

## تحلیل شبکه مضامین روانی - اجتماعی رفاه ذهنی: یک مطالعه کیفی بر اساس شواهد آزمون شده

زهرا راجی\*، سیدمهدی سرکشیکیان\*\*، نرگس باباخانی\*\*\*

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۴/۳۰ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۷/۱۵

### چکیده

رفاه ذهنی از جمله مسائل قابل‌بحث از جنبه‌های گوناگون است که می‌تواند نظریه‌پردازان رشته‌های مختلف را برای فهم بهتر این مفهوم به تحقیق و پژوهش مشتاق کند. رفاه را بیش از آنکه بتوان صرفاً از دیدگاه‌های اقتصادی و کمی نگر به مرحله تحلیل آورد می‌تواند جنبه‌های روان‌شناختی و اجتماعی را نیز در بر بگیرد. تحقیق حاضر در مورد مضامین روانی - اجتماعی رفاه ذهنی بر اساس شواهد تحقیقاتی آزمون شده می‌باشد. هدف از پژوهش استخراج مضامین روانی - اجتماعی رفاه ذهنی در مقالات و پژوهش‌های علمی پیشین در بازه زمانی سال‌های ۲۰۰۰ تا ۲۰۲۱ است. پژوهش از نوع کاربردی و کیفی و در آن از روش تحلیل مضمون و تکنیک آتراید - استرلینگ استفاده شده است. با استفاده از روش هدفمند و انتخاب متون و استفاده از معیار اشباع نظری ۳۴ مقاله انتخاب و مورد تحلیل قرار گرفت. برای تحلیل مضامین و ترسیم شبکه از نرم‌افزار MAXqda 2018 استفاده شده است. نتایج نشان داد عوامل رضامندی شغلی، سرمایه روان‌شناختی، مؤلفه‌های اجتماعی، کیفیت زندگی، تخریب‌گرها و بازدارنده‌ها و مدرنیته مضامین روانی - اجتماعی رفاه ذهنی را تشکیل می‌دهند. همسو با یافته‌های تحقیق می‌توان نتیجه گرفت رفاه ذهنی در محورهای مختلف زندگی اثرگذار بوده و از زوایای گوناگون مرتبط با حیات بشر قابل ارزیابی است.

**کلید واژه‌ها:** عوامل روانی - اجتماعی رفاه ذهنی، رفاه ذهنی، کیفیت زندگی، سرمایه روان‌شناختی، مؤلفه‌های اجتماعی

\* دانشجوی دکتری رفاه اجتماعی دانشگاه تهران، تهران، ایران. mahtaraji1422.mr@gmail.com

\*\* دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن، رودهن، ایران. mehdikiyan110@gmail.com

\*\*\* استادیار روانشناسی تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن، رودهن، ایران (نویسنده مسئول). babakhani.n461@gmail.com

### بیان مسئله

رفاه ذهنی زیر مقیاس ذهنی وضعیت زندگی قلمداد می‌شود. از آنجا که رفاه می‌تواند سنج‌ای در تشریح بسط انسانی و همچنین نمایانگر برطرف شدن نیازهای انسان‌ها، آرامش در زیستن، سامان‌دهی اجتماعی، غرض‌مندی در زندگی و افزایش میزان بهداشت در جامعه و صحت افراد باشد مورد توجه بسیاری از پژوهشگران قرار گرفته است. این مقوله بر این معنی استوار است که مردم در به کار بستن انتخاب‌های خویش تا چه مقدار اختیار دارند و تا چه سطح نسبت به ثبات مجال‌های در اختیار خویش اعتماد دارند. به عبارتی رفاه ذهنی انعکاس برابری میان غایات شخص و بستر اوست. از طرفی در تحلیل رفاه ذهنی که اغلب هم‌راستا با نیک بختی شناخته شده و بیشتر با توانایی اقتصادی ارزیابی می‌شده است، مقبول شده که این مفهوم تنها با اندازه‌داری قابل تبیین نیست و اشکال دیگری از زیستن انسان‌ها را شامل می‌شود (Conceicao & Bandura, 2008: 5).

اعتنا به رفاه ذهنی از قبیل امنیت، خشنودی کاری، احساس آسایش، کاهش استرس و... به علت اثرگذاری مستقیم آن بر وضعیت زندگی انسان اهمیت خاصی پیدا کرده است (Alexandrova, 2005: 99). در حوزه رفاه ذهنی و پژوهش‌های مرتبط با آن تاکنون تحقیقات گسترده‌ای انجام گرفته است. اندیشمندان از زوایای متفاوت اقتصادی، معیشتی، جامعه‌شناختی و... در مورد این مؤلفه نتایج علمی ارزشمندی ارائه کرده‌اند. با این حال در ارزیابی‌های صورت گرفته توسط پژوهشگران با توجه به اینکه صاحب‌نظران حوزه‌های مرتبط بر اهمیت مبانی روان‌شناختی و اجتماعی این مفهوم مانند شادکامی، رضایت، احساس آرامش، آرامش روانی و... تأکید ورزیده‌اند؛ مشاهده می‌شود که پژوهشی که بتواند یک مدل فراگیر و یکپارچه به خصوص در حیطه عوامل روانی \_ اجتماعی از مضامین مرتبط و مؤلفه‌های در ارتباط با رفاه ذهنی در اختیار محققین قرار بدهد از سوی پژوهشگران تحقیق حاضر یافت نشده است.

این خلأ باعث می‌شود که در تبیین عوامل روان‌شناختی و اجتماعی در مورد این مفهوم گهگاه سهم عوامل اثرگذار نادیده گرفته شود و رفاه ذهنی صرفاً به عوامل اقتصادی، عینی

و قابل مشاهده محدود شود که این خود ممکن است محققین حوزه‌های روان‌شناختی و علوم اجتماعی و علوم مرتبط با انسان را در تشریح وضعیت زندگی افراد دچار سوگیری کند. از سوی دیگر مشکل از آنجا آغاز می‌شود که اگر نتوان تحلیل منطقی واقع‌بینانه، کارآمد و کلی از وضعیت رفاهی افراد و انسان به‌عنوان موجودی اثربخش که حیات او تحت تأثیر عوامل روان‌شناختی و اجتماعی است ارائه داد، نمی‌توان دلایل کافی و روشن جهت توجیه برنامه‌ریزی‌ها و سیاست‌گذاری‌های رفاهی وی عرضه نمود. به نظر می‌رسد سهم قابل توجه عوامل روانی \_ اجتماعی در توجیه حالات انسان به‌خصوص در حوزه‌های رفاه افراد به‌قدری بااهمیت و قابل توجه باشد که پژوهشگران، اندیشمندان و صاحب‌نظران را برای ارزیابی هر چه بیشتر عوامل اثربخش در این حوزه ترغیب کند، که این خود می‌تواند به تحقیقات بیشتر منجر شود و به پشتیبانی مفهومی و تجربی پژوهش‌های آینده و مرتبط یاری رساند.

سیاست‌گذاری‌های روان‌شناختی، اجتماعی و رفاهی در شکل مطلوب خود می‌بایست نتیجه بررسی‌های علوم مختلف باشد که بتواند راهنما، هادی و روشنگر پژوهش‌ها و یا تصمیم‌گیری‌های مهم در این زمینه باشد. با توجه به این امر مهم، بررسی و شناسایی مضامین رفاه ذهنی به‌خصوص در ابعاد روانی و اجتماعی به شکل کلی و منسجم که بر پایه تحقیقات آزمون شده باشد و بتواند در یک مقاله جمع‌آوری شود و پژوهشگر را دچار سردرگمی و اتلاف وقت نکند مغفول مانده است. این خلأ در بخش‌های بعدی مقاله که به بررسی ابعاد تجربی و نظری مفهوم رفاه ذهنی پرداخته است آشکار است و مورد تأکید قرار گرفته است. پژوهشگران در تحقیق حاضر با بررسی متون علمی و نