



Comparison of Students' Subjective Well-Being and Interpersonal Relationship from the Perspective of Superiority (Left and Right)

Alireza Merati ^{1*}, Maryam Merati ², Mehdi Barzagar Bafroee ³

1 Assistant Professor, Department of Psychology and Educational Sciences, Payame Noor University

2 Master of Educational Psychology

3 Doctor of Educational Psychology - Lorestan University - Khorramabad

* **Corresponding author:** Assistant Professor, Department of Psychology and Educational Sciences, Payame Noor University

Received: 2021-12-21

Accepted: 2022-01-05

Abstract

Introduction: Being superior or lateral is one of the traits that is seen in many people and can cause many traits to develop. The purpose of this study was to compare subjective well-being and interpersonal relationship in left and right-handed individuals among students of Hamadan University of Medical Sciences in the academic year 1396-97.

Methods: A sample size of 300 was selected by stratified random sampling. The tools used were Chapman's Handwriting Questionnaire (1978), Keyes and Magyaromo's Mental Well-being Questionnaire (2003) and Matson's Interpersonal Relationship Questionnaire (1983). Data were analyzed using independent t-test and multivariate analysis of variance in SPSS software.

Results and Conclusion: The results showed that the difference between the two groups was significant in the subjective well-being variable and its components had higher subjective well-being. There was also a difference in the communication skills variable between the two groups, which were stronger in the right-handed variable. On the basis of these findings, it can be cited in relation to cultural, educational and educational issues.

Keywords: Lateral Excellence, Subjective Well-being, Interpersonal Communication, Hand Excellence



مقایسه بهزیستی ذهنی و ارتباط بین فردی دانشجویان از منظر دست برتری (چپ‌دستی و راست‌دستی)

علیرضا مرآتی^{۱*}، مریم مرآتی^۲، مهدی برزگر بفرویی^۳

^۱ عضو هیأت علمی گروه روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه پیام نور- تهران- ایران

^۲ کارشناس ارشد روانشناسی تربیتی

^۳ دکترای روانشناسی تربیتی- دانشگاه لرستان- خرم آباد

* نویسنده مسئول: عضو هیأت علمی گروه روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه پیام نور- تهران- ایران

email: alirezamerati@pnu.ac.ir

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۰/۱۰/۱۵

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۰/۰۹/۳۰

چکیده

مقدمه و هدف: دست برتری یا جانبی بودن یکی از صفاتی است که در بسیاری افراد دیده می‌شود و می‌تواند سبب بروز و شکل‌گیری بسیاری از خصایص گردد. در همین راستا پژوهش حاضر با هدف مقایسه بهزیستی ذهنی و ارتباط بین فردی در افراد چپ دست و راست دست در بین دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی شهر همدان، در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ انجام گرفت.

روش‌ها: حجم نمونه‌ای ۳۰۰ نفری که با روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای صورت گرفت. ابزارهای مورد استفاده عبارت بودند از پرسشنامه دست برتری چاپمن (۱۹۷۸)، پرسشنامه بهزیستی ذهنی کی‌یز و ماگیارمو (۲۰۰۳) و پرسشنامه ارتباط بین فردی ماتسون (۱۹۸۳). داده‌ها پس از جمع‌آوری با استفاده از آزمونهای آماری t مستقل و تحلیل واریانس چندمتغیره در قالب نرم افزار SPSS مورد تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها و نتیجه‌گیری: نتایج نشان داد که در متغیر بهزیستی ذهنی و مولفه‌های آن تفاوت بین دو گروه معنادار است و چپ دست‌ها از بهزیستی ذهنی بالاتری برخوردارند. همچنین در متغیر مهارت‌های ارتباطی بین دو گروه تفاوت وجود دارد که در این متغیر راست دست‌ها قوی‌تر بودند. بر همین اساس می‌توان یافته‌های فوق را در رابطه با مسائل فرهنگی، آموزشی و تربیتی مورد استناد قرار داد.

واژگان کلیدی: برتری جانبی، بهزیستی ذهنی، ارتباط بین فردی، دست برتری

تمامی حقوق نشر برای فصلنامه رویکردی نو در علوم تربیتی محفوظ است.

مقدمه

معطوف و متمرکز شده است [۱]. در حوزه تعلیم و تربیت و نیز علوم اجتماعی، توجه به دست برتری و تفاوت‌های میان دست برترها به لحاظ مولفه‌های گوناگون، مورد توجه مربیان و محققان تعلیم و تربیت، جامعه‌شناسان، روان‌شناسان و روان‌شناسان اجتماعی است. رفتارهای اجتماعی و خصیصه‌های شخصی این افراد در جامعه انسانی مورد مطالعه، بحث و

نیمه دوم قرن بیستم را می‌توان به عنوان دوره تفردگرایی^۱ نظر گرفت. عصری که ارزش‌ها و تفاوت‌های فردی مورد تصدیق و پذیرش واقع می‌شود. پس از توجه طولانی مدت به جنبه‌های جسمانی، دامنه گسترده‌ای از این توجه بر انسان به عنوان یک کلیت از متغیرهای جسمانی، شناختی و عاطفی

دست‌ها تشکیل می‌دهند. افرادی مثل رافائل نادال^۲ تنیس باز، لورا فلسل^۳ شمشیر باز، جیمی هاندریک^۴ و لئوناردو داوینچی^۵ از مشهورترین چپ دست‌ها می‌باشند. طبق تحقیقاتی که در سال ۲۰۰۶ در مجله نورو سایکولوژی^۶ به چاپ رسید، چپ دست‌ها قادرند ارتباط عمیقی بین دو نیمکره مغزشان ایجاد کنند. به همین دلیل موقعیت‌ها را بهتر تحلیل کرده و سریعتر تصمیم می‌گیرند و به‌ویژه در مسابقات ورزشی موفق‌ترند [۱۶]. در همین رابطه پژوهش‌ها نشان داده‌اند که هوش چپ دست‌ها و راست دست‌ها تفاوت معناداری با یکدیگر ندارد [۱۷].

