱۴۷۲۸/۵۳	۴۹۰۹/۵۱	۹۱/۶۸	۰/۰۰۱	۰/۶۵	۰/۴۲
باقیمانده	۳۶۶	۱۹۵۹۸/۰۸	۵۳/۵۴				
مجموع	۳۶۹	۳۴۳۲۶/۶۱	-				

تبیین شود. میزان معناداری F با درجه آزادی ۶ و ۳۶۳ کمتر از میزان ۰/۰۱ محاسبه شده است که این امر بیانگر این است که مدل رگرسیونی معنا دار است ($p < ۰/۰۱$) و $(F = ۹۱/۶۸)$.

بر اساس اطلاعات جدول ۳، شدت همبستگی بر اساس مقدار ضریب همبستگی چندگانه برابر با ۰/۶۵ می‌باشد. مجذور R برابر ۰/۴۲ می‌باشد، که نشان می‌دهد ۴۲ درصد از تغییرات متغیر ملاک یعنی سرزندگی تحصیلی، می‌تواند توسط امید به زندگی، معنا و شادکامی

جدول ۴. ضرایب رگرسیون تأثیر امید به زندگی، معنا و شادکامی بر سرزندگی تحصیلی

Table 4. Regression coefficients of the impact of life expectancy, meaning and happiness on academic vitality

سطح معنی داری	T	Beta ضریب استاندارد	ضرایب غیر استاندارد		عامل
			خطای استاندارد	B	
۰/۰۰۱	۱۱/۷۳	-	۲/۰۱	۲۳/۶۶	مقدار ثابت
۰/۰۰۱	۷/۴۲	۰/۳۳	۰/۰۵	۰/۳۶	امید به زندگی
۰/۰۰۱	۷/۱۹	۰/۳۱	۰/۰۶	۰/۴۲	معنا
۰/۰۰۱	۵/۷۸	۰/۲۷	۰/۰۴	۰/۲۸	شادکامی

در تبیین اثر معنا بر سرزندگی تحصیلی نیز بر اساس پژوهش اویشی و همکاران (۲۰۲۰) می‌توان بیان کرد که وقتی دانش‌آموز برای زندگی خود معنا و مفهومی ارزشمند در نظر داشته باشد متناسب با آن معانی فعالیت و تلاش می‌کند و برای دستیابی به اهداف زندگی خود با شور و هیجان تلاش می‌کند، دانش‌آموزی که آینده‌ی مثبتی برای تحصیل خود در نظر دارد و می‌داند چرا تحصیل می‌کند و در سرانجام تحصیل خود، چه موقعیت‌هایی در انتظارش است، با انگیزش و علاقه تکالیف مربوط به تحصیل خود را انجام می‌دهد، در پی مطالعه و کسب دانش و مهارت است و به طور کلی در مسائل درسی، سرزندگی و شادی و نشاط و انرژی دارد. بنابراین معنای زندگی می‌تواند تا حدود زیادی سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان را تبیین کند.

نتایج نشان داد که امید به زندگی توان پیش‌بینی سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان را دارد. این یافته با نتایج لاتان (۲۰۲۰)، چن و همکاران (۲۰۲۰)، باران اولادی اعتمادی و کرمی (۱۳۹۱)، یآوری درتاج و اسدزاده (۱۳۹۶) و قنبریان و رجب‌زاده (۱۳۹۵) همخوانی دارد. در همین راستا می‌توان گفت که روانشناسی مثبت‌نگر با ارائه راهکارهایی چون خوشبینی، افزایش امید، مقابله با افکار ناکارآمد و مزاحم، ازبیین بردن افکار منفی و تقویت روحیه

با توجه به اطلاعات جدول ۴، از متغیرهای پیش‌بین در نظر گرفته شده، امید به زندگی با ضریب رگرسیونی استاندارد شده ۰/۳۳ و سطح معناداری ۰/۰۱، معنا در زندگی با ضریب رگرسیونی استاندارد شده ۰/۳۱ و سطح معناداری ۰/۰۱ و شادکامی با ضریب رگرسیونی استاندارد شده ۰/۲۷ و سطح معناداری ۰/۰۱ نقش معناداری در پیش‌بینی سرزندگی تحصیلی داشتند. با توجه به این نتایج می‌توان گفت که متغیرهای پیش‌بین (امید به زندگی، معنا و شادکامی) به طور معناداری توان پیش‌بینی سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان را دارند.

بحث و نتیجه گیری

هدف از پژوهش جاری، پیش‌بینی سرزندگی تحصیلی بر اساس معنای زندگی، امید به زندگی و شادکامی بود. نتایج بررسی نشان داد که معنای زندگی، امید به زندگی و شادکامی می‌توانند سرزندگی تحصیلی در دانش‌آموزان را پیش‌بینی کنند. این یافته با نتایج مارتین و مارش (۲۰۱۹)، دلافاوه (۲۰۲۰)، پیکوراس و همکاران (۲۰۱۱)، و قنبریان و همکاران (۱۳۹۵) همخوانی دارد.

(۲۰۱۱)، زاهد بابلان و کریمیان پور (۱۳۹۹) و ویسکرمی و یوسفوند (۱۳۹۷) همخوانی دارد. در تبیین این یافته می‌توان گفت شادکامی و سرزندگی از متغیرهای مرتبط و نزدیک به هم هستند، افرادی که شادکام و خرسند هستند، در زمینه های مختلف کاری و تحصیلی با انرژی و انگیزه تلاش می‌کنند و کمتر دچار سستی و تنبلی می‌شوند، دانش آموزانی که شادکامی بالایی دارند، این شادکامی تا حدود زیادی متاثر از رضایت تحصیلی آنان است، رضایت تحصیلی هم موجب تلاش بیشتر و علاقمندی برای انجام تکالیف تحصیلی می‌گردد. همچنین می‌توان گفت شادکامی نگرش و ادراک شخصی درباره مطبوع و دلپذیر بودن زندگی است. همچنین شادکامی دارای زمینه‌ای از عواطف مثبت مانند رضایت، خشنودی و لذت است. احساس شادکامی از یک سو باعث دوری از ترس، خصومت و افسردگی و از سوی دیگر باعث مردم‌آمیزی، روابط انسانی به ویژه با همسالان، معلمان و خانواده و موفقیت در مسائل تحصیلی می‌شود. بنابراین افراد دارای شادکامی بالاتر از زندگی احساس مطبوع‌تر و دلپذیرتری دارند و در زندگی تحصیلی موفق‌تر هستند که این عوامل باعث افزایش سرزندگی تحصیلی آنها می‌شود. در کل با توجه به یافته‌ها می‌توان گفت که امید باعث افزایش انگیزه و حس مثبت در افراد می‌شود که این انگیزه و جو روانی مثبت در خلق شادکامی موثر است، از طرفی شادکامی با کاهش اضطراب، افسردگی و بیماری‌های ناشی از استرس تحصیلی، سلامت جسمانی، شرکت در فعالیت‌های گروهی (پست ۲۰۰۵) رابطه معناداری دارد از این رو افزایش شادکامی می‌تواند موجب بهبود بهزیستی و سرزندگی باشد. بر این اساس شادکامی می‌تواند نقش واسطه‌ای در رابطه میان امید به زندگی با سرزندگی تحصیلی ایفا کند.

از جمله محدودیت‌های پژوهش می‌توان به خودگزارشی بودن ابزار و محدودیت تعامل با افراد نمونه اشاره کرد. محدودیت دیگر وضعیت روانشناختی افراد بر اثر قرنطینه بود که می‌تواند بر متغیرهای پژوهش اثرگذار باشد. پیشنهاد می‌گردد در تکرار پژوهش حاضر متغیرهای موثر بر

انعطاف‌پذیری در شرایط بحرانی و برنامه‌ریزی هدفمند برای آینده، به افزایش امید به زندگی در نوجوانان که در سنین حساسی هستند، کمک می‌کند. طبق نظر دوبیس (۲۰۲۰) امید یکی از سازه‌هایی است که به عنوان شاخص توانمندی در بهزیستی مثبت افراد مورد توجه قرار گرفته است. ناامیدی به عنوان علامت هسته‌ای افسردگی و کاهش سرزندگی یاد شده و ناامیدی هم فلج‌کننده اراده است و هم باعث تحمل ناپذیر شدن و میل به گریز از یک موقعیت می‌شود. امید یک هیجان انفعالی نیست که تنها در لحظات تاریک زندگی پدیدار می‌شود، بلکه فرآیندی شناختی است که افراد به وسیله آن فعالانه اهداف خود را دنبال می‌کنند. امید فرآیندی است که طی آن افراد اهداف خود را تعیین، انگیزه لازم برای به اجرا درآوردن راهکارها را ایجاد و در طول مسیر حفظ می‌کنند (چن و همکاران ۲۰۲۰). دانش‌آموزی که این ویژگی‌ها را داشته باشد سرزندگی بالاتری نیز دارد. امید به دنبال تحقق این هدف است که به دانش‌آموزان کمک کند تا هدف‌های روشنی را مشخص، طبقه‌بندی و مسیرهای متعددی را برای رسیدن به این هدف‌ها ایجاد کنند و آن‌ها را برانگیزد تا هدف‌ها را تعقیب کرده و مجدداً موانع را به عنوان چالش‌هایی برای غلبه بر آنها چارچوب‌بندی کنند، بنابراین آموزش امید اشتیاق به تحصیل و سرزندگی را در دانش‌آموزان ایجاد می‌کند. اگر دانش‌آموز در مدرسه طرز برخورد با مشکلات و ناکامی‌ها را فراگرفته باشد، و یاد گرفته باشد امید خود را در هر شرایطی حفظ کند، به آسانی دست از تلاش نکشیده و امیدوارانه به فعالیت و زندگی خود ادامه می‌دهد. نشاط و انبساط و سرزندگی نیز موجب شکوفایی استعدادها می‌شود و انسان شاداب، پویا و پرتحرک به زندگی امیدوار شده و برای رسیدن به اهداف خود سرسختانه تلاش می‌کند. بنابراین آنچه گفته شد منطقی است که امید به زندگی تحصیلی دانش‌آموزان موثر باشد.

یافته دیگر پژوهش نشان داد که شادکامی، توان پیش-بینی سرزندگی تحصیلی دانش‌آموزان را دارد. این یافته‌ها با نتایج کولمار و همکاران (۲۰۱۹)، پیکوراس و همکاران

Baumeister R D, Vohs K D, Aaker J L, et al. (2013). Some key differences between a happy life and a meaningful life. *The Journal of Positive Psychology*, Vol. 8, No. 1, Pp. 505–516.

Bekenkamp J, Groothof H, Bloemers W, et al. (2014). The relationship between physical health and meaning in life among parents of special needs children. *Eur J Psychol*; Vol. 10, No. 1, Pp.67-78.

Bronk K C, Hill P L, Lapsley D K, et al. (2009) Purpose, hope, and life satisfaction in three age groups. *J Posit Psychol*; Vol. 4, No. 6, Pp.500-10.

Chena J, Huebner E S & Tian L. (2020). Longitudinal relations between hope and academic achievement in elementary school students: *Behavioral engagement as a mediator*. *Learning and Individual Differences*, Vol. 78, No. 1, Pp. 110-120.

Cho E, Lee D, Lee J H, et al. (2014). Meaning in life and school adjustment: Testing the mediating effects of problem-focused coping and self-acceptance. *Procedia Soc Behav Sci*; Vol. 114, No. 1, Pp.777-81.

Cohen K & Cairns D. (2012). Is searching for meaning in life associated with reduced subjective wellbeing? Confirmation and possible moderators. *J Happiness Stud*; Vol. 13, No. 2, Pp.313-31.

Collie R, Martin A, Malmberg L, et al. (2015). Academic buoyancy, students' achievement, and the linking role of control: A cross-lagged analysis of high school students. *British Journal of Educational Psychology*, Vol. 85, No. 1, Pp. 113–130.

Delle Fave A. (2020). Meaning in life: structure, sources and relations with mental and physical health. *Acta Philosophica*, Vol. 29, No. 1, Pp.19-32.

سرزندگی مانند سطح اقتصادی خانواده‌ها و سطح کیفی مدارس به عنوان متغیرهای کنترل مورد بررسی قرار گیرد. با توجه به نتایج، پیشنهاد می‌گردد با برگزاری کارگاه‌های مختلف، نقش معنا، امید و شادکامی و اهمیت این سازه‌ها در محیط تحصیلی مورد توجه قرار گیرد.

از نقاط قوت پژوهش حاضر می‌توان به کاربردی، جامع و بروز بودن موضوع پژوهش اشاره کرد. همچنین از نقاط ضعف پژوهش می‌توان به محدود بودن جامعه آماری پژوهش اشاره کرد و در همین راستا پیشنهاد می‌شود این پژوهش با همین عنوان در جوامع دیگر نیز مورد بررسی و تحقیق قرار گیرد.

References

- Akbari Borang M, Rahimi Borang H. (2016). Explaining the vitality and academic motivation of students based on their perception of the learning environment in Birjand University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Medical Education*, Vol. 16, No. 1, Pp. 231-222. [In Persian].
- Alexander R, Aragon O, Bookwala J, et al. (2021). Morrison The neuroscience of positive emotions and affect: Implications for cultivating happiness and wellbeing. *Neuroscience and Bio Behavioral Reviews*, Vol. 121, No. 1, Pp., 220-249.
- 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* (pp.189-203). North-Holland: Elsevier.
- Baran Oladi S, Etemadi A, Karami Abolfazl. (2017). The effectiveness of hope therapy on the achievement motivation of second grade male students in Baharestan. *Knowledge and Research in Applied Psychology*, Vol. 13, No. 48, Pp.9-3. [In Persian].

- Mariona L, Aïda S. (2021). Happiness and life expectancy by main occupational position among older workers: Who will live longer and happy? *Population Health*, Vol. 13, No. 4, Pp.237-250.
- Misrabadi J, Ostvar N and Jafarian S. (2013). Structural and diagnostic validity of meaning in life questionnaire in students. *Journal of Behavioral Sciences*, Vol. 7, No. 1, Pp.90-83. [In Persian].
- Putwain D W, Wood P, Pekrun R. (2020). Achievement emotions and academic achievement: Reciprocal relations and the moderating influence of academic buoyancy. *Journal of Educational Psychology*, Vol. 8, No. 24, Pp.125-137.
- Sadoughi M, Hesampour F. (2019). The mediating role of happiness in the relationship between academic hope and self-efficacy with academic vitality. *Developmental Psychology*, Vol. 8, No. 9, Pp.30-21. [In Persian].
- Sarah M, Paul C, Lisa K. (2013). Well-being, Academic buoyancy and educational achievement in primary school student. *International Journal of Educational Research*, Vol. 62, No. 1, Pp.239-248.
- Statement F. (2018). The effectiveness of hope training based on hope therapy on beliefs of academic self-efficacy, academic vitality and psychological well-being of students. *Educational Leadership and Management*, Vol. 45, No. 1, Pp. 51-31. [In Persian].
- Steger M F, Frazier P, Oishi S, et al. (2006). The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *J Couns Psychol*, Vol. 53, No. 1, Pp.80.
- Strobel M, Tumasjan A, Spörrle M. (2011). Be yourself, believe in yourself, and be happy: Self-efficacy as a mediator between personality factors and subjective well-being. *Farrokhi I, vegetables N. (2013). Happiness and Perception of Family Communication Patterns: The Mediating Role of Psychological Capital, Transformational Psychology: Iranian Psychologists*, Vol. 43, No. 1, Pp. 323-313. [In Persian].
- Fritzsche B A, & Parrish T J. (2005). Theories and research on job satisfaction. *Career development and counseling: Putting theory and research to work*, Pp. 180-202.
- Ghanbarian M, Parmouz M and Rajabzadeh Z. (2016). The relationship between happiness and life expectancy in students of Behbahan University of Medical Sciences. *Journal of Principles of Mental Health*, Vol, 18, Special Issue of the Third International Conference on Psychology and Educational Sciences. Pp. 556-553. [In Persian].
- Higgins ET. (2000). Social cognition: learning about what matters in the social world. *Eur J Soc Psychol*; Vol. 30, No. 1, Pp.3-39.
- Hulbert N J, Storey L, Wilson K G. (2015). Psychological interventions for patients with cancer: psychological flexibility and the potential utility of acceptance and commitment therapy. *European journal of cancer care*. Vol. 24, No. 1, Pp. pp15-27.
- Jermsttiparsert K, Sriyakul T. (2020). Determinants of quality education in Asian countries: impact of social globalization, happiness and research and development, *Journal of Security and Sustainability Issues*, Vol. 9, No. 2, Pp.202-214.
- Lathan L. (2020). Inequalities in life expectancy: An analysis of 201 countries, 1950–2015. *Social Science & Medicine*. Vol. 253, No. 1, Pp. 112964.
- Louria D B. (2005) Extraordinary longevity: Individual and societal issues. *J Am Geriatr Soc* Vol. 53, No. 9, Pp. S317–S319.

Education, Vol. 10, No. 2, Pp.28-37. [In Persian].

Yalom I D. (2015). Existential psychotherapy. 4nded. New York: Ingram Publisher Services US.

Zahid Babalan A, Karimianpour Gh. (2020). The relationship between academic optimism and academic vitality with the mediating role of students' academic self-efficacy. *Journal of Educational Studies*, Vol. 22, No. 1, Pp. 149-170. [In Persian].

Scandinavian Journal of Psychology, 52(1), 43-48.

Tamir M, Schwartz S H, Oishi S, & et al. (2017). The secret to happiness: feeling good or feeling right? *Journal of Experimental Psychology*, Vol. 146, No. 1, Pp. 1448 –1459.

Wiskermi H A And Josephine L. (2018). Investigating the role of academic vitality and happiness in predicting the creativity of students of Lorestan University of Medical Sciences. *Research in Medical*