

تدوین الگوی بومی خانواده شادی محور با استفاده از نظریه مبنایی

سیده منور یزدی^۲

منصوره سادات چاوشی^۱

سیمین حسینیان^۳

پذیرش نهایی: ۱۳۹۷/۰۵/۲۸

دریافت مقاله: ۱۳۹۶/۰۵/۱۳

چکیده

این پژوهش با هدف تدوین الگوی بومی خانواده شادی محور انجام پذیرفت. پژوهش از نوع مطالعات کیفی بود که با استفاده از نظریه داده‌ها صورت گرفت. جامعه پژوهش شامل تمام متخصصان شاغل حوزه خانواده در سال ۱۳۹۶ و هم‌چنین تمام فرهنگیان شاغل استان قم که خانواده خود را شاد می‌دانستند و در پرسشنامه شادی آکسفورد حد نصاب نمره شادی را کسب کرده بودند. روش نمونه‌گیری در بخش انتخاب متخصصان هدفمند از نوع متوالی گلوله برفی و در بخش انتخاب خانواده‌ها هدفمند متوالی همگون بود. این پژوهش با ۱۶ نفر از متخصصان حوزه خانواده و ۲۱ خانواده شاد به حد اشباع رسید. جمع‌آوری داده‌ها با استفاده از مصاحبه عمیق نیمه ساختار یافته و با روش مثلث‌سازی انجام شد. از تجزیه و تحلیل مصاحبه با خانواده‌های شاد ۹۸ مقوله در شناسه‌گذاری باز و ۱۳ مقوله در شناسه‌گذاری محوری، و از تجزیه و تحلیل مصاحبه با متخصصان خانواده ۸۷ مقوله در شناسه‌گذاری باز و ۱۱ مقوله در شناسه‌گذاری محوری و از تجزیه و تحلیل کیفی متون و پژوهشهای مرتبط با عوامل مؤثر در شادی خانواده، ۲۳ مقوله به دست آمد که در شناسه‌گذاری محوری در ده مقوله بر اساس شباهت موضوعی قرار داده شد. در نهایت با استفاده از مثلث‌سازی و بر اساس مقوله‌های متون و پژوهشهای مرتبط، مصاحبه با متخصصان و خانواده‌های شاد، الگوی بومی خانواده شادی محور در ده بعد تدوین شد.

کلیدواژه‌ها: الگوی بومی، پژوهش کیفی، خانواده شادی محور

۱ - دانشجوی دکتری، گروه مشاوره، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم تحقیقات، تهران، ایران
m.chavoshpsy@yahoo.com

۲ - نویسنده مسئول: استاد گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهراء، ده ونک، تهران، ایران
smyazdi@alzahra.ac.ir

۳ - استاد گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهراء، ده ونک، تهران، ایران
hosseinian@alzahra.ac.ir

مقدمه

خانواده کوچکترین واحد اجتماعی است که ثبات جامعه به آن وابسته است. بنابراین هر گونه سرمایه گذاری مادی و معنوی بر این عنصر اجتماع باعث ثبات، تعادل و توسعه اجتماعی خواهد شد. نظریه پردازان برجسته مفاهیم خانواده، امروز، اعتقاد دارند هر گونه برجستگی و ورزیدگی در اعضای خانواده ریشه دوانده، در جامعه‌ای که از این گونه خانواده‌ها تشکیل می‌شود موثر خواهد بود (ستیر^۱، ۱۳۹۲).

شادی از بنیادترین مفاهیم روانشناسی مثبتگر است و نقش تعیین کننده‌ای در تأمین سلامت فرد و جامعه دارد (خنیفر، بردبار و فروغی، ۱۳۹۱). از آنجا که شادی بر تمامی جنبه‌های شخصیت انسان و چگونگی بروز و ظهور رفتارهای مختلف در او تأثیر قابل ملاحظه‌ای دارد، همواره مورد توجه محققان و پژوهشگران بوده است. شادی فعالیت فرد را بر می‌انگیزد؛ بر آگاهی او می‌افزاید؛ خلاقیت وی را تقویت می‌کند و روابط اجتماعی وی را آسان می‌سازد؛ هم‌چنین مشارکت سیاسی را رونق می‌بخشد و موجب حفظ سلامت و طول عمر افراد می‌شود (وینهون^۲، ۱۹۹۳ به نقل از طاهر نشاط دوست، ۱۳۸۸).

از آنجا که خانواده جایی است که یادگیریها از آن شروع می‌شود، اگر از اساس با شادی شکل گیرد، مهد پرورش افراد سالم و شاد و در پی آن، باعث ایجاد جامعه سالم شادی خواهد شد. با توجه به تأثیرات همه‌جانبه و دامنه‌دار شادی در توسعه و تقویت زمینه‌های رشد و تعالی و در صورت کمبود یا نبود آن بروز مشکلات گوناگون روانی - اجتماعی، باید نسبت به مقوله شادی و چگونگی نهادینه کردن آن از طریق خانواده مطالعه دقیق و علمی انجام شود. داینرو بیسواس داینر^۳ بر این باورند که خانواده و روابط خانوادگی برای شاد بودن مهم است. بسیاری از مطالعات نشان می‌دهد که افراد شاد در مقایسه با کسانی که رضایت کمتری از زندگی دارند، بیشتر از موهبت خانواده خوب و روابط حمایتی برخوردارند. در واقع، رابطه شادی و پیوندهای اجتماعی بویژه پیوند با خانواده چنان نیرومند است که بسیاری از روانشناسان بر این باورند که نیاز انسانها به یکدیگر در ژنتیک ریشه دارد؛ حتی در بزرگسالی هم این تعلق خاطر، حمایت و لذت را فراهم می‌کند و کارکرد ما را تا حد بسیار زیادی بهبود می‌بخشد (داینرو بیسواس داینر، ۱۳۹۱).

1 - Satir

2 - Winhoven

3 - Diener & Biswas - Diener

در مطالعه و بررسی متون و پژوهشهای مرتبط با موضوع، متأسفانه منابعی که مستقیماً با عنوان خانواده شاد و یا خانواده شادی محور باشد یافت نشد و به همین علت متون مربوط به عوامل مؤثر در ایجاد شادی یا ایجاد خانواده‌ای شاد، مورد بررسی قرار گرفت که در این زمینه صاحب‌نظران و پژوهشگران بسیاری در کارهای علمی خود سعی کرده‌اند منابع و عوامل مؤثر بر شادی را معرفی کنند که از آن جمله می‌توان به پژوهش بلانچو^۱ (۲۰۰۷) اشاره کرد. وی سازگاری زناشویی را عامل ایجاد شادی اعلام کرده است. در همین راستا بودنمان (۲۰۱۶) داشتن مهارت‌های زوجینی و حل تعارض را عامل مهمی در ایجاد و افزایش شادی زوجین می‌داند. امیری مجد و زری مقدم (۱۳۸۹) بین شادی و رضایت زناشویی و احمدی و فاتحی‌زاده (۱۳۸۹) بین الگوهای ارتباطی ازدواج و میزان رضامندی زناشویی و شادکامی رابطه به دست آورده‌اند. در پژوهش برنز، کودال، ورداین و لیم^۲ (۲۰۱۴) از تنظیم هیجانات مثبت و منفی به عنوان عامل افزایش شادی ذکر شده و رویز آراندا، ایکتترا و پینداگاتمن^۳ (۲۰۱۴) بین هوش هیجانی و رضایت زندگی و شادی ارتباط به دست آورده‌اند. ماهانتی^۴ (۲۰۱۴) بهزیستی مادی و روانی را عامل افزایش شادی معرفی می‌کند و میهالی^۵ (۲۰۱۴) داشتن فعالیتهای اجتماعی و رابطه با دوستان و اوقات فراغت و فعالیتهای مثبت را شادی‌افزا می‌داند. لیوبومیرسکی^۶ و لاجوس^۷ (۲۰۱۳) امید به خود و زندگی و آینده را یکی از زمینه‌های اصلی و مهم در احساس شادی معرفی می‌کند. جدیدی، شمسایی، عبدالله‌زاده و عزیزی (۱۳۹۳) به دو دسته عامل بیرونی و فردی در ایجاد شادی و یأس اجتماعی اشاره می‌کنند. مسائل اجتماعی، اقتصادی، خانوادگی، اشتغال، ازدواج، تعاملات بین فردی، تفریح و سرگرمی، امنیت اجتماعی و شایسته‌سالاری جزء عوامل بیرونی و نگرش مثبت و امیدواری و سلامتی و تحرک جسمانی و داشتن هدف و رضایت درونی به عنوان عوامل فردی معرفی شده است. اشنایدر^۸ (۲۰۰۲) نیز به همین عوامل تحت عنوان سرمایه‌های سلامت مثبت اشاره می‌کند. تحقیق هید، مالفز و واگنر^۹ (۲۰۱۳) نشان داد که رضایت در زندگی والدین به رضایت از زندگی و شادی فرزندان

1 - Blanco
 2 - Brans, koval, verduyn, lim
 3 - Ruiz - Aranda, Extremera, Npineda Gala
 4 - Mahanty
 5 - Mihaly
 6 - lyubomisky
 7 - lajous
 8 - Snyder
 9 - Muffels, wagner

منجر می‌شود. هم‌چنین گرای، چامراتریتی رونگ^۱، پاتاراویچ و پراسارت گول^۲ (۲۰۱۳) در پژوهش خود به نقش تعامل خانواده و گذاشتن وقت کافی با اعضای خانواده و زندگی کردن نوجوان با هر دو والد و نقش مهم پدر در ایجاد شادی اشاره کرده‌اند. کومار و تای واری (۲۰۱۳) تأثیرات ساختاری خانواده بر جهتگیری دینی و کیفیت زندگی و شادی را بررسی کرده‌اند. مک کرون موارتو^۳ (۲۰۱۳) عوامل محیط طبیعی، هامرشی و آبرویا^۴ (۲۰۱۳) زیبا بودن محیط و تلویزیون و نیمیک و دنیک^۵ (۲۰۱۰) تماشای فیلم را در ایجاد شادی مؤثر دانسته‌اند. هم‌چنین احمدی و صالحی (۲۰۱۴) زیباسازی مدارس را عامل مهمی در افزایش شادی دانش‌آموزان معرفی کرده‌اند و ابراهیمی (۱۳۹۳) به تأثیر عنصر رنگ مبلمان شهری بر روحیه و رفتار شاد شهروندان پرداخته است. آرگایل و هیلز (۲۰۰۰) تجربیات دینی و ارتباط با دیگران را و دی گوزین، لارکو و مندپ^۶ (۲۰۱۴) رضایت شغلی و پیروان و تامپوبولان^۷ (۲۰۱۵) سلامتی و مرفه بودن و تأهل و تحصیل کرده بودن و حسن‌زاده و مهدی‌نژاد (۱۳۹۱) انگیزه پیشرفت را باعث شادی ذکر کرده‌اند. روستین^۸ (۲۰۱۰) رفاه عمومی و گسترده و میزان فساد کم و افزایش اعتماد اجتماعی و سان (۲۰۱۶) و آنجلو و زازارو^۹ (۲۰۰۹) درآمد و امنیت اقتصادی را جزء عوامل مهم شادی برشمرده‌اند. چلیبی و موسوی (۱۳۸۷) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که احساس ناامنی با شادی رابطه معکوس دارد. در این راستا هزارجریبی و آستین افشان (۱۳۸۸) به عامل امنیت و نقش آن در ایجاد شادی پرداخته‌اند. عباس‌زاده و علیزاده (۱۳۹۱) سرمایه‌های اجتماعی و فرهنگی و اقتصادی را باعث شادی دانسته‌اند. تحقیقات زیادی رابطه پنج صفت بزرگ شخصیت و شادی را به دست آورده‌اند. پژوهشهای لائوریولا و لانی^{۱۰} (۲۰۱۶) و پول لوک، نوسر و هولدن^{۱۱} (۲۰۱۶) به رابطه صفات شخصیت و شادی اشاره کردند. هم‌چنین باقریان (۲۰۱۶) در پژوهش خود به این نتیجه رسید که برونگراها از درونگراها شادتر هستند. تحقیقاتی نیز به رابطه شیوه‌های فرزندپروری و

-
- 1 - Gray, Chamratrithirong
 - 2 - Pattaravanich, Prasartkul
 - 3 - Mackerron, Mourato
 - 4 - Hamermedh, Abre Vaya
 - 5 - Niemiec, Wedding
 - 6 - DeGuzmani, largo, monteiro
 - 7 - Pierwan, Tampubolon
 - 8 - Rothstein
 - 9 - Angelo, Zazzaro
 - 10 - Lauriola, Lan
 - 11 - Pollock, Noser, Holden

بویژه شیوه والدگری مثبت (ساندرز ۲۰۰۳) و ارتباط آن با شادی پرداخته‌اند که از آن جمله می‌توان به پژوهش کانگ و پارک^۱ (۲۰۱۴) و ساریک و مسکایک^۲ (۲۰۱۴) و لیم، یو، ها^۳ (۲۰۱۵) و موسوی مقدم، چراغی، سیدی و دوستی (۲۰۱۶) اشاره کرد. هم‌چنین پژوهشهایی مانند دیمیر، جعفر و بلیک^۴ (۲۰۱۲) و طالبی امیری و فراهانی (۲۰۱۶) و ویسه، رافضی و فراهانی (۲۰۱۵) به نقش کسب مهارت‌های مختلف زندگی و رابطه آن با شادی اشاره کرده‌اند.

صاحب‌نظران، شادی را قابل آموزش می‌دانند و برای آموزش شادی الگوهای مختلفی پیشنهاد کرده‌اند که در اینجا به چهار الگو اشاره می‌شود: الگوی شادی فوردایس، که یک روش شناختی- رفتاری است و بر پایه چهارده اصل استوار است که طی جلساتی به افراد آموزش داده می‌شود؛ اصولی از قبیل افزایش فعالیت و روابط اجتماعی، خلاقیت، تفکر مثبت و خوشبینی (فوردایس، ۱۹۸۳). در الگوی شادی سلیگمن (۲۰۰۲) آموزش اصولی مثل بخشش، قدرشناسی، آموزش خوشبینی و امید به آینده به عنوان عوامل افزایش شادی شناخته می‌شود. لیوبومیرسکی (۲۰۰۸) عوامل مؤثر بر شادی را به سه گروه عوامل ژنتیکی، شرایط زندگی و فعالیتهای هدفمند تقسیم می‌کند. وی در الگوی خود دوازده فعالیت هدفمند را معرفی می‌کند؛ فعالیتهایی از قبیل پرداختن به دین و معنویت، مراقبه و تقویت راهبردهای مقابله‌ای و متعهد بودن به اهداف. در الگویی که الکساندر جرولف^۵ برای شادی ارائه کرده، شش اقدام مورد ملاحظه قرار گرفته است که مثبت‌اندیشی، خوشبینی، خودگشودگی، مشارکت، معنادار بودن زندگی و علاقه را دربر می‌گیرد (زارعی متین، بحیرانی و افتخاری، ۱۳۹۱).

همان‌گونه که ملاحظه می‌شود عوامل بسیار گسترده‌ای در ایجاد شادی نقش دارد و از طرفی هر کدام تنها به یک یا چند عامل تأثیرگذار بر شادی، آن هم بر یک گروه خاصی پرداخته‌اند که در چند ویژگی مشترک بودند و هیچ کدام از آنها مجموعه‌ای گسترده و همه‌جانبه از عوامل مؤثر بر شادی را در خانواده مورد بررسی قرار نداده‌اند. خانواده چیزی بیش از مجموعه افرادی است که دور هم جمع شده‌اند و چون دارای روابط خاصی هستند، لازم است تمام عواملی که به طور یکجا این مجموعه بی‌نظیر را تحت‌الشعاع خود در زمینه شادی قرار می‌دهد، مورد بررسی قرار گیرد.

1 - Kang, Park

2 - Saric, Sakic

3 - Lim, you, Ha

4 - Demir, Jaafar, Bilyk

5 - Jrvlf

چون مباحث مربوط به خانواده عمدتاً به فرهنگ وابسته است، موضوع شادی خانواده و چگونگی تحقق این موضوع نیز می‌تواند موضوعی ارزشی به شمار آید که معیارهای آن در هر جامعه‌ای متفاوت باشد (افضل‌نیا، ۱۳۹۱)؛ پس لازم است متخصصان این حوزه بر اساس مبانی نظری و با توجه به فرهنگ جامعه خودشان الگوها و تبیین‌های خاصی از شادی و خانواده شاد ارائه کنند. تاکنون الگویی جامع از خانواده شاد، که بر فرهنگ بومی ما مبتنی باشد در ایران ارائه نشده بود و نبود آن احساس می‌شد که در این پژوهش به این مهم پرداخته شد. این پژوهش به دنبال پاسخگویی به این سؤال بود که الگوی بومی خانواده شاد چگونه است و چه مؤلفه‌هایی دارد.

روش

پژوهش از نوع مطالعات کیفی بود که با استفاده از نظریه زمینه‌ای (نظریه برخاسته از داده‌ها) انجام گرفت. الگوی خانواده شادی محور از طریق سه منبع، بررسی متون مرتبط با خانواده شاد، مصاحبه با متخصصان خانواده و مصاحبه با خانواده‌های شاد و از طریق شیوه‌ای سامانمند و با استفاده از شیوه مثلث‌سازی استخراج شد.

جامعه آماری تحقیق شامل متخصصان حوزه خانواده، خانواده‌های شاد و منابع و متون بود. روش نمونه‌گیری در انتخاب متخصصان خانواده به شیوه هدفمند متوالی گلوله برفی بود. مطابق با الگوی نظریه زمینه‌ای، جمع‌آوری و تحلیل اطلاعات تا اشباع نظری^۱ در هدف تحقیق ادامه می‌یابد (فلیک، ۱۳۹۳). در مصاحبه با متخصصان حوزه خانواده با ۱۶ نفر به حد اشباع رسیدیم. ملاک انتخاب متخصصان برای مصاحبه‌ها عبارت بود از: ۱- تمایل آنها به شرکت در مصاحبه ۲- دارا بودن مدرک کارشناسی ارشد و بالاتر در رشته‌های مشاوره، روانشناسی و خانواده ۳- دارا بودن حداقل ده سال سابقه ارائه خدمات مشاوره خانواده. لازم به ذکر است ده نفر از متخصصان مرد و شش زن که پنج نفر دارای مدرک کارشناسی ارشد و ۱۱ نفر دکترا بودند. روش نمونه‌گیری در انتخاب خانواده‌ها به شیوه هدفمند متوالی همگون بود. ملاک انتخاب خانواده‌ها برای مصاحبه‌ها عبارت بود از: ۱- حداقل ده سال از عمر زندگی مشترک آنان گذشته باشد. ۲- کسب حد نصاب نمره شادی با استفاده از پرسشنامه شادی آکسفورد ۳- تمایل به شرکت در مصاحبه. در این

پژوهش با ۲۱ خانواده (شامل ۴۱ نفر زن و شوهر و ۱۶ نفر از فرزندان) که سطح سواد زوجین از دیپلم تا دکترا و سن از ۳۰ تا ۵۲ سال و سن ازدواج از ۱۰ تا ۲۵ سال و فرزندان ۱۳ تا ۲۲ ساله و ۹ دختر و ۷ پسر بودند، مصاحبه شد.

ابزار جمع‌آوری داده‌ها مصاحبه عمیق بود. برای غربالگری خانواده‌ها از آزمون شادکامی آکسفورد استفاده شد. سؤالات مصاحبه طبق نظر کوربین و اشتراس بر اساس شرایط علی، شرایط زمینه‌ای، شرایط واسطه‌ای، راهبردها و پیامد راهبردها طرح شد (بازرگان، ۱۳۹۵). سؤالات متخصصان عبارت بود از: ۱- خانواده شاد چه خانواده‌ای است؟ ۲- چه عواملی در درون خانواده باعث ایجاد خانواده شاد می‌شود؟ ۳- چه عوامل بیرونی بسترساز خانواده شاد می‌شود؟ ۴- خانواده شاد چه فعالیتها و تعاملاتی دارد؟ ۵- نتایجی که در اثر این فعالیتها به دست می‌آید، چیست؟ محدوده سؤالات خانواده‌ها عبارت بود از: ۱- چگونه متوجه می‌شوید که شما خانواده شاد دارید؟ ۲- چه چیزهایی باعث شده خانواده‌تان شاد باشد؟ ۳- فکر می‌کنید چه چیزهایی باعث می‌شود شادی خانواده‌تان از این بیشتر بشود؟ ۴- این فعالیتها و کارهایی که در خانواده انجام می‌دهید، چه پیامدهایی برای شما داشته است؟

مطابق با روش نظریه مبنایی، ابتدا با استفاده از متون خام و گفته‌های مصاحبه‌شوندگان شناسه‌گذاری اولیه (باز) انجام شد و سپس با استفاده از معنادارترین و فراوانترین شناسه‌های اولیه میزان زیادی از داده‌ها غربال و شناسه‌های مشابه در قالب یک مقوله قرار داده شد. از این رو هر مقوله (شناسه محوری)^۲ دربرگیرنده تعدادی از شناسه‌های مشابه، متداخل و هم‌معنا شد (استراس و کوربین، ۱۳۹۰). شناسه‌گذاری داده‌ها به کمک نرم‌افزار NVivo10 انجام گرفت.

در بخش دیگر متون تخصصی مرتبط با خانواده شاد، اعم از پایان‌نامه‌های فارسی، کتابهای فارسی و انگلیسی، مجلات و مقالات مورد بررسی قرار گرفت و مقوله‌های مرتبط استخراج، و در نهایت با استفاده از مثلث‌سازی الگوی بومی خانواده شادی محور تدوین شد.

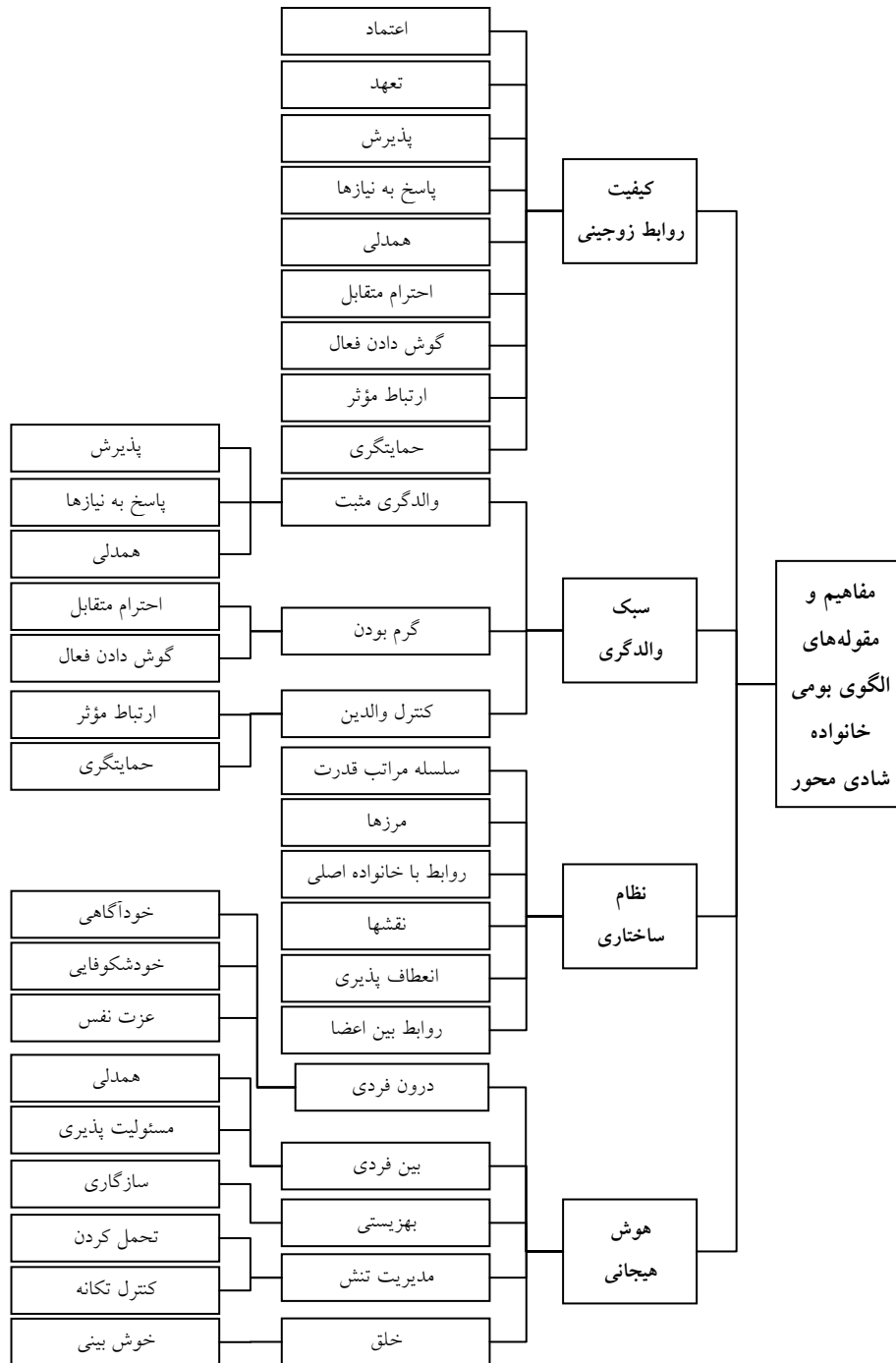
به منظور بررسی و سنجش اعتبار محتوای مصاحبه‌ها و مراحل تحلیل، و به منظور اطمینان از صحت و کامل بودن شناسه‌گذاریها از چهار نفر از استادان حوزه مشاوره خانواده و روانشناس برای بازنگری و اصلاح شناسه‌گذاری استفاده شد. هم‌چنین شناسه‌گذاریها توسط چهار روانشناس دیگر به صورت چهار درجه‌ای ضعیف، متوسط، خوب و خیلی خوب درجه‌بندی شد. سپس ضریب

توافق کاپا محاسبه شد. میزان این ضریب ۰/۹۲ به دست آمد که به معنای توافق تقریباً کامل بین داوران است که آن را خیلی خوب ارزشیابی کرده بودند.

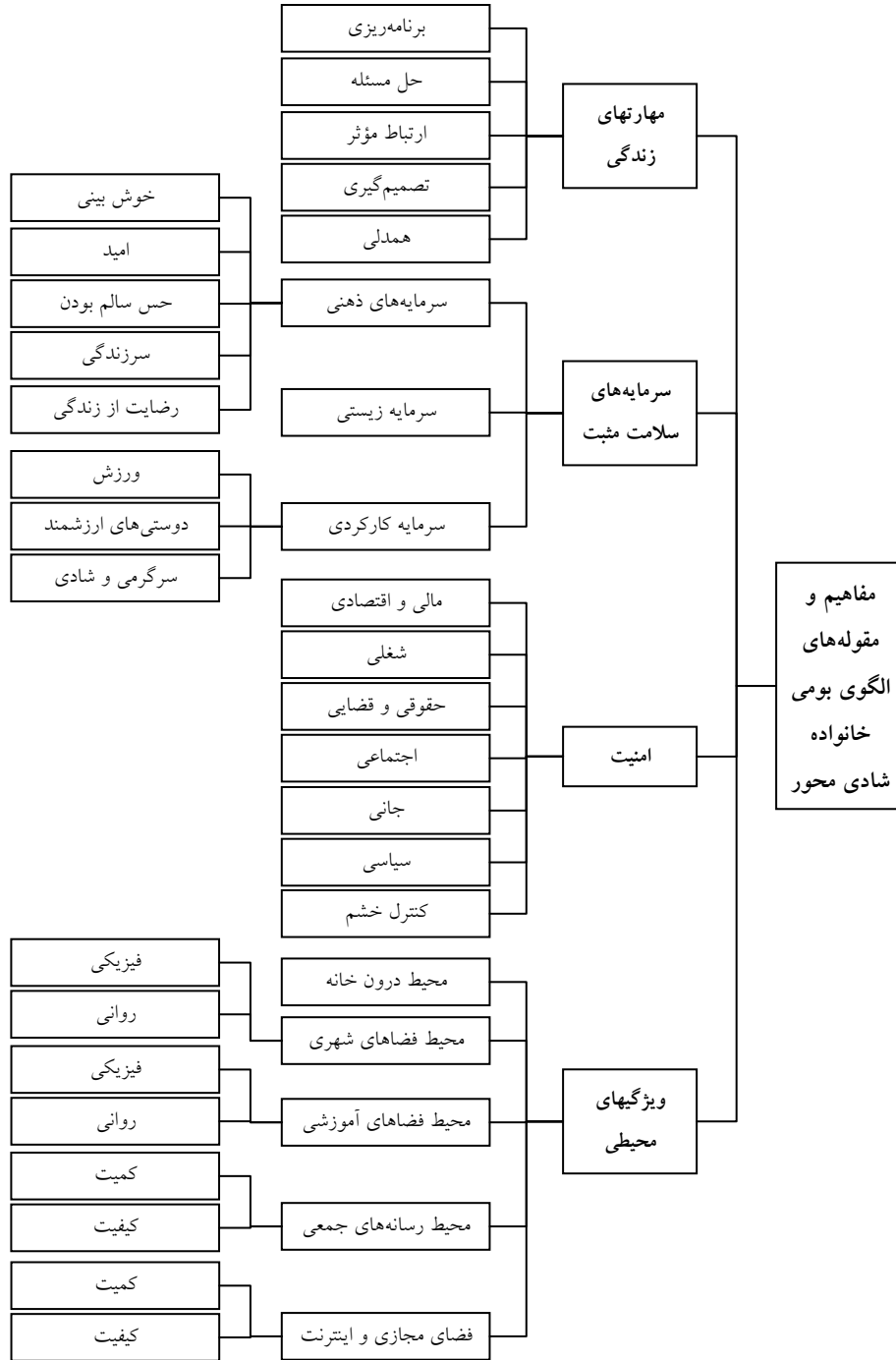
یافته‌ها

از محتوای مصاحبه با متخصصان ۱۹۴ عبارت خام استخراج شد که در قالب ۸۷ شناسه گذاری باز و ۱۱ شناسه گذاری محوری دسته‌بندی شد؛ به عنوان مثال از مصاحبه شرکت‌کننده شناسه ۷ عبارت خام "درخشانترین رابطه زن و شوهر، یک رابطه عاطفی نمایان است، باز و سر راست" استخراج می‌شود که این عبارت در شناسه گذاری باز: "ارتباط مؤثر" و در شناسه گذاری محوری در "کیفیت روابط زوجینی" نام گرفته و طبقه‌بندی می‌شود. به همین ترتیب از مصاحبه با خانواده‌های شاد ۲۷۵ عبارت خام و در شناسه گذاری باز ۹۸ مقوله و در شناسه گذاری محوری ۱۳ مقوله استخراج شد؛ به عنوان مثال از مصاحبه شرکت‌کننده شناسه ۱۲ عبارت خام "زن و شوهر عیوب همدیگر رو هضم کنند و نخواهند به زور همدیگر رو تغییر بدهند،" استخراج می‌شود که این عبارت در شناسه گذاری باز "پذیرش" و در شناسه گذاری محوری تحت طبقه "کیفیت روابط زوجینی" قرار می‌گیرد. از تجزیه و تحلیل کیفی متون و پژوهشهای مرتبط با عوامل مؤثر در شادی خانواده ۲۳ مقوله به دست آمد که در شناسه گذاری محوری در ده مقوله بر اساس شباهت موضوعی قرار داده شد.

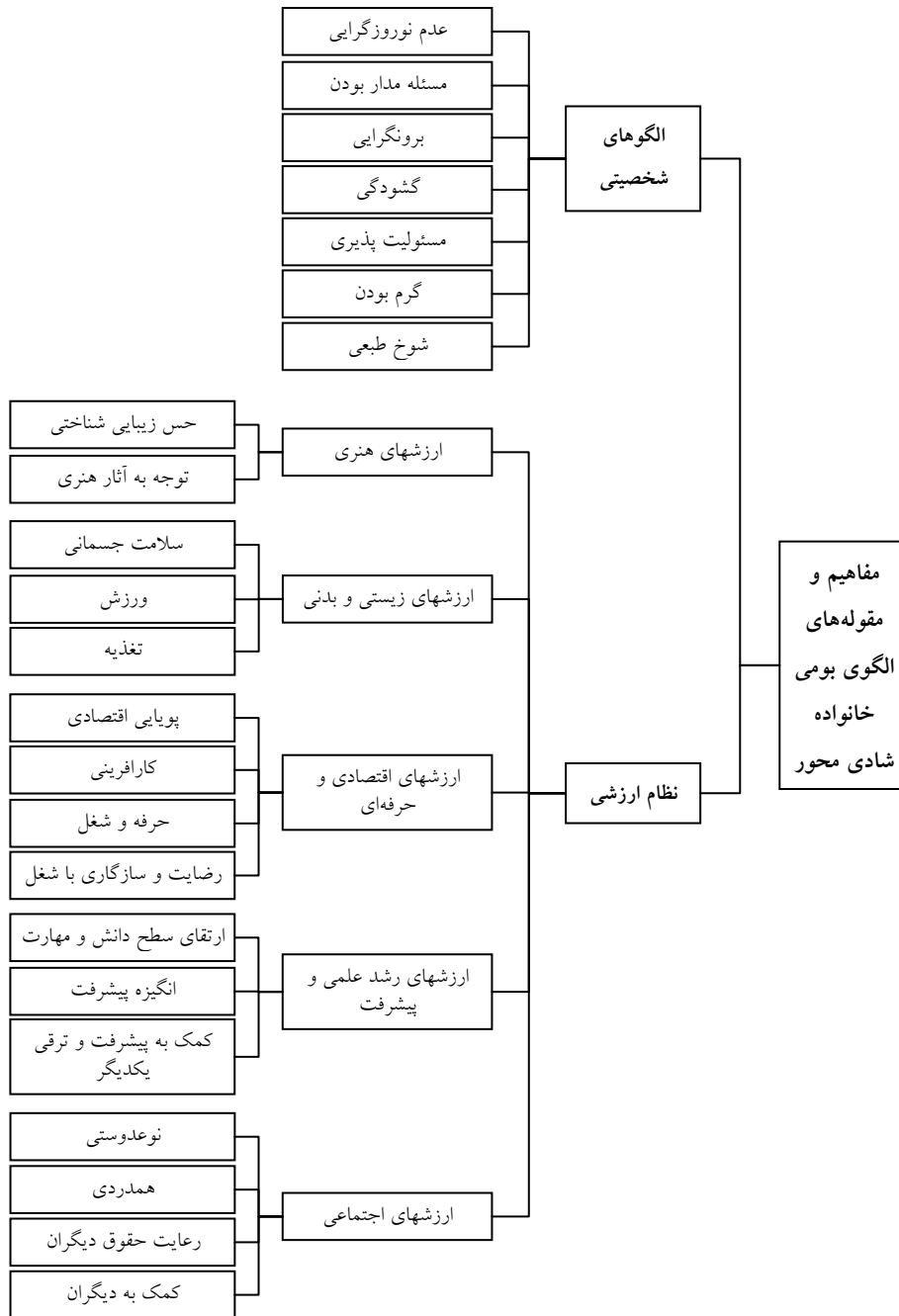
از میان این مقوله‌ها، یکی به عنوان مقوله مرکزی ظاهر شد تا در کنار مقوله‌های دیگر، اجزای نظریه زمینه‌ای پژوهش را تشکیل داد. مقوله مرکزی این پژوهش، کیفیت روابط زوجینی است که بقیه مقوله‌ها در رابطه با آن معنا می‌یابد.



نمودار ۱: مفاهیم و مقوله‌های الگوی بومی خانواده شادی محور



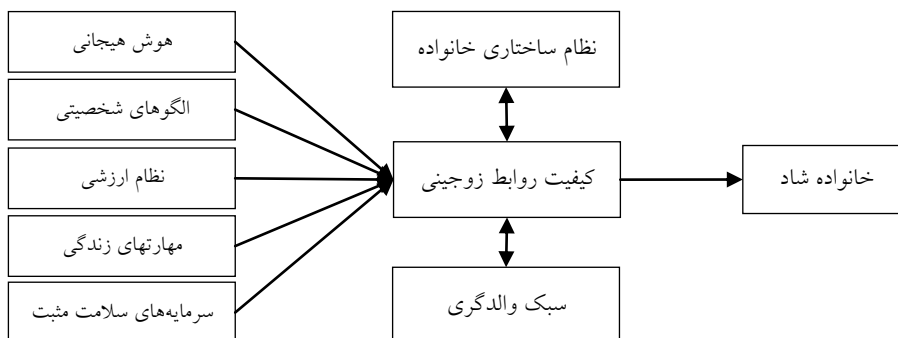
نمودار ۱: مفاهیم و مقوله‌های الگوی بومی خانواده شادی محور



نمودار ۱: مفاهیم و مقوله‌های الگوی بومی خانواده شادی محور

الگوی مفهومی

بر اساس مفاهیم و مقوله‌های به دست آمده و از برقراری رابطه آنها با مقوله مرکزی می‌توان نظریه زمینه‌ای از میان داده‌ها را ارائه کرد. این نظریه نشان‌دهنده روابط مقوله‌ها با یکدیگر است. که روایت ارائه‌کننده این نظریه به این شرح است: وقتی زوجین بر اساس معیارهای منطقی، ازدواج خوب و درستی انجام می‌دهند و از این رابطه احساس شادی می‌کنند، تلاش می‌کنند روز به روز بر کیفیت روابط زوجینی خود بیفزایند و از آن مراقبت کنند. زوجینی که رضایت زناشویی خوبی دارند، ساختار خانوادگی سالم و شادی را بنا می‌نهند و برای تربیت فرزندان که پا به عرصه این خانواده می‌گذارند، شیوه والدگری مثبت را بر می‌گزینند. از آنجا که خانواده اولین مکانی است که فرزندان در آن رفتار می‌کنند و یاد می‌گیرند، فرزندان در بستر چنین خانواده‌ای شادی را می‌آموزند. عواملی همچون هوش هیجانی، سرمایه‌های سلامت مثبت، مهارت‌های زندگی بر این روند اثر بسزایی دارد و تعاملات مثبت دوسویه زوجین با هم، و زوجین با فرزندان را افزایش می‌دهد و در سایه این امر، امنیت روانی و عاطفی خانواده گسترش می‌یابد. هر چند در این میان، ویژگی‌های نامطلوب محیطی و مشکلات بیرونی، که خانواده در ایجاد و حتی گاهی رفع آن صاحب اختیار نیست، آسایش آنان را سلب می‌کند و آزارشان می‌دهد و بر میزان این شادی تأثیر انکارناپذیری دارد؛ اما با وجود این، زمانی که خانواده از نظر سامانه درونی بر شادی بنیان شده باشد، میزان تاب‌آوری و مقاوم بودنش در برابر سختی‌ها افزایش می‌یابد و می‌تواند این مشکلات را با شیوه‌های مثبت‌نگرانه و مناسب مدیریت کنند. به منظور سنجش اعتبار الگوی مورد نظر از تعدادی متخصصان در ارتباط با الگوی مفهومی نظرخواهی به عمل آمد و مورد تأیید علمی آنان قرار گرفت.



شکل ۱: الگوی تصویری نظریه مبنایی از میان داده‌ها درباره خانواده شادی محور

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج تجزیه و تحلیل کیفی پژوهش نشان داد که الگوی بومی خانواده شادی محور از ده مقوله اصلی تشکیل شده است. این مقوله‌ها شامل نظام ساختار خانواده، هوش هیجانی، کیفیت روابط زوجی، نظام ارزشی، سبک والدگری، مهارت‌های زندگی، سرمایه‌های سلامت مثبت، الگوی شخصیتی، امنیت و ویژگی‌های محیطی بود. هر کدام از مقوله‌های اصلی، زیر مجموعه‌هایی دارد که در مجموع ۲۶۸ زیر مفهوم را در بر گرفت. حال پس از شناسایی معیارها و ویژگی‌های خانواده شادی محور، و الگوی تدوین شده، مروری بر پژوهش‌های انجام گرفته در این زمینه انجام می‌گیرد و با الگوی تدوین شده مورد مقایسه قرار می‌گیرد.

باید اذعان کرد همسو با نتایج بیشتر پژوهش‌ها در زمینه عوامل مؤثر در شادی، نظر صاحب‌نظران و مصاحبه‌شوندگان در این پژوهش نیز حاکی از نقش بسیار برجسته و کلیدی کیفیت روابط زوجی و دیگر عوامل مرتبط با این مؤلفه است. در واقع متغیرهایی مانند هوش هیجانی، ویژگی‌های شخصیتی، مهارت‌های زندگی و سرمایه‌های سلامت مثبت می‌تواند باعث افزایش کیفیت روابط زوجی شود و تقویت این عامل گام مؤثری برای رسیدن به شادی باشد. شواهد زیادی نشان‌دهنده ارتباط این متغیرها با رضایت زناشویی است. هم‌چنین پژوهش‌ها نشان می‌دهد که روابط زوجی همراه با اعتماد بویژه در خانواده تأمین‌کننده شادی اعضای خانواده است. هر اندازه کیفیت رابطه زوجی مطلوبتر باشد، میزان شادی زوجین بویژه زن به عنوان نقش مادر بیشتر است و همین امر باعث شادی خانواده می‌شود.

در این پژوهش بعد کیفیت روابط زوجینی با پژوهش‌های بلانچو (۲۰۰۷)، بودنمان (۲۰۱۶)، امیری مجد و زری مقدم (۱۳۸۹) و فاتحی‌زاده و احمدی (۱۳۸۹) همخوانی دارد.

یکی دیگر از ابعاد الگوی تدوین شده نظام ساختاری خانواده است که شامل سلسله مراتب قدرت، مرزها، نقشها، انعطاف‌پذیری، روابط بین اعضا و روابط با خانواده اصلی طرفین است. در رویکرد ساختاری، این طور فرض می‌شود که ساختار سالم خانواده دارای انعطاف‌پذیری است و امکان برخورد و رویارویی با نیازهای مختلف چرخه زندگی را فراهم می‌سازد و قدرت پاسخگویی به تغییرات را دارد (کار، ۲۰۱۲). خانواده درمانگران ساختاری بر اهمیت سلسله مراتب بین نسلی و روشن‌سازی قواعد و مرزهای خانوادگی برای حمایت از تمایز یافتگی سامانه و اقتدار والدین/مراقبان تأکید کرده‌اند؛ چرا که وجود این عوامل سبب ایجاد سلامت و شادی در اعضای

خانواده می‌شود. این بعد الگو با الگوی ساختاری مینوچین (۱۹۷۴) در تمامی ابعاد همسو است و در بعد ویژگیها و ساختار خانواده و ارتباط آن با شادی با پژوهشهای کومار و تای واری (۲۰۱۶)، گرای و همکاران (۲۰۱۳)، هیدی و همکاران (۲۰۱۳) و تیموری (۱۳۹۰) همخوانی دارد.

مقوله مهم دیگر در ایجاد خانواده شاد، سبک والدگری است. توافق، همکاری و مشارکت والدین در تربیت فرزندان، توجه والدین به نیازهای فرزندان متناسب با ویژگیها و مراحل رشد آنان، رفتار مناسب با فرزندان متناسب با دوره زندگی آنها، قاطعیت و اقتدار در تربیت فرزندان، آموزش و مهارت‌پروری بهنگام، از ابعادی است که در این پژوهش به دست آمد که اثر این شیوه‌ها می‌تواند در فرایند زندگی فرد، عملکرد رفتاری و روانی فرزندان را تحت تأثیر قرار دهد. این پژوهش در بعد سبک والدگری با الگوی سبک فرزندپروری بامریند (۱۹۷۱)، به نقل از مارتین (۲۰۰۷) و در بعد والدگری مثبت با الگوی فرزندپروری مثبت ساندرز (رال و ساندرز، ۲۰۰۳) همخوانی دارد. هم‌چنین با پژوهشهایی که رابطه سبک والدگری و شیوه‌های فرزندپروری و ارتباط آن با شادی را مورد نظر داشته است، همسویی دارد که از آن جمله می‌توان به پژوهشهای کانگ و پارک (۲۰۱۴)، ساریک و مسکایک (۲۰۱۴)، لیم و همکاران (۲۰۱۵)، موسوی‌مقدم و همکاران (۲۰۱۶) و کاظم‌زاده و همکاران (۱۳۹۴) اشاره کرد.

در مورد مقوله الگوهای شخصیتی باید گفت هم‌چنانکه می‌دانیم وجود برخی از ویژگیهای شخصیتی با شادی ارتباط تنگاتنگ دارد. از طرفی هماهنگی افراد خانواده از این نظر یکی از عوامل مهم ایجاد جو شادی در خانواده است. این پژوهش با تحقیقات در این زمینه، که رابطه الگوهای شخصیتی و شادی را مورد سنجش قرار داده، همسو است که در این حوزه می‌توان از پژوهش آرگایل و هیلز (۲۰۰۱)، لائوریولا و لان (۲۰۱۶)، پولوک و همکاران (۲۰۱۶)، عظیم‌زاده و همکاران (۱۳۹۰) و باقریان (۲۰۱۶) نام برد.

هوش هیجانی در ایجاد شادی نقش بسزایی دارد. به طور کلی افراد با هوش هیجانی زیاد سعی می‌کنند بیشتر، مسئولیت احساساتشان را برعهده بگیرند؛ از احساسات برای کمک به تصمیم‌گیریهایشان استفاده می‌کنند؛ به احساسات دیگران احترام می‌گذارند؛ احساس انرژی و نیرو داشتن می‌کنند نه عصبانیت. آنها برای احساسات دیگران اعتبار قائلند و همدردی، درک و پذیرش نسبت به دیگران و احساسات آنها دارند (جلالی، ۱۳۸۱). یافته‌های مصاحبه نشان داد توانمندیهایی مانند، خوش‌بینی، مثبت‌اندیشی، همدلی، مسئولیت‌پذیری، خودآگاهی، احترام به خود، عزت نفس و غیره موجب شادی و مدیریت اثربخش در افراد می‌شود. ارتباط مؤثر و کارآمد میان زوجین در

ارتباط با عنصر هوش هیجانی نیز مهمترین جنبه خانواده‌های با عملکرد مطلوب است (کار، ۲۰۱۲). یافته‌های این پژوهش با بعد هوش هیجانی با الگوی هیجانی اجتماعی بار - آن^۱ (۱۹۹۷) مطابقت دارد. هم‌چنین با پژوهشهایی که رابطه هوش هیجانی و شادی را مورد بررسی قرار داده است، همسویی دارد که از آن جمله می‌توان به این پژوهشها اشاره کرد: بار - آن (۲۰۰۶)، برنز و همکاران (۲۰۱۳)، رویزآراندنا و اگستری میرا (۲۰۱۴)، نظری و همکاران (۱۳۹۲) و بکتاشیان و اسفیدانی (۱۳۹۴).

مقوله دیگر نظام ارزشی است. استقرار نظام ارزشی مبتنی بر چارچوب ذهنی مثبت در زندگی افراد باعث رشد و گسترش ارزشهای انسانی و در نتیجه ایجاد سلامت روان و شادی خواهد شد از طرفی هرچه ارزشهای افراد خانواده در حیطه‌های مختلف به هم نزدیک باشد آنها همراهتر خواهند بود و این همراهی، رضایت و شادی بیشتری را در پی خواهد داشت. همان گونه که اولسون و گورال (۲۰۰۳) اذعان کرده‌اند، ارزشهای مشترک، اساس مهمی برای ایجاد و نگهداری روابط زناشویی است. این پژوهش در بعد نظام ارزشی با الگوی "گرایش ارزش اشپرانگر/آپورت" در زمینه ارزشهای زیبایی (معادل ارزشهای هنری)، ارزشهای علمی (معادل ارزشهای رشد علمی و پیشرفت)، ارزشهای اجتماعی (معادل ارزشهای اجتماعی)، ارزشهای اقتصادی (معادل ارزشهای اقتصادی و حرفه‌ای) و ارزشهای دینی (معادل ارزشهای معنوی و اخلاقی) همسو است. از طرفی در پژوهشهای مختلف، ارتباط شادی و ارزشهای مطرح شده در این محور مورد بررسی قرار گرفته و نتایج، حاکی از هماهنگی این الگو با این پژوهشهاست؛ از جمله این تحقیقات می‌توان به پژوهش السون (۱۹۹۴)، ارگایل و هیلز (۲۰۰۰)، دی گوزمن (۲۰۱۴)، پیروان و تامپوبولان (۲۰۱۵) و حسن‌زاده و مهدی‌نژاد (۱۳۹۱) اشاره کرد.

مهارتهای زندگی در الگوی تدوین شده شامل مواردی نظیر برنامه‌ریزی، حل مسئله، ارتباط مؤثر، کنترل خشم و تصمیم‌گیری است. پژوهشها نشان می‌دهد خانواده‌هایی که از روشهای مؤثر برای حل مشکلاتشان استفاده می‌کنند از سازگاری بهتری برخوردارند (کار، ۲۰۱۲). این الگو با پژوهشهایی که نقش مهارتهای زندگی در ایجاد شادی را مورد تحقیق قرار داده است، همسویی دارد؛ از آن جمله می‌توان از پژوهش دیمیر و همکاران (۲۰۱۲)، ویسه و همکاران (۱۳۹۵) و طالبی امیری و فراهانی (۲۰۱۶) نام برد.

متغیر سلامت مثبت به عنوان عاملی اثرگذار بر ایجاد خانواده شاد از یافته‌های پژوهش مورد نظر است که در این بعد با الگوی شادی الکساندر جرولف (خوش‌بینی، مثبت‌اندیشی)، الگوی شادی سیلیگمن ۲۰۰۲ (خوش‌بینی، امید، هیجان مثبت)، الگوی شادی لیو بومیرسکی ۲۰۰۸ (خوش‌بینی، فعالیت‌های بدنی و عوامل ژنتیک) و الگوی شادی فوردایس ۱۹۸۳ (رضایت از زندگی، احساس مثبت) همسو است. هم‌چنین پژوهش‌های لیو بومیرسکی و لاجوس (۲۰۱۳)، ماهانتی (۲۰۱۴)، میهالی (۲۰۱۴) و جدیدی و همکاران (۱۳۹۳) در زمینه ارتباط سرمایه‌های سلامت مثبت با این بعد الگوی بومی خانواده شادی محور همسویی دارد.

مقوله امنیت یکی از عوامل بسیار تأثیرگذار بر سلامت روان و شادی است. امنیت یکی از ضروری‌ترین نیازهای انسان است. آدمی باید به لحاظ عینی و ساختار ذهنی، امنیت داشته و از تهدید به دور باشد. اگر امنیت در حیطه‌های مختلف جانی، مالی، شغلی، حقوقی و سیاسی برقرار باشد، بستر بسیار مناسبی برای رشد و بروز احساسات و رفتارهای اصیل انسانی از جمله شادی بین افراد جامعه به طور کلی و در خانواده‌ها به طور خاص خواهد بود. در بعد امنیت این الگو با مفهوم امنیت انسانی و مؤلفه‌های آن در سند چشم‌انداز ۱۴۰۴ جمهوری اسلامی همسویی دارد. مؤلفه‌های چندگانه امنیت در این سند شامل امنیت در حوزه سیاست، جامعه، فرهنگ، قضا، اقتصاد، تغذیه، بهداشت، آموزش، محیط زیست و حوزه زندگی شخصی است. هم‌چنین این الگو با پژوهش‌های انجام شده در زمینه ارتباط امنیت در حیطه‌های مختلف و شادی، با پژوهش‌های آنجلو و زازارو (۲۰۰۹)، روستین (۲۰۱۰)، چلپی و موسوی (۱۳۸۸)، هزار جریبی و آستین فشان (۱۳۸۸) و علیزاده اقدم و همکاران (۱۳۹۳) همسویی دارد.

ویژگی‌های محیطی، که در گستره‌ای از محیط درون خانه گرفته تا محیط فضاها، آموزشی، محیط رسانه‌های جمعی، فضای مجازی و اینترنت را در بر می‌گیرد، همگی در ایجاد خانواده شاد مؤثر است. این مؤلفه‌ها با پژوهش‌های زیادی همسویی دارد که همگی نقش و چگونگی این موارد را در شادی خانواده بررسی می‌کند که از آن جمله می‌توان به این پژوهش‌ها اشاره کرد: نیمیک و ودینگ (۲۰۱۰)، لو (۲۰۱۰)، مک کرون و موراتو (۲۰۱۳)، هامرمنش و آبریویا (۲۰۱۳)، ابراهیمی (۱۳۹۳)، احمدی و صالحی (۱۳۹۴).

در مجموع و به طور خلاصه باید گفت که تمام مقوله‌ها و مفاهیم یاد شده در ایجاد خانواده شادی محور نقش بسزایی دارد؛ ولی هم چنانکه قبلاً نیز اشاره شد، نقش محوری با کیفیت روابط زوجینی است؛ بنابراین برای رسیدن به خانواده شاد باید تقویت این روابط در اولویت قرار داده

شود.

در این پژوهش محدودیتهایی وجود داشت؛ یکی از آن محدودیتها این بود که شرط لازم شرکت کنندگان خانواده‌های دارای هر دو والد و دارای فرزند بود. پیشنهاد می‌شود این الگو برای خانواده‌های دارای شرایط خاص مثلاً تک والدی و یا بدون فرزند نیز استخراج شود. محدودیت دیگر این بود که پژوهشهای معتبر در زمینه خانواده شاد وجود نداشت.

پیشنهاد می‌شود با توجه به اینکه پژوهش از نوع پژوهش بنیادین است، پژوهشگران با ملاک قرار دادن مبانی نظری از این پژوهش و پژوهشهای دیگر در این زمینه به توسعه دانش در این حیطه کمک کنند. هم‌چنین بر اساس این الگو بسته آموزشی تهیه، و برای آموزش قبل از ازدواج و افزایش سلامت خانواده‌ها به کار برده شود.

از تمامی شرکت کنندگان اعم از خانواده‌ها و متخصصان خانواده که در این پژوهش همکاری کردند، صمیمانه سپاسگزارم.

منابع

ابراهیمی، صابر (۱۳۹۳). بررسی تأثیر عنصر رنگ در مبلمان شهری و روحیه و رفتار شهروندان شهر اسلامی. کنفرانس ملی معماری و منظر شهری پایدار. مشهد. مؤسسه بین‌المللی مطالعات معماری و شهرسازی مهرآز شهر.

استراس، آنسلم؛ کوربین، جولیت (۱۹۹۰). اصول روش تحقیق کیفی. ترجمه بیوک محمدی (۱۳۹۰). تهران: انتشارات پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی.

افضل‌نیا، محمدرضا (۱۳۹۱). بهداشت روانی خانواده. تهران: انتشارات نسل نواندیش.

امیرتیموری، امینه (۱۳۹۰). بررسی تأثیر انسجام و انعطاف‌پذیری خانواده بر کمال‌گرایی و شادی فرزندان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد روانشناسی تربیتی. دانشگاه شیراز.

امیری‌مجد، مجتبی؛ زری‌مقدم، فاطمه (۱۳۸۹). رابطه شادکامی و رضایت زناشویی در بین زنان شاغل فرهنگی و خانه‌دار شهر اراک. فصلنامه علوم رفتاری دانشگاه آزاد واحد اهر. س ۲. ش ۴.

بازرگان، عباس (۱۳۹۵). مقدمه‌ای بر روشهای تحقیق کیفی و آمیخته. تهران: انتشارات نشر دیدار.

بکناشیان اصفهانی، اسفیدانی، محمدرحیم (۱۳۹۴). بررسی تأثیر هوش هیجانی بر شادی کارکنان. مطالعه موردی: شرکت ایران کیش اصفهان. دومین کنفرانس بین‌المللی ابزار و تکنیکهای مدیریت. تهران.

جدیدی، محسن؛ شمسایی، محمدمهدی؛ عبدالله‌زاده، فاطمه؛ عزیزی‌عقیل‌آبادی، آزاده (۱۳۹۳). مطالعه کیفی علل و عوامل مؤثر بر شادی و یاس اجتماعی جوانان. فصلنامه علمی پژوهشی مطالعات راهبردی ورزش و

جوانان. ش ۲۳: ۴۶ - ۳۱.

چلبی، مسعود؛ موسوی، سیدمحسن (۱۳۸۹). بررسی جامعه‌شناختی عوامل مؤثر بر شادمانی در سطوح خرد و کلان. *مجله جامعه‌شناسی ایران*. دوره نهم. ش ۱ و ۲: ۵۷ - ۳۴.

خنیفر، حسین؛ بردبار، حامد؛ فروغی‌قمی، فریبا (۱۳۹۱). بررسی رابطه بین سبک هویتی دانشجویان با شادی و ارائه راهکارهای عملی برای ارتقای شادی دانشجویان. *مطالعه موردی: دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران*. *مجله فرهنگ در دانشگاه اسلامی*. س ۲. ش ۱.

داینر، اد، بیسواس، داینر، رابرت (۱۳۹۱). *شادی، ثروت بیکران روانشناختی*. ترجمه حسن عبداله‌زاده، طاهر محبوبی، معصومه باقرزاده. تهران: انتشارات آذرین مهر.

زارعی‌متین، حسن؛ بحیرانی، صدیقه؛ افتخاری غریب دوستی، ثریا (۱۳۹۱). بررسی تأثیر شخصیت بر شادی در میان دانشجویان. *فرهنگ در دانشگاه اسلامی*. س ۲. ش ۱: ۲۲ - ۳.

طاهر نشاط‌دوست، حمید (۱۳۸۸). تعیین عوامل مؤثر در شادکامی کارکنان شرکت فولاد مبارکه. *مجله جامعه‌شناسی کاربردی*. س ۲۰. ش ۱ (پیاپی ۳۳): ۱۱۸ - ۱۰۵.

علی‌زاده‌اقدم، محمدباقر؛ عباس‌زاده، محمد؛ حبیب‌زاده، اصحاب؛ عبادی، سارا (۱۳۹۳). بررسی رابطه بین شادی و احساس امنیت ابعاد آن در افراد مطالعه موردی دانشجویان دانشگاه آزاد تبریز. *فصلنامه برنامه‌ریزی رفاه و توسعه اجتماعی*. دوره پنجم. ش ۱۸: ۲۵۷ - ۲۲۳.

فلیک، اووه (۲۰۰۶). *درامدی بر تحقیق کیفی*. ترجمه هادی جلیلی (۱۳۹۳). تهران: انتشارات نشر نی.

هزارجریبی، جعفر؛ آستین‌افشان، پروانه (۱۳۸۸). بررسی عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی با تأکید بر استان تهران. *جامعه‌شناسی کاربردی*. دوره ۲۰. ش ۱ (پیاپی ۳۳): ۱۴۶ - ۱۱۹.

ویسه، زهرا؛ راضی، زهره؛ مشهدی‌فراهانی، ملکه (۱۳۹۵). تعیین اثربخشی آموزش مهارت‌های زندگی بر هوش هیجانی و هوش معنوی و شادکامی دانش‌آموزان دبیرستان و پیش‌دانشگاهی. *سومین کنفرانس بین‌المللی علوم رفتاری و مطالعات اجتماعی*. استانبول. ترکیه.

Argyle, Michael & Hills, Peter (2000) "Religious Experiences and Their Relations With Happiness and Personality". *The International Journal for the Psychology of Religion*, Volume 10, 2000 - Issue 3, pp157-172

Angelo, Emanuela D. Zazzaro, Alberto (2009). "Happiness and Relative Income in Italy". working paper

Bagherian, Mandana. Mojembari, Adis Kraskian (2016). "The Relationship between Happiness and Self-Awareness among Introverts and Extroverts". *Psychology*, 2016, 7, 1119-1125, Published Online July 2016 in SciRes. <http://www.scirp.org/journal/psych> <http://dx.doi.org/10.4236/psych.2016.78112>

Blanco, I, F (2007). "Family focused intervention to promote happiness", *Journal of personality and social psychology*, 53, p:200-230

Bodenmann, G., Fridtjof W. Nussbeck, Thomas N. Bradbury (2016). "Improving Personal Happiness Through Couple Intervention": A Randomized Controlled Trial of a Self-directed Couple Enhancement Program, *Journal of Happiness Studies*, Volume 17, Issue 1, pp 213-237

Carr, A. (2012). *Family therapy: concepts, process, and*. Malden: John Wiley & Sons

- Fordyce, M. W. (1983). A program to increase Happiness: Further studies. *Journal of Counseling Psychology*, 30, pp. 483-498
- Gray, Rossarin Soottipong . Chamratrithirong, A, Pattaravanich, U (2013). "Happiness Among Adolescent Students in Thailand: Family and Non-Family Factors". *Social Indicators Research*, Vol 110, Issue 2, pp 703-719
- Hassanzadeh, Ramzan . Mahdinejad, Galin (1391). "Relationship between Happiness and Achievement Motivation: A Case of University Students". *Journal of Elementary Education*, Vol. 23, No. 1 pp. 53-65
- Headey, B, Ruud Muffels & Gert G. Wagner, (2013). "Parents Transmit Happiness Along with Associated Values and Behaviors to Their Children: A Lifelong Happiness Dividend?", *Social Indicators Research*, Volume 116, Issue 3, pp 909-933
- Hamermesh, D, Abrevaya, J (2013). "Beauty is the promise of happiness?" Vol 64, pp 351-368
- Kumar, M & Tiwari, P. S. N. (2016). "Structural Influence of Family on Religious Orientation, Quality of Life and Happiness", *International Journal of Applied Psychology*, 6(4): 94-99
- Kang, Y & Park, J (2014). "A study of Communication Effects of College Students and Their Parents on Family Cohesion and Happiness", *Advanced Science and Technology Letters*, Vol. 59, pp. 139-143
- Lim, Sun Ah. You, Sukkyung (2015). "Parental Emotional Support and Adolescent Happiness: Mediating Roles of Self-Esteem and Emotional Intelligence". *Applied Research in Quality of Life* Vol 10, Issue 4, pp 631-646
- Lyubomirsky, S. (2008). *The how of happiness: A new approach to getting the life you want*. New York: The Penguin Press
- Lyubomirsky, Sonja. Layous, Kristin (2013). "How Do Simple Positive Activities Increase Well-Being? ". *Current Directions in Psychological Science*, Vol 22, Issue 1
- Mohanty, M. S. (2014). "What Determines Happiness? Income or Attitude: Evidence From the U.S". *Longitudinal Data Journal of Neuroscience, Psychology, and Economics*, 2014, Vol. 7, No. 2, 80-102.
- Mousa Vimoghadam, S. R. Fariba Cheraghi, Seyedi, M & Dousti, R (2016). "Examine the Relationship Between Happiness and Practices of Parenting with Conduct Disorders of Children". *Research Journal of Medical Sciences*, Vol 10, Issue 4, pp 227-231.
- M, Demir. J. Jaafar . N, Bilyk. (2012). "Social skills, friendship and happiness: a cross-cultural investigation" *US National Library of Medicine National Institutes of Health*, 152(3): 379-85.
- MacKerron, G . Mourato, S (2013) "Happiness is greater in natural environments". Vol 23, Issue 5, pp 992-1000
- Pollock, Noah C. Noser, Amy E. (2016) "Do Orientations to Happiness Mediate the Associations Between Personality Traits and Subjective Well-Being?". *Journal of Happiness Studies*, Vol 17, Issue 2, pp 713-729
- Pierewan, Adi Cilik, Tampubolon, Gindo (2015). "Happiness and Health in Europe: A Multivariate Multilevel Model". *Applied Research in Quality of Life*, Vol 10, Issue 2, pp 237-252

- Rayan, M.Niemiec & Wedding,D. (2010). "Can Movies Enhance Happiness?", Journal of Happiness Studies, Vol 11, Issue 5, pp 655–657
- Ruiz-Aranda D, Extremera N, Pineda-Galán C(2014). "Emotional intelligence, life satisfaction and subjective happiness in female student health professionals: the mediating effect of perceived stress". J Psychiatr Ment Health Nurs, 21(2):106-13
- Rothstein, Bo(2010)." Corruption, Happiness, Social Trust and the Welfare State: A Causal Mechanisms Approach". QoG Working Paper Series 2010:9, ISSN 1653-8919
- Raboteg-Saric, Zora. Sakic, Marija(2013). "Relations of Parenting Styles and Friendship Quality to Self-Esteem, Life Satisfaction and Happiness in Adolescents". Applied Research in Quality of Life. Vol9, Issue 3, pp 749–765
- Snyder, C. R. "Hope Theory: Rainbows in the Mind ". Psychological Inquiry, Vol. 13, No. 4(2002), pp. 249-27
- Seligman,M.(2002).Authentic happiness using the new positive psychology to realize your potential fot lasting fulfillment.Newyork:free press
- Walsh,F.(2011). "Family therapy:systemic approaches to practice" .In J.Brandell(ED),Theory and practice of clinical work(pp.153-178).Thousand oaks,CA:Sage
- Walsh,F.(2012). Normal Family processes:Growing diversity and complexity.Newyork:Guilford press