

## بهبودی درونی از دیدگاه بین فرهنگی\*

دکتر فیروزه غضنفری\*\*

### چکیده

مطالعه حاضر به بررسی رابطه بین الگوهای فرهنگی فردگرایی - جمع‌گرایی؛ حرمت خود و بهبودی درونی می‌پردازد و به دنبال این هدف کلی است که از بین متغیرهای مورد بررسی کدامیک بیشترین واریانس ابعاد شناختی و عاطفی بهبودی درونی را تبیین می‌کنند. به منظور دستیابی به این هدف از روش تحقیق همبستگی استفاده شد. جمع‌آوری داده‌ها از طریق پرسشنامه و با استفاده از «مقیاس‌های فردگرایی - جمع‌گرایی»؛ «حرمت خود جمعی»؛ «حرمت خود روزنبرگ»؛ «رضایتمندی کلی از زندگی» و «عواطف مثبت و منفی» صورت گرفت. در این تحقیق از آزمون رگرسیون چند متغیری به روش قدم به قدم برای تحلیل داده‌ها استفاده شد. نتایج بدست آمده نشان داد از بین متغیرهای مورد بررسی؛ احترام به خود فردی و خشنودی بیشترین واریانس بعد شناختی بهبودی درونی را تبیین می‌کند. در حالی که در بعد عاطفی در هر دو گروه؛ متغیر رضایتمندی زندگی مهمترین پیش‌بینی‌کننده بود.

کلید واژه‌ها: بهبودی درونی، فرهنگ، رویکرد بین فرهنگی.

○ ○ ○

### ● مقدمه

«بهبودی درونی» نام علمی چگونگی ارزیابی افراد از زندگی‌شان می‌باشد. این ارزیابی

\* دریافت مقاله: ۱۳۸۴/۴/۲۶، پذیرش نهایی: ۱۳۸۵/۴/۲۵

\*\* خرم آباد، دانشگاه لرستان

براساس قضاوت کلی در مورد رضایتمندی از جنبه‌های مختلف زندگی و یا بر مبنای حالات عاطفی موجود افراد صورت می‌گیرد. بهزیستی درونی دارای سه مؤلفه اصلی یعنی «رضایتمندی زندگی»<sup>۱</sup>، «عاطفه خوشایند»<sup>۲</sup> و سطح پائینی از «عاطفه ناخوشایند»<sup>۳</sup> است. این مؤلفه‌ها در عین داشتن ارتباط درونی، تا حدودی نیز مستقل می‌باشند (دینر، سو و اویشی، ۱۹۹۷).

دینر و سو (۲۰۰۰)، معتقدند امروزه «بهزیستی درونی» بطور فزاینده‌ای در جهان اهمیت یافته است، به واسطه اینکه ما می‌خواهیم که مردم به شکل رضایت‌بخشی زندگی کنند، آنگونه که به وسیله خودشان و نه به شکل ساده انگارانه‌ای توسط شاخص‌های سیاسی و یا گزارش‌های متخصصان بالینی ارزیابی شوند. به اعتقاد دینر همانطور که مردم در جهان نیازهای زیستی‌شان را برآورده می‌کنند، به‌طور چشمگیری به «خشنودی»<sup>۴</sup> و رضایتمندی توجه دارند.

اهمیت پرداختن به «بهزیستی درونی» در مطالعات گوناگون نشان داده شده، بدین گونه که افراد راضی و خشنود، هیجان‌ات مثبت را بیشتر تجربه می‌کنند و از رویدادهای پیرامون خود ارزیابی مثبتی دارند (مایرز و دینر، ۱۹۹۵). احساس مهار شخصی بیشتری می‌کنند (دومونت، ۱۹۸۹؛ لارسن، ۱۹۸۹). نظام ایمنی قویتری دارند، خلاقیت بیشتری در تحقیقات آزمایشی از خود نشان می‌دهند و همکاری و مسئولیت‌پذیری در آنها بالاست (دینر، سلیگمن، ۲۰۰۲).

بنابراین با توجه به اهمیتی که رضایتمندی و خشنودی در بین مردم فرهنگ‌های مختلف دارد، مسیر جدیدی که در آن روانشناسان بتوانند فعالیت‌هایشان را توسعه دهند عبارتند از مطالعه عواملی است که مردم را در جهت دست یافتن به زندگی شاد و رضایت‌بخش کمک کند.

#### ● پیشینه تحقیق

شواهد فزاینده‌ای وجود دارد که خشنودی انسان بطور زیادی به وسیله عوامل وراثتی شکل می‌گیرد. نورولوژیستها دریافته‌اند که بین خشنودی و سطوح دوپامین و سروتونین در مغز، رابطه وجود دارد آنها پیش بینی می‌کنند که ژنها نقش اصلی در تنظیم این سطوح دارند (ابستین<sup>۵</sup>، ۱۹۹۶). همچنین نتایج بدست آمده از تحقیق لی کنز<sup>۶</sup> و تلجن<sup>۷</sup> (۱۹۹۶) روی بیش از ۳۰۰۰ دوقلوی یکسان و غیر یکسان، نشان داد که بطور کلی دوقلوهای یکسان حتی وقتی که در محیط متفاوتی پرورش می‌یافتند، سطح مشابهی از «خشنودی» را گزارش می‌کردند در حالی که در دوقلوهای غیریکسان اینچنین نبود. آنها دریافتند که ۴۴ تا ۵۲ درصد از واریانس بهزیستی به تفاوت‌های ژنتیکی مربوط می‌شود (به نقل از دینر و سو، ۲۰۰۰).

اگرچه شواهد قانع کننده‌ای از اثرات ژنها روی «بهزیستی انسان» وجود دارد، اما عوامل فرهنگی و تاریخی نیز در این میان نقش مهمی ایفاء می‌کنند. از آنجائی که متغیرهای فرهنگی در

درون یک جامعه نسبتاً ثابت هستند بنابراین اکثر تحقیقات در مورد تأثیر وراثت روی خشنودی انجام شده و کمتر به عوامل فرهنگی پرداخته‌اند. در حالیکه نتایج تحقیقات بین فرهنگی نشان می‌دهد که «بهزیستی درونی» در میان جوامع گوناگون فوق‌العاده تغییر می‌کند. این دامنه وسیع تغییرات بیانگر این است که تفاوت‌های فرهنگی همچون عوامل ژنتیکی روی بهزیستی درونی اثر می‌گذارند (اینگلهارت، ۲۰۰۰).

در مطالعه‌ای که اینگلهارت (۱۹۹۷)، روی میزان رضایتمندی مردم ۶۴ کشور انجام داده بود دریافت که روی یک مقیاس ۱۰ درجه‌ای «عدم رضایت» تا «رضایت کامل»، میانگین رضایتمندی زندگی مردم آمریکا ۷/۷ بود که بیانگر رضایتمندی نسبتاً بالایی است. اما در میان ۶۴ کشور، دامنه میانگین‌ها از ۳/۷ تا ۸/۲ متغیر بود. این پراکندگی وسیع بین میانگین‌ها، بنظر می‌رسد بوسیله تفاوت‌های فرهنگی بین ملل گوناگون بیشتر قابل توجیه باشد تا عوامل وراثتی (به نقل از دینر، ۲۰۰۰).

از پیشرفت‌های اخیر بررسی رابطه الگوهای فرهنگی و بهزیستی درونی است. ترباندیس و گلفاند (۱۹۹۰)، بین «سطوح فردی و فرهنگی» الگوهای فرهنگی تمایز قائل می‌شوند. در سطح فرهنگی با اسنادهایی همچون درآمد ناخالص ملی، تسهیلات زندگی و رفاه عمومی سروکار داریم در حالیکه در سطح فردی، نگرشها، باورها، ارزشهای فردی مورد بررسی قرار می‌گیرند. در تجزیه و تحلیل داده‌ها تمایز بین این دو سطوح بسیار مهم است (به نقل از ترباندیس، ۲۰۰۰). بیشتر تحقیقات بین فرهنگی، جوامع فردگرا را با جوامع جمع‌گرا مورد مقایسه قرار داده‌اند (آیسی، ۲۰۰۰). جنبه‌های فرهنگی فردگرایی در مقابل جمع‌گرایی، اثرات پیچیده‌ای را در مطالعات بهزیستی فراهم می‌آورند. دینر و همکاران، (۱۹۹۵)، نشان دادند که در سطح فرهنگی همبستگی مثبتی بین فردگرایی و بهزیستی درونی وجود دارد، اما در سطح فردی ممکن است همبستگی منفی باشد در سطح فردی فرهنگ‌های فردگرا، روی «فردیت»، «خودمختاری» و «فعالیت» تأکید می‌کنند. حال آنکه در مقابل در فرهنگ‌های جمع‌گرا، «گروه» بیشتر مورد توجه قرار می‌گیرد (مثلاً خانواده فرد). در اینجا تأکید روی فعالیت‌های گروهی هماهنگ است و اهداف و عواطف و ارزشهای فردی در درجه دوم اهمیت قرار دارند (دینر و همکاران ۱۹۹۷). بنابراین، بنظر می‌رسد مردمی که در یک فرهنگ «فردگرا» شکل گرفته‌اند، احتمالاً به هنگام قضاوت در مورد رضایتمندی زندگی‌شان، بیشتر به احساساتشان، خود مختاری‌شان و ارزش‌هایشان فکر می‌کنند، و مردمی که در یک فرهنگ جمع‌گرا رشد یافته‌اند، بیشتر به این موضوع که آیا از نظر هنجارهای جامعه، راضی بودن امر مطلوبی است یا نه؟ توجه می‌کنند و فرد به هنگام تصمیم‌گیری در مورد رضایتمندی خود از زندگی‌اش، بایستی ابتدا رضایتمندی و

خشنودی خانواده‌اش را در نظر داشته باشد (دینر، ۲۰۰۰).

از آنجائی که نظریه‌های غربی سلامت روانی روی مفهوم «خودپنداشت فردیت یافته»<sup>۱۰</sup> بنا شده است. بنابراین معمولاً ویژگی‌های روانی همچون «خودشکوفایی»، «خودمختاری» با بهداشت روانی در آمریکای شمالی تداعی می‌شود که این ویژگیها مشخصه افراد مستقل و متکی به خود است، کسی که قادر به فراتر رفتن از نفوذ دیگران و جامعه است. برعکس در نقطه مقابل، در کشورهای آسیای شرقی مفهوم خود در ارتباط با دیگران موجودیت می‌یابد (کینگ<sup>۱۱</sup> و باند<sup>۱۲</sup>، ۱۹۸۵ به نقل از سو و دینر، ۲۰۰۰).

سو (۲۰۰۰)، معتقد است «خود»<sup>۱۳</sup> در تقاطع بین «بهزیستی درونی» و «فرهنگ» قرار دارد. در واقع یکی از متغیرهای مهمی که روی بهزیستی درونی تأثیر می‌گذارد «خود» است. این مفهوم در کشورهای مختلف مطابق با فرض‌های فرهنگی جامعه، شکل و ویژگی خاص خود را دارد. به عبارتی دیگر، فرهنگ، شکل و قالب «خود» را می‌سازد و بدین وسیله روی موضوع اصلی تحقیق در بهزیستی درونی یعنی اینکه افراد چگونه جنبه‌های مختلف زندگی‌شان را ارزیابی می‌کنند، تأثیر می‌گذارد. سو (۲۰۰۰)، معتقد است، با توجه به داشتن وجوه مشترک خود با فرهنگ و تجربه ذهنی، «خود» کلید روشن‌کننده رابطه پیچیده بین فرهنگ و بهزیستی درونی است. (سو و دینر، ۲۰۰۰).

دوست داشتن «خود» دارویی برای بیشتر مشکلات روانی در فرهنگ آمریکای شمالی است. افرادی که احترام به خود بالایی دارند معنای زندگی‌شان را بیشتر در می‌یابند و به‌طور موفقیت‌آمیزی اضطراب را دفع می‌کنند (هاوکیتر<sup>۱۴</sup>، کاتالانو<sup>۱۵</sup> و میلر<sup>۱۶</sup>، ۱۹۹۲). تعجب‌آور نیست که احترام به خود یک پیش‌بینی کننده قوی از بهزیستی درونی در میان آمریکایی‌های شمالی است (کمپ بل<sup>۱۷</sup>، ۱۹۸۱؛ لوکیس<sup>۱۸</sup>، دینر، سو، ۱۹۹۷). دینر و دینر (۱۹۹۵)، معتقدند که احتمالاً برای مردم فرهنگ‌های جمع‌گرا، بهزیستی درونی بیشتر از عضویت‌های درون‌گروهی سرچشمه‌گیر (کلیه موارد به نقل از دینر، سو، ۲۰۰۰).

عضوی از گروه بودن، «احساس تعلق» را بوجود می‌آورد و به عنوان بخشی از معنای زندگی شخص تعریف می‌شود و تمایل دارد بطور مثبتی روی «خود» منعکس شود (آبرامز<sup>۱۹</sup>، ۱۹۹۲؛ بریور<sup>۲۰</sup>، دوکس<sup>۲۱</sup>، ۱۹۹۲؛ تاجفل، ۱۹۸۶؛ به نقل از کراکر و همکاران، ۱۹۹۴). کراکر و لاتنن (۱۹۹۱)، معتقدند، احساس تعلق و احترامی که از عضویت داشتن در گروه سرچشمه می‌گیرد، تأثیر مثبتی روی احساس ذهنی فرد از بهزیستی‌اش دارد و احترام به خود جمعی را بوجود می‌آورد که شاخص ارزیابی مثبت فرد از هویت اجتماعی یا عضویت‌اش در گروه‌های اجتماعی

است که به آنها تعلق دارد (به نقل از کراکر و لاتنن، ۱۹۹۴). از آنجائی که جمع مدارها بیشتر خودشان را در رابطه با درون گرویشان، ارزیابی می‌کنند، بنابراین، این ارزیابی‌ها می‌تواند روی احساس آنها از رضایتمندی زندگی و خوشنودی‌شان، تأثیر بگذارد (تریانندیس، چن و چان، ۱۹۹۸). این یافته‌ها نه تنها نفوذ فراگیر «خود» را روی فرآیند داوری و ارزیابی بهزیستی درونی روشن می‌کند، بلکه همچنین سرخ‌های مهمی برای درک اینکه چرا تفاوت‌های فرهنگی در سطوح آن رخ می‌دهند را فراهم می‌نماید. اگرچه تحقیقات بین فرهنگی در این مورد تازه آغاز شده است، ولی جای امیدواری است که پیشرفت‌های نظری و روش شناختی در این رشته جوان، در دهه‌های بعدی نیز ادامه یابد. ما نیاز داریم به درک ظریف و فرهیخته‌ای از آنچه سبب احساس رضایتمندی و خوشنودی در فرهنگ‌های «جمع‌گرا» در مقابل فرهنگ‌های «فردگرا» می‌شود برسیم. به ویژه در جامعه ایرانی برخلاف مطالعات بین فرهنگی که در دو دهه اخیر در این حوزه علمی در کشورهای مختلف انجام گرفته است، تاکنون تحقیقی صورت نگرفته است و این در حالی است که در مرور ادبیات بهزیستی، تحقیقاتی از کشورهای آسیایی به ویژه آسیای شرقی و حتی کشورهای همسایه همچون ترکیه، پاکستان، هند و بحرین دیده می‌شود و در نتیجه این خلاء پژوهشی در کشورمان بیش از پیش احساس می‌گردد.

از آنجائی که یافته‌های تحقیقاتی اثرات مثبت برخورداری از بهزیستی درونی را روی مسائل فردی - اجتماعی نظیر ازدواج، روابط بین فردی، شغل و حتی عوامل شناختی همچون چگونگی قضاوت و داوری فرد از تجارب و رویدادها نشان می‌دهد. بنابراین بررسی میزان بهزیستی مردم و عوامل اثرگذار بر آن می‌تواند در ایجاد جامعه سالم و ایجاد زمینه‌های رشد و توسعه کشور مفید باشد.

## ● روش

با توجه به موضوع تحقیق از روش همبستگی با دو هدف عمده ۱. کشف همبستگی بین متغیرها و ۲. پیش‌بینی یک متغیر از روی یک یا چند متغیر دیگر استفاده شد.

○ نمونه آماری و روش نمونه‌گیری: با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده نمونه آماری که شامل ۱۴۷ نفر از دانشجویان دختر و پسر مشغول به تحصیل مقطع کارشناسی رشته روانشناسی دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه علامه طباطبائی و ۱۲۱ نفر از دانشجویان دختر و پسر مقطع کارشناسی رشته روانشناسی دانشگاه «وسترن انتاریو»<sup>۲۲</sup> کانادا بود، انتخاب شدند.

○ روش جمع‌آوری اطلاعات: جمع‌آوری اطلاعات از طریق پرسشنامه صورت گرفت. ابتدا به

شرکت‌کننده‌ها گفته می‌شد که این تحقیق یک مطالعه بین فرهنگی است که بین دانشجویان ایرانی و کانادایی انجام می‌گیرد و راجع به اهداف و فرضیه‌های تحقیق به آنها توضیح داده می‌شد. سپس در مورد دستورالعمل اجرایی هر یک از ابزارها و شیوه پاسخگویی راهنمایی شدند.

○ ابزار اندازه‌گیری: «برسنامه اطلاعات شخصی» که توسط محقق به صورت بسته پاسخ در چارچوب ویژگیهای فردی شامل سن، جنس، ... تهیه شد. «مقیاس فردگرایی - جمع‌گرایی»<sup>۲۳</sup> که توسط سینگلز، تریاندیس، بادوک و جفلند (۱۹۹۵) برای اندازه‌گیری چهار شکل از الگوهای فرهنگی «فردگرایی - جمع‌گرایی» ساخته شده است. این مقیاس ۳۲ سؤالی است که برای هر الگوی فرهنگی ۸ سؤال در نظر گرفته شده است. در این تحقیق تأکید بر روی دو بعد کلی تمایلات «فردگرایی» و «جمع‌گرایی» بوده است. توسط سازندگان آزمون ثبات درونی (آلفای کرانباخ) برای فردگرایی عمودی ۰/۷۴، فردگرایی افقی ۰/۶۷، جمع‌گرایی عمودی ۰/۶۸ و جمع‌گرایی افقی ۰/۷۴ گزارش شده است. در این تحقیق، ضریب «اعتبار» با استفاده از ضریب آلفای کرانباخ برای فردگرایی عمودی ۰/۷۲، فردگرایی افقی ۰/۵۶، جمع‌گرایی عمودی ۰/۵۸ و جمع‌گرایی افقی ۰/۵۰ بدست آمد. «مقیاس احترام به خود جمعی» توسط کراکر و لاتنن (۱۹۹۴)، ساخته شد و شاخص ارزیابی مثبت افراد از هویت اجتماعی یا جمعی‌شان است. این مقیاس دارای ۱۶ ماده با چهار خرده مقیاس ۱. «حرمت خود جمعی شخصی»، ۲. «حرمت خود جمعی عمومی»، ۳. «حرمت عضویت»<sup>۲۴</sup>، ۴. «اهمیت برای هویت»<sup>۲۵</sup> است. ضرایب آلفا برای خرده مقیاس‌ها از ۰/۸۳ تا ۰/۸۸ و همبستگی برای کل مواد مقیاس از ۰/۵۱ تا ۰/۵۸ و برای خرده مقیاس‌ها از ۰/۴۰ تا ۰/۷۱ گزارش شده است. میانگین همبستگی‌های کل مواد از ۰/۵۵ تا ۰/۷۵ بدست آمد. در این تحقیق آلفای کرانباخ برای خرده مقیاس «حرمت خود جمعی»<sup>۲۶</sup> عضویت ۰/۷۲، برای «حرمت خود جمعی شخصی» ۰/۷۲، برای حرمت خود جمعی عمومی ۰/۷۱ و برای خرده مقیاس «اهمیت برای هویت» ۰/۵۵ و برای کل مقیاس ۰/۸۳ بدست آمد. «مقیاس حرمت خود روزنبرگ»<sup>۲۷</sup> یک مقیاس معتبر جهانی برای سنجش احترام به خود شخصی است. این مقیاس شامل ده سؤال است. ثبات درونی آن در نمونه مورد بررسی دایسون و همکاران (۱۹۷۹) به نقل از لاتنن و کراکر، (۱۹۹۴)، با استفاده از آلفای کرانباخ ۰/۷۷ بدست آمد. در تحقیق فلمینگ و کورتنی (۱۹۸۴) به نقل از همان منبع (۰/۸۸ گزارش شد. در این تحقیق ضریب اعتبار با روش آلفای کرانباخ  $\alpha = 0/85$  بدست آمد. «مقیاس رضایتمندی زندگی کلی»<sup>۲۸</sup> توسط پوت و دینر (۱۹۹۳)، تهیه شده است و برای اندازه‌گیری بُعد شناختی بهزیستی درونی مورد استفاده قرار می‌گیرد، شامل پنج عبارت است که پاسخ‌دهنده میزان رضایتمندی خود را با استفاده از یک مقیاس ۷ درجه‌ای نشان می‌دهد. در

تحقیق بین فرهنگی ایشی (۲۰۰۰) در بین ۳۹ کشور مورد مطالعه، آلفای کرانباخ از ۰/۴۱ تا ۰/۹۴ با میانگین ۰/۷۸ و انحراف معیار ۰/۰۹ گزارش شد. در بررسی مقدماتی این تحقیق، آلفای کرانباخ ۰/۸۸ بدست آمد. «مقیاس عاطفه مثبت و عاطفه منفی»<sup>۲۹</sup> که توسط اتسون، کلارک و تلجن (۱۹۸۸)، ساخته شد. شامل ۲۰ ماده است که برای هر بُعد عاطفی ۱۰ لغت که توصیف کننده احساسات یا هیجانات متفاوت است، در نظر گرفته شده است. همبستگی درونی و ثبات درونی (ضرایب آلفای کرانباخ  $\alpha$ ) که توسط سازندگان این مقیاس بدست آمده برای «عاطفه مثبت»<sup>۳۰</sup> (PA) از ۰/۸۶ تا ۰/۹۰ و برای «عاطفه منفی»<sup>۳۱</sup> (NA) از ۰/۸۴ تا ۰/۸۷ رتبه بندی شده است. همبستگی بین عاطفه مثبت و عاطفه منفی همواره پائین است و بین ۰/۱۲ تا ۰/۲۳ گزارش شده است. در این تحقیق برای عاطفه مثبت آلفای کرانباخ ۰/۸۶ و برای عاطفه منفی ۰/۸۷ بدست آمد.

○ در این تحقیق از برنامه کامپیوتری SPSS استفاده شد و به وسیله آن شاخص های آماری توصیفی و استنباطی که شامل آزمون مقایسه، میانگین های دو گروه مستقل، همبستگی پیرسون و تحلیل رگرسیون چند متغیره (به روش گام به گام) به کار گرفته شد.

### ● نتایج

در تجزیه و تحلیل داده ها همانطور که در جدول ۱ مشاهده می گردد، میانگین و انحراف معیار دو گروه در ارتباط با متغیرهای مربوط به «حرمت خود اجتماعی» و «حرمت خود فردی» و زیرمجموعه های آن آمده است.

جدول ۱- میانگین و انحراف معیار متغیرهای سنجیده شده در دو گروه دانشجویان ایرانی و کانادایی

شاخص های آماری	میانگین و انحراف معیار (ایران)	میانگین و انحراف معیار (کانادا)
حرمت خود جمعی	(۱۳/۷۰)۸۵/۱۳	(۱۴/۴۹)۸۳/۴۴
خود مداری (I) <sup>۳۲</sup>	(۱۶/۲۶)۱۰۳/۷۲	(۱۳/۹۳)۱۰۰/۷۹
جمع مداری (C) <sup>۳۳</sup>	(۱۶/۶۸)۱۰۵/۸۹	(۱۴/۳۹)۱۰۵/۵۹
حرمت خود فردی	(۴/۷۵)۲۸/۷۶	(۶/۴۸)۳۲/۰۸
رضایتمندی زندگی	(۶/۶۰)۲۱/۴۳	(۵/۶۹)۲۵/۹۳
خششودی (PA)	(۶/۵۴)۳۴/۳۱	(۶/۰۲)۳۶/۹۳
ناخششودی (NA)	(۷/۷۰)۲۲/۳۷	(۶/۳۰)۲۱/۷۶

جدول ۲- نتایج تفاوت میانگینهای دو گروه در عامل رضایتمندی و خشنودی

منابع تغییرات	df	t	p
رضایتمندی زندگی	۲۶۶	۵/۹۹	۰/۰۰۱
خشنودی	۲۶۶	۳/۴۱	۰/۰۰۱

برای برآورد معنادار بودن تفاوت میانگینهای دو گروه، در مؤلفه‌های بهزیستی درونی (رضایتمندی و خشنودی) از آزمون t استفاده شد (جدول ۲). این جدول تفاوت بین میانگینهای دو گروه در هر دو عامل «رضایتمندی» و «خشنودی» را با ۰/۹۹ اطمینان، معنادار نشان می‌دهد.

جدول ۳- نتایج رگرسیون گام به گام بین متغیرهای پیش‌بینی کننده حرمت خود فردی، خشنودی، حرمت خود جمعی و جمع‌مداری و متغیر ملاک رضایتمندی زندگی در گروه اول (دانشجویان ایرانی)

ضرایب رگرسیون	P	F	R <sup>۲</sup>	R	منابع تغییرات		
					متغیرهای پیش‌بینی‌کننده	گام	
B= ۰/۴۵۴ t= ۶/۱۳۲ p< ۰/۰۰۰	۰/۰۰۰	۳۷/۵۹۹	۰/۲۱	۰/۴۵	حرمت خود فردی	۱	
B= ۰/۲۹۹ t= ۳/۸۷۲ p< ۰/۰۰۰	B= ۰/۳۳۴ t= ۴/۳۲۷ p< ۰/۰۰۰	۲۸/۱۱۱	۰/۲۸	۰/۵۳	حرمت خود فردی و خشنودی	۲	
B= ۰/۲۳۲ t= ۲/۸۳۴ p< ۰/۰۰۵	B= ۰/۲۳۵ t= ۲/۹۹۳ p< ۰/۰۰۳	B= ۰/۲۴۹ t= ۳/۰۷۶ p< ۰/۰۰۳	۲۲/۳۳۴	۰/۳۲	۰/۵۷	حرمت خود فردی، خشنودی و حرمت خود جمعی	۳

با توجه به تجزیه و تحلیل انجام شده می‌توان نتیجه گرفت که عوامل نامبرده در زیر به ترتیب اهمیت با «رضایتمندی زندگی» در دانشجویان ایرانی رابطه معناداری داشته‌اند و این عوامل روی هم رفته ۰/۳۲ از تغییرات رضایتمندی زندگی را تبیین می‌کنند: ۱. حرمت خود فردی ۲. خشنودی ۳. حرمت خود جمعی.

بنابر محاسبات انجام شده، معادله پیش‌بینی به شرح ذیل صورت بندی شده و سهم هر یک از متغیرها تعیین شده است.

$$y = -6/154 + 0/347(x_1) + 0/237(x_2) + 0/111(x_3)$$



جدول ۴- نتایج رگرسیون گام به گام بین متغیرهای پیش‌بینی‌کننده «خشنودی» حرمت خود فردی، جمع‌مداری، حرمت خود جمعی و متغیر ملاک رضایتمندی زندگی در گروه دوم (دانشجویان کانادایی)

منابع تغییرات		R	R <sup>۲</sup>	F	P	ضرایب رگرسیون	
متغیرهای پیش‌بینی‌کننده							
گام ۱	خشنودی	۰/۵۹	۰/۳۵	۶۲/۳۸۹	۰/۰۰۰	B= ۰/۵۰۹ t= ۷/۸۹۹ p< ۰/۰۰۰	
گام ۲	خشنودی و حرمت خود فردی	۰/۶۳	۰/۴۰	۳۷/۵۱۲	۰/۰۰۰	B= ۰/۲۲۶ t= ۲/۹۳۱ p< ۰/۰۰۴	B= ۰/۵۱۱ t= ۶/۶۲۷ p< ۰/۰۰۰
گام ۳	خشنودی، حرمت خود فردی و جمع‌مداری	۰/۶۴	۰/۴۱	۲۷/۰۶۴	۰/۰۰۰	B= ۰/۱۴۷ t= ۲/۰۳۴ p< ۰/۰۴۴	B= ۰/۲۵۰ t= ۳/۲۴۳ p< ۰/۰۰۲

با توجه به تجزیه و تحلیل انجام شده می‌توان نتیجه گرفت که عوامل نامبرده در زیر به ترتیب اهمیت با رضایتمندی زندگی در دانشجویان کانادایی رابطه معناداری داشته‌اند و این عوامل روی هم رفته ۴۱٪ از تغییرات رضایتمندی زندگی را تبیین می‌کنند. ۱. خشنودی ۲. حرمت خود فردی ۳. جمع‌مداری. بنابر محاسبات انجام شده، معادله پیش‌بینی به شرح ذیل صورت‌بندی شده و سهم هر یک از متغیرها تعیین شده است.

$$y = -۲/۲۶۰ + ۰/۴۳۶(x_1) + ۰/۲۰۶(x_2) + ۰/۰۵۵(x_3)$$

نتایج بدست آمده، نشان داد که در گروه اول (دانشجویان ایرانی)، متغیر «احترام به خود فردی» و در گروه دوم متغیر «خشنودی» بیشترین همبستگی را با «رضایتمندی زندگی» داشته است.

جدول ۵- نتایج رگرسیون گام به گام بین متغیرهای پیش‌بینی‌کننده رضایتمندی زندگی، حرمت خود جمعی، حرمت خود فردی و جمع‌مداری و متغیر ملاک خشنودی در گروه اول

منابع تغییرات		R	R <sup>۲</sup>	F	P	ضرایب رگرسیون	
متغیرهای پیش‌بینی‌کننده							
گام ۱	رضایتمندی زندگی	۰/۴۳	۰/۱۹	۳۲/۴۲	۰/۰۰۰	B= ۰/۴۳۳ t= ۵/۷۸ p< ۰/۰۰۰	
گام ۲	رضایتمندی زندگی و حرمت خود جمعی	۰/۵۰	۰/۲۵	۲۴/۱۶	۰/۰۰۰	B= ۰/۲۸۳ t= ۳/۵۸ p< ۰/۰۰۱	B= ۰/۳۰۶ t= ۳/۷۸۷ p< ۰/۰۰۰
گام ۳	رضایتمندی زندگی، حرمت خود جمعی و حرمت خود فردی	۰/۵۲	۰/۲۸	۱۸/۰۵	۰/۰۰۰	B= ۰/۱۸۳ t= ۲/۱۴۹ p< ۰/۰۳۳	B= ۰/۲۲۱ t= ۲/۶۰۸ p< ۰/۰۱۰

با توجه به تجزیه و تحلیل انجام شده می‌توان نتیجه گرفت که عوامل نامبرده در زیر به ترتیب اهمیت با خشنودی در دانشجویان ایرانی رابطه معناداری داشته‌اند و این عوامل روی هم رفته ۰/۲۸ از تغییرات «خشنودی» را تبیین می‌کنند: ۱. رضایتمندی زندگی ۲. حرمت خود جمعی ۳. حرمت خود فردی. بنابر محاسبات انجام شده، معادله پیش بینی به شرح ذیل صورت بندی شده و سهم هر یک از متغیرها تعیین شده است.

$$y = -12/800 + 0/248(x_1) + 0/105(x_2) + 0/252(x_3)$$

جدول ۶- نتایج رگرسیون گام به گام بین متغیرهای پیش بینی کننده رضایتمندی زندگی،

حرمت خود جمعی، حرمت خود فردی و جمع مداری و متغیر ملاک خشنودی در گروه دوم (دانشجویان کانادایی)

منابع تغییرات		P	F	R <sup>۲</sup>	R	متغیرهای پیش بینی کننده
گام ۱	رضایتمندی زندگی	B= ۰/۵۳۰ t= ۶/۸۱۶ p< ۰/۰۰۰	۴۶/۴۶۴	۰/۲۸	۰/۵۳	
گام ۲	رضایتمندی زندگی و حرمت خود جمعی	B= ۰/۲۶۲ t= ۳/۴۴۸ p< ۰/۰۰۱	۳۱/۳۰۱	۰/۳۴	۰/۵۹	
گام ۳	رضایتمندی زندگی، حرمت خود جمعی و حرمت خود فردی	B= ۰/۲۵۸ t= ۵/۱۶۶ p< ۰/۰۰۰	۲۳/۱۸۳	۰/۳۷	۰/۶۱	

با توجه به تجزیه و تحلیل انجام شده می‌توان نتیجه گرفت که عوامل نامبرده در زیر به ترتیب اهمیت با «خشنودی» در دانشجویان کانادایی رابطه معناداری داشته‌اند و این عوامل روی هم رفته ۰/۳۷ از تغییرات خشنودی را تبیین می‌کنند: ۱. رضایتمندی زندگی ۲. حرمت خود جمعی ۳. حرمت خود فردی. بنابر محاسبات انجام شده، معادله پیش بینی به شرح ذیل صورت بندی شده و سهم هر یک از متغیرها تعیین شده است.

$$y = -11/471 + 0/437(x_1) + 0/107(x_2) + 0/162(x_3)$$

نتایج بدست آمده، نشان داد که در هر دو گروه دانشجویان ایرانی و کانادایی، متغیر

«رضایت‌مندی زندگی» بیشترین همبستگی را با «خشنودی» نشان داد. بنابراین به نظر می‌رسد که در هر دو فرهنگ در بین دانشجویان عامل رضایت‌مندی و برخوردار بودن از آن نقش مؤثری در خشنودی افراد دارد.

### ● بحث و نتیجه‌گیری

○ این یافته‌ها با نتایج بسیاری از تحقیقات بین فرهنگی انجام شده همخوانی دارد. دینز و همکاران (۲۰۰۲)، در مطالعه‌ای نشان دادند که در کشور ژاپن که دارای فرهنگ «جمع‌گرا» است در مقایسه با کشورهای غربی که دارای فرهنگ «فردگرا» هستند، احساس رضایت‌مندی پائین‌تری گزارش شده است. آنها این چنین استدلال می‌کنند که فرهنگ‌های «فردگرا» از تجربه و ابزار هیجان‌ات مثبت در افراد بیشتر حمایت می‌کنند در حالی که در فرهنگ‌های جمع‌گرا، فشار گروهی، اجتماعی و خانوادگی مانعی برای بروز هیجان‌ات مثبت فردی است و این امر می‌تواند نقش مهمی در رضایت‌مندی افراد داشته باشد. همچنین دینز و همکاران (۱۹۹۵)، نشان دادند که در سطح فرهنگی همبستگی مثبتی بین «فردگرایی» و «بهزیستی درونی» وجود دارد. تحقیق آنها نشان داد بین ۳۱ کشوری که مورد بررسی قرار دارند، مردم کشورهای فقیر امتیازات نزدیک به متوسط یا کمی پائین‌تر از نقطه خنثی را در «بهزیستی درونی» نشان داده‌اند. در حالی که کشورهای ثروتمند که روی فردگرایی تأکید می‌کنند؛ دارای مردمی با «بهزیستی درونی» بالا هستند. بنابراین از آنجائیکه ایران از جمله کشورهای جمع‌گرایی است و کانادا به عنوان یک کشور فردگرا تلقی می‌شود، نتایج این تحقیق نیز همخوان با سایر تحقیقات بین فرهنگی نشان داد که در سطح فرهنگی «بهزیستی درونی» با «فردگرایی» همبستگی مثبت دارد.

اما در تحلیل این که چرا تفاوت در بهزیستی درونی ایرانیها و کاناداییها وجود دارد. می‌توان موضوع را از دو دیدگاه بررسی نمود.

□ الف- نظریه تسهیلات زندگی ونهون: مطابق نظریه ونهون (۱۹۹۵)، «بهزیستی درونی» از طریق ارضای نیازهای بنیادی انسان بوجود می‌آید. او معتقد است اگر نیازهایی همچون گرسنگی، محبت و خودشکوفایی تحقق یابند، فرد احساس رضایت‌مندی می‌کند. به اعتقاد او تسهیلات زندگی در جوامع فردگرا نسبت به جوامع جمع‌گرا که رفاه و سطح زندگی پائین‌تری دارند، بیشتر است و این امر منجر به افزایش «بهزیستی درونی» در جوامع فردگرا می‌شود. او نشان داد که همبستگی مثبتی بین بهزیستی درونی با میزان آموزش، درآمد، اشتغال و وضعیت سلامتی وجود دارد. در حالیکه همبستگی منفی با عدم اشتغال، شرایط جنگی، عدم تساوی درآمدها و سوانح طبیعی همچون سیل و زلزله و طوفان دارد. بر اساس این دیدگاه، در ایران نتایج بدست

آمده از تحقیقات نشان می‌دهد که مشکلات عمده از دیدگاه مردم عبارتند از تورم (۳۲/۹٪)، نارسایی‌های اقتصادی (۱۵/۵٪) و بیکاری (۱۲/۳٪)، کمبود مسکن (۸/۲٪) و ضعف مدیریت (۴٪) (به نقل از محسنی، ۱۳۷۹) است که همگی از عوامل کاهش دهنده بهزیستی محسوب می‌شوند و علاوه بر این مردم ایران بطور مکرر با سوانح طبیعی و نیز مشکلات خاص جنگ مواجهه بوده‌اند. در حالی که مردم کانادا تقریباً به دور از این رویدادهای ناگوار بوده‌اند.

□ ب- دیدگاه انگیزشی شناختی بهزیستی درونی: اساساً در فرهنگ فردگرای آمریکای شمالی یک عامل انگیزشی قوی برای شاد بودن وجود دارد بطوری که جستجوی خوشحالی یک حق فردی مقدس است و رسیدن به خوشحالی نقطه نهایی تلاش و سخت‌کوشی فرد است. جنبه مثبت آن این است که افراد شاد و خوشحال بیشتر به بهشت می‌روند و جنبه منفی آن این است که هر کس مسئول ناخشنودی و حرمت خود پائین خویش است. بنابراین ملاحظه می‌شود تنیدگی برای شاد بودن و اعتماد بنفس داشتن در فرهنگ آمریکای شمالی قوی است. از سوی دیگر تحت تاثیر این فشار، راهبردهای شناختی خود خدمت‌گذاری به وفور مورد استفاده قرار می‌گیرند. در واقع مردم این جوامع مقدار قابل ملاحظه‌ای از تلاش‌شان را صرف متقاعد کردن خود و دیگران، در اینکه آنها شاد هستند، اعتماد به خود دارند و مهار کاملی بر زندگی دارند، می‌کنند. دایننگ<sup>۳۴</sup> (۱۹۹۳)، دایننگ و میرز<sup>۳۵</sup> (۱۹۹۶)، به نقل از تریاندیس، (۲۰۰۰)، نیز در مطالعاتشان نشان دادند که بیشتر مردم آمریکای شمالی، خودشان را در بسیاری از ابعاد «بالا تر از متوسط» می‌بینند. و پاسخگویی به مواد مقیاس براساس قرارداد خود در یک قالب خیلی مثبت، صورت می‌گیرد. بنابر مطالعات انجام شده می‌توان گفت یک تمایل قوی در میان آمریکاییهای شمالی برای سازگار کردن ارزیابی‌های خود در چارچوب حفظ یا تقویت خودنگری مثبت، وجود دارد.

○ ارزیابی خود براساس معیارهای درونی به جای اطلاعات عینی بیرونی (مقایسه با دیگران)، بنظر می‌رسد یک راهبرد شناختی مؤثری است. بنابراین احتمال دارد که «بهزیستی درونی» که توسط آمریکایی‌های شمالی گزارش می‌شود بیشتر به «احساسات مثبت» خود از پیش تعیین شده متکی باشد تا به اطلاعات بیرونی عینی که مستحق بررسی دقیق هستند. بنابر این از آنجائی که کانادا یکی از کشورهای آمریکای شمالی است، ممکن است بالا بودن میانگین بهزیستی درونی آنها نسبت به ایرانیها تحت تاثیر این عوامل انگیزشی شناختی قرار گرفته باشد. بنابر این، برای درک بهتر این که چرا تفاوت‌های فرهنگی در بهزیستی درونی اتفاق می‌افتد، توجه به راهبردهای شناختی که ممکن است در هماهنگی با عوامل انگیزشی عمل کنند، ضروری است.

○ نتیجه دیگر این پژوهش نشان داد که بیشترین واریانس رضایتمندی زندگی در دانشجویان ایرانی به وسیله «حرمت خود فردی» تعیین می شود. به نظر می رسد در بین ایرانی ها همچون غربیها «حرمت خود فردی» نقش موثری در رضایتمندی دارد و این نتایج با یافته های سو (۲۰۰۰)، که پیشنهاد می کند «حرمت خود فردی» و «ثبات هویت»، پیش بینی کننده ضعیفی از بهزیستی درونی در فرهنگ های جمع گرا نسبت به فردگراست و همچنین با یافته های مطالعه دینر و دینر (۱۹۹۵)، که نشان دادند حرمت خود و رضایتمندی در کشورهای توسعه یافته (آمریکا و کانادا) ۰/۶۰ و در کشورهای در حال توسعه ۰/۱۵ است (به عنوان مثال در هندی ها فقط ۰/۰۸ و در میان زنان بحرینی ۰/۲۷ همبستگی وجود داشته است) مغایر می باشد. بنا بر این حرمت خود پیش بینی کننده قوی از بهزیستی درونی در میان ایرانی هاست و این موضوع درست برخلاف کشورهای جمع گرای آسیای شرقی است که حرمت خود فردی محوریت و مرکزیت کمتری دارد و احساسات مثبت نسبت به خود بخش کوچکی از رضایتمندی زندگی را نشان می دهد (سو، ۲۰۰۰؛ بروکتر<sup>۳۶</sup> و چن<sup>۳۷</sup>، ۱۹۹۶ به نقل از دینر و همکاران، ۲۰۰۳).

○ نتایج بدست آمده نشان داد که عامل «خشنودی» بیشترین واریانس رضایتمندی را در دانشجویان کانادایی تعیین می کند. این نتیجه نیز با یافته بدست آمده از تحقیق سو و همکاران (۱۹۹۸)، که نشان داد رابطه مثبتی بین هیجانات و رضایتمندی زندگی در کشورهای فردگرا نسبت به جمع گرا وجود دارد هماهنگ است. بدین ترتیب که در بین ملل مختلف نیرومندی رابطه بین رضایتمندی و هیجان یا تعادل عاطفی (فراوانی عاطفه مثبت منهای عاطفه منفی) به طور معناداری به میزان فردگرایی ملل مرتبط است ( $r = 0/52$ ) بنابراین به نظر می رسد که در کشور فردگرای کانادا، قضاوت در مورد رضایتمندی زندگی متکی به هیجانات درونی افراد است. انگیزه شاد بودن در آمریکاییها قوی است و شاید مغایر با این نگرش فرهنگ شرقی است که باور دارند ساقه غم و شادی از یک ریشه است و همیشه بدنبال هر شادی غمی هست و بالعکس. یک روانشناس ژاپنی بنام هیدوشی مینامی<sup>۳۸</sup> (۱۹۷۱)، معتقد است در فرهنگ ژاپنی ها با الهام از مکتب کنفوسیوس یک نگرش تردید آمیز در مورد خوشحالی وجود دارد که سبب می شود بر خلاف امریکاییها احساس اجبار کمتری برای شاد بودن داشته باشند و در نتیجه بهای کمتری به شاد بودن بدهند (به نقل از دینر و دینر، ۱۹۹۵).

○ با توجه به اینکه نتایج بدست آمده نشان داد میزان «رضایتمندی» و «خشنودی» دانشجویان ایرانی پائین تر از دانشجویان کانادایی است و با استناد به عوامل افزایش دهنده و کاهش دهنده «بهزیستی درونی» در سطح فرهنگی می توان از نتایج بدست آمده در جهت افزایش رفاه عمومی، توجه به تسهیلات زندگی و تسریع در رسیدگی به خواسته های منطقی شهروندان و اجتناب از

چالشهای دست و پاگیر اداری در پاسخ‌گویی بهتر به نیازها و درخواست‌های مردم که سبب افزایش بهزیستی درونی آنان می‌شود سود جست.

○ از عوامل کاهش دهنده دیگر مسئله «سوانح طبیعی» است که به ویژه با توجه به حوادث ناگواری که هرازچندگاهی در اثر زلزله سیل و... در ایران پیش می‌آید توجه بیشتر مسئولین را در جهت برنامه‌ریزی درازمدت به شکل جدی و کاربردی در جلوگیری و کاهش آسیب‌های احتمالی سوانح طبیعی می‌طلبد.

○ نتایج این پژوهش نشان داد رابطه معتبری بین الگوی فرهنگی «جمع‌مداری» و «بهزیستی درونی» و «حرمت خود جمعی» در دانشجویان ایرانی وجود دارد. از این یافته‌ها می‌توان در برنامه‌ریزی‌های فرهنگی استفاده نمود و با انجام تحقیقات بیشتر عناصر تاثیرگذار این الگوی فرهنگی و مکانیزم‌های واسطه‌ای آن همچون «مقابله جمعی»، «رقابت کاهش یافته»، «برخورداری از حمایت و تأیید اجتماعی»، «اثبات بیشتر در روابط بین فردی» و غیره را شناسایی و با تحقیق در این زمینه‌ها در جهت بالا بردن رضایتمندی و خشنودی افراد و در نهایت توسعه جامعه گام مؤثری برداشت.



#### یادداشت‌ها

۱- محقق برای ترجمه کلمه انگلیسی subjective well-being از واژه «بهزیستی درونی» استفاده کرده است به این دلیل که: الف. مطابق تعریف، این مفهوم به چگونگی ارزیابی فرد از زندگی اطلاق می‌شود که چارچوب ذهنی داوری در آن قویاً به دیدگاه درونی پاسخ دهنده متکی است و در واقع تمرکز روی دیدگاه درونی فرد در مورد خشنودی و رضایت‌اش از زندگی می‌باشد. ب. نکته اساسی در این حوزه علمی این است که خود فرد زندگی‌اش را ارزیابی می‌کند، نه گزارش دهنده‌ها، متخصصان بهداشت روانی یا شاخص‌های سیاسی. ج. در این رشته علمی به نظرات و تجارب افراد در مورد زندگی‌شان اهمیت و اولویت داده می‌شود.

2- Life satisfaction

3- Pleasant affect

4- Unpleasant affect

5- Happiness

6- Abstin, A. M.

7- Lykkens

8- Tellegen

9- Cultural and individual levels

10- Individuated self concept

11- King

12- Bond

13- Self

14- Hawkins

15- Catalano

16- Miller

17- Campbell

18- Locas

19- Abrams

20- Brewer

21- Deaux

22- Western Ontario (UWO)

23- Individualism Collectivism Scale (ICS)

- |   |  |
|---|--|
| 24- Membership esteem                   | 25- Importance to identity                     |
| 26- Collective Self-Esteem (CSE)        | 27- Rosenberg Self-esteem Scale                |
| 28- Satisfaction With Life Scale (SWLS) | 29- Positive and Negative Affect Scale (PANAS) |
| 30- Positive Affect (NA)                | 31- Negative Affect (NA)                       |
| 32- Idiocentrism                        | 33- Collective                                 |
| 34- Dunning, D.                         | 35- Meyers, J.                                 |
| 36- Brockner                            | 37- Chen                                       |
| 38- Minami, H.                          |  |

### منابع

- محسنی، منوچهر. (۱۳۷۹). بررسی آگاهی‌ها، نگرشها و رفتارهای اجتماعی - فرهنگی در ایران. تهران: دبیرخانه شورای فرهنگ عمومی.
- Crocker, J.; Major, B. (1989). Social stigma and self-esteem: The protective properties of stigma. *Psychological Review*, 96, 608-630.
- Crocker, J.; Luhtanen, R.; Blaine, B.; & Broadnax, S. (1994). Collective self-esteem and psychological well-being among white, black and Asian college students. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20(5), 503-513.
- Diener, E.; Suh, E.; Smith, H.; & Shao, L. (1995). National differences in reported subjective well-being: Why do they occur? *Social Indicators Research*, 34, 7-32.
- Diener, E.; Diener, M.; & Diener, C. (1995). Factors predicting the subjective well-being of nations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 851-864.
- Diener, E.; Suh, E.; & Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology*.
- Diener, E.; & Suh, E. M. (2000). *Culture and subjective well-being*. Cambridge, MA: MIT Press.
- Diener, E.; & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13, 80-83.
- Diner, E.; Oishi, S.; & Lucae, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being. *Emotional Annual Review of Psychology*, 54, 403-425.
- Dumont, M. P. (1989). An unfolding memoir of community mental health. Reasings. *A Journal of Reviews and Commentray in Mental Health*, 4-7.
- Inglehart, R. (2000). Genes, culture, democracy and happiness. In E. Diener and E. Suh (Eds) *Culture and subjective well being*. Cambridge and London. The MIT Press.
- Larson, R. (1989). Is feeling in control related to happiness in daily life? *Psychological Reports*, 64, 775-784.
- Lucase, R.; Diener, E.; & Suh, E. (1996). Discriminant validity of subjective well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1147-57.

- Luhtanen, R.; & Crocker, J. (1992). A Collective Self-esteem Scale: Self-evaluation of one's social identity, *The Society for Personality and Social Psychology*, 18(3), 302-18.
- Vol. 81 No.3, 203-813.
- Myers, D. G.; & Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6, 10-19.
- Oishi, S. (2000). Goals as cornerstones of subjective well-being: Linking individuals and cultures  
In E. Diener & E. Suh (Eds). *Culture and subjective well being*. Cambridge & London. The MIT Press.
- Pavot, W.; & Diener, E. (1993). Review of the Satisfaction With Life Scale. *Psychological Assessment*, 5(2), 164-172.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Singelis, T. M.; Triandis, H. C.; Bhuwuk, D. S.; & Gelfand, M. (1995). Horizontal and vertical dimension of individualism and collectivism: A theoretical and measurement. *Cross-Cultural Research*, 29, 240-275.
- Suh, E.; Diener, E.; Oishi, S.; & Triandis, H. C. (1998). The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotions versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 482-493.
- Suh, E. M.; & Diener, E. (2000). Self, the hyphen between culture and subjective well-being. In E. Diener & E. Suh (Eds). *Culture and subjective well being*. Cambridge & London. The MIT Press.
- Tajfel, H. (1982). *Social identity and inter group relations*. New York: Cambridge University Press.
- Triandis, H. C.; & Gelfand, M. J. (1998). Converging measurement of horizontal and vertical individualism and collectivism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 118-128.
- Triandis, H.; Chen, D. K-S.; & Chan, X. P. (1998). Scenarios for the measurement of collectivism and individualism. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 29(2), 275-89.
- Triandis, H. C. (2000). Cultural syndromes and subjective well-being. In E. Diener & E. Suh (Eds). *Culture and subjective well being*. Cambridge & London. The MIT Press.
- Veenhoven, R. (2004). The greatest happiness principle. Happiness as a policy aim, *Positive Psychology in Practice*. Chichester; Wiley.
- Watson, D.; Clark, L. A.; & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS Scales, *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-70.

