

Happiness Based on Basic Psychological Needs with the Mediation of Adaptation

Azam

Hosseinpour 

Ph.D. Student in Educational Psychology, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudhen, Roudehen, Iran. E-mail: a.hosseinpour075@gmail.com

Katrin Vaziri  *

Corresponding Author, Associate Professor, Department of Psychology, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudhen, Iran. E-mail: vaziri42@gmail.com

Nasrin Bagheri 

Associate Professor, Department of Psychology, Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudhen, Iran. E-mail: Bagheri@irau.ac.ir

Abstract

One of the most important periods affecting physical, mental and social growth and health is the adolescence period of every person, where personality formation and identification takes place in this sensitive period. The purpose of this study was to model happiness based on basic psychological needs with the mediation of adaptation in adolescents. The applied research method and the descriptive correlation method were based on the structural equation model. The statistical population consisted of all working female adolescents studying in the second year of high school, 352 of whom were selected using multi-stage cluster random sampling and were asked to answer the questionnaires of Oxford Happiness (2002), basic psychological needs of Desi et al (2001), and Sinha and Singh (1993) students' adaptability. Data analysis was done using a structural equation model. The findings showed that the adaptation variable has been able to play a mediating role in the relationship between basic psychological needs and happiness. It can be concluded that when motivations or internal rewards are stronger than external motivations, the implementation of psychological needs becomes easier and has a positive effect on adolescent adaptation; because adaptation is achieved through internal incentives and reinforcements, and in this way, by creating a positive inner feeling in adolescence, it leads to an increase in happiness in teenagers; therefore, by providing a healthy and dynamic environment that fits the individual and personality needs of every teenager, it is necessary to promise well-being and happiness in teenagers.

Keywords: Adaptation, Adolescents, Happiness, Basic psychological needs

Cite this Article: Hosseinpour, A., Vaziri, K., & Bagheri, N. (2024). Happiness Based on Basic Psychological Needs with the Mediation of Adaptation. *Educational Psychology*, 19(70), 126-151. <https://doi.org/10.22054/jep.2024.77531.3964>



© 2016 by Allameh Tabataba'i University Press
Publisher: Allameh Tabataba'i University Press
DOI: <https://doi.org/10.22054/jep.2024.77531.3964>

1. Introduction

Happiness has gained significant attention in recent years, leading psychologists to shift their focus from disorders to positive psychology (Intelisano, et al., 2020). Happiness is an internal positive feeling that stems from an individual's perception of their life. An individual's subjective conceptualization of happiness, shaped by their values, priorities, and interactions with the environment, plays a crucial role in their overall well-being (Choon, et al., 2022). Adolescence, characterized by personal, emotional, cognitive, and social transitions, represents a prime period for shaping one's true character. Consequently, emphasizing happiness during this stage holds immense importance. Most research on happiness primarily focuses on demographic and social variables, while neglecting the fundamental psychological needs and personality styles that also contribute to an individual's well-being (Koochaki et al., 2022). Basic psychological needs represent the innermost layers of individuals' behavioral motivations and play a pivotal role in achieving happiness, life satisfaction, and mental health. Fulfilling these fundamental psychological needs through regulatory processes fosters intrinsic motivation and self-determined behaviors, which are associated with effective functioning, psychological well-being, and ultimately, happiness (Ryan & Deci, 2000). In today's world, where the need for individual and social flexibility and adaptability is more pronounced than ever, resilience plays a crucial role in promoting individuals' well-being and enhancing their quality of life (Theodore & Bracken, 2020). Consequently, adolescence, as a foundation for optimal functioning, facilitating greater life roles and satisfaction, serves as a critical criterion for social adaptability. During this developmental stage, adolescents need to develop the capacity to adapt to their environment and flourish their talents and abilities in response to the challenges they face (Vijayakumar, et al., 2018). Despite extensive research highlighting the crucial role of happiness in individuals' mental health, well-being, and overall well-being, particularly among adolescents, and the positive impact of fulfilling fundamental needs on happiness, relatively few and scattered studies have delved into this intricate relationship. Additionally, the mediating role of adaptability, which enables individuals to respond to circumstances and events in a more positive and constructive manner, leading to lower stress levels, a stronger immune system, and a longer lifespan (Lyubomirsky &

Lepper, 2013; Derakhshan et al., 2020), warrants further investigation. Consequently, the present study aims to address the following research question: Does modeling happiness based on basic psychological needs with the mediating role of adolescent adaptability demonstrate a good fit?

. Literature Review

Koochaki et al. (2022) conducted a study titled "The Mediating Role of Basic Psychological Needs in the Relationship between Personality Traits and Happiness among University Students." The study employed a sample of university students and utilized questionnaires to measure personality traits (NEO, 1996), basic psychological needs satisfaction (Gini, 2003), and happiness (Oxford Happiness Questionnaire, 2002). Structural equation modeling (SEM) analysis revealed a good fit for the proposed happiness model across all fit indices.

Zare-Zardini et al. (2022) investigated the mediating role of basic psychological needs in the relationship between family functioning and happiness among dormitory students at Al-Zahra University. Data collection involved administering questionnaires assessing family functioning, happiness (Oxford Happiness Questionnaire), and basic psychological needs. Path analysis results indicated that basic psychological needs (autonomy, competence, and relatedness) partially mediate the relationship between family functioning and happiness.

Callea et al. (2019) examined emotional intelligence as a mediator between basic psychological needs and happiness and flourishing. Participants completed questionnaires measuring happiness, basic psychological needs, and emotional intelligence. Findings revealed a positive association between psychological needs and happiness and flourishing, mediated by emotional intelligence.

Froiland et al. (2019) explored the relationship between teacher-student relationships, psychological need satisfaction, and happiness among diverse students. Their study titled "Teacher-Student Relationships, Psychological Need Satisfaction, and Happiness Among Diverse Students" found that teacher-student relationships were positively and moderately associated with the satisfaction of psychological needs for autonomy, relatedness, and competence. Psychological need satisfaction, in turn, was moderately positively associated with happiness. These findings held across African American, Asian American, and Latinx subsamples.

3. Methodology

Given the nature of the study topic, a descriptive correlational research design based on structural equation modeling (SEM) was employed. The study population comprised all female adolescents aged 15 to 18 years residing in Tehran, Iran. A sample of 352 adolescents was selected using a multistage cluster random sampling method. In the first stage, five girls' schools were randomly selected from District 1 of Tehran. Subsequently, two classes were randomly selected from each school with the cooperation of school officials. Inclusion criteria for participants were: no disciplinary issues, no social maladjustments, and informed consent to participate in the research study. Exclusion criteria included a lack of willingness to cooperate. After obtaining informed consent from the students and providing guidance on completing the questionnaires, the aforementioned questionnaires were administered. Ethical considerations, including informing participants about the research process, obtaining informed consent, and maintaining confidentiality of participants' information, were strictly adhered to throughout the study. Data analysis and model fitting were conducted using structural equation modeling (SEM) with the aid of Amos 24 software.

4. Results

The mean and standard deviation for the basic psychological needs variable were 22/89 & 7/05, respectively, for the happiness variable 14/41 & 3/64, and for the adaptability variable 26/48 & 1/25. Correlational analysis revealed that basic psychological needs were positively and significantly correlated with adaptability ($r = 0/384$, $p < 0/01$) and happiness ($r = 0/372$, $p < 0/01$). Adaptability was also positively and significantly correlated with happiness ($r = 0/412$, $p < 0/01$). After examining the statistical assumptions and fit indices, the results indicated that the model fit the data well. The results further demonstrated that the direct path from basic psychological needs to happiness ($\beta = 0/412$, $p < 0/01$) was positive and significant. Additionally, the indirect path from basic psychological needs to happiness through adaptability ($\beta = 0/600 * 0/249 = 0/149$, $p < 0/05$) was also positive and significant.

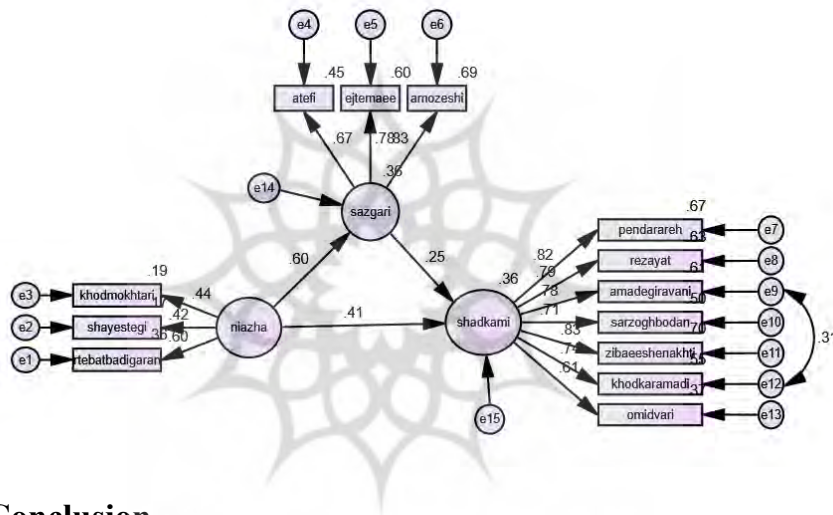
Table 1

Indirect Regression Coefficients of the Mediating Variable Adaptation in the Relationship between Psychological Basic Needs and Happiness

Variable	B	Beta	S. E	T	P-value
Psychological Basic Needs - Happiness	- 0/552	0/412	0/212	2/598	0/009
Psychological Basic Needs - Adaptation	- 1/032	0/600	0/255	4/042	0/001
Adaptation - Happiness	0/195	0/249	0/094	2/080	0/038

Figure 1

Conceptual Framework of the Study



5. Conclusion

The analysis findings revealed that when adolescents possess an intrinsic motivation or drive to engage in activities and behaviors, or when their intrinsic motivation or internal reinforcement outweighs their extrinsic motivation, it leads to increased happiness. This is because happiness is associated with intrinsic motivations and represents an individual's self-evaluation. When adolescents reach a stage where they can develop a positive and favorable internal sense of self, or when internal motivators hold greater influence than external ones, they tend to experience higher levels of happiness in their personal and individual lives. Similarly, in today's world, where individual and interpersonal well-being are more crucial than ever, fostering resilience and adaptability can play a significant role in improving individuals' mental health. Fulfilling psychological and

environmental needs significantly contributes to adaptability. Adaptive individuals, in addition to meeting and satisfying their psychological needs, can effectively cope with environmental conditions and changes, thereby enhancing their well-being and happiness. In other words, when adolescents can address their psychological needs through their environment and social relationships, and when they can manage obstacles and challenges in meeting their needs, they can establish a desirable level of adaptation to their environment, leading to increased happiness due to the experience of positive emotions.

Acknowledgments

We would like to express our sincere gratitude to our esteemed professors and the young researchers who assisted us in conducting this study.





شادکامی بر اساس نیازهای بنیادین روان‌شناختی با میانجی‌گری سازگاری

اعظم حسین پور

دانشجوی دکتری رشته روان‌شناسی تربیتی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران. رایانامه: a.hosseinpour075@gmail.com

کاترین وزیری*

نویسنده مسئول، استادیار گروه روان‌شناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران. رایانامه: vaziri42@gmail.com

نسرین باقری

استادیار گروه روان‌شناسی، واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران. رایانامه: Bagheri@irau.ac.ir

چکیده

چکیده از دوره‌های مهم تأثیرگذار در رشد و سلامت جسمانی، روانی و اجتماعی، دوران نوجوانی هر فردی است که شکل‌گیری شخصیت و هویت‌یابی در این دوره حساس شکل می‌گیرد. پژوهش حاضر با هدف مدل‌یابی شادکامی بر اساس نیازهای بنیادین روان‌شناختی با میانجی‌گری سازگاری در نوجوانان بود. روش پژوهش کاربردی و روش انجام آن توصیفی-همبستگی مبتنی بر مدل معادلات ساختاری بود. جامعه آماری را تمامی نوجوانان دختر شاغل به تحصیل در دوره دوم متوسطه تشکیل می‌دادند که ۳۵۲ نفر با استفاده از نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند و به پرسشنامه‌های شادکامی آکسفورد (2002)، نیازهای بنیادین روان‌شناختی Desi و همکاران (2001) و سازگاری دانش‌آموزان Sinha and Singh (1993) پاسخ دادند. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از مدل معادلات ساختاری انجام گرفت. یافته‌ها نشان داد متغیر سازگاری توانسته است نقش میانجی را در رابطه بین نیازهای بنیادین روان‌شناختی با شادکامی ایفا کند. می‌توان نتیجه گرفت هنگامی که انگیزه‌ها و یا پاداش‌های درونی اثر تقویتشان بیشتر از انگیزه بیرونی باشد، اجرای نیازهای روانی آسان‌تر شده و تأثیر مثبتی بر سازگاری نوجوان می‌گذارد؛ چراکه سازگاری از طریق مشوق‌ها و تقویت‌های درونی حاصل می‌شود و این‌گونه با ایجاد احساس درونی مثبت در نوجوان منجر به افزایش شادکامی در نوجوانان می‌شود؛ بر این اساس بایستی با فراهم نمودن محیط سالم و پویا و متناسب با نیازهای فردی و شخصیتی هر نوجوان، نوید بهزیستی و شادکامی را در نوجوانان داد.

کلیدواژه‌ها: سازگاری، شادکامی، نوجوانان، نیازهای بنیادین روان‌شناختی

استناد به این مقاله: حسین پور، اعظم، وزیری، کاترین، و باقری، نسرین. (۱۴۰۲). شادکامی بر اساس نیازهای بنیادین روان‌شناختی با میانجی‌گری سازگاری. فصلنامه روان‌شناسی تربیتی، ۱۹(۷۰)، ۱۲۶-۱۵۱.

<https://doi.org/10.22054/jep.2024.77531.3964>

© ۲۰۱۶ دانشگاه علامه طباطبائی

ناشر: دانشگاه علامه طباطبائی



مقدمه

شادکامی و حوزه‌های مرتبط با آن در دهه‌های اخیر مورد توجه بسیاری از افراد به‌ویژه روان‌شناسان را به خود جلب کرده است و پژوهش‌های کنونی برخلاف گذشته که به اختلالات و بیماری‌های جسمی و روانی می‌پرداختند، اکنون به روان‌شناسی مثبت‌نگر روی آورده‌اند و جوامع مختلف هر ساله میزان شادکامی افراد خود را مورد سنجش و بررسی قرار می‌دهند (Intelisano, et al., 2020). شادکامی یک احساس مثبت درونی است که از ادراک‌های احساسی و شناختی فرد نسبت به فرایند زندگی‌اش حاصل می‌شود و تمامی ابعاد وجودی او را در برمی‌گیرد که بر این اساس دارای دو مؤلفه عاطفه که به لذت و تعادل بین احساسات خوشایند و ناخوشایند مرتبط است و مؤلفه شناخت که به سلامت روان افراد برمی‌گردد (Ahmed & Mohamed, 2022). روان‌شناسان نیز شادکامی را مساوی با ارزشی می‌دانند که فرد درباره احساس خودش بیان و یا فکر می‌کند (Steptoe, 2019)؛ بنابراین آنچه فرد درباره شادکامی در ذهن خود منسجم می‌کند، با شادکامی او ارتباط دارد و این تجسم ذهنی درباره شادکامی تحت تأثیر ارزش‌ها، نحوه اولویت‌بندی‌ها و تفسیر از ارتباطات و تعاملات محیط است (Choon, et al., 2022). از طرفی مطلوب‌ترین دوره برای شکل‌گیری شخصیت واقعی انسان، دوران نوجوانی است که مرحله‌ی تحول شخصیتی، هیجانی، شناختی و اجتماعی است (Shubert, et al., 2019)؛ بنابراین بر این اساس پرداختن به ابعاد مختلف سلامت روان نوجوانان که یکی از ابعاد آن شادکامی است، از اهمیت بالایی برخوردار است (رضی‌ئی و همکاران، ۱۴۰۱). از سویی، اکثر مطالعات مربوط به شادکامی، معمولاً متغیرهای جمعیت شناختی و اجتماعی را در برمی‌گیرند که در سطوح مختلف با شادکامی نیازمند انگیزش پنهانی در درون افراد بوده‌اند، باین‌حال فرایندهای روانی نیاز به بررسی عمیق‌تر هستند، از جمله می‌توان به نیازهای بنیادین روان‌شناختی که سبک شخصی هر فردی است، اشاره نمود (کوچکی و همکاران، ۱۴۰۱).

نیازهای بنیادین روان‌شناختی به‌عنوان درونی‌ترین لایه‌های علل رفتاری افراد یاد می‌شود و یک شرط اساسی برای دستیابی به شادکامی، رضایت از زندگی و سلامت روانی است (کوچکی و همکاران، ۱۴۰۱). نظریه نیازهای بنیادین روان‌شناختی یک خرده نظریه در دیدگاه خودتعیین‌گری است که در قلب تمام خرده نظریه‌های آن قرار دارد. بر این اساس سه نیاز بنیادی ذاتی و همگانی در انسان وجود دارد که برآورده کردن آن‌ها روان‌درستی و

رفتار مثبت افراد را ارتقاء می‌بخشد (Busch, 2016؛ سهرابی و همکاران، ۱۴۰۰). این نیازها شامل خودمختاری (نیاز فرد به احساس انتخاب خود آغازگری در انجام اعمال و تکالیف)، شایستگی (نیاز به مؤثر بودن در تعامل با محیط و نشان‌دهنده میل به استفاده از استعدادها و مهارت‌ها و دنبال کردن چالش‌ها و تکالیف همسو با توانایی‌ها و تسلط یافتن بر آن‌ها) و ارتباط (نیاز برای احساس اطمینان هنگام داشتن رابطه با دیگران و نیاز به پذیرش فرد به‌عنوان فردی شایسته عشق و احترام توسط دیگران) یا احساس تعلق گروهی اشاره دارد (Vansteenkiste, et al., 2020). این نیازها به هم وابسته هستند؛ بدین معنا که ارتباط توأم با صمیمیت و پذیرش متقابل، موجب افزایش خودمختاری، احساس خودمختاری در انجام دادن تکالیف سبب افزایش شایستگی و افزایش شایستگی موجب احساس پذیرش و وابسته بودن به محیط و افراد می‌شود (Urduan & Schoenfelder, 2006). ارضای نیازهای روانی پایه از طریق فرایندهای نظم‌دهی سبب انگیزش درونی و رفتار خودتعیین‌گر می‌شود که با عملکرد مؤثر فرد و بهزیستی روان‌شناختی و در نتیجه شادکامی او ارتباط دارد (Ryan & Deci, 2000).

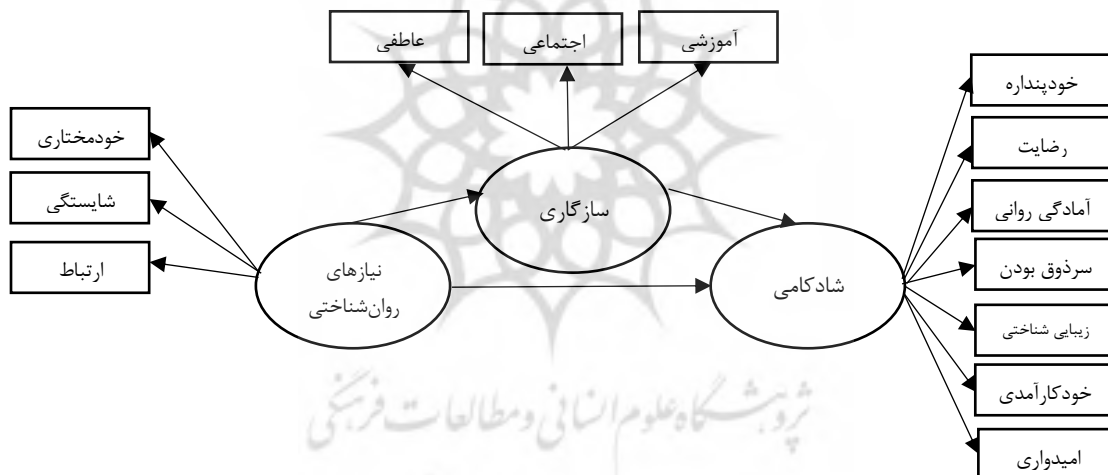
امروزه در دنیای زندگی می‌کنیم که بیش از هر زمان دیگر نیازمند انعطاف‌پذیری و سازگاری فردی و اجتماعی در جوامع هستیم و این سازگاری نقش بسزایی در بهبود و سلامت زندگی افراد دارد (جعفری صحرارودی، ۱۳۹۹)؛ بنابراین افراد برای دستیابی به آرامش بایستی با اجتماع سازگار شوند. سازگاری، انطباق مداوم با تغییرات ایجادشده و ایجاد ارتباط میان خود و محیط است، علاوه بر آن شناخت این حقیقت که فرد باید هدف‌های خود را با توجه به چارچوب‌های اجتماعی و فرهنگی محیط خود انتخاب و عمل کند (Theodore & Bracken, 2020). به‌عبارت‌دیگر سازگاری، رابطه‌ای است که میان فرد و محیط او، به‌ویژه در محیط اجتماعی برقرار می‌شود و به فرد امکان می‌دهد تا به نیازها و انگیزه‌های خود پاسخ مناسب دهد. از این سو، سازگاری عامل مهمی برای زندگی شاد در جامعه تلقی شده و به فرد کمک می‌کند تا تکانه‌ها را به روش‌های قابل‌قبولی حل نماید (Kumar, et al., 2013). آنچه اهمیت پیدا می‌کند این است که سازگاری به‌عنوان مسئله اصلی دوره نوجوانی است که زیربنای عملکرد خوب، تسهیل‌کننده نقش و رضایت بیشتر از زندگی و از ملاک‌های نوجوان رشد یافته در زمینه اجتماعی و در ارتباط با دیگران از قبیل خانواده، معلمان، دوستان، بستگان، محیط اطراف است و هنگامی که نوجوان بتواند شرایط مطلوبی را تجربه کند، به شادکامی او منجر می‌شود و زندگی را تجربه رضایت‌بخش دانسته

و نگاه مثبتی به شرایط دشوار سازگاری خواهد داشت، چراکه ناسازگاری علاوه بر ایجاد مشکل در عوامل فوق باعث بروز مشکلات در روابط اجتماعی، گرایش به انحرافات ضداجتماعی و اخلاقی و افول ارزش‌های فرهنگی در فرد می‌شود (Agbaria & Bdier, 2020) و با توجه به اهمیت سازگاری و نقش مطلوب آن در زندگی افراد، دوران نوجوانی به دلیل تغییرات وسیعی که در ابعاد جسمانی، روانی و اجتماعی افراد اتفاق می‌افتد، دشوارترین مرحله سازگاری است و آنان نیاز دارند تا با توجه به شرایط پیش رو، بتواند با محیط سازگار شده و استعدادها و توانمندی‌های خود را شکوفا سازند (Vijayakumar, et al., 2018).

به‌طور کلی، هر فردی خودآگاه یا ناخودآگاه تلاش می‌کند تا بتواند نیازهای متنوع و گاه متعارض خود که نیازهای اساسی هر فردی محسوب می‌شوند، را با توجه به محیط اطراف خود، در قالب اجتماعی برآورده کند (گلستانی‌بخت و همکاران، ۱۴۰۱)؛ لذا نوجوان درصدد یافتن ارتباطات و تعاملاتی بین فردی است که متناسب با خود فرد و محیط باشد تا بتواند تطابق لازم را برای هماهنگی با محیط به‌منظور برخورداری از یک زندگی شاد و رضایتمند را به دست آورد (Yeung, et al., 2017)؛ اما به دلیل نابالغی مغز و بدن، آن‌ها مستعد رویدادهای استرس‌زا هستند و ممکن است مشکلات بیشتری را تجربه کنند. بر این اساس دستیابی به هماهنگی و تعادل، با محیط تلاشی چالش‌برانگیز در تمام طول زندگی است، اما دستیابی به این هدف در دوران نوجوانی از اهمیت بسزایی برخوردار است (Fifinova, 2021). در این زمینه پژوهش‌های کوچکی و همکاران (۱۴۰۱) و زارع‌زردینی و همکاران (۱۴۰۱) نشان دادند که نیازهای بنیادین روان‌شناختی با شادکامی رابطه مثبت و معناداری دارد. Sapmaz و همکاران (2012) بیان کرده‌اند که ارضای نیازهای بنیادین روان‌شناختی و زیرمقیاس‌های آن؛ خودمختاری، شایستگی، و ارتباط با شادکامی رابطه مثبت و معنی‌دار داشته‌اند و توانستند ۲۴ درصد از واریانس شادکامی را پیش‌بینی و تبیین نمایند. همچنین پژوهش DeHaan و همکاران (2016) نشان داده شده است که با ارضای نیازهای بنیادین روان‌شناختی، پیامدهای مثبتی همچون احساس آرامش، کاهش اضطراب، خودمهارگری، بهبود عملکرد و ثبات رفتاری حاصل می‌شود. به‌طور کلی تحقیقات نشان می‌دهند که ارضای نیازهای بنیادین روان‌شناختی با ارتقای وضعیت سلامتی و بهزیستی افراد که همان شادکامی است، همراه هستند (Filak & Nicolini, 2018). با توجه به پژوهش‌ها

و بررسی‌های انجام‌شده در اهمیت نقش شادکامی در سلامت روان، بهزیستی و شادکامی افراد بالأخص نوجوانان، و تأثیر مثبت نقش ارضای نیازهای بنیادین در شادکامی افراد، مطالعات اندک و پراکنده به این مسئله پرداخته شده است. همچنین نقش سازگاری که منجر می‌شود افراد شادکام به شرایط و اتفاقات به شیوه‌ی مثبت‌تر و سازگارانه‌تری پاسخ می‌دهند و دارای سطح استرس کمتر، سیستم ایمنی قوی‌تر و طول عمر بیشتری هستند (Lyubomirsky & Lepper, 2013؛ درخشان و همکاران، ۱۳۹۹) به‌عنوان نقش میانجی در این بررسی قابل‌تأمل است. بر همین اساس، مطالعه حاضر به دنبال پاسخگویی به این سؤال است که آیا مدل یابی شادکامی بر اساس نیازهای بنیادین روان‌شناختی با میانجی‌گری سازگاری نوجوانان برآزش خوبی دارد؟

مدل ۱. مدل پیشنهادی پژوهش



پیشینه پژوهش

کوچکی، شریعت‌نیا، اسدی و میرانی (۱۴۰۱) پژوهشی با موضوع "نقش میانجی‌گر نیازهای بنیادین روان‌شناختی در رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و شادکامی دانشجویان" با جامعه آماری دانشجویان انجام دادند. جمع‌آوری داده‌ها با استفاده از پرسشنامه‌های ویژگی‌های شخصیتی NEO (1996)، ارضای نیازهای بنیادین روان‌شناختی Gini (2003) و شادکامی آکسفورد (2002) انجام گرفت. تحلیل داده‌ها با استفاده از روش مدل معادلات ساختاری

نشان داد که در همه‌ی شاخص‌های برازش، مدل ساختاری شادکامی از برازش مناسب و قابل قبولی برخوردار است. آن‌ها نتیجه گرفتند ارضای نیازهای بنیادین روان‌شناختی با افزایش شادکامی دانشجویان مرتبط بود.

زارع‌زردینی و همکاران (۱۴۰۱) پژوهشی با عنوان نقش میانجی‌گری نیازهای بنیادین روان‌شناختی در رابطه‌ی عملکرد خانواده با شادکامی در دانشجویان کارشناسی ساکن خوابگاه دانشگاه الزهرا که جامعه‌ی آماری پژوهش را دانشجویان کارشناسی ساکن خوابگاه دانشگاه الزهرا (س) تهران تشکیل می‌دادند انجام دادند. جمع‌آوری داده‌ها با استفاده از پرسشنامه‌های سنجش عملکرد خانواده، شادکامی آکسفورد و نیازهای بنیادین روان‌شناختی انجام گرفت. نتایج تحلیل داده‌ها از طریق روش تحلیل مسیر نشان داد که تمامی خرده‌مقیاس‌های متغیر عملکرد خانواده همبستگی معناداری با شادکامی دارند. نیازهای بنیادین روان‌شناختی (خودمختاری، شایستگی و ارتباط) در رابطه‌ی بین عملکرد خانواده و شادکامی نقش میانجی‌گری سهمی دارد.

Callea و همکاران (2019) پژوهشی با عنوان هوش هیجانی به‌عنوان واسطه بین نیازهای بنیادین روان‌شناختی و شادی و شکوفایی انجام دادند. پرسشنامه‌های شادکامی، نیازهای بنیادین روان‌شناختی و هوش هیجانی تکمیل شدند. نتایج نشان داد که نیاز روان‌شناختی با شادی و شکوفایی رابطه مثبت دارد و هوش هیجانی واسطه این ارتباط است.

Froiland و همکاران (2019) در پژوهشی با عنوان روابط معلم و دانش‌آموز، ارضای نیازهای روانی و شادی در بین دانش‌آموزان متنوع انجام دادند که دریافتند که روابط معلم و دانش‌آموز به‌طور مثبت و متوسط با ارضای نیازهای روان‌شناختی برای استقلال، ارتباط و شایستگی مرتبط بود. ارضای نیازهای روان‌شناختی به‌نوبه خود با شادی رابطه مثبت متوسطی داشت. این یافته‌ها در سراسر نمونه‌های فرعی آفریقایی آمریکایی، آسیایی آمریکایی و لاتینکس وجود دارد.

روش

روش پژوهش با توجه به ماهیت موضوع مطالعه توصیفی از نوع همبستگی، مبتنی بر معادلات ساختاری بود. جامعه آماری پژوهش را تمامی نوجوانان دختر ۱۵ الی ۱۸ ساله، مشغول به تحصیل در پایه‌های دهم، یازدهم و دوازدهم دوره دوم متوسطه منطقه یک شهر تهران در سال تحصیلی ۱۴۰۱-۱۴۰۲، تشکیل می‌دادند. نمونه‌های پژوهش بر اساس دیدگاه Klain

(2011) که عنوان می‌کند در مدل یابی معادلات ساختاری حجم نمونه مورد قبول باید حداقل ۲/۵ و حداکثر ۵ برابر گویه‌ها یا سؤالات ابزارهای اندازه‌گیری باشد؛ در پژوهش حاضر با احتساب مجموع ۱۱۰ گویه، ۳۵۲ نوجوان با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای انتخاب شدند. در مرحله اجرا، از بین مدارس دخترانه منطقه یک شهر تهران، به صورت تصادفی ۵ مدرسه انتخاب شد و با مراجعه به مدارس و با همکاری مسئولین مدارس، دو کلاس به صورت تصادفی انتخاب شد و با توجه به ملاک‌های ورود به پژوهش: نداشتن مشکلات انضباطی، عدم ناهنجاری‌های اجتماعی و رضایت آگاهانه شرکت در طرح پژوهش و این ملاک‌های خروج نیز شامل عدم تمایل به همکاری، در تحقیق شرکت داده شدند. سپس با جلب نظر دانش‌آموزان و راهنمایی در تکمیل تمامی سؤالات، پرسش‌نامه‌های مذکور تکمیل شدند. همچنین ملاحظات اخلاقی اعم از مطلع بودن شرکت‌کنندگان از روند پژوهش و جلب رضایت جهت شرکت در مطالعه و محرمانه ماندن اطلاعات شرکت‌کنندگان نیز در پژوهش رعایت گردید. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها و برازش مدل از روش مدل یابی معادلات ساختاری و با استفاده از نرم‌افزار ایموس ۲۴ انجام پذیرفت. جهت سنجش متغیرهای پژوهش از ابزار پرسشنامه به شرح زیر استفاده شد:

۱. به منظور سنجش شادکامی از پرسشنامه شادکامی آکسفورد^۱ Argyle and Hills, OHI (2002) استفاده شد که متشکل از ۲۹ گویه و بر اساس طیف ۴ درجه‌ای (صفر تا ۴) نمره‌گذاری می‌شود و حداقل نمره برابر با صفر و حداکثر نمره برابر با ۸۷ است و نمره بالاتر نشان‌دهنده شادکامی بیشتر در فرد خواهد بود و بالعکس. پرسشنامه دارای زیرمؤلفه‌های خودپنداره، رضایت از زندگی، آمادگی رواتی، سرذوق بودن، احساس زیبایی‌شناختی، خودکارآمدی و امیدواری است. Argyle and Hills پایایی پرسشنامه آکسفورد را به کمک ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ و پایایی باز آزمایی آن را طی هفت هفته ۰/۷۸ گزارش کرده‌اند. روایی هم‌زمان این پرسشنامه با استفاده از ارزیابی دوستان افراد درباره آن‌ها ۰/۴۳ محاسبه شد. در پژوهش علی‌پور آگاه‌هریس (۱۳۸۶) آلفای کرونباخ برای کل فهرست برابر با ۰/۹۱ بود. همبستگی پیرسون بین فهرست شادکامی آکسفورد با فهرست افسردگی بک و زیرمقیاس‌های برونگرایی و نوروزگرایی پرسشنامه شخصیتی آیزنگک به ترتیب برابر با ۰/۴۸ - ۰/۴۵ و ۰/۳۹ بود که روایی همگرایی و واگرایی فهرست شادکامی آکسفورد را تأیید می‌کرد. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ برابر با ۰/۹۱ به دست آمد.

1. oxford Happiness Inventory

۲. به منظور سنجش نیازهای بنیادین روان‌شناختی از پرسشنامه نیازهای بنیادین روان‌شناختی Gardia و همکاران^۱ (BPNS) (2001) استفاده شد. پرسشنامه دارای ۲۱ سؤال و شامل زیرمؤلفه‌های خودمختاری، شایستگی و ارتباط با دیگران است که بر اساس طیف ۷ درجه‌ای لیکرتی (اصلاً درست نیست=۱ الی بسیار درست است=۷) درجه‌بندی شده است (لاگوردیا و همکاران، ۲۰۰۰). سؤالات ۳، ۴، ۷، ۱۱، ۱۵، ۱۶، ۱۸، ۱۹، ۲۰ دارای نمره معکوس است. حداقل امتیاز ۲۱ و حداکثر ۱۴۷ است و هرچه امتیاز حاصل شده بالاتر باشد، نشان‌دهنده میزان برآورده شده نیازهای بنیادین روان‌شناختی خواهد بود. ضرایب پایایی حاصل از اجرای این پرسشنامه روی مادر، پدر، شریک رمانتیک و دوستان آزمودنی‌ها به ۰/۹۲/۰، ۰/۹۲/۰ و ۰/۹۲/۰ گزارش شده است. در ایران نیز این مقیاس در نمونه‌های مدیران و دانشجویان ایرانی توسط قربانی و واتسون (۲۰۰۴) اجرا شده و از روایی و پایایی مطلوبی برخوردار است به طوری که آلفای کرونباخ این ابزار نیز بین ۰/۷۶ تا ۰/۷۹ در نوسان است. در پژوهش حاضر آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۷ به دست آمد.

۳. به منظور سنجش سازگاری از پرسشنامه سازگاری دانش‌آموزان دبیرستانی AISS^۲، Singh and Sinha (۱۹۹۳) استفاده شد. توسط کرمی (۱۳۷۷) ترجمه و هنجاریابی شده است. پرسشنامه ۶۰ سؤالی و دارای ۳ مؤلفه‌ی عاطفی، اجتماعی و آموزشی یا تحصیلی است که نمره‌گذاری به صورت دوگزینه‌ای (بله=۱ و خیر=۰) است که حداقل نمره کسب شده صفر و حداکثر نمره ۶۰ است و کسب نمره بالاتر نشان‌دهنده سازگاری بیشتر است. پایایی پرسشنامه با استفاده از سه روش دونیمه کردن، آزمون بازآزمون و کودریچاردسون به ترتیب ۰/۹۵، ۰/۹۴/۹۳، ۰/۹۴/۹۳ به دست آمده است (Singh and Sinha, 1993). همچنین روایی محتوایی این آزمون را ۲۰ نفر از متخصصان روان‌شناسی تأیید کرده‌اند. هنجاریابی پرسشنامه در ایران روی دانش‌آموزان دبیرستانی انجام گرفت و ضریب اعتبار کل مقیاس با روش دونیمه کردن ۰/۹۵، با روش بازآزمون ۰/۹۳ و روش کودریچاردسون ۰/۹۴ تعیین شد (ساعتچی و همکاران، ۱۳۸۹). در پژوهش حاضر نیز آلفای کرونباخ برابر با ۰/۸۵ به دست آمد.

^۱. Basic Need satisfaction Questioner

^۲. Adjustment Inventory Sinha and Sing

یافته‌ها

در این پژوهش در مجموع ۳۵۲ دختر نوجوان حضور داشتند. در مورد سن آزمودنی‌ها، ۱۲۵ نفر ۱۷ سال، ۱۱۴ نفر ۱۶ سال، ۷۸ نفر ۱۵ سال و ۳۵ نفر نیز ۱۸ سال داشتند. مقادیر میانگین، انحراف معیار، چولگی و کشیدگی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. میانگین، انحراف استاندارد، چولگی متغیرهای پژوهش

متغیر پژوهش	میانگین	انحراف استاندارد	چولگی		کشیدگی	
			آماره	خطای استاندارد	آماره	خطای استاندارد
نیازهای روان‌شناختی	۸۹/۲۲	۷/۷۰۵	-۰/۴۲۲	۰/۱۶۲	-۰/۲۹۱	۰/۳۲۳
شادکامی	۴۱/۱۴	۱۲/۳۶۴	۰/۴۰۴	۰/۱۶۲	۰/۰۶۹	۰/۳۲۳
سازگاری	۴۸/۲۶	۹/۱۲۵	۰/۱۷۹	۰/۱۶۲	۰/۹۹۴	۰/۳۲۳

نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد که مقدار میانگین و انحراف معیار متغیر نیازهای بنیادین روان‌شناختی به ترتیب ۸۹/۲۲ و ۷/۷۰۵، متغیر شادکامی ۴۱/۱۴ و ۱۲/۳۶۴ و سازگاری ۴۸/۲۶ و ۹/۱۲۵ است. مقادیر آماره چولگی و کشیدگی نیز از مقدار ۱، کمتر می‌باشند که نشان‌دهنده رعایت پیش‌فرض نرمال بودن داده‌های پژوهش است. سپس ضرایب همبستگی پیرسون مدل بررسی شد و نتایج آن در جدول ۲ آورده شده است.

جدول ۲. ضرایب همبستگی پیرسون متغیرهای پژوهش

نیازهای بنیادین روان‌شناختی	سازگاری	شادکامی
۱	۰/۳۸۴**	۰/۳۷۲**
۱	۰/۴۱۲**	۰/۳۷۲**
۱	۰/۳۷۲**	۰/۳۷۲**

همان‌طور که نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد نیازهای بنیادین روان‌شناختی با سازگاری ۰/۳۸۴ و با شادکامی ۰/۳۷۲ و سازگاری نیز با شادکامی ۰/۴۱۲ رابطه مثبت و معناداری در سطح آلفای یک‌صدم دارند.

پیش از برازش مدل، ابتدا ارزیابی نرمال بودن توزیع داده‌های تک‌متغیری، مفروضه رابطه خطی، عامل تورم واریانس^۱ و ضریب تحمل^۲ تک‌تک متغیرها و نرمالیت چندمتغیره و

1 - variance inflation factor

2 - tolerance

داده پرت چندمتغیره، مورد بررسی قرار گرفت. مقدار آزمون شاپیروویلک برای هیچ یک از متغیرها معنادار نبود و نشان دهنده توزیع پراکندگی نرمال است. همچنین نتایج نمودار پراکنش، از برقراری مفروضه رابطه خطی بین متغیرهای پژوهش نشان داد. مفروضه‌های خاص مدل معادلات ساختاری نیز نشان داد که ارزش‌های کشیدگی و چولگی هیچ یک از متغیرها از محدوده بین ۲+ و ۲- خارج نشده است. از نظر Kline (۲۰۱۶) شاخص‌های چولگی و کشیدگی بین ۲+ و ۲- بیانگر عدم انحراف چشم‌گیر از مفروضه منحنی نرمال است. نتایج استقلال خطاها یا استقلال‌ها با استفاده از آزمون آماره دوربین-واتسون نیز بین ۱/۵ و ۲/۵ بود که نشان از برقراری این مفروضه در پژوهش حاضر است. همچنین نتایج مفروضه‌ها نشان داد که مسئله هم خطی بودن در بین متغیرهای پیش‌بین تحقیق رخ نداده است، زیرا که مقادیر ضریب تحمل کمتر از ۰/۱ و مقادیر عامل تورم واریانس برای هر یک از متغیرهای پیش‌بین بالاتر از ۱۰ نیست (Meyers et al., 2006). نرمال بودن توزیع چندمتغیری یکی دیگر از مفروضه تحلیل مدل یابی معادلات ساختاری بود که از طریق بررسی شکل توزیع داده‌های «فاصله مهلبوبایس (D)^۱» ارزیابی شد. در پژوهش حاضر شاخص کشیدگی نمره‌های فاصله مهلبوبایس که مقدار آن برابر با ۲/۰۹۳ بود که این ارزش بر اساس دیدگاه کلاین (2011) در محدوده ± 2 است که نشان می‌دهد که ترکیب متغیر پیش‌بین در تبیین متغیرهای ملاک نرمال است و بیانگر توزیع نرمال داده‌های پژوهش است.

جدول ۳. پارامترهای مدل اندازه‌گیری پژوهش در تحلیل عاملی تأییدی

متغیرهای مکنون	متغیرهای نشانگر	بارهای عاملی غیراستاندارد	بارهای عاملی استاندارد	خطای استاندارد برآورد β	مقدار آماره C.R	سطح معناداری P-value	پایایی سازه همگرا AVE	روایی همگرا CR
نیازهای روان‌شناختی	خودمختاری	۱/۰۰۰	۰/۷۲۹	۰/۲۲۰	۴/۹۷۲	۰/۰۰۱	۰/۸۵	۰/۰۶
	شایستگی ارتباط	۰/۹۷۷	۰/۷۴۱	۰/۷۴۱	۴/۹۰۷	۰/۰۰۱		
سازگاری	عاطفی	۱/۰۰۰	۰/۸۴۵	۰/۰۸۱	۲/۵۰۴	۰/۰۱۲	۰/۷۳	۰/۰۶
	اجتماعی آموزشی	۰/۲۰۳ ۰/۵۰۷	۰/۴۲۴ ۰/۵۹۸	۰/۱۶۳	۳/۱۱۷	۰/۰۰۲		
شادکامی	خودپنداره	۱/۰۰۰	۰/۷۰۳	۰/۱۵۸	۲/۷۹۳	۰/۰۰۵	۰/۷۴	۰/۰۷
	رضایت از زندگی	۰/۴۴۲	۰/۴۴۷					

1. mahalanobis distance (D)

متغیرهای مکنون	بارهای عاملی	بارهای عاملی غیراستاندارد	خطای استاندارد	مقدار	سطح	پایایی	روایی
مکنون	B	SE	برآورد β	C.R	P-value	CR	همگرا AVE
آمادگی روانی	۰/۹۵۱	۰/۷۱۰	۰/۲۳۴	۴/۰۶۷	۰/۰۰۱		
سر ذوق بودن	۰/۸۰۰	۰/۵۸۲	۰/۲۲۷	۳/۵۲۳	۰/۰۰۱		
زیبایی‌شناختی	۰/۸۸۶	۰/۶۲۸	۰/۲۳۶	۳/۷۴۸	۰/۰۰۱		
خودکارآمدی	۰/۴۴۷	۰/۳۹۸	۰/۱۷۸	۲/۵۱۰	۰/۰۱۲		
امیدواری	۰/۴۰۰	۰/۵۲۲	۰/۱۳۸	۲/۹۰۵	۰/۰۰۴		

جدول ۳ نشان می‌دهد که بارهای عاملی استاندارد همه نشانگرها بالاتر از ۰/۳۲ است. طبق دیدگاه تاباچینیک و فیدل (۲۰۱۳)، بارهای عاملی پایین‌تر از ۰/۳۲ ضعیف محسوب شده و می‌توان گفت چنین نشانگرهایی از توان لازم برای سنجش متغیر مکنون خود برخوردار نیستند. بر اساس جدول ۳ بالاترین بار عاملی متعلق به نشانگر عاطفی در شناسایی سازگاری ($\beta=0/871$) و پایین‌ترین بار عاملی متعلق به نشانگر خودکارآمدی در شناسایی شادکامی ($\beta=0/398$) است. با استناد به نتایج جدول می‌توان گفت همه نشانگرها از قابلیت لازم برای اندازه‌گیری متغیرهای مکنون خود برخوردارند. بارهای عاملی استاندارد نشده مربوط به سه نشانگر خودمختاری، عاطفی و خودپنداره با عدد ۱ تثبیت شده، بنابراین خطای استاندارد و نسبت بحرانی آنها محاسبه نشده است. در ستون انتهایی جدول دو شاخص برازش تحلیل عاملی، پایایی سازه و روایی همگرا آمده است که مقادیر نشان از برازش مطلوب مدل می‌دهند. قبل از بررسی ضرایب مدل باید در ابتدا از برازش مدل با داده‌ها اطمینان حاصل کرد.

جدول ۴. شاخص‌های برازش مدل پیشنهادی و مدل اندازه‌گیری متغیرهای پژوهش در تحلیل عاملی تأییدی

شاخص‌ها	حد قابل قبول	مقادیر	نیازهای بنیادین	سازگاری	شادکامی
نسبت کای اسکوتر به درجات آزادی (CMIN/DF)	کوچک‌تر از ۳	۲/۱۵۰	۰/۲۰۷	۲/۹۴۸	۶/۲۶۷
سطح معناداری کای دو (χ^2)	بیشتر از ۰/۰۵	۰/۰۵۱	۰/۸۱۳	۰/۸۴۲	۰/۷۱۳
شاخص برازش هنجار شده (GFI)	بالاتر از ۰/۹	۰/۹۱۴	۰/۹۹۶	۱/۰۰۰	۰/۹۶۶
ریشه میانگین مجذور خطای میانگین (RMSEA)	کوچک‌تر از ۰/۰۸	۰/۰۷۲	۰/۰۰۱	۰/۵۹۲	۰/۰۵۶
شاخص برازش تطبیقی (CFI)	بالاتر از ۰/۹	۰/۹۴۵	۰/۹۷۴	۰/۹۹۸	۱/۰۰۰
شاخص برازش نسبی (NFI)	بالاتر از ۰/۹	۰/۹۰۳	۰/۹۸۹	۰/۹۲۱	۰/۹۱۰
شاخص برازش افزایشی (IFI)	بالاتر از ۰/۹	۰/۹۴۶	۱/۰۴۶	۱/۰۲۰	۱/۰۴۵

بررسی شاخص‌های برازندگی حاصل از آزمون مدل ساختاری پژوهش در جدول ۴ نشان داد که شاخص‌های در محدوده قابل قبولی قرار دارند که نشان‌دهنده مطلوب بودن مدل اندازه‌گیری و مدل پیشنهادی است، به عبارتی بر اساس دیدگاه کلاین (۲۰۱۶) می‌توان گفت به‌طور کلی زمانی که حداقل سه شاخص مقادیری در بازه قابل قبول داشته باشند، می‌توانیم ادعا کنیم که برازش مدل خوب و قابل قبول است و مدل با داده‌های حاصل از پژوهش برازش مناسبی دارد. در ادامه نتایج آزمون فرضیه‌های پژوهش بر اساس ضرایب مدل ساختاری ارائه شده است.

همچنین این جدول نیز شاخص‌های برازش مدل اندازه‌گیری را نیز نشان می‌دهد. در این باره Meyers و همکاران (2006) گزارش کردن مقادیر RMSEA، CFI، و CMIN را بسیار مهم می‌داند و به‌طور کلی زمانی که از سه گروه شاخص‌های برازش مطلق، تطبیقی و مقتصد سه شاخص مقادیری در بازه قابل قبول داشته باشند، می‌توانیم ادعا کنیم که برازش مدل خوب و قابل قبول است. همان‌گونه نتایج نشان می‌دهد کلیه شاخص‌های برازندگی از جمله χ^2 ($P > 0/05$)، CMIN، CFI، GFI، NFI و IFI، به جز شاخص CMIN در متغیر شادکامی و RMSEA در متغیر سازگاری، در دامنه قابل قبول ۰/۹۰ به بالا هستند و شاخص RMSEA نیز در دامنه مجاز کمتر از ۰/۰۸ قرار دارد.

جدول ۵. ضرایب رگرسیون غیرمستقیم متغیر میانجی سازگاری در رابطه بین نیازهای بنیادین

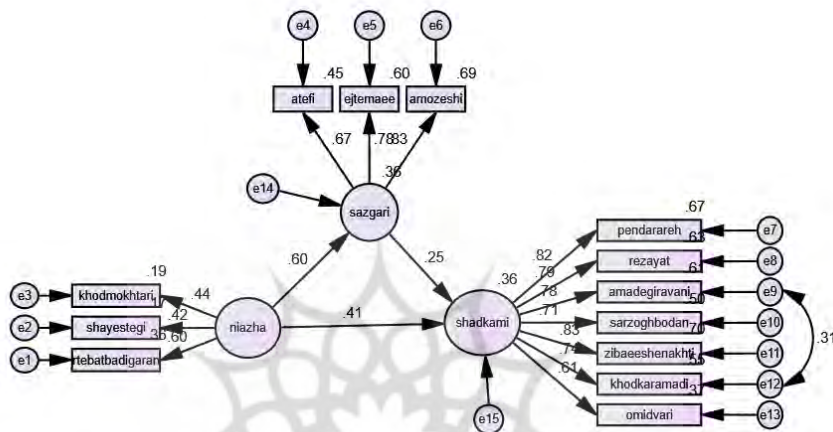
روان‌شناختی با شادکامی

متغیرها	ضریب رگرسیونی غیراستاندارد B	ضریب رگرسیونی خطای استاندارد برآورد Beta	خطای استاندارد S. E	مقدار آماره T	سطح معناداری P-value
نیازهای بنیادین روان‌شناختی - شادکامی	۰/۵۵۲	۰/۴۱۲	۰/۲۱۲	۲/۵۹۸	۰/۰۰۹
نیازهای بنیادین روان‌شناختی - سازگاری	۱/۰۳۲	۰/۶۰۰	۰/۲۵۵	۴/۰۴۲	۰/۰۰۱
سازگاری - شادکامی	۰/۱۹۵	۰/۲۴۹	۰/۰۹۴	۲/۰۸۰	۰/۰۳۸

همان‌طور که نتایج جدول ۵ نشان می‌دهد مسیر مستقیم نیازهای بنیادین روان‌شناختی به شادکامی ($\beta=0/412, p<0/01$) رابطه مثبت و معناداری دارد. مسیر غیرمستقیم نیازهای بنیادین روان‌شناختی به سازگاری ($\beta=0/600, p<0/01$) و سازگاری به شادکامی

($\Theta/249, p < 0/05$) نیز رابطه مثبت و معناداری دارد. شکل ۲ ضرایب مسیر بین متغیرهای نیازهای بنیادین روان‌شناختی با شادکامی را بر اساس نقش میانجی‌گر سازگاری نشان می‌دهد.

شکل ۲. مدل مفهومی پژوهش



شکل فوق نشان می‌دهد که مجموع مجذور همبستگی‌های چندگانه برای متغیر شادکامی برابر با ۰/۳۶ به دست آمده است. این یافته بیانگر آن است که نیازهای بنیادین روان‌شناختی و سازگاری در مجموع ۳۶ درصد از واریانس شادکامی را در نوجوانان تبیین می‌کند.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف پژوهش مدل یابی شادکامی بر اساس نیازهای بنیادین روان‌شناختی با میانجی‌گری سازگاری در نوجوانان بود. نتایج یافته‌ها نشان داد که نیازهای بنیادین روان‌شناختی با شادکامی رابطه مثبت و معناداری دارد که با نتایج پژوهش‌های زارع‌زردینی و همکاران (۱۴۰۱)، کوچکی و همکاران (۱۴۰۱) همسو بود. در تبیین یافته‌ها می‌توان بیان نمود که نیازهای بنیادین روان‌شناختی، نیازهایی را شامل می‌شود که شرایط لازم را برای رشد بهزیستی روانی و شادکامی را در افراد فراهم می‌کند و زیربنا و علل شکل‌گیری گستره‌ای از رفتارهای انسان را تبیین می‌کند (Hong, et al., 2019). رشد روان‌شناختی معمولاً به‌وسیله‌ی انگیزه‌های درونی صورت می‌گیرد که در صورت عدم تقویت و یا گرفتن پاداش

بیرونی، باز هم آن فعالیت برای فرد جالب و لذت‌بخش است (Ryan & Deci, 2000). به معنای دیگر، برآورده ساختن سه نیاز بنیادین روان‌شناختی (خودمختاری، شایستگی و ارتباط با دیگران)، تا حد زیادی به محیطی که فرد در آن فعالیت انجام می‌دهد، دارد و نظریه خودتعیین‌گری بین محیط‌های بین شخصی تمایز قائل می‌شود (Roks, et al., 2018). محیطی، حامی خودتعیین‌گری است که دیگران با استفاده از یک زبان غیر تحکم‌آمیز در یک تبادل اطلاعات فرد را به انتخاب کردن و شرکت در فرایند تصمیم‌گیری تشویق و ترغیب می‌کنند (Jiang, et al., 2021). همچنین محیطی که فرد از خودپیروی برخوردار است یعنی خود تعیین‌کننده رفتارش باشد، به عبارت دیگر، این افراد تحت کنترل دیگر افراد محیط نیستند (Halvari, et al., 2019) و در آخر شایستگی که فرد توانمندی و درک چگونگی دستیابی به نتایج دلخواه و برخورداری از خودکارآمدی در انجام فعالیت‌های لازم در زمینه‌ای را خاص دارد (جلالیان و همکاران، ۱۴۰۲)؛ هنگامی که نوجوان در هر یک از مؤلفه‌های نیازهای بنیادین روان‌شناختی بتواند نیاز و سایق‌های خود را برآورده سازد و در برآورده ساختن آن با مانع روبه‌رو نشود، در این صورت احساس ناکامی و شکست نکرده و منجر می‌شود که شادکامی بیشتری را بر اساس تمایلات درونی‌اش، تجربه می‌کند. پژوهش زارع‌زردینی و همکاران (۱۴۰۱) نشان دادند که نیازهای بنیادین روان‌شناختی سهمی در پیش‌بینی شادکامی افراد دارد. همچنین پژوهش کوچکی و همکاران (۱۴۰۱) نیز نشان داد که ارضای نیازهای بنیادین روان‌شناختی با افزایش شادکامی مرتبط است. به بیان دیگر، درونی‌سازی روان‌شناختی، نشان‌دهنده تمایل ذاتی افراد برای تبدیل انگیزه‌ی بیرونی برای انجام یک فعالیت به انگیزه درونی است. هنگامی که نوجوان تمایل ذاتی و یا انگیزه درونی برای فعالیت و رفتار خود داشته باشد و یا اینکه انگیزه درونی یا تقویت درونی اثرش بیشتر از انگیزه بیرونی باشد، منجر به افزایش شادکامی در افراد می‌شود؛ چراکه شادکامی با انگیزه‌های درونی سروکار دارد و ارزشیابی است که نوجوان در مورد خودش احساس می‌کند و اگر نوجوان به مرحله‌ای برسد که بتواند احساس درونی مثبت و خوبی نسبت به خود داشته باشد و یا مشوق‌های درونی تأثیرشان بیشتر از بیرونی باشد؛ بنابراین شادکامی بالاتری را در زندگی فردی و شخصی خود تجربه می‌کند.

همچنین نتایج نشان داد که متغیر میانجی سازگاری با نیازهای بنیادین روان‌شناختی و شادکامی رابطه مثبت و معناداری دارد. در تبیین این یافته می‌توان بیان نمود که امروزه در

دنیایی زندگی می‌کنیم که بیش از هر زمان دیگر نیازمند شادکامی و بهزیستی فردی و بین‌فردی هستیم و بدون شک داشتن انعطاف‌پذیری و سازگاری می‌تواند نقش بسزایی در بهبود سلامت روان افراد داشته باشد. از طرفی برآورده ساختن نیازهای روانی و محیطی کمک زیادی به سازگاری می‌کند و افراد سازگاری علاوه بر تأمین و ارضای نیازهای روانی خود و با کنار آمدن با شرایط محیطی و تغییرات آن، به نفع خود بهره‌برداری می‌کنند و بهزیستی و شادکامی را برای افراد رقم می‌زنند. به عبارتی سازگاری فرایندی پیوسته که در آن تجربیات یادگیری اجتماعی شخص باعث ایجاد نیازهای روانی می‌گردد و به افراد کمک می‌کند تا بتوانند توانایی و مهارت‌هایی را کسب کرده و از این طریق به برآورده شدن نیازهایشان بپردازند. عوامل مختلفی به سازگاری انسان برای سازگار یافتن با محیط اطرافش و همچنین دست‌یافتن به احساس رضایت از زندگی کمک می‌کنند. زندگی کردن در حقیقت چیزی جز عمل سازگاری نیست. انسانی را سازگار معرفی می‌کنیم که مسائل و رفتار منطقی دیگران را قبول کند و یا اگر نمی‌تواند با محیطی سازش پیدا کند، محیط دیگری برایش وجود داشته باشد که انتخاب کند (Ramnanan & Pound, 2017). هنگامی که نوجوان بتواند نیازهای روانی خود را از طریق محیط و روابط اجتماعی خود پاسخ دهد و هنگامی که در برآورده ساختن نیازهایش با موانع و مسائل مختلفی روبه‌رو شود، آن‌ها را مدیریت کند، در این صورت می‌تواند سازش مطلوبی را با محیط برقرار کند و شادکامی او به خاطر تجربه عواطف مثبت افزایش پیدا می‌کند. به عبارتی، نوجوان برای انجام فعالیت‌ها و رفتارهای خود نیاز به انگیزه ذاتی و درونی دارد، تا بتواند به تمایلات و اهداف خود نائل شود، هنگامی که انگیزه‌ها و یا پاداش‌های درونی اثر تقویتشان بیشتر از انگیزه بیرونی فرد باشد، اجرای نیازهای روانی فرد را آسان می‌کند، چراکه هنگامی فرد به فعالیت واداشته می‌شود که مشوق‌های درونی او را هدایت می‌کند تا بتواند مسیر اهداف خود را دنبال کند که در این صورت با ناکامی و شکست مواجه نشده و تأثیر مثبتی بر سازگاری نوجوان بگذارد؛ زیرا سازگاری فرد وابسته به انگیزه‌های بیرونی نبوده و از طریق مشوق‌ها و تقویت‌های درونی حاصل شده است که این نگرش و اطمینان به خود می‌تواند بر شادکامی او که از انگیزه‌های درونی حاصل شده است، تأثیر مثبت بگذارد؛ چراکه شادکامی با انگیزه‌های درونی سروکار دارد و ارزشیابی است که نوجوان در مورد خودش احساس می‌کند و اگر نوجوان بتواند احساس درونی مثبت و خوبی نسبت به خود داشته باشد و یا

مشوق‌های بیرونی تأثیرشان کمتر از درونی باشد؛ بنابراین نوجوان شادکامی بالاتری را تجربه خواهد کرد. می‌توان نتیجه گرفت جوامع و به‌ویژه مدارس مهم‌ترین مراکز تربیت نیروی انسانی آینده و تأمین نیازهای اساسی هر نوجوانی شناخته می‌شود، بر این اساس بایستی با فراهم نمودن محیط سالم و پویا و متناسب با نیازهای فردی و شخصیتی هر نوجوان، نوید بهزیستی و شادکامی را در نوجوانان داد.

هر پژوهشی با محدودیت‌هایی روبه‌رو است از مهم‌ترین محدودیت‌های این پژوهش، محدود بودن جامعه آماری به نوجوانان دختر شهر تهران و عدم کنترل متغیرهایی از قبیل وضعیت اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی نوجوانان بود که پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی در جوامع دیگر و به‌صورت مقایسه‌ای بین دو جنسیت و با کنترل متغیرهای تأثیرگذار صورت گیرد. همچنین پیشنهاد می‌شود با توجه به نتایج مثبت و معناداری سازگاری، از دیگر متغیرهای شخصیتی مانند بهزیستی روان‌شناختی، حمایت اجتماعی ادراک شده استفاده شود. علاوه بر این با توجه به اهمیت شادکامی از متغیرهای رویکرد روان‌شناسی مثبت‌نگر در جوامع و تأثیر مطلوب آن بر زندگی، بهزیستی روانی و سلامت روان افراد، پژوهش‌هایی در راستای سازه‌های روان‌شناسی مثبت‌نگر بر روی جوامع مختلف و جنسیت مورد بررسی قرار گیرد و بدین منظور کارگاه‌های فردی و گروهی خودشناسی و توسعه فردی در جهت شناسایی نقاط مثبت شخصیتی در راستای افزایش بهروزی و موفقیت در زندگی در سطح مدارس برای نوجوانان و والدین آن‌ها، برگزار و حمایت شوند.

تعارض منافع

نویسندگان هیچ‌گونه تعارض منافی ندارند.

سپاسگزاری

مقاله حاضر برگرفته از رساله دکتری رشته روان‌شناسی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن است. از اساتید بزرگوار و از نوجوانانی که ما را در انجام پژوهش حاضر یاری رساندند، تشکر و تقدیر می‌شود.

منابع

- جعفری صحراوردی، ملیحه. (۱۳۹۹). رابطه الگوهای ارتباطی خانواده با سازگاری و شادکامی. پیشرفت‌های نوین در روان‌شناسی، علوم تربیتی و آموزش و پرورش، ۳(۲۴)، ۱۴۵-۱۵۹. <https://civilica.com/doc/1353119>
- جلالیان، زهراالسادات، صادقی، جمال، شعبان‌نژاد شانی، مریم، و مهدوی حمزه کلایی، زهرا. (۱۴۰۲). نقش واسطه‌ای کیفیت زندگی اسلامی در رابطه بین نیازهای بنیادین روان‌شناختی با اعتیاد به بازی‌های آنلاین در دانش‌آموزان متوسط اول. *مطالعات روان‌شناختی نوجوان و جوان*، ۴(۴)، ۱۰-۲۳. doi:10.61186/jayps.4.4.11
- درخشان، معراج، صدری دمیچی، اسماعیل، فتحی، داود، احمدبوکانی، سلیمان، و بهروز، مریم. (۱۳۹۹). ارائه مدل پیشایندهای شادکامی دانش‌آموزان بر اساس ویژگی‌های شخصیتی، خانوادگی و تحصیلی. *رویش روان‌شناسی*، ۹(۷) پایی ۵۲، ۵۵-۶۶. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1399.9.7.14.9>
- رضی‌ئی، زهرا، فتاحی اندبیل، اعظم، دوکانه‌ای فرد، فریده. (۱۴۰۱). رابطه چشم‌انداز زمان و شادکامی با نقش میانجی سبک زندگی در نوجوانان دختر. *رویش روان‌شناسی*، ۱۱(۱۱)، ۱۱۴-۱۰۳. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1401.11.11.10.7>
- زارع‌زردینی، فاطمه، هاشمی، زهرا، و عبدالهی، عباس. (۱۴۰۱). نقش میانجی‌گری نیازهای بنیادین روان‌شناختی در رابطه عملکرد خانواده با شادکامی در دانشجویان کارشناسی ساکن خوابگاه دانشگاه الزهراء. *پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی*، ۱۳(۱)، ۶۳-۴۳. <https://doi.org/10.22059/japr.2022.313228.643693>
- سهرابی، بابک، یزدانی، حمیدرضا، رجب‌زاده، علی، و محجوب، حامد. (۱۴۰۰). واکاوی نظریه‌های نیازهای روان‌شناختی بنیادین انسان: یک رویکرد فرانظری. *علوم روان‌شناختی*، ۲۰(۱۰۳)، ۹۹۸-۹۷۹. <http://dx.doi.org/10.52547/JPS.20.103.979>
- کوچکی، عاشورمحمد، شریعت‌نیا، کاظم، اسدی، اردشیر، و میرانی، ارسطو. (۱۴۰۱). نقش میانجی‌گر نیازهای بنیادین روان‌شناختی در رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و شادکامی دانشجویان. *علوم روان‌شناختی*، ۲۱(۱۱۸)، ۲۰۹۱-۲۱۰۵. <http://dx.doi.org/10.52547/JPS.21.118.2091>
- گلستانی بخت، طاهره، بابایی، انسیه، کریمی، معراج، و احمدی، عباس. (۱۴۰۱). رابطه شفقت به خود و خوش‌بینی در دانش‌آموزان: نقش واسطه‌ای سازگاری اجتماعی. *پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*، ۴۵، ۸۴-۶۵. <https://doi.org/10.22034/spr.2022.314005.1699>

References

- Agbaria, Q., & Bdier, D. (2020). The role of self-control, social support and (positive and negative affects) in reducing test anxiety among Arab teenagers in Israel. *Child Indicators Research*, 13, 1023-1041. <https://doi.org/10.1007/s12187-019-09669-9>
- Ahmed, H. A. A. E. K., & Mohamed, B. E. S. (2022). Relationship between morality, happiness, and social support among elderly people. *Middle East Current Psychiatry*, 29(1), 31. <https://doi.org/10.1186/s43045-022-00195-z>
- Busch, T. (2016). Does self-Compassion buffer the impact of poor *basic need satisfaction on organismic wellbeing?* [Unpublished master's thesis]. University of Twente. <https://essay.utwente.nl/66939/>
- Choon, S. W., Yong, C. C., Tan, S. K., & Tan, S. H. (2022). A proposed integrated happiness framework to achieve sustainable development. *Heliyon*, 8(10):e10813. DOI: 10.1016/j.heliyon.2022.e10813
- DeHaan, C. R., Hirai, T., & Ryan, R. M. (2016). Nussbaum's capabilities and self-determination theory's basic psychological needs: Relating some fundamentals of human wellness. *Journal of Happiness Studies*, 17(5), 2037 - 2049. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10902-015-9684-y#article-info>
- Derakhshan M, Sadri Damirchi E, Fathi D, Ahmadbookani S, Behrooz F. (2020). Presentation a model of happiness precedents based on personality, family and educational characteristics. *Rooyesh*, 9(7), 55-66. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1399.9.7.14.9> [In Persian]
- Fiftinova, F. (2021). Social adjustment and academic achievement of efl students at higher education. *The Journal of English Literacy Education: The Teaching and Learning of English as a Foreign Language*, 8(2), 138 -149. <https://doi.org/10.36706/jele.v8i2.14328>
- Filak, V. F., & Nicolini, K. M. (2018). Differentiations in motivation and need satisfaction based on course modality: a self-determination theory perspective. *Educational Psychology*, 38(6), 772 -784. <https://doi.org/10.1080/01443410.2018.1457776>
- Froiland, J. M., Worrell, F. C., & Oh, H. (2019). Teacher–student relationships, psychological need satisfaction, and happiness among diverse students. *Psychology in the Schools*, 56(5), 856-870. <https://doi.org/10.1002/pits.22245>
- Golestani Bakht, T., Babaei, A., Karimi, M., & Ahmadi, A. (1401). The relationship between self-compassion and optimism in students: the mediating role of social adjustment. *Social Psychology Research*, 45, 84-65. <https://doi.org/10.22034/spr.2022.314005.1699>. [In Persian]
- Halvari, A. E. M., Halvari, H., & Deci, E. L. (2019). Dental anxiety, oral health related quality of life, and general well being: A self determination theory perspective. *Journal of Applied Social Psychology*, 49(5), 295 -306. <https://doi.org/10.1111/jasp.12583>
- Hong, W., Liu, R. D., Oei, T. P., Zhen, R., Jiang, S., & Sheng, X. (2019). The mediating and moderating roles of social anxiety and relatedness need satisfaction on the relationship between shyness and problematic mobile phone use among adolescents. *Computers in Human Behavior*, 93, 301 -308. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.12.020>
- Intelisano, S., Krasko, J., & Luhmann, M. (2020). Integrating philosophical and psychological accounts of happiness and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 21, 161-200. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00078-x>
- Jafari Sahraroudi, M. (2020). The relationship between family communication patterns and adjustment and happiness. *New developments in psychology*,

- educational sciences, and education*, 3(24), 159-145. <https://civilica.com/doc/1353119/> [In Persian]
- Jalalian, Z. S., Sadeghi, J., Shaban Nejad Shani, M., Mahdavi Hamzekolaei, Z. (2023). The mediating role of Islamic quality of life in the relationship between basic psychological needs and addiction to online games in Adolescents. *Journal of Adolescent and Youth Psychological Studies*. 4(4), 8-15. doi:10.61186/jayps.4.4.11 [In Persian]
- Jiang, S., Jiang, C., Ren, Q., & Wang, L. (2021). Cyber victimization and psychological well-being among Chinese adolescents: Mediating role of basic psychological needs satisfaction and moderating role of positive parenting. *Children and Youth Services Review*, 130, 106248 <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2021.106248>
- Koucheki, A. M., Shariatniam K., Asadi, A., & Mirani, A. (2022). The mediating role of psychological basic needs in the relationship between personality traits and students' happiness. *Journal of Psychological Science*. 21(118), 2091-2106. doi:10.52547/JPS.21.118.2091 [In Persian]
- Kumar, V., Mehta, M. & Maheshwari, N. (2013). Effect of emotional intelligence on the achievement motivation, psychological adjustment and scholastic performance of secondary school students. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 39(1), 60-67.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (2013). Subjective happiness scale. *Psychologist*, 56, 239-249.
- Ramnanan, C. J., & Pound, L. D. (2017). Advances in medical education and practice: student perceptions of the flipped classroom. *Advances in medical education and practice*, 8, 63-73. <https://doi.org/10.2147/AMEP.S109037>
- Raziee, Z., Fattahi Andabil, A., & Dokaneheefard, F. (2023). The relationship between time perspective and happiness with the mediating role of lifestyle in female adolescents. *Rooyesh*, 11(11), 103-114. <http://dorl.net/dor/20.1001.1.2383353.1401.11.11.10.7> [In Persian]
- Roks, K. C., Meral, E. O., & van Beest, I. (2018). The Effect of Shyness and *Condition on Need Satisfaction*.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: classic definitions and new directions. *Contemporary educational psychology*, 25, 54-67. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual review of psychology*, 52(1), 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Sapmaz, F., Doğan, T., Sapmaz, S., Temizel, S., & DilekTel, F. (2012). Examining Predictive Role of Psychological Need Satisfaction on Happiness in terms of SelfDetermination Theory. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 55(4), 861-868. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.09.573>
- Shubert, J., Wray Lake, L., Syvertsen, A. K., & Metzger, A. (2019). Examining character structure and function across childhood and adolescence. *Child development*, 90(4), 505 -524. <https://doi.org/10.1111/cdev.13035>
- Sohrabi, B., Yazdani, H., Rajabzade, A., Mahjoub, H. (2021). Analysis of the human basic psychological needs' theories: A meta-theory approach. *Journal of Psychological Science*. 20(103), 979-998. <http://dx.doi.org/10.52547/JPS.20.103.979> [In Persian]
- Steptoe A. (2019). Happiness and health. *Annual review of public health*, 40, 339 -59. https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3381484
- Theodore, L. A., & Bracken, B. A. (2020). *Abstract. Unique Identifier. Title. Book Series Title. Publication Date. Language. Author Identifier.*

- <https://www.proquest.com/openview/6785af5e14f63d5e6b3fd3bc15dac3a5/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750&diss=y>
- Urdu, T., & Schoenfelder, E. (2006). Classroom effects on student motivation: Goal structures, social relationships, and competence beliefs. *Journal of School Psychology*, 44(5), 331-349. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2006.04.003>
- Vansteenkiste, M., Ryan, R. M., & Soenens, B. (2020). Basic psychological need theory: Advancements, critical themes, and future directions. *Motivation and emotion*, 44, 1-31. <https://doi.org/10.1007/s11031-019-09818-1>
- Vijayakumar, N., de Macks, Z. O., Shirtcliff, E. A., & Pfeifer, J. H. (2018). Puberty and the human brain: Insights into adolescent development. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 92, 417-436. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2018.06.004>
- Yeung, N, C., Ramirez, J, & Lu, Q. (2017). Perceived stress as a mediator between social constraints and sleep quality among Chinese American breast cancer survivors. *Supportive care in cancer*, 25, 2249-2257. <https://doi.org/10.1007/s00520-017-3632-9>
- Zare-Zardini, F., Hashemi, Z., & Abdulahi, A. (1401). The mediating role of basic psychological needs in the relationship between family functioning and happiness in undergraduate students living in the dormitory of Al-Zahra University. *Applied Psychological Research*, 13(1), 43-63. <https://doi.org/10.22059/japr.2022.313228.643693> [In Persian]

پیوست‌ها

جدول سن و مقطع تحصیلی آزمودنی‌ها

فرآوانی درصدی	فرآوانی	
۲۲/۱۵	۷۸	۱۵ ساله
۳۲/۳۸	۱۱۴	۱۶ ساله
۳۵/۵۱	۱۲۵	۱۷ ساله
۹/۹۴	۳۵	۱۸ ساله
۲۶/۱۳	۹۲	سال دهم
۵۳/۱۲	۱۸۷	سال یازدهم
۲۰/۸۳	۷۳	سال دوازدهم