در رابطه با ریشه‌های چپ دستی و راست دستی نظریه‌های متفاوتی وجود دارد. از جمله نظریه جنگی، که معتقد است انسان چون در جنگ‌ها مجبور به دفاع از قلب خود بود به همین دلیل شمشیر را با دست راست و سپر را در دست چپش نگهداشته تا بتواند از خود به خوبی دفاع کند، که البته این نظریه به کلی از اعتبار ساقط است. نظریه دیگر نظریه گرانیگاهی است که بر اساس آن گرانیگاه بدن انسان در طرف چپ بدن قرار دارد، بنابراین این انسان روی پای چپش بهتر می‌ایستد و در نتیجه پای راست آزاد می‌ماند و به همین دلیل گرایش عمده افراد به سمت راست بدن است. این نظریه هم چون مبنای علمی نداشته زیاد معتبر نیست. بر اساس نظریه چشم برتر چون مرکز حس بینایی در مغز در نیمکره‌ای قرار دارد که سرنوشت دست برتر را مشخص می‌کند، پس به همین دلیل افراد راست دست یا چپ دست می‌شوند. البته این نظریه هم به دلیل وجود گرایش راست دستی و چپ دستی در افراد نابینا رد شده است. اما بر اساس نظریه‌های تربیتی، چپ دستی و راست دستی در آغاز برای کودکان هیچ تفاوتی ندارد اما چون ما در جامعه راست دستان زندگی می‌کنیم بر اثر آموزش آنها راست دست می‌شویم و آن‌هایی هم که چپ دست می‌شوند بر اثر عدم مراقبت والدین و مربیان‌شان بوده است [۱۸]. به نظر می‌رسد که این نظریه هم به خودی خود بی‌معناست چرا که اصولاً چگونه از ابتدا جامعه ما به صورت راست دستی شکل گرفته است. اما در همین زمینه نظریه‌های بسیاری وجود دارد و ریشه این برتری‌ها هرچه هست می‌تواند بر سایر ویژگی‌های رفتاری و ذهنی افراد نیز تأثیرگذار باشد. در این پژوهش مقایسه دو متغیر بهزیستی‌ذهنی و ارتباط بین فردی در افراد چپ‌برتر و راست‌برتر مورد توجه قرار گرفته است، به این دلیل که روشن شود آیا تفاوت‌های زیستی این افراد این متغیرهای شخصیتی را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد یا خیر؟

ما هر روز به گونه‌های مختلف با یکدیگر در ارتباط هستیم؛ تا اندیشه‌ها، احساسات و تمایلات خود را به یکدیگر منتقل کنیم. میزان علاقه و احترام خود را نشان دهیم و رنج و اندوه،

پژوهش قرار گرفته و این مطالعات تفاوت‌های قابل توجهی در متغیرهای گوناگون بین افراد راست دست و چپ دست گزارش کرده‌اند. مثلاً موفقیت بیشتر ورزشکاران چپ دست در رقابت‌های ورزشی نسبت به راست دست‌ها [۲]، [۳]؛ موقعیت‌های اقتصادی و اجتماعی بالاتر چپ دست‌ها در مقایسه با همکاران راست دست [۴]؛ عملکرد بهتر زنان چپ دست نسبت به زنان راست دست در آزمون استروپ (عملکرد شناختی) [۵]، حساسیت چپ دست‌ها نسبت به راست دست‌ها به بافت دیداری [۶]، از این نمونه است. به طور کلی به نظر می‌رسد افراد چپ دست خلأی از سایر افراد باشند و با احتمال بیشتری به اندازه و شکل و نوع اشیاء توجه می‌کنند.

به طور کلی بدن انسان دارای اندام‌های زوج بسیاری است که از نظر ساختمانی و عملکرد قرینه یکدیگرند، اما در این میان دست برتری انسان به معنی برتری یک دست در اعمال خاص حرکتی یک استثناء است. اکثریت انسان‌ها به جای مهارت مساوی در دو دست، در یکی از دست‌ها، برتری بارزی نشان می‌دهند و حال این‌که برتری در یک طرف بارز است و در اکثریت افراد در طرف راست می‌باشد. تقریباً بین ۶ تا ۱۷ درصد افراد جامعه را افراد چپ برتر، و ۳ تا ۱۰ درصد افراد را دو سو توان و قریب ۷۰ تا ۸۷ درصد افراد را راست برتر تشکیل می‌دهند [۷]، اگرچه تا امروز هیچ تعریف جامع و کاملی که مورد توافق همگان باشد برای آن (چپ‌دستی یا راست‌دستی) وجود ندارد [۸]، با این وجود در بسیاری از منابع از دست‌برتری به عنوان ترجیح فطری یا زیست‌شناختی برای استفاده از یک دست بیشتر از دست دیگر، در انجام تکالیف و وظایف خاص در نظر گرفته شده و با غالب بودن یکی از نیمکره‌ها در انجام آن تکلیف در ارتباط است [۹]، که غالب بودن یکی از نیمکره‌ها برنامه زیست‌شناختی از پیش تعیین شده و تغییرناپذیر می‌باشد [۱۰]. با این تفاسیر بخشی از جمعیت جهان چپ دست هستند و مدت‌ها به دلیل همین خصوصیت، پایین‌تر از دیگران محسوب شده و جوامع نسبت به آن‌ها دید منفی داشتند. در بسیاری از کشورهای آسیایی و آفریقایی هنوز هم چپ دست‌ها تحقیر می‌شوند و برخی را مجبور می‌کنند کارهای خود را با دست راست انجام دهند [۱۱]. طی چند دهه اخیر دید مردم بسیار تغییر کرده و دلیل چپ دست بودن از نظر علمی شناسایی شده است [۱۲]؛ [۱۳]؛ [۱۴]. ژن‌ها در این میان دخیل‌ند و چپ دستی از نسلی به نسل دیگر منتقل می‌شود. محققان پی برده‌اند که اگر یکی از زوج‌ها چپ دست باشند، احتمال چپ شدن فرزندشان ۱۶ درصد افزایش می‌یابد و اگر هر ۲ والد چپ دست باشند احتمال چپ دستی فرزندشان ۴۶ درصد خواهد بود [۱۵]. بر اساس آمارها حدود ۳۰ درصد از ورزشکاران و هنرمندان بالاتر به را چپ

اطرافش به کار می‌بندد، می‌تواند مولفه‌های دیگری را تحت تأثیر قرار دهد. بهزیستی ذهنی به عنوان یک مولفه ذهنی و شناختی و فکری، در حقیقت یکی از این متغیرهاست. البته باید بین بهزیستی ذهنی و بهزیستی روان‌شناختی تفاوت قایل شد. اسنایدر و لویز^{۲۴} معتقدند که شادی و بهزیستی مترادف با هم نیستند، بلکه بهزیستی ترکیبی از شادی و یافتن معنا در زندگی است. همچنین ریان و دسی^{۲۵} نیز بین این دو تفکیک قایل شده‌اند. آن‌ها اعتقاد دارند که بهزیستی ذهنی بر محتوای زندگی تأکید دارد، در صورتی که بهزیستی روان‌شناختی هم به محتوا و هم به روش زندگی توجه دارد. روان‌شناسی جدید بر آن است تا توجه خود را صرفاً به مشکلات روانی معطوف نسازد و بیشتر بر جنبه‌های مثبت زندگی تأکید کند [۲۶]. برای سال‌های زیادی موضوع بهزیستی و شادکامی مورد غفلت واقع شده و روی جنبه‌های ناشاد انسانی همچون افسردگی، اضطراب و اختلال هیجانی تأکید می‌شد [۲۷]. اخیراً تعادل برقرار شده و مطالعات زیادی تحت این عنوان مورد توجه قرار گرفته است [۲۸]. احساس بهزیستی ذهنی یا رضایت از زندگی حوزه‌ای از روان‌شناسی مثبت‌نگر است که تلاش می‌کند که ارزیابی شناختی و عاطفی مردم از زندگی‌شان را مورد بررسی قرار دهد [۲۹]. احساس خرسندی و رضایت از زندگی از مولفه‌های نگرش مثبت افراد نسبت به جهانی است که در آن زندگی می‌کنند. رضایت از زندگی با ارزش‌ها رابطه‌ای نزدیک اما پیچیده دارد [۳۰]. اما معیارهای افراد برای درک خوشبختی متفاوت است، در حقیقت تجربه شادکامی هدف برتر زندگی است [۳۱].

بهزیستی ذهنی از طریق خودگزارشی‌هایی از رضامندی زندگی و عواطف مثبت به‌دست آمد [۳۲]. با این حال در سال‌های اخیر این مفهوم گسترش یافته و شامل درگیری، ارتباط، معنایابی و دامنه موفقیت‌ها بوده و برخی از آن‌ها از طریق سنجش عملکردی و آگاهی، قابل ارزیابی و اندازه‌گیری هستند. چنین مفهوم گسترده‌ای از بهزیستی نشان می‌دهد که چگونه روان‌شناسان مدرسه از ابتدا چنین ساختاری را مفهوم‌سازی کردند. به اعتقاد سالسکی و کارت‌رایت^{۱۱} [۳۳]، بهزیستی ذهنی به ارزیابی‌های افراد از خودشان درباره ابعاد به هم وابسته اما از نظر تجربی مستقل (عاطفه مثبت، عاطفه منفی، رضایت کلی از زندگی) اشاره می‌کند. از نظر دینرو^{۱۲} همکاران [۳۴]، نظریه‌های روان‌شناختی بهزیستی ذهنی می‌توانند بر اساس این‌که آیا آن‌ها نسبت به اثرات پایین-بالا (بیرونی/موقعیتی) یا اثرات بالا-پایین (صفات درونی و فرایندها) بر بهزیستی ذهنی تأکید می‌کنند، از یکدیگر متمایز شوند. در حالت اول بهزیستی ذهنی محصول مجموعه لحظات خوشایند و ناخوشایند است. به عبارت دیگر، فرد شاد به نظر می‌رسد، زیرا او در مقایسه با لحظات ناخوشایند،

شادمانی، خرسندی، شک و دودلی خود را با دیگران در میان بگذاریم. یک ارتباط ساده یا یک مجموعه ارتباطات، خواسته یا ناخواسته، از پیش تعیین شده یا اتفاقی، فعال یا منفعل، به هر حال یکی از ابزارهای کلیدی ارضاء نیازها، کسب نتایج و متجلی ساختن آرزوهای ماست. روابط ما مطلوب یا نامطلوب شکل دهنده بخش عمده‌ای از اوقات روزانه ماست [۱۹]. مهارت در ایجاد رابطه مناسب با دیگران بر توانایی‌ها و اعتماد به نفس ما می‌افزاید، استعداد و دست‌آوردهای مان را نمایان می‌کند و احترام و قدردانی دیگران را جلب می‌نماید [۲۰].

بر اساس طبقه‌بندی سازمان جهانی بهداشت^{۱۳}، مهارت‌های بین فردی و ارتباطی، مهارت‌هایی هستند که با ارتباط کلامی و غیر کلامی، گوش دادن فعال، مهارت‌های مذاکره، مهارت شروع و خاتمه یک ارتباط موثر، مهارت ابراز وجود یا جرأت‌ورزی^{۱۴}، توانایی حل تعارضات بین فردی و نظایر این‌ها مرتبط هستند. به این ترتیب این گروه از مهارت‌ها به پذیرش اجتماعی کمک کرده و پایه‌های رفتار و روابط اجتماعی سالم را بنا می‌گذارد [۲۱]؛ [۲۲]. با وجود این‌که ارتباط بین فردی جزء بزرگترین پیشرفت‌های بشر به شمار می‌آید، اما اغلب مردم قادر به برقراری یک ارتباط خوب و موثر نیستند و برقراری ارتباط رویارو را کاری دشوار می‌یابند [۲۳]، در نتیجه در برقراری ارتباط مناسب با جامعه، اضطراب اجتماعی بیشتری را تجربه خواهند کرد. همه افراد در محیط‌های اجتماعی خود تقریباً از فرصت‌های یکسانی برخوردارند، اما تنها کسانی مسیر ترقی را به سرعت طی خواهند کرد که به مهارت‌های ارتباطی مجهز باشند. چنین افرادی قدرت بیان خوبی دارند، خود را به درستی مطرح می‌کنند، در شرایط مختلف و با افراد مافوق، هم‌تراز و زیر دست، ارتباطی مناسب و موثر برقرار می‌کنند. بعضی از افراد آن‌قدر مهارت‌های ارتباطی را خوب می‌دانند و به شیوه‌ای موثر به کار می‌گیرند که شخصیت‌شان همانند یک آهن‌ربا همه را به خود جذب می‌کند و به نوعی آن‌ها با تأثیر گذاشتن بر دیگران و مطیع کردن دیگران، به اهداف خود می‌رسند. اما در همین رابطه به درستی نمی‌توان قضاوت نمود، که آیا ویژگی‌های بدنی و فیزیکی همچون چپ دستی و یا راست دستی در بروز این مهارت‌ها موثر است یا خیر؟ تاکنون نیز پژوهشی در این زمینه صورت نگرفته است، اگرچه پژوهش‌های بسیاری به بررسی تفاوت متغیرهای متعددی بین این دو گروه پرداخته‌اند. همچنان‌که پیشتر اشاره شد در برخی جوامع سنتی هنوز هم به افراد چپ دست با نگاه خوبی نظر نمی‌کنند و این برخوردها خود می‌تواند مهارت‌های ارتباطی فرد را متأثر از خود سازد.

مهارت‌های ارتباطی به عنوان یک عامل برونزاد و قابل رؤیت برای دیگران و عاملی که شخص در مرادداشت با اجتماع

دست راست، دست چپ و هر دو دست می‌شود. بنابراین نمره‌های آزمودنی از ۱۳ (کاملاً راست برتر) تا ۳۹ (کاملاً چپ برتر) را شامل می‌شود. اما آزمودنی‌های دارای نمره ۱۳ تا ۱۷ به عنوان راست برتر و آزمودنی‌های دارای نمره ۱۸ تا ۳۹ به عنوان غیر راست برتر (چپ برتر و هردو دست برتر) طبقه‌بندی می‌شوند. چاپمن و چاپمن [۴۰] پس از اجرای این آزمون در بین ۲۹۳۱ آزمودنی، همسانی درونی آن را ۰/۹۷ و قابلیت اعتماد بازآزمایی آن را ۰/۹۷ و همبستگی آن با ارزیابی رفتاری دست برتری را ۰/۸۳ گزارش کرده‌اند. از این آزمون در پژوهش‌های متفاوتی همچون پژوهش مهر، تات، لنزیس و بروگر^{۱۴} (۲۰۰۳) استفاده شده است. همچنین این پرسشنامه توسط علی‌پور، در بین ۱۰۰۰ دانش آموز برای استفاده در پژوهش‌های داخلی هنجاریابی شده و آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۹۴، همبستگی دو نیمه آن ۰/۹۴ و قابلیت بازآزمایی آن ۰/۹۲ بدست آمد. در این پژوهش این مهم به میزان ۰/۸۸ محاسبه و منظور گردید.

۲- پرسشنامه ارتباط بین فردی ماتسون^{۱۵} (۱۹۸۳): این پرسشنامه دارای ۱۹ سوال بوده و هدف آن سنجش میزان مهارت ارتباط بین فردی در افراد مختلف است. طیف پاسخگویی آن از نوع لیکرت بوده که امتیاز مربوط به هر گزینه به صورت بسیار پایین (۱)، پایین (۲)، رضایت‌بخش (۳)، خوب (۴)، بسیار خوب (۵) می‌باشد. برای بدست آوردن امتیاز کلی پرسشنامه، مجموع امتیازات همه سوالها را با هم جمع کرده، این امتیاز دامنه‌ای از ۱۹ تا ۹۵ را خواهد داشت. نمره‌های بالاتر نشان‌دهنده مهارت ارتباط بین فردی بالاتر در شخص پاسخ دهنده خواهند بود و برعکس. اما برای یک نتیجه دقیق‌تر، می‌توان از دسته‌بندی زیر جهت سنجش میزان مهارت ارتباط بین فردی شخص پاسخ دهنده استفاده کرد: نمره زیر ۴۵ (مشکل حاد ارتباطی)، نمره ۴۵-۶۵ (مشکل ارتباطی)، نمره ۶۵-۹۵ (مشکل حاد ارتباطی)، نمره ۹۵-۶۶ (فرد توانمند). منجمی‌زاده [۴۱]، روایی همزمان پرسشنامه را محاسبه و یک همبستگی قوی بین آن با پرسشنامه توانایی برقراری ارتباط موثر بدست آورد (I = ۰/۶۹۸)، در نتیجه روایی همزمان آن مورد تأیید قرار گرفت. همچنین پایایی پرسشنامه یا قابلیت اعتماد آن با استفاده از آلفای کرونباخ محاسبه شد و به میزان ۰/۷۳ بدست آمد که نشان دهنده پایایی خوب این پرسشنامه است و در این پژوهش نیز با همین روش به میزان ۰/۷۶ محاسبه و لحاظ شد.

۳- پرسشنامه بهزیستی ذهنی کی‌یز و ماگیارمو: این پرسشنامه توسط کی‌یز^{۱۶} و ماگیارمو^{۱۷} [۴۲] طراحی شد که شامل سه بعد بهزیستی هیجانی (۱۲ سوال)، بهزیستی روان‌شناختی (۱۸ سوال) و بهزیستی اجتماعی (۱۵ سوال) به شرح زیر می‌باشد:

لحظات خوشایند بیشتری را تجربه می‌کند [۳۵]. با این تفاسیر بر اساس انتظار، عوامل بیرونی بهزیستی ذهنی همچون روابط اجتماعی و عوامل آرامش، تنها ۱۰ تا ۱۵ درصد واریانس بهزیستی ذهنی را تبیین می‌کنند [۳۶]. در حالت دوم یعنی رویکرد بالا- پایین، بهزیستی ذهنی حاصل صفات درونی و فرایندهای روان‌شناختی [۳۴]، [۳۷] همچون حالات خلقی، اهداف، سبک‌های مقابله و فرایندهای انطباقی است [۳۸]. در هر صورت پژوهش حاضر در صدد است تا مقایسه‌ای بین چپ دست‌ها و راست دست‌ها صورت دهید، البته این مقایسه محدود به بهزیستی ذهنی و ارتباط بین فردی است، تا مشخص شود که این دو گروه از این منظر تفاوت دارند یا خیر؟

روش

پژوهش حاضر با هدف مقایسه متغیرهای بهزیستی ذهنی و ارتباط بین فردی در دانشجویان چپ دست و راست دست دانشگاه علوم پزشکی شهر همدان در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ انجام شد. از بین افراد جامعه حجم نمونه ۳۰۰ نفری با روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای انتخاب و مورد آزمون قرار گرفت. شیوه اجرا به این صورت بود که بعد از هماهنگی‌های انجام شده با دست‌اندرکاران و انجام امور اداری مربوطه، ابتدا با استفاده از پرسشنامه دست برتری چاپمن^{۱۳} برای تشخیص این که افراد از کدام دست خود به عنوان دست غالب برای انجام کارهای روزمره استفاده می‌کنند نسبت به تشخیص و گزینش اقدام شد. با توجه به این که میزان گستردگی چپ برتری در ادبیات پژوهشی مربوط به این متغیر ۲۰ تا ۲۵ درصد ذکر شده بود [۳۹]، لذا برای دستیابی به یک حجم قابل قبول از نمونه افراد زیادی مورد سنجش قرار گرفتند که در نهایت تعداد ۱۰۰ نفر چپ دست و تعداد ۲۰۰ نفر راست دست به صورت تصادفی برای مراحل بعدی سنجش انتخاب شدند. پاسخ‌های داده شده پس از گردآوری با استفاده از آزمونهای آماری t برای گروههای مستقل و تحلیل واریانس چند متغیری و در قالب نرم افزار SPSS مورد تحلیل قرار گرفت. ابزارهای مورد استفاده در این پژوهش عبارت بودند از:

۱- پرسشنامه دست برتری چاپمن (۱۹۸۷)، این پرسشنامه شامل ۱۳ ماده است که مواد آن از بین بهترین مواد پرسشنامه‌های معتبر استخراج شده است، در این پرسشنامه از افراد خواسته می‌شود تا مشخص کنند فعالیت‌هایی مانند نوشتن، نقاشی کردن، پرتاب کردن، چکش زدن، مسواک زدن، پاک کردن با پاک‌کن، کبریت زدن، تکان دادن شیشه جوهر، استفاده از قاشق، قیچی، چاقو و پیچ گوشتی، باز و بسته کردن درب بطری را با کدام دست انجام می‌دهند. پاسخها شامل سه گزینه

هیجانی، روانشناختی و اجتماعی، نمره بهزیستی ذهنی به دست می‌آید. این پرسشنامه توسط گلستانی‌بخت و همکاران، اعتباریابی و ضریب همبستگی پرسشنامه بهزیستی ذهنی را ۰/۷۸ و مقیاس‌های فرعی آن شامل بهزیستی هیجانی، بهزیستی روان‌شناختی و بهزیستی اجتماعی، به ترتیب ۰/۷۶، ۰/۶۴ و ۰/۷۶ گزارش شده است [۴۳]. ضریب همسانی درونی بر اساس آلفای کرونباخ برای کل پرسشنامه ۰/۸۰ و برای مقیاس‌های فرعی آن به ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۰ و ۰/۶۱ به دست آمد. در این پژوهش نیز این مهم با روش آلفای کرونباخ به میزان ۰/۶۸ محاسبه و منظور گردید.

یافته‌ها

میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۲۳/۷ و انحراف معیار آن ۰/۷۱۸ بود. همه دانشجویان در مقطع کارشناسی و تعداد ۲۰۰ نفر معادل ۶۷ درصد از آزمودنی‌ها راست دست و تعداد ۱۰۰ نفر معادل ۳۳ درصد چپ دست بودند. جدول ۱ شاخص‌های توصیفی (میانگین و انحراف معیار) متغیرهای مورد بررسی را نشان می‌دهد.

بهزیستی هیجانی: سوالات بخش هیجانات مثبت (۶ سوال اول) با سوالات بخش هیجانات منفی (۶ سوال دوم) با هم جمع می‌شوند و نمره کل بهزیستی هیجانی به دست می‌آید. البته، همه سوالات بخش هیجانات منفی به غیر از سوال ۵ از مقیاس بهزیستی هیجانی، برعکس کدگذاری می‌شوند و سپس با یکدیگر جمع می‌گردند. با توجه به ارزش‌گذاری ۱ تا ۵ برای گزینه‌های اصلاً تا تمام مدت در این زیرمقیاس حداقل نمره ۱۶ و حداکثر نمره ۵۶ می‌باشد [۴۳].

بهزیستی روان‌شناختی: در این قسمت سوالات ۱، ۲، ۳، ۸، ۹، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۷، ۱۸ برعکس نمره گذاری می‌شود و مجموع نمرات مولفه‌ها، نمره کل بهزیستی روان‌شناختی محسوب می‌شود. در قسمت مقیاس بهزیستی اجتماعی: سوالات ۳، ۴، ۵، ۶، ۱۱، ۱۲ و ۱۴ برعکس نمره‌گذاری می‌شود. با توجه به ارزش‌گذاری ۱ تا ۷ برای گزینه‌های بسیار زیاد مخالفم تا بسیار زیاد موافقم در هر دو زیر مقیاس بهزیستی روان‌شناختی و اجتماعی حداقل نمره در زیر مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ۱۸ و حداکثر نمره ۱۲۶ و در زیر مقیاس بهزیستی اجتماعی حداقل نمره ۱۵ و حداکثر نمره ۱۰۵ است. از مجموع نمرات بهزیستی

جدول ۱: شاخص‌های توصیفی (میانگین و انحراف معیار) بهزیستی ذهنی و مولفه‌های آن

متغیرها	وضعیت	میانگین	انحراف معیار	F لون	چولگی	کشیدگی
بهزیستی ذهنی	چپ دست	۲۰۶/۴۴	۲۶/۸۸	۱/۱۸	-۱/۰۸۲	۰/۷۷۴
	راست دست	۱۹۵/۵۱	۲۲/۲۴	۰/۳۲۵	-۰/۶۵۴	۰/۹۸۷
بهزیستی هیجانی	چپ دست	۴۱/۳۶	۶/۰۰۷	۰/۱۳۲	-۰/۳۸۲	۱/۲۹۰
	راست دست	۳۸/۱۰	۴/۰۶	۲/۰۱۱	-۰/۳۲۵	-۰/۴۷۰
بهزیستی روان‌شناختی	چپ دست	۹۴/۲۵	۱۲/۱۰	۱/۰۴۰	-۱/۰۵۰	۱/۲۲۵
	راست دست	۸۴/۱۶	۹/۱۴	۰/۷۷۳	-۰/۶۲۰	-۰/۸۹۷
بهزیستی اجتماعی	چپ دست	۶۸/۸۲	۱۳/۱۵	۱/۱۳۵	-۰/۴۹۰	۰/۱۸۰
	راست دست	۶۳/۰۲	۱۰/۱۱	۱/۰۶۰	-۰/۹۳۲	-۰/۴۱۲
مهارت‌های ارتباطی	چپ دست	۷۷/۳۰	۴/۴۳	۰/۹۱۱	-۰/۱۵۴	-۰/۵۰۱
	راست دست	۶۷/۱۰	۵/۳۶	۰/۴۰۱	-۰/۱۱۸	-۱/۰۳۰

نشان‌دهنده آن است که عدم معناداری واریانس خطا در ابعاد مختلف تنظیم‌هیجانی وجود دارد.

با توجه به نظر کلاین، در جدول ۱ هیچ کدام از مولفه‌های بهزیستی‌ذهنی در هر دو گروه از مرز ± 2 عبور نکرده، بنابراین توزیع داده‌ها طبیعی است. همچنین نتایج آزمون لون

جدول ۲: نتایج آزمون آماره ام - باکس و تحلیل واریانس چند متغیری در جهت مقایسه مولفه‌های بهزیستی ذهنی در دو گروه چپ‌دست و راست‌دست

ارزش	F	df	درجه آزادی خطا	درجه آزادی فرضیه	مجذور اتا
آماره ام باکس	۲/۷۱۹	۲۸	-	-	-
کرویت بارتلت	۰/۳۱۶	۳۶	-	-	-
لامبدا ویلکز	۰/۴۳۶	۲/۷۶۰	۲۹۸	۸	۰/۴۳۸

قابل قبولی از همبستگی بین متغیرها برقرار است. علاوه بر این ارزش لامبدای ویلکز در تحلیل واریانس چند متغیری نیز معنادار است.

در جدول ۲ آماره ام - باکس نشان می‌دهد، مفروضه برابری ماتریس‌های واریانس-کوواریانس متغیرها در بین داده‌های دو گروه برقرار است. همچنین بر اساس نتایج کرویت بارتلت، سطح

جدول ۳: تحلیل واریانس یک راهه در مقایسه مولفه‌های بهزیستی ذهنی در دو گروه چپ‌دست و راست‌دست

متغیرها	میانگین مجذورات	میانگین مجذورات خطا	F	η^2
بهزیستی هیجانی	۶۲/۴۱۰	۸/۵۳۷	۷/۳۱۱**	۰/۰۶۹
بهزیستی روانشناختی	۷۵/۶۹۰	۹/۷۲۵	۷/۷۸۳**	۰/۰۷۴
بهزیستی اجتماعی	۹۸/۰۹	۷/۶۸۰	۱۳/۰۲۱**	۰/۱۱۷

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

جدول ۳ نشان می‌دهد که تفاوت نمره‌های دو گروه در هر سه مولفه متغیر بهزیستی ذهنی معنادار است.

جدول ۴: آزمون بن‌فرونی جهت ارزیابی تفاوتها در دو گروه چپ‌دست و راست‌دست

وضعیت	مولفه‌ها	خطای معیار	تفاوت میانگین‌ها
چپ‌دست	بهزیستی هیجانی	۰/۵۸۴	۱/۵۸۰**
	بهزیستی روان‌شناختی	۰/۶۲۴	۱/۷۴۰**
	بهزیستی اجتماعی	۰/۵۵۴	۲/۰۱**

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

جدول ۴ نشان می‌دهد که نمرات افراد چپ‌دست در هر سه مولفه از متغیر بهزیستی ذهنی بالاتر از افراد راست‌دست می‌باشد.

جدول ۵: خلاصه نتایج آزمون t برای میانگین مهارت‌های ارتباطی دانشجویان در دو گروه

گروه	N	M	SD	df	t	sig
راست‌دست	۲۰۰	۸۵/۸۷	۳/۰۵	۲۹۸	۰/۸۵۱	۰/۰۰۱
چپ‌دست	۱۰۰	۷۱/۱۸	۳/۷۰			

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که میانگین نمرات دانشجویان چپ‌دست در مولفه‌های بهزیستی هیجانی، بهزیستی روان‌شناختی و بهزیستی اجتماعی بالاتر از دانشجویان راست‌دست می‌باشد. همچنین تفاوت بین دو گروه چپ‌دست و راست‌دست در متغیر مهارت‌های ارتباطی معنادار و میانگین افراد راست‌دست بالاتر است، یعنی این مهارت در دانشجویان راست برتر قوی‌تر می‌باشد. این نتیجه با یافته‌های مرادی [۴۴]، رایت و والتون^{۱۸} [۴۵]، گریاویز و فاریاس^{۱۹} [۴۶]، کالینز^{۲۰} [۴۷]،

برای بررسی تفاوت نمره‌های افراد راست‌دست و چپ‌دست در متغیر مهارت‌های ارتباطی از آزمون t دو نمونه مستقل استفاده شد که نتایج آن نشان می‌دهد بین میانگین دو گروه تفاوت وجود دارد و این تفاوت به لحاظ آماری معنی‌دار می‌باشد. با توجه به تفسیر نمرات در راهنمای ابزار سنجش می‌توان گفت که مهارت ارتباطی افراد راست‌دست به مراتب قوی‌تر از افراد چپ‌دست می‌باشد.

بوستیک^{۲۱} [۴۸]، دی‌درو^{۲۲} و همکاران [۴۹]، دیویس^{۲۳} [۵۰]، باس^{۲۴} و همکاران [۵۱]، هماهنگ می‌باشد.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت بهزیستی ذهنی یک ساختار مهم در پژوهش‌های مربوط به تفسیر شخصیت است و به‌عنوان ارزیابی مثبت از زندگی و تعادل میان عاطفه مثبت و منفی تعریف شده است [۵۲]. پژوهش‌ها نشان می‌دهند که افراد دارای بهزیستی ذهنی بالا، رفتارهای انعطاف‌پذیر زیادی از خود نشان می‌دهند و می‌توانند به صورت بهتری برای موفق شدن عمل کنند. به عبارتی این رفتارها باعث حل بهتر مسأله و درک بهتر شرایط می‌شوند. از همین رو بسیاری از مردم ممکن است از تغییر بترسند یا از آن بپرهیزند. این عامل خود می‌تواند ناشی از تفاوت‌هایی باشد که آنها احساس می‌کنند با سایر افراد جامعه دارند و یا دست کم احساس می‌کنند که از بابت این تغییرات مورد توجه و یا نکوهش دیگران قرار خواهند گرفت. در حقیقت افرادی که ارزیابی مثبتی از زندگی خود دارند، آرامش بیشتری را تجربه می‌کنند و می‌توانند اطلاعات دریافتی را به طور گسترده و متنوع‌تری طبقه‌بندی کنند، در نتیجه تداوی‌های بیشتری را در رابطه با یک موضوع داشته باشند. به اعتقاد رایت و والتون^{۲۵} [۴۵]، افراد دارای سطح بهزیستی ذهنی بالا، برای حل مسایل زندگی پافشاری بیشتری می‌کنند و در برابر بازخوردهای نامطلوبی که از محیط اطرافشان دریافت می‌کنند، استقامت بیشتری دارند، به همین دلیل معمولاً دارای سطوح بالای خلاقیت می‌باشند و همین خلاقیت سبب پیشرفت و موفقیت‌های مهمی خواهد بود. در بررسی‌های صورت گرفته، بسیاری از افراد چپ دست از موفق‌ترین افراد جامعه بوده‌اند که یکی از عوامل این موفقیت می‌تواند همین مورد باشد.

این که ما رفتارها و فعالیت‌های روزانه خود را چگونه انجام می‌دهیم و آیا در انجام این فعالیتها با هنجارهای اجتماعی مطابقت داریم یا نه، در اندیشه و عملکرد ما تأثیرات به‌سزایی دارد. چپ دستی یکی از این نوع رفتارها است که شخص و ذهنیت او را تا حدودی به خود و جامعه اطراف مشغول می‌کند. در همین راستا نتایج نشان داد که مهارت‌های ارتباطی بین دو گروه تفاوت معناداری داشته و این مهارت‌ها در افراد راست دست نسبت به چپ دست‌ها به مراتب قوی‌تر و بالاتر است. این یافته با نتایج پژوهش‌های سیماریان و همکاران [۲۳]، منجمی‌زاده [۴۱]، گایاس و اوایل [۱۷]، هاشمی مطلق و مظفری [۱۹] و عشورزاده [۵۳]، همسو می‌باشد.

در تبیین این یافته‌ها می‌توان گفت در جوامع امروزی بسیاری افراد ممکن است مهارت‌های اجتماعی و به تبع آن مهارت‌های ارتباطی را به خوبی نیاموخته باشند، و ممکن است به این جهت که برخی از آن‌ها هیچ‌گاه در معرض آموزش صحیح این

مهارت‌ها قرار نگرفته‌اند، پس آن‌ها نمی‌دانند که در موقعیت‌های اجتماعی چه رفتاری را از خود بروز دهند. اما این که برخی افراد به واسطه تفاوت‌های ظاهری با دیگران و یا تفاوت در شیوه انجام کارها از دیگران متمایز باشند نیز می‌تواند از دلایل مهم افت مهارت‌های ارتباطی افراد باشد. افرادی که چپ دست هستند، ممکن است به واسطه این ویژگی در گروه همسالان و دوستان مورد تمسخر و یا سرزنش قرار گرفته و این امر در درازمدت باعث می‌شود تا آن‌ها از فعالیت‌های گروهی و یا همجوشی با آن‌ها دوری گرفته و یا استعداد خود را معطوف فعالیت‌های فردی کنند تا هم نقایص و سرزنش‌ها را جبران کرده و هم به این واسطه امنیت فکری خود را تأمین نمایند. اما این دوری و عزلت، آسیب‌هایی نیز برای آنها در پی خواهد داشت و آن، مهارت‌های اجتماعی است که نیازمند حضور در بین گروه‌های اجتماعی و مراودات عام است. مهارت‌های ارتباطی پایین و یا ناقص افراد می‌تواند با اضطراب اجتماعی ارتباط داشته باشد و یا موجب بروز آن شود. از سویی یادگیری شیوه‌های مناسب برقراری ارتباط موثر و ارتباط بین فردی می‌تواند موجب کاهش این اضطراب و مولفه‌های آن شود، اما نکته مهم تر این است که تفاوت‌های ظاهری افراد چپ دست در فعالیت‌های روزمره می‌تواند مانع بزرگی در تمایل به یادگیری این مهارت‌ها باشد و این اضطراب اجتماعی همواره از بروز این مهارت‌ها جلوگیری می‌کند.

با توجه به نتایج به دست آمده و موارد ذکر شده به نظر می‌رسد افراد چپ دست اگر چه ممکن است در مهارت‌های اجتماعی در سطح پایین‌تری نسبت به دیگر افراد قرار گرفته باشند اما این جایگاه برای آن‌ها آن‌چنان زیان‌آور نبوده و آن‌ها تلاش خود را معطوف موفقیت و بهبود نتایج در سایر متغیرها می‌کنند و همان‌گونه که ذکر آن رفت نمونه‌های بسیار موفق در عرصه‌های مختلف ورزشی و هنری از افراد چپ دست دیده می‌شود که عمده این موفقیت‌ها نیز در فعالیت‌ها و ورزش‌های انفرادی است که این مورد نیز خود می‌تواند موید یافته‌های این پژوهش باشد. اما برای بهبود این شرایط باید به گونه‌ای عمل کرد و به گونه‌ای آموزش داد تا همه افراد جامعه به این پیش برسد که تفاوتی در انجام کارها با هیچ کدام از دست‌ها وجود ندارد و این شیوه، در حقیقت می‌تواند ناشی از عادت باشد و ما نباید به گونه‌ای با افراد متفاوت برخورد کنیم که گویی آن‌ها از جهان دیگری بوده و یا دچار بیماری خاصی هستند. این آموزش‌ها می‌تواند از طریق برنامه‌های رسمی آموزشی و یا کلاس‌های درسی شروع شود و یا از طریق آموزش و آگاهی دادن به والدین به دانش‌آموزان انتقال یابد. همچنین برنامه‌های رسانه‌های دیداری و شنیداری با قرار دادن شخصیت‌ها و نقش‌ها

- largecohorts of French adults. *British Journal of Psychology*, 2008; 99: 533-554.
- [5] Beratis IN, Rabavilas A, Papadimitriou GN, Papageorgiou C. Effect of handedness on the stoop colour word task. *Laterality*, 2010; 15(6): 597-609
- [6] Adam, Jos J, skens RM, Hoonhorst S, Pratt, Fisher HM. Left hand, but not right hand, reaching is sensitive to visual context. *Exp Brain Res*, 2010; 203:227-232.
- [7] Hakimi Kalkhoran M, Heydari M. The relationship of superiority with visual-spatial abilities and cognitive flexibility. *Journal of Behavioral Sciences*, Spring 2011; 5 (1): 83-89 [Persian]
- [8] Leask SJ, Beaton AA. Handedness in Great Britain. *Journal of Laterality*, 2007; 12(6), 559-572.
- [9] Alipour A, Saleh Mir Hosseini W. Superiority and intelligence: Comparison of intelligence (verbal and practical) and its subscales between left-handed and right-handed. *Quarterly Journal of Educational Psychology*. 2011; 7 (21): 47-52 [Persian]
- [10] Cardwell M. Complete A-Z psychology hand book (3rd ed.). London: Hodder and Slottghoton. 2003.
- [11] Shobe ER, Ross N, Fleck JI. "Influence of handedness and bilateral eye movements on creativity.. *Brain and Cognition*. 2009; 71:204-214.
- [12] Weinstein S, Graves R.. "Creativity, schizotypy, and laterality.. *Cognitive Neuropsychiatry*. 2001; 6:131-146.
- [13] Beeman MJ, Bowden .. "The right hemisphere maintains solution-related activation for yet-to-be solved insight problems". 2000.
- [14] Bowden EM, Beeman MJ. "Aha! Insight experience correlates with solution activation in the right hemisphere". *Psychonomic Bulletin and Review*. 2003; 10:730-737.
- [15] Goel V, Vartanian O. "Dissociating the roles of right ventral lateral and dorsal lateral prefrontal cortex in generation and maintenance of hypotheses in set-shift problems". *Cerebral Corte..* 2007; 15: 1170-1177.
- [16] Feist GJ. "The Function of Personality in Creativity: The Nature and Nurture of the Creative Personality.. In J. C, Kaufman, & RJ, Sternberg. (Eds), "The Cambridge Handbook of Creativity.. Cambridge University Press. 2010; 113-130

در نمادهای خود این سبک انجام کار و ویژگی فردی را برای مردم عادی جلوه داده و آن را به صورت موجه تصویرسازی کنند.

واژه نامه

1. Individualism	دوره تفردگرایی
2. Rafael Nadal	رافائل نادال
3. Laura Philsell	لورا فلسل
4. Jimmy Hendrick	جیمی هاندریک
5. Leonardo Davinci	لئوناردو داوینچی
6. neuropsychology	نوروسایکولوژی
7. World Health Organization (WHO)	سازمان جهانی بهداشت
8. assertiveness skill training	جرات‌ورزی
9. Snyder & Lopez	اسنایدر و لوپز
10. Ryan & Deci	ریان و دسی
11. Salski & Cartwright	سالسکی و کارت‌رایت
12. Dinro	دینرو
13. Chapman	چاپمن
14. Mehr, Tat, Landis and Bruger	مهر، تات، لن‌دیس و بروگر
15. Matson	ماتسون
16. Keyes	کی‌یز
17. Magyar-Mae	ماگیارمو
18. Wright & Walton	رایت و والتون
19. Greaves & Farbus	گریاوز و فارباس
20. Colins	کالینز
21. Bostic	بوستیک
22. Dreu	دی‌درو
23. Davis	دیویس
24. Bass	باس
25. Wright & Walton	رایت و والتون

فهرست منابع

- [1] Masnavi Ataullah A, Akbari Kamrani A, Hosseini SA. Comparison of the situation of elderly people living in nursing homes and families living in Iran. *Iranian Journal of Aging Summer* 2007; 2(4): 280-285. [Persian]
- [2] Ziyagil MA, Gursoy R, Dane S, Yuksel R. Left handed wrestlers are more successful. *Percept Mot Skills*, 2010; 111(1): 65-70
- [3] Damaro D. Handedness effects on procedural training in pediatrics. *Clin Pediatr (Phila)*, 2008;48(2): 156-160
- [4] Faurie CH, Bonenfant S, Goldberg M, Hercberg S, Zins M, Raymond M. Socio-economic status and handedness in two

- [28] Furnham A, Christofawer I. Personality traits, emotional intelligence, and multiple happiness. *North American Journal of Psychology*, 2007;9: 439-462.
- [29] Ross C, John B, Aaron J. Wellbeing and academic success. 2012.
- [30] Renshaw T, Long ACJ, Cook CR. Assessing Adolescents' Positive Psychological Functioning at School: Development and Validation of the Student Subjective Wellbeing Questionnaire. *Amer Psychol Ass.* 2014; 1-19.
- [31] Taylor CT, Bomyea J, Amir N. Attentional bias away from positive social information mediates: The link between social anxiety and anxiety vulnerability to a social stressor. *Journal of Anxiety Disorders*, 2010;24 (4): 403 – 408.
- [32] Diener E, Oishi S, Lucas RE. Subjective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In SJ Lopez & CR. Snyder (Eds.), *Oxford handbook of positive psychology* (2nd ed.,). New York, NY: Oxford. 2009; 187-194
- [33] Salski M, Cartwright S. Emotional intelligence training and its implications for stress, health and performance. *Stress Health*. 2003; 19(4):223-39
- [34] Mohr M, Thut G, Landis T, Brugger P. Hands, Arms, and Minds: Interactions Between Posture and Thought. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 2003;25: 1000-1010
- [35] Harris PR, Lightsey OR. Constructive thinking as a mediator of the relationship between extraversion, neuroticism and subjective well-being. *Eur J Personal.* 2009;19(5):409-26.
- [36] Argyle M. Causes and correlates of happiness. In: Kahneman D, Diener E, Schwarz N, editors. *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. New York: Sage;1999; 353-73.
- [37] Watson D. *Mood and temperament*. New York: Guilford. 2007.
- [38] Tamers LK, Janicki D, Helgeson VS. Sex differences in coping behavior: A meta-analytic review and an examination of relative coping. *Personal Soci Psychol Rev.* 2002; 6(1):2-30.
- [39] Alipour A. Assessing the reliability and validity of Chapman's superiority test in middle school students, Iranian
- [17] Ghayas S, Adil A. "Effect of Handedness on Intelligence Level of Students". *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*. 2010; 33(1): 85-91.
- [18] Karami A. *School Education, Family Research Quarterly*. Summer 2009; 3(1): 20-15 [Persian]
- [19] Hashemi Motlagh Sh, Mozaffari AA. Comparison of communication skills and quality of work life of active and inactive faculty members of Islamic Azad universities of East Azerbaijan province. *Journal beyond management*. Spring 2010; 3 (12): 7-17 [Persian]
- [20] Seyed Javadin SA, Sakhdari K. *Quality of Work Life in Entrepreneurial Organizations Based on Walton Model*. Tehran: Authors. 2008. [Persian]
- [21] Fata L, Mutabi F, Mohammadkhani Sh, Kazemzadeh Atofi M. *A Practical Guide to Organizing Life Skills Workshops: A Teacher's Handbook*. Tehran: Miankushk. 2012. [Persian]
- [22] Barzegar Befroui K, Zarei Hosein Abasi M, Omidian M. The effectiveness of communication skills training on adolescent social anxiety after mental retardation. *Quarterly Journal of Exceptional People* 2016; 6 (21): 55-61 [Persian]
- [23] Simarian K, Simarian G, Moalemi Tabrizi M. The effect of communication skills training on reducing social anxiety and improving interpersonal relationships of female students in mathematics and physics in the third grade of high schools in Tehran. *Applied Research in Educational Psychology*, 2014;1 (2): 33-45 [Persian]
- [24] Snyder CR, Lopez SJ. *The handbook of positive psychology*. New: Oxford University Press. 2008.
- [25] Ryan RM, Deci EL. A self-determination theory approach to psychotherapy: The motivational basis for effective change. *Canadian Psychology*, 2008; 49: 186-193.
- [26] Rajabi G. Validity and validity of the Persian version of mental well-being in cancer patients. *Health Psychology Quarterly*, Winter 2012;(2): 20-28 [Persian]
- [27] Askari P, Naderi F, Sharafuddin H. The relationship between social anxiety and social support with mental well-being in female students. *Journal of Women and Culture*. 2010; 2 (6): 55-67. [Persian]

- Outcomes from a multi method observational study. *J Pers Soc Psychol.* 2006; 63:1011-22.
- [47] Collins AL. Subjective well-being in old age: An investigation into the role of flow and creativity [dissertation]. Boston: Boston College. 2006.
- [48] Bostic JH. Constructive thinking mental health and physical health [dissertation]. USA: Saint Louis University. 2003.
- [49] Dreu C, Baas M, Nijstad BA. Hedonic tone and activation level in the mood-creativity link: Toward a dual pathway to creativity model. *J Pers Soc Psychol.* 2008; 94:739-56.
- [50] Davis M. Understanding the relationship between mood and creativity: A meta-analysis. *Organ Behav Hum Decis Process.* 2008; 108:25-44.
- [51] Baas M, Dreu C, Nijstad B. A meta-analysis of 25 years of mood-creativity. *Psychol Bull.* 2008; 134:779-806.
- [52] Walker SS, Ulrich S. Validity of a happiness implicit association test as a measure of subjective well-being. *J of Res in Personal.* 2008; 42(2): 490-497.
- [53] Ashournejad F. The effectiveness of teaching emotion regulation strategies on increasing resilience and academic preoccupation in adolescent female students. *Journal of Applied Psychology,* 10 (4 consecutive 40): 2016; 521-501. [Persian]
- Psychologists Quarterly.* 2006; 2 (17): 197-206 [Persian]
- [40] Chapman LJ, Chapman JP. The measurement of handedness. *Brain and Cognition,* 1987;6:175-183
- [41] Monjamizadeh A. Investigating the Relationship between Interpersonal Communication Skills and Social Acceptance of Students of Payame Noor University of Khorasgan, Bachelor Thesis, Department of Social Sciences. 2012. [Persian]
- [42] Keyes CLM, Magyar-Moe L. The measurement and utility of adult subjective well being. In *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures,* pp. 411-425, edited by Lopez ,S. J. and Snyder, C. R. Washington, DC: American Psychological Association. 2003.
- [43] Golestani Bakht T, Hashemian K, Poor Shahriari M. Investigating the relationship between fear of demographic characteristics and mental well-being and happiness. *Quarterly Journal of Psychological Studies,* 2007; 3 (3): 139-163 [Persian]
- [44] Moradi F. The Relationship between Personality Traits and Marital Satisfaction in Married Female Students majoring in Psychology and English at Roodehen University. Master Thesis in General Psychology, Islamic Azad University of Roodehen. 2007. [Persian]
- [45] Wright TA, Walton AP. Affect, psychological wellbeing and creativity: Results of a field study. *J Bus Manag.* 2013; 62:55-73.
- [46] Greaves CJ, Farbus L. Effects of creative and social activity on the health and well-being of socially isolated older people: