

تبیین مدل ساختاری شادکامی معلمان بر اساس خردمندی و بخشش

مسلم دانش پایه* | دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

عزت‌اله قدم‌پور | دانشیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران

فضل‌الله حسونند | دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

سجاد میریانی | دانشجوی کارشناسی ارشد روان‌شناسی تربیتی، دانشگاه لرستان، خرم‌آباد، ایران

چکیده

شادکامی، گمشده‌ی انسان معاصر و مطلوب مشترک همه‌ی انسان‌هاست. در این راستا، پژوهش حاضر با هدف تبیین مدل ساختاری شادکامی معلمان بر اساس میزان خردمندی و بخشش انجام گرفته است. این پژوهش از نظر هدف، از نوع کاربردی و از حیث ماهیت، توصیفی - همبستگی بر اساس مدل معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل تمام معلمان شاغل در مقطع ابتدایی، متوسطه اول و دوم آموزش و پرورش شهر پل‌دختر بود که برابر با ۹۵۰ نفر بودند. بر اساس جدول کرجسی و مورگان، ۲۷۴ نفر به‌عنوان حجم نمونه در نظر گرفته شد. انتخاب آزمودنی‌ها به روش تصادفی طبقه‌ای انجام گرفت. ابزار پژوهش شامل سه پرسشنامه شادکامی آکسفورد، بخشش هارتلند و پرسشنامه خرد سه‌بعدی آردلت بود. پس از اجرا و تکمیل پرسشنامه‌ها، پاسخ‌ها در نرم‌افزار SPSS23 وارد شد و پس از آن، در نرم‌افزار LISREL 8.8 مدل‌سازی انجام گرفت. یافته‌های پژوهش نشان داد که میزان شادکامی، خرد و بخشش در معلمان مورد مطالعه در سطحی پایین‌تر یا همسان با میانگین جامعه بود. همچنین، هم خرد و هم بخشش توانستند به‌طور معناداری شادکامی معلمان را پیش‌بینی نمایند، ولی میزان پیش-

*نویسنده مسئول: m_daneshpayeh66@yahoo.com

بینی‌کنندگی و تأثیر متغیر خرد بسیار بیشتر از بخشش بود. بر اساس این یافته می‌توان این‌گونه استنتاج کرد که خرد یک ویژگی مهم و کاربردی برای افزایش شادکامی افرادی است که به‌نوعی به سبب قرار گرفتن در تنگنای محیطی با مشکلات ناراحت‌کننده دست‌وپنجه نرم می‌کنند. همچنین، پرورش روحیه بخشندگی می‌تواند زمینه‌ساز آرامش و شادکامی بیشتر در درون فرد باشد.

کلیدواژه‌ها: شادکامی، خرد، بخشش.

مقدمه

آموزش و پرورش مهم‌ترین نهاد اجتماعی برآمده از متن جامعه و درعین حال سازنده و تکامل‌دهنده آن است و تأثیر آن در پیشرفت جامعه محسوس است (نوربخش و میر نادری، ۱۳۸۳). این نظام از عناصر مختلفی تشکیل شده است که هر کدام از این عناصر در پیشبرد اهداف آن مؤثرند. معلم به‌عنوان یکی از این عناصر، اهمیت خاصی در نظام تعلیم و تربیت دارد و شادکامی^۱ این گروه بزرگ می‌تواند در تحقق اهداف نظام آموزش و پرورش تأثیر بسزایی داشته باشد (عبدالله، ۲۰۰۹). در این راستا، روان‌شناسان امروزی به‌طور چشمگیری توجه خود را بر منابع بالقوه احساسات مثبت، از جمله احساس شادکامی متمرکز کرده‌اند (کوهن و پرسمن^۲، ۲۰۰۵؛ به نقل از سالاری و شایری^۳، ۲۰۱۳). تعاریف زیادی پیرامون مفهوم شادکامی ارائه شده است. شادی مجموعه‌ای از هیجان‌های شناختی و ارزیابی‌ها از زندگی است که به‌عنوان درجه‌ای از مثبت بودن این ارزیابی‌ها و کیفیت زندگی فردی تصور می‌شود (روجاس^۴، ۲۰۰۷). شادکامی، اساسی‌ترین بحث انسانی برای تمام نسل‌ها و مرکزی‌ترین محرک اهداف بشری است (استریت و همکاران^۵، ۲۰۰۴). تعریف سلیگمن^۶ (۲۰۱۲) مبتنی بر شادکامی ذهنی است و سه منبع برای شادکامی بیان می‌کند: لذت‌های زندگی، دل‌بستگی‌های زندگی و کارهای هدفمند. خوشبختی واقعی

^۱. Happiness

^۲. Kohen and Pressman

^۳. Salary & Shaieri

^۴. Rojas

^۵. Street, Nathan, Durkin, Morling, Dzahari, Carson

^۶. Seligman

زمانی است که فرد به این سه منبع شادی دست یابد. تعریف وینهون^۱ (۱۹۹۲) از شادمانی کامل تر است: "شادکامی درجه‌ای است که شخص در مورد کیفیت زندگی‌اش به‌عنوان یک زندگی رضایت‌بخش، قضاوت می‌کند" (بایرامی، حسن لو و مسلمی فر^۲، ۲۰۱۲). نظریه وینهون، شادکامی را مشتمل بر ابعاد عاطفی (تعادل در جریان مداوم زندگی عاطفی)، شناختی (نتیجه یک فرایند ارزیابی عامدانه)، انگیزشی (سطح پایدار از رضایت در زندگی) و ترکیبی (تلفیقی از عناصر بالا) می‌داند (کامیاب و همکاران، ۱۳۸۸). فلدمن (۲۰۰۴) نظریه لذت‌گرایی نگرشی ذاتی درباره زندگی خوب را مطرح ساخته است. بر اساس آنچه بیان شد، شناسایی عوامل اثرگذار بر شادکامی معلمان اهمیت آشکاری دارد.

خرد^۳، یکی از مفاهیم اساسی است که بر اساس مطالعات انجام شده توسط پژوهشگران این مطالعه، گمان می‌رود دارای تأثیری ویژه بر شادکامی معلمان باشد (توماس، بانگن، آردلت و جست^۴، ۲۰۱۷؛ برگسما و آردلت^۵، ۲۰۱۲؛ زاچر، مک‌کنا و رونی^۶، ۲۰۱۳). در تعریف‌های کهن، خرد به‌عنوان یک عامل مهم در رشد مطلوب انسان (بالتس و اسمیت^۷، ۲۰۰۸) و قدرت و فضیلت شخصیتی مطلوب (پترسون و سلیگمن^۸، ۲۰۰۴، شوارتز و شارپ^۹، ۲۰۰۶) توصیف شده است. تحقیقات روان‌شناختی خرد در مراحل ابتدایی است و تعریفی که مورد توافق همگان باشد، وجود ندارد (پترسون و سلیگمن^{۱۰}، ۲۰۰۴). باین‌وجود، سطحی از اتفاق‌نظر در ادبیات روان‌شناختی وجود دارد که خرد یک ساختار چندوجهی و چندبعدی دارد (بالتس و استادینگر، ۲۰۰۰؛ آردلت، ۲۰۰۳؛ وستر^{۱۱}، ۲۰۰۳). آردلت

¹. Veenhoven
². Bayrami, Hasanloo & Moslemifar
³. Wisdom
⁴. Thomas, Bangen, Ardel & Jeste
⁵. Bergsma and Ardel
⁶. Zacher, McKenna, Rooney
⁷. Baltes and Smith
⁸. Peterson & Seligman
⁹. Schwartz & Sharpe
¹⁰. Peterson and Seligman
¹¹. Webster

به‌عنوان معتبرترین پژوهشگر در این حوزه مطالعاتی (استرنبرگ، ۲۰۰۴)، خرد را با ادغام سه ویژگی شخصیتی متشکل از ابعاد شناختی، عاطفی و تأملی تعریف کرده است. بعد شناختی خرد، تمایل برای درک عمیق‌تر زندگی با توجه به مسائل بین‌فردی و درون‌فردی تعریف می‌شود و به‌طور خاص دانستن حقیقت است. بعد تأملی خرد نشان‌دهنده این است که مردم از راه خودواری، خودآگاهی و خودبینی یاد می‌گیرند که پدیده‌ها و رویدادها را از چشم‌اندازهای مختلف درک کنند و بر ذهنیت و پیش‌بینی‌هایشان غلبه کنند (آردلت، ۲۰۰۴). بعد عاطفی خرد دربرگیرنده‌ی بیان احساسات و عواطف، همدردی و عشق نسبت به دیگران است (آردلت، ۲۰۰۰). در برخی پژوهش‌ها، ارتباط خرد و ابعاد شادکامی (مانند رضایت از زندگی و تأثیرات مثبت در زندگی) مورد تأیید قرار داده است (کاهن، بنایون و نرو، ۲۰۱۱؛ برگسما و آردلت، ۲۰۱۲؛ فراری، مورایتو و افکلیدس^۲، ۲۰۱۲؛ اعتزادی و پوشکار^۳، ۲۰۱۳). همچنین، بررسی ابعاد خرد با شادکامی نشان داده که بعد تأملی بیشترین ارتباط مثبت را با شادکامی دارد (آردلت، ۲۰۰۴؛ برگسما و آردلت، ۲۰۱۲) و هرگاه کیفیت زندگی و ارزیابی فردی در رویارویی با دشواری‌ها و سختی‌ها مثبت نباشد، خرد، تأثیر بیشتری بر خوشبختی افراد دارد (ککس^۴، ۱۹۹۵ و آردلت، ۲۰۰۰، ۲۰۰۵).

بخشش^۵ یکی دیگر از متغیرهایی است که می‌تواند به معلمان کمک کند تا به‌طور موفق با عوامل تحلیل برنده رویارو شوند و شادکامی را تجربه نمایند (بونو و مک‌کالو^۶، ۲۰۰۶). شادکامی می‌تواند به‌عنوان شکل نهایی رضایت انسانی ظاهر شود و اگر بخشش بازتاب قدرت انسانی و تفکر مثبت و تعامل باشد، انتظار می‌رود که بخشش منجر به شادکامی شود (مالتبی، دی و باربر^۷، ۲۰۰۵). ساتو^۸ (۲۰۰۵) یک چارچوب نظری به نام "مدل تعارض درونی" را معرفی کرد که نشان داد نبودن بخشش در فرد منجر به تعارض درونی می‌شود. در یک تعریف، بخشش، فرآیند گذشتن از خطا و محو

¹. Ferrari, Kahn, Benayon & Nero

². Moraitou & Efkliides

³. Etezadi and Pushkar

⁴. Kekes

⁵. forgiveness

⁶. Bono & McCullough

⁷. Maltby, Day & Barber

⁸. Sato

عوارض آن است که در یک فرد با انگیزه‌ی کسب آرامش درونی، بهبود روابط با طرف مقابل یا انجام رفتاری ارزشی صورت می‌گیرد و رهایی از احساس منفی نسبت به خاطی، غلبه بر رنجش حاصل از بدی و پرهیز از تلافی نسبت به فرد خاطی را به دنبال دارد. بخشش به‌عنوان راهبردی مثبت برای کنار آمدن با تخلف از راه جهت‌دهی مجدد افکار، هیجانات و اعمال نسبت به فرد خطاکار صورت می‌گیرد (بری، ورتینگتون، اُکانر، پارت و وید^۱، ۲۰۰۵). برخی مطالعات نشان می‌دهند که همبستگی مثبت و معنی‌داری بین بخشش و شادکامی وجود دارد (یانگر، پیفری، جُب و لاولر^۲، ۲۰۰۴؛ بونو و مک‌کالو، ۲۰۰۶؛ وورتینگتون، ویتولیت، پیترینی و میلر^۳، ۲۰۰۷؛ ریجاویچ، جورچیچ و میجوچیچ^۴، ۲۰۱۰).

از جمله دلایل ضروری برای بررسی شادکامی این است که می‌توان با کشف زمینه‌های افزایش این موهبت بی‌همتا، امکان بهره‌مندی تمام گروه‌های انسانی از آن را فراهم ساخت. همچنین، انسان از دیرباز به دنبال این بوده که چگونه می‌تواند بهتر زندگی کند و چه چیزی بیشتر موجبات رضایتش را فراهم می‌سازد (دیکی^۵، ۱۹۹۹؛ به نقل از کامیاب و همکاران، ۱۳۸۸). شادکامی می‌تواند سلامتی جسمانی بیشتر، احساس امنیت بالاتر، امکان تصمیم‌گیری آسان‌تر، روحیه مشارکتی افزون‌تر و احساس رضایت بیشتری را به دنبال داشته باشد (کامیاب و همکاران، ۱۳۸۸). از ضرورت‌های دیگر انجام این پژوهش این است که بر اساس پژوهش‌ها، سطح شادکامی در میان ایرانیان و به‌ویژه معلمان در سطحی پایین یا متوسط است (خوش‌فر، جانعلی‌زاده، اکبرزاده و دهقانی، ۱۳۹۲؛ کولایی، ۱۳۹۲؛ سلطانی‌نسب، ۱۳۹۳؛ آزاده و تافته، ۱۳۹۲۴ و سمیعی، پوردانش و دانش، ۱۳۹۷) از سوی دیگر، با توجه به تغییرات صورت گرفته در نقش اعضای خانواده در دهه‌های اخیر و افزایش نقش نهادهای عمومی (به‌ویژه نهادهای آموزشی) در تأثیرگذاری بر تربیت فرزندان، نقش معلمان چشم‌گیرتر شده است (زارع شاه‌آبادی و همکاران، ۱۳۹۱) و لذا شادکامی معلمان بازده آموزشی و کارکرد شغلی بهتری را به دنبال خواهد داشت. در این میان، جامعه معلمان شهرستان پل‌دختر به سبب اشتغال در مناطق محروم و کمتر

^۱. Berry, Worthington, O'Connor, Parrott, & Wade

^۲. Younger, Piferi, Jobe & Lawler

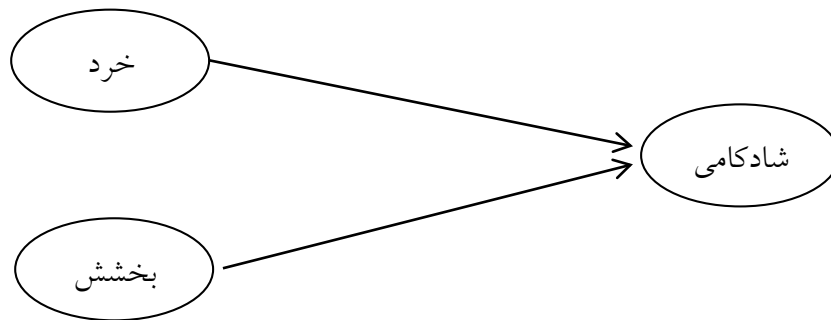
^۳. Witvliet, Pietrini & miler

^۴. Rijavec, Jurčec & Mijočević

^۵. Dickey

توسعه‌یافته با دشواری‌های بیشتری رویارو هستند و فقر امکانات آموزشی و فضاهای آموزشی یکنواخت آنان را با عوامل تهدیدکننده روانی بیشتری روبرو می‌سازد. همچنین، به نظر می‌رسد بسیاری از معلمان این شهرستان با حضور در اعتصابات پیاپی به خاطر مسائل عمدتاً مالی و امکانات ضعیف از شغلشان رضایت ندارند و شمار زیادی از افراد این گروه اوقات استراحت و فراغت خود را در شغل دوم می‌گذرانند و این امر پیامدهای نامطلوبی را برای دانش‌آموزان به دنبال داشته است. با توجه به این گفته‌ها، شناسایی عوامل مؤثر بر شادکامی معلمان به‌عنوان یک هدف قابل پژوهش و بررسی علمی مبرهن و منطقی است. در این راستا، بر اساس مدل مفهومی نشان داده شده در شکل ۱، پژوهش حاضر به‌منظور پاسخ به این پرسش اساسی انجام گرفته است که آیا خرد و بخشش می‌توانند شادکامی معلمان را تبیین نمایند؟

شکل ۱: مدل مفهومی پژوهش



بر این اساس، پژوهشگر به دنبال آزمودن فرضیه‌های پژوهشی زیر است:

- خردمندی بر میزان شادکامی معلمان تأثیر معنادار دارد.
- بخشش بر میزان شادکامی معلمان آنان تأثیر معنادار دارد.

روش پژوهش

هدف این پژوهش طراحی مدلی برای تبیین شادکامی بر اساس خرد و بخشش در معلمین آموزش و پرورش بود است. روش انجام این پژوهش از نظر هدف، از نوع کاربردی و از حیث ماهیت، توصیفی از نوع پژوهش همبستگی است. جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه معلمین شاغل در سه مقطع ابتدایی، متوسطه اول و دوم آموزش و پرورش شهر پل دختر بود که بر اساس آمار دریافتی از اداره آموزش و پرورش این شهرستان برابر با ۹۵۰ نفر بودند. از بین افراد جامعه، بر اساس جدول کرجسی و مورگان، ۲۷۴ نفر به عنوان حجم نمونه در نظر گرفته شد. انتخاب آزمودنی‌ها به روش تصادفی طبقه‌ای انجام گرفت. جهت اجرای پژوهش، در ابتدا، به آزمودنی‌ها اطمینان داده شد که پاسخ به این پرسشنامه‌ها و نتایج آن‌ها صرفاً جنبه پژوهشی دارد و مربوط به ارزیابی و یا گزینش آن‌ها در دوره خاصی نمی‌شود. سپس، برای تکمیل پرسشنامه‌ها توضیحات لازم داده شد و از ارائه هرگونه توضیحی که احتمال می‌رفت در پاسخ سوگیری ایجاد کند، خودداری گردید. در نهایت، پس از اجرا، پاسخ‌ها در نرم‌افزار اس پی اس اس ۲۳ وارد شد و پس از آن، در نرم‌افزار LISREL 8.8، مدل‌سازی انجام گرفت. ملاک ورود افراد به پژوهش، داشتن رضایت کامل و حضور داوطلبانه و به تبع، دقت در پاسخ به پرسشنامه بود.

- پرسشنامه شادکامی آکسفورد^۱ (۱۹۸۹): آرگایل، مارتین و گراسلند^۲ (۱۹۸۹) این پرسشنامه را با هدف سنجش میزان نشاط و شادکامی افراد تهیه کردند که شامل ۲۹ گویه است؛ که هر گویه مشتمل بر چهار جمله به عنوان مقیاس پاسخ‌گویی است. علی‌پور، نوربالا، اژه‌ای و مطیعان (۱۳۷۹) این ابزار را ترجمه و هنجاریابی نمودند و پایایی آن را با استفاده از آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۳ گزارش کردند. هادی‌نژاد و زارعی (۱۳۸۸) پایایی این آزمون را با روش بازآزمایی برابر با ۰/۷۸ محاسبه نمودند. بیانی (۱۳۸۵)، روایی این پرسشنامه را از راه همبستگی با پرسشنامه افسردگی بک به میزان ۰/۶۵- گزارش کرد. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر بر اساس ضریب آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۰ محاسبه گردید.

^۱. oxford Happiness Questionnaire

^۲. Argyle, Martin and Grossland

- پرسشنامه بخشش هارتلند^۱ (۲۰۰۵): این پرسشنامه توسط تامپسون، اسنایدر و هافمن^۲ به منظور سنجش و اندازه‌گیری بخشش (عفو و گذشت) ساخته شده است. این پرسشنامه دارای ۱۸ سؤال و سه خرده‌مقیاس گذشت از خود، گذشت از دیگران و گذشت از شرایط است. همچنین، پایایی این پرسشنامه بر اساس ضریب آلفای کرونباخ بین ۰,۷۶ تا ۰,۸۳ گزارش شده است (اکبری و همکاران، ۱۳۸۷) که نشان‌دهنده پایایی بالای آزمون است. همچنین، پایایی این پرسشنامه در مطالعه حاضر بر اساس ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۴ بود.

- پرسشنامه خرد سه‌بعدی (3D-WS): این مقیاس توسط مونیکا آردلت و بر اساس مفهوم خرد از دیدگاه کلایتون و بیرن (۱۹۸۰) ساخته شده است. این مقیاس شامل ۳۹ آیتم در طیف لیکرت ۵ درجه‌ای است و دارای سه بعد تأملی، شناختی و عاطفی است. پایایی این مقیاس در روش بازآزمایی برابر با ۰/۷۸ در بعد شناختی، ۰/۷۵ در بعد تأملی و ۰/۷۴ در بعد عاطفی است. در پژوهش نوقابی، رشید و رضایی (۱۳۹۵)، میزان پایایی این ابزار بر اساس روش آلفای کرونباخ برای کل مقیاس برابر با ۰,۸۴، بعد شناختی برابر با ۰/۷۴، بعد تأملی برابر با ۰/۵۷ و بعد عاطفی برابر با ۰/۵۹ گزارش شده است. پایایی این پرسشنامه در مطالعه حاضر بر اساس آلفای کرونباخ برای کل مقیاس برابر با ۰/۹۱، بعد شناختی برابر با ۰/۸۸، بعد تأملی برابر با ۰/۸۲ و بعد عاطفی برابر با ۰/۸۷ به دست آمد.

یافته‌های پژوهش

الف) تحلیل توصیفی

جدول ۱: میانگین و انحراف معیار مربوط به متغیرهای پژوهشی

متغیرها	شاخص‌ها	میانگین	انحراف معیار
شادکامی		۴۸/۰۷	۱۳/۹۱

^۱. Hartland

^۲. Thompson, Snyder and Hoffman

۲۴/۲۳	۱۰۵/۰۷	خرد
۱۵/۶۱	۶۱/۸۲	بخشش

در جدول ۱، میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهشی ارائه شده است. بر این اساس، میانگین متغیرهای شادکامی، خرد و بخشش به ترتیب برابر است با ۴۸/۰۷، ۱۰۵/۰۷ و ۶۱/۸۲ محاسبه شد و میزان انحراف معیار برای این متغیرها به ترتیب برابر با ۱۳/۹۱، ۲۴/۲۳ و ۱۵/۶۱ بود.

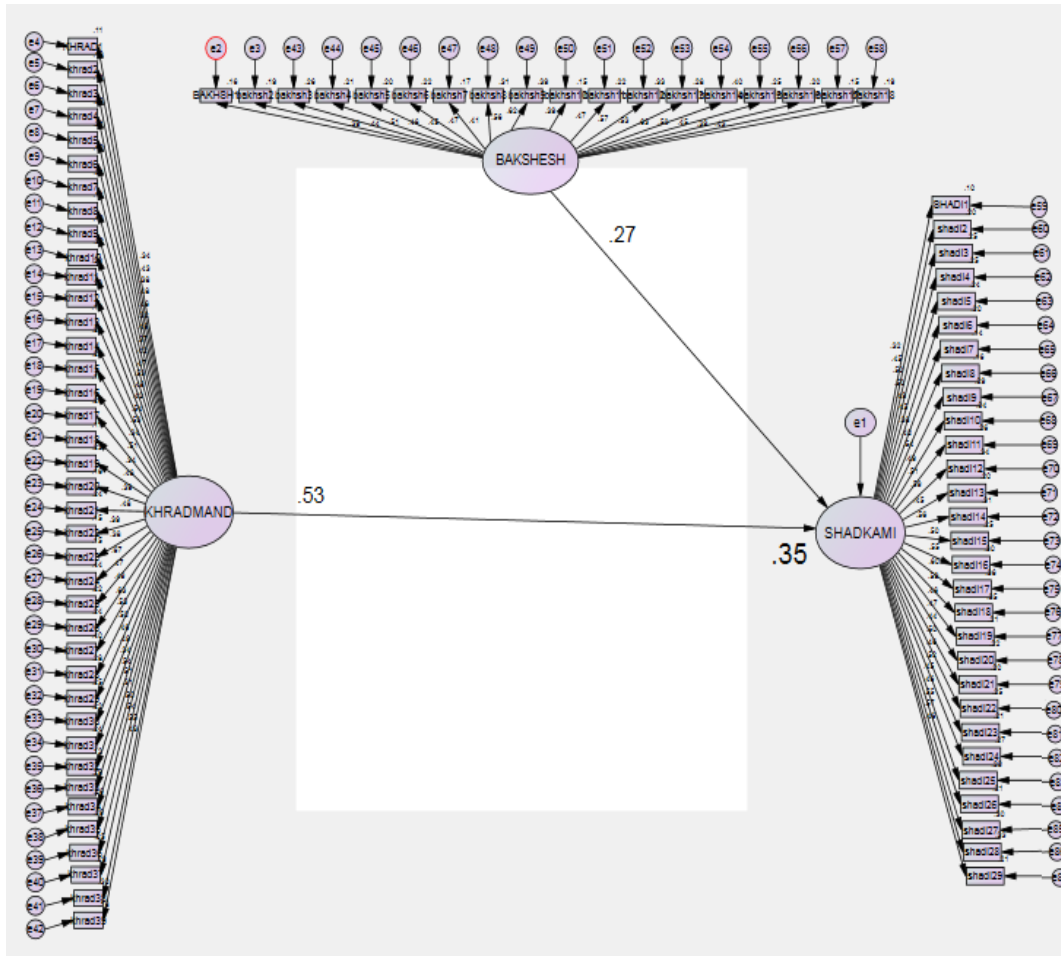
ب) نرمال بودن داده‌ها

نرمال بودن یکی از پیش‌فرض‌های بسیار اساسی است که باید پیش از انجام مدل معادلات ساختاری به وسیله‌ی آزمون کلموگروف - اسمیرونوف مورد بررسی قرار گیرد. سطح معناداری به دست آمده برای تمام متغیرهای این پژوهش بالاتر از ۰/۰۵ است و به همین سبب، نرمال بودن توزیع داده‌ها برای هر سه متغیر تأیید می‌شود. بر این اساس، شادکامی با آماره توزیع ۱/۰۴ در سطح معنی‌داری ۰/۲۳، خرد با آماره توزیع ۰/۸۴۶ در سطح معنی‌داری ۰/۴۵ و بخشش با میزان آماره توزیع ۰/۷۴۲ در سطح معنی‌داری ۰/۶۴ نرمال هستند. اکنون، می‌توان با استفاده از مدل معادلات ساختاری به آزمودن فرضیه‌های پژوهش پرداخت.

ج) برازش مدل کلی پژوهش

پس از بررسی شاخص‌های توصیفی و تأیید نرمال بودن داده‌ها، اکنون، با استفاده از مدل معادلات ساختاری به بررسی فرضیه‌های پژوهش و برازش مدل آماری پرداخته شد. در شکل ۲، با استفاده از این روش تحلیل، ارتباط علی متغیرهای پژوهشی با یکدیگر و روابط آن‌ها با سؤالات مربوط به خود بررسی شده است.

شکل ۲: مدل پیش‌بینی شادکامی بر اساس خرد و بخشش



در مدل برازش داده شده در این تحقیق، متغیرهای پژوهشی و پرسش‌های آن‌ها این گونه توصیف شده-
اند:

- متغیر شادکامی: با واژه (shadkami) در سمت راست مدل مشخص شده است و دارای ۲۹ پرسش است.
- متغیر خرد: با واژه (khradmandi) در سمت چپ مدل مشخص شده است و دارای ۳۹ پرسش است.
- متغیر بخشش: با واژه (bakshesh) در سمت بالای مدل مشخص شده است و دارای ۱۸ پرسش است.

بر اساس مدل برازش یافته در شکل ۲، مشاهده می‌شود که پرسش‌های هر یک از پرسشنامه‌هایی که برای سنجش متغیرهای شادکامی، خرد و بخشش به کار رفته‌اند، دارای بار عاملی مناسب هستند، زیرا در صورتی که بار عاملی محاسبه شده برای هر پرسش بالاتر از $0/3$ باشد، اعتبار آن پرسش تأیید می‌شود (هومن، ۱۳۸۷) و این گفته در مورد تمام پرسش‌های موجود در مدل مفهومی تحقیق حاضر درست است. در جدول ۲، برای درک بهتر ضرایب محاسبه شده، میزان بار عاملی به دست آمده برای هر پرسش بیان گردیده است. همچنین، مقداری معناداری ضریب تأثیر تمام پرسش‌ها پایین تر از $0/05$ بود و اعتبار تمام پرسش‌ها برای حضور در مدل تأیید گردید.

درنهایت، بار عاملی ۱۸ پرسش مربوط به متغیر بخشش به ترتیب برابر با ۰/۴۰، ۰/۴۴، ۰/۵۱، ۰/۴۶، ۰/۴۵، ۰/۴۷، ۰/۴۱، ۰/۵۶، ۰/۶۳، ۰/۳۹، ۰/۴۷، ۰/۵۷، ۰/۵۳، ۰/۶۴، ۰/۵۰، ۰/۴۵، ۰/۳۹ و ۰/۴۳ است.

د) برازش مدل پژوهش

معیارهای علمی قابل پذیرش برای تأیید مدل نظری با استفاده از داده بحث اصلی «شاخص‌های برازش مدل»^۱ است که در ادامه به آن پرداخته شده است. شاخص ریشه میانگین مربعات خطاهای تخمین (RMSEA)، یکی از شاخص‌های اصلی نیکویی برازش در مدل‌یابی معادلات ساختاری است که در بیشتر تحلیل‌های عاملی تأییدی و مدل‌های معادلات ساختاری از آن استفاده می‌شود. بر اساس دیدگاه مک‌کالوم و همکاران (۱۹۹۶؛ به نقل از هومن، ۱۳۸۷)، اگر مقدار این شاخص کمتر از ۰/۰۵ باشد، برازندگی مدل بسیار عالی است، ولی بیشتر پژوهشگران از این قاعده استفاده می‌کنند که اگر این شاخص کوچک‌تر از ۰/۱ باشد، برازندگی مدل مورد تأیید است. در پژوهش حاضر، با توجه به این که مقدار این شاخص برابر با ۰/۰۷۲ بوده و زیر ۰/۱ است، می‌توان گفت که برازش مدل تأیید گردید.

جدول ۳: شاخص‌های برازش مدل پژوهش حاضر

شاخص برازش مدل	مقدار شاخص	سطح مطلوب	وضعیت برازش
ریشه میانگین مجذورات تقریب ^۲	۰/۰۷۲	زیر ۰/۱	مطلوب است
شاخص برازش استاندارد ^۳	۰/۹۱	بالاتر یا مساوی ۰/۹	مطلوب است
شاخص برازش نرمال-نشده ^۴	۰/۹۱	بالاتر یا مساوی ۰/۹	مطلوب است

^۱. modeling fit indexes

^۲. root mean square error of approximation (RMSEA)

^۳. normalized fitness index (NFI)

^۴. non Normalized fitness index (NNFI)

مطلوب است	بالاتر یا مساوی ۰/۹	۰/۹۳	شاخص برازش تطبیقی ^۱
مطلوب است	بالاتر یا مساوی ۰/۹	۰,۹۳	شاخص برازش تطبیقی نرمال شده ^۲
مطلوب است	بالاتر یا مساوی ۰/۹	۰/۹۲	شاخص برازش این کری منتال ^۳
مطلوب است	بالاتر یا مساوی ۰/۹	۰/۹۳	ضریب تاکر- لوئیس ^۴

هنگامی که شاخص‌های مانند برازش استاندارد، برازش نرمال نشده، برازش تطبیقی، برازش تطبیقی نرمال شده، برازش این کری منتال و ضریب تاکر- لوئیس بالاتر یا مساوی ۰/۹ باشند، برازندگی مناسب مدل تأیید می‌شود. بر اساس جدول ۳، این شاخص‌ها در مدل این پژوهش به ترتیب برابر با ۰/۹۱، ۰/۹۱، ۰/۹۳، ۰/۹۳، ۰/۹۲ و ۰/۹۳ هستند. پس از ارائه توضیح کامل درباره‌ی مدل برازش داده شده، در ادامه، بر اساس شکل ۲، فرضیه‌های پژوهشی به صورت جداگانه بررسی گردید.

ه) بررسی فرضیه‌های پژوهشی

در بررسی فرضیه نخست پژوهش، این نتیجه به دست آمد که خرد دارای تأثیری مثبت به میزان ۰,۵۲۳ بر شادکامی معلمان است که در سطح ۰,۰۰۱ معنادار است. بر این اساس، فرضیه نخست این پژوهش تأیید گردید.

بررسی فرضیه دوم پژوهش نشان داد که بخشش دارای تأثیری مثبت به میزان ۰,۲۳ بر شادکامی معلمان است که در سطح ۰,۰۰۲ معنادار است؛ بنابراین، فرضیه دوم این پژوهش نیز تأیید می‌گردد؛ بنابراین، مدل مفهومی پژوهش پیش‌رو پس از برازش به شکل زیر نشان داده شده است:

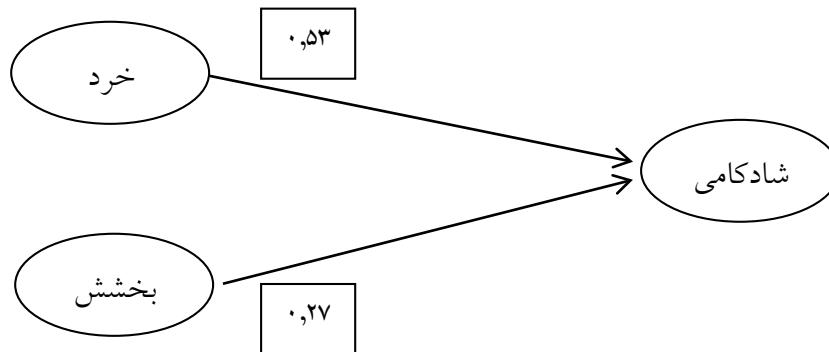
¹. comparative fitness index (CFI)

². parsimony Comparative fitness index (PCFI)

³. incremental fitness index (IFI)

⁴. tucker-Lewis coefficient (TLI)

شکل ۳: ضرایب استاندارد مدل تبیین شادکامی بر اساس خرد و بخشش



بر اساس محاسبه‌های آماری انجام‌شده مشخص شد که مجموع اثرات منفرد و تعاملی دو متغیر خرد و بخشش برابر با ۳۵ درصد است که نشان می‌دهد این دو متغیر پیش‌بینی می‌توانند ۳۵ درصد از تغییرات شادکامی را پیش‌بینی نمایند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش حاضر، تبیین مدل شادکامی معلمان بر اساس خرد و بخشش بود که بر اساس یک پژوهش توصیفی - همبستگی بر پایه مدل معادلات ساختاری انجام گردید. فرضیه اول پژوهش، مبنی بر تأثیر خرد بر شادکامی معلمان تأیید گردید (شکل ۲). بر این اساس، هرچه میزان خرد در معلمان بالاتر باشد، میزان شادکامی آنان نیز بالاتر است. این یافته با نتایج پژوهش ککس^۱ (۱۹۹۵)، آردلت^۲ (۲۰۰۰)، فرانکل (۲۰۰۰)، آردلت و ادواردز^۳ (۲۰۱۵)، شی^۴، آردلت و اورول^۵ (۲۰۱۷) و برهان^۱ و بوزو^۲

^۱. Kekes

^۲. Ardelt

^۳. Edwards

^۴. Shi

^۵. Orwoll

(۲۰۱۷) هم‌خوان است. درحالی‌که نتایج پژوهش وینک و هلسون^۳ (۱۹۹۷)، براگمن^۴ (۲۰۰۰)، باس^۵ (۲۰۰۴)، کانرمن و بیلتز^۶ (۲۰۰۳)، امیر^۷ (۲۰۰۴) و نف، رود و کیرکپاتریک^۸ (۲۰۰۷) ناهم‌خوان با این یافته است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که بر اساس پژوهش‌ها، خرد یک عامل یاری‌رسان برای کسانی است که به هر نحوی در جامعه از نظر اقتصادی دچار مشکل هستند (برگمن،^۹ ۲۰۰۰؛ وینک^{۱۰} و هلسون^{۱۱}، ۱۹۹۷) و معلمان نیز سال‌هاست با دغدغه معیشت و مشکلات مالی دست‌وپنجه نرم می‌کنند. از سویی، این گروه باوجود داشتن مدارک تحصیلی بالا هنوز اندر خم کوچه‌های نداشتن‌ها و نبودن‌ها با تنگناهای مالی رویارو بوده و درحالی‌که منابع کمتری برای رضایت و خوشبختی در محیط خارجی برای این گروه برجسته وجود دارد، خرد، به‌عنوان یک اهرم کلیدی می‌تواند کمک شایانی به افزایش شادکامی آنان نماید. کما این‌که شواهد تجربی نشان داده‌اند در شرایط زندگی واقعی نامطلوب (محیط فیزیکی و وضعیت اقتصادی نامناسب)، خرد بهترین پیش‌بینی‌کننده شادکامی است (آردلت و اورول^{۱۲}، ۲۰۱۷). در تأیید این گفته، آردلت (۲۰۰۰) بیان می‌کند که اگر کیفیت خارجی زندگی و نتایج زندگی دچار نقصان باشند و منابع لازم زندگی در دسترس نباشد، وجود خرد برای شادکامی لازم است. افزون بر این، رشد خرد به‌طور ذاتی با نشاط و شادکامی افراد مرتبط است (سیکزنتمیهایلی و ناکامورا^{۱۳}، ۲۰۰۵). مارینوف^{۱۴} (۲۰۰۳) استدلال می‌کند که تأمل و درنگ کردن عمیق درباره زندگی به مردم کمک می‌کند تا خرد خویش را برای رویارویی کارآمدتر با رویدادهای زندگی گسترش

¹ . Borhan

² . Bozo

³ . Wink and Helson

⁴ . Brugman

⁵ . Buss

⁶ . Kunzmann and Baltes

⁷ . Amir

⁸ . Neff, Rude & Kirkpatrick

⁹ . Brugman

¹⁰ . Wink

¹¹ . Helson

¹² . Orwoll

¹³ . Csikszentmihalyi & Nakamura

¹⁴ . Marinoff

دهند. لورسون^۱ (۲۰۰۵) و آردلت (۲۰۰۳) نیز در مطالعات خود بر این گفته صحه نهادند که خرد پایه-ای برای افزایش شادکامی است. بر اساس دیدگاه آردلت (۱۹۹۷ و ۲۰۰۵)، خرد، نوعی ارزش معنوی است که پس از حل و فصل بحران‌های روانی اجتماعی و کسب یکپارچگی ایگو (من) در برابر ناامیدی به دست می‌آید. افراد دانا شیوه‌های درست مقابله با بحران‌ها و سختی‌های زندگی را خوب می‌دانند و بهزیستی عاطفی خود را حتی در شرایط دشوار نگه می‌دارند در تبیینی دیگر، ناف و همکاران (۲۰۰۷) دریافته‌اند که کنجکاوی به‌طور مثبت با هر دو سازه شادکامی و ابعاد خرد همبستگی دارد و بنابراین ممکن است که این ویژگی شخصیتی در کنار دیگر ویژگی‌های شخصیتی تبیین‌گر رابطه میان خرد و شادکامی باشد. روی هم رفته، آزمون این فرضیه نشان داد که خرد عاملی است که می‌تواند زمینه‌ساز افزایش شادکامی در زندگی معلمان باشد.

فرضیه دوم پژوهش، مبنی بر تأثیر بخشش بر شادکامی معلمان مورد تأیید قرار گرفت (شکل ۲). بر این اساس، هرچه میزان بخشش در معلمان بیشتر باشد، سطح شادکامی آنان نیز بالاتر خواهد بود. این یافته با نتایج پژوهش فینچام (۲۰۰۰)، اینرایت و فیتزگیبونز^۲ (۲۰۰۱)، تامپسون (۲۰۰۵)، توسیانت و یورگسون^۳ (۲۰۰۸) و مالونه، میر، تارلتون و همکاران^۴ (۲۰۱۴) همخوان است. در تبیین این یافته می‌توان گفت که هر فرد با بخشیدن دیگران قادر به غلبه بر اثرات منفی عواطف خود و این باعث مثبت شدن روابط خود با دیگران شود که به شادکامی منجر می‌شود (فینچام، ۲۰۰۰). همچنین، افراد بخشنده به سبب کم‌توجهی به افکار و احساسات منفی، درک و پذیرش اشتباه‌ها و خطاهای خود و دیگران، انتقادپذیری بالا، نداشتن ناراحتی و کینه پایدار نسبت به دیگران، نزدن برجسب‌های منفی ثابت، کسب آرامش پس از بروز ناملازمات و پذیرش رویدادهای نامطلوب غیرقابل کنترل زمینه داشتن یک زندگی شاد و رضایت‌مندانه را دارند. افزون بر این، بخشش به‌عنوان توانایی تبدیل احساسات منفی نسبت به خود، دیگران و موقعیت‌ها به احساسات بی‌طرف یا مثبت، به شادکامی بیشتر می‌انجامد؛ همان‌گونه که تامپسون (۲۰۰۵) بیان می‌کند: داشتن قدرت بخشندگی با افسردگی پایین، خشم و اضطراب اندک و

^۱. Levenson

^۲. Enright and Fitzgibbons

^۳. Toussaint & Jorgensen

^۴. Malone, Meyer, Tarlton, Wasielewski, Reuben, West & Mitchell

رضایت زندگی بالا مرتبط است. همچنین، بر اساس مطالعات اینرایت و فیتزگیونز (۲۰۰۱)، شواهد نیرومندی برای وجود سودمندی‌های عاطفی و روانی در افراد بخشنده وجود دارد و توسیانت و یورگسون (۲۰۰۸) و اورکات^۱ (۲۰۰۶) نیز نشان داده‌اند که همبستگی مثبت و معناداری بین بخشندگی و مؤلفه‌های بهزیستی روانی وجود دارد، زیرا بخشش ممکن است احساسات منفی مرتبط با استرس و عارضه‌های عاطفی را کاهش دهد و زمینه افزایش شادکامی هویدا گردد. روی هم رفته، بر اساس نتایج آزمون این فرضیه می‌توان استنتاج کرد که بخشش در سطحی بسیار بالا می‌تواند در کنار دیگر عوامل زمینه‌ساز افزایش شادکامی در معلمان و افراد جامعه باشد.

از جمله محدودیت‌های این پژوهش عدم استفاده از دیگر راه‌های گردآوری اطلاعات مانند مصاحبه بود که دلیل آن بیشتر به سبب عدم همکاری معلمان در خارج ساعات اداری و کاری بود. همچنین، به دلیل تمرکز این پژوهش بر جامعه معلمان که دارای شرایط بسیار خاصی هستند، امکان تعمیم نتایج به جوامع دیگر (مانند دانشجویان و دیگر کارمندان) باید با احتیاط صورت گیرد. بر اساس نتایج به دست آمده از این پژوهش به مدیران آموزش و پرورش در سطح کلان پیشنهاد می‌شود که با ایجاد زمینه مناسب برای سوق دادن معلمان به سوی تأمل، تفکر و درک مسائل واقعی زندگی از راه برنامه‌های ضمن خدمت و کلاس‌های کارگاهی، موجبات پرورش خرد و به دنبال آن، پیامدهای مثبت روان‌شناختی مانند شادکامی و رضایت از زندگی را فراهم آورند. همچنین، به دیگر پژوهشگران پیشنهاد می‌شود که تلاش کنند تا به شناسایی دیگر عوامل اثرگذار بر شادکامی پردازند.

تعارض منافع

در این پژوهش همه مسائل اخلاقی رعایت شده است و نویسندگان مقاله هیچ گونه تضاد منافی گزارش نکرده‌اند.

^۱. Orcutt

منابع

- آزاده، اعظم و تافته، مریم. (۱۳۹۴). منابع مطرود ساز، طرد اجتماعی و احساس شادکامی زنان سرپرست خانوار. مجله زن و سیاست، ۱۳ (۳)، ص ۳۶۵-۳۵۳.
- بیانی، علی اصغر. (۱۳۸۵). بررسی پایایی و روایی مقیاس افسردگی - شادکامی. مجله‌ی دانش و پژوهش در روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان، ۲۹، ص ۴۰-۳۱.
- خوش‌فر، غلام‌رضا؛ جانعلی‌زاده، حیدر؛ اکبرزاده، فاطمه و دهقانی، حمید. (۱۳۹۲). تأثیر سرمایه اجتماعی بر شادی جوانان. فصلنامه‌ی علمی پژوهشی رفاه اجتماعی، ۱۳ (۵۱)، ص ۳۱۰-۲۸۳.
- زارع شاه‌آبادی، اکبر؛ توکان، رحمت‌الله و حیدری، محمود. (۱۳۹۱). رابطه بین رضایت شغلی و نشاط اجتماعی در دبیران مقطع متوسطه شهر جیرفت. مجله جامعه‌شناسی کاربردی، ۲۳، ۴، ص ۱۸-۱.
- سلطانی‌نسب، غزل. (۱۳۹۳). بررسی احساس شادکامی زنان ۲۵ تا ۳۵ ساله تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، رشته روان‌شناسی عمومی، دانشکده علوم اجتماعی و اقتصادی، دانشگاه الزهرا تهران.
- سمیعی، علیرضا؛ پوردانش، سامر و دانش، حسین. (۱۳۹۷). عوامل اجتماعی مؤثر بر نشاط اجتماعی معلمان (مطالعه موردی). جامعه‌شناسی آموزش و پرورش، ۶، ص ۲۰۰-۱۸۶.
- علی‌پور، احمد؛ نوربالا، احمدعلی؛ ازه‌ای، جواد و مطیعان، حسین. (۱۳۷۹). شادکامی و عملکرد ایمنی بدن. مجله روان‌شناسی، ۴ (۳)، ۲۳۰ - ۲۱۹.
- کیا، علی‌اصغر. (۱۳۹۲). بررسی میزان نشاط اجتماعی و عوامل مرتبط با آن در بین شهروندان ۶۴-۱۵ سال شهر اهواز. فصلنامه برنامه‌ریزی رفاه و توسعه اجتماعی، ۴ (۱۵)، ص ۱۷۴-۱۳۸.
- کامیاب، زهره؛ حسین‌پور، زهره و سودانی، منصور. (۱۳۸۸). بررسی اثربخشی آموزش شادکامی به شیوه فوردایس بر افزایش شادکامی بیماران مبتلا به دیابت شهرستان بهبهان. دانش و پژوهش در روانشناسی کاربردی دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان، ۴۲، ص ۱۲۳-۱۰۸.
- هادی‌نژاد، حسن و زارعی، فاطمه. (۱۳۸۸). پایایی، اعتبار و هنجاریابی پرسشنامه شادکامی آکسفورد. پژوهش‌های روان‌شناختی، ۱۲ (۱ و ۲)، ۷۷ - ۶۲.

- Amir, L. B. (2004). *Three questionable assumptions of philosophical counseling*. *International Journal of Philosophical Practice*, 2(1), pp 9–18.
- Ardelt, M. (1997). *Wisdom and life satisfaction in old age*. *The Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 52, pp 15-27.
- Ardelt, M. (2000). *Antecedents and effects of wisdom in old age: A longitudinal perspective on aging well*. *Research on Aging*, 22, pp 360–394.
- Ardelt, M. (2003). *Empirical assessment of a three-dimensional wisdom scale*. *Research on Aging*, 25, pp 275–324.
- Ardelt, M. (2004). *Where can wisdom be found? – A reply to the commentaries by Baltes and Kunzmann, Sternberg, and Achenbaum*. *Human Development*, 47(5), pp 304-307.
- Ardelt, M. (2005). *How wise people cope with crises and obstacles in life. Revision: A Journal of Consciousness and Transformation*, 28, pp 7–19.
- Ardelt, M. (2016). *Disentangling the relations between wisdom and different types of well-being in old age: Findings from a shortterm longitudinal study*. *Journal of Happiness Studies*, 17, pp 1963–1984.
- Ardelt, M., & Edwards, C. A. (2015). *Wisdom at the end of life: An analysis of mediating and moderating relations between wisdom and subjective well-being*. *The Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 71, pp 502–513.
- Argyle, M., Martin, M., & Grossland J. (1989). *Happiness as a function of personality in: JP Forgas and JM Innes (eds). Recent advances in social psychology: An international perspective*. North Holland: Elsevier Science Publisher.
- Bayrami, M., Hasanloo, H., & Moslemifar, M. (2012). *Happiness and willingness to communicate in three attachment styles: a study on college students*. *Procedia- social and behavioral sciences*. 46, pp 294 - 298.

- Bergsma, A., D. Ardel, M. (2012). *Self-Reported Wisdom and Happiness: An Empirical Investigation*. *Journal of Happiness Study*, 13, pp 481–499.
- Borhan, N., Bozo, O. (2017). *Spirituality and intrinsic religiosity: moderators of wisdom and psychological wellbeing relation*. *Innovation in Aging*, 1 (1), pp 243–254.
- Brugman, G. M. (2000). *Wisdom: Source of narrative coherence and eudemonia*. Delft, The Netherlands: Eburon.
- Buss, S. (2004). *The irrationality of unhappiness and the paradox of despair*. *The Journal of Philosophy*, 101(4), pp 167–196.
- Chan, D. (2009). *Orientations to happiness and subjective well-being among Chinese prospective and in-service teachers in Hong Kong*, *Educational Psychology: An International Journal of Experimental Educational Psychology*, 29, 2, pp 139-151.
- Csikszentmihalyi, M., & Nakamura, J. (2005). *The role of emotions in the development of wisdom*. In R. J. Sternberg & J. Jordan (Eds.), *A handbook of wisdom. Psychological perspectives* (pp. 220–242). New York: Cambridge University Press.
- Enright, R. D. (2001). *Forgiveness is a choice: A step-by-step process for resolving anger and restoring hope*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Etezadi, S., & Pushkar, D. (2013). *Why are wise people happier? An explanatory model of wisdom and emotional well-being in older adults*. *Journal of Happiness Studies*, 14(3), 929-950.
- Feldman, F. (2004). *Pleasure and the Good Life*. New York: Oxford University Press.
- Ferrari, M., Kahn, A., Benayon, M., & Nero, J. (2011). *Phronesis, sophia, and hochma: Developing wisdom in Islam and Judaism*. *Research in Human Development*, 8(2), 128–148.
- Kunzmann, U., & Baltes, P. B. (2003). *Wisdom-related knowledge: Affective, motivational, and interpersonal correlates*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(9), 1104 - 1119.
- Levenson, M. R., Jennings, P. A., Aldwin, C. M., & Shiraishi, R. W. (2005). *Self-transcendence: Conceptualization and measurement*.

- International Journal of Aging and Human Development*, 60(2), 127–143.
- Malone, A., Meyer, D., Tarlton, T., Wasielewski, L., & Reuben, P. (2014). *The Relationship between Forgiveness and Emotional Well-Being*. American counseling association, WISTAS online conferences.
- Maltbey, J. Day, L. and Barber, L. (2005). *Forgiveness and happiness. the differing contexts of forgiveness using the distinction between hedonic and eudaimonic happiness*, 6 (1), pp 1–13.
- Marinoff, L. (2003). *The big questions: How philosophy can change your life*. New York, NY: Bloomsbury.
- Moraitou, D., & Efkliides, A. (2012). *The wise thinking and acting questionnaire: The cognitive facet of wisdom and its relation with memory, affect, and hope*. *Journal of Happiness Studies*, 13(5), pp 849–873.
- Neff, K. D., Rude, S. S., & Kirkpatrick, K. L. (2007). *An examination of self-compassion in relation to positive psychological functioning and personality traits*. *Journal of Research in Personality*, 41 (4), pp 908–916.
- Orcutt, H. K. (2006). *The prospective relationship of interpersonal forgiveness and psychological distress symptoms among college women*. *Journal of Counseling Psychology*, 53 (3), pp 350-361.
- Rijavec, M. Jurčec, L. Mijočević, I. (2010). *Gender Differences in the Relationship between Forgiveness and Depression/Happiness*. *Psychological subjects*. 19, 1, pp 189-202.
- Rojas, M. (2007). *Heterogeneity in the relation between income and happiness: A conceptual-referent-therapy explanation*. *Journal of Economic psychology*, 28, pp 1- 14.
- Salary, S., & Shaieri, M. R. (2013). *study of the Relationship between Happiness and Dimensions of Psychosis, Neurosis and Personality Extraversion*. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84, pp 1143 – 1148.
- Seligman, M. (2012). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York, NY: Free Press.

- Shi, W., Ardel, M., Orwoll, L. (2017). *wisdom and creativity as two routes to satisfaction in later life: A personal traits model*. *Innovation in Aging*, 1 (1), pp 72 – 85.
- Street, H., Nathan, P., Durkin, K., Morling, J., Dzahari, M. A, Carson J. (2004). *Understanding the relationships between wellbeing, goal-setting and depression in children*. *Australia NZ Psychiatry*, 38 (3), pp 155 – 175.
- Tadić, M., Bakker, A., & Oerlemans, W. (2013). *Work happiness among teachers: A day reconstruction study on the role of self-concordance*. *Journal of School Psychology*.51 (6), pp 735-750.
- Taylor, M. (2006) *Giving Wisdom Back to the People: Laypeople and their Laywisdom*. .master thesis, University of Missouri.
- Thomas, M. L., Bangen, K. J., Ardel, M., Jeste, D. V. (2017). *Development of a 12-item abbreviated Three-Dimensional Wisdom Scale (3D-WS-12): item selection and psychometric properties*. *Assessment journal*, 24 (1), pp 71-82.
- Toussaint, L., & Jorgensen, K. M. (2008). *Inter-parental conflict, parent-child relationship quality, and adjustment in Christian adolescents: Forgiveness as a mediating variable*. *Journal of Psychology & Christianity*, 27(4), pp 337-346.
- Veenhoven, R. (2000). *The four qualities of life: Ordering concepts and measures of the good life*. *Journal of Happiness Studies*, 1, 1-39.
- Wink, P., & Helson, R. (1997). *Practical and transcendent wisdom: Their nature and some longitudinal findings*. *Journal of Adult Development*, 4(1), pp 1–15.
- Zacher, H., McKenna, B., & Rooney, D. (2013). *Effects of Self-Reported Wisdom on Happiness: Not Much More Than Emotional Intelligence?* *Journal of Happiness Studies*, 14, pp 1697–1716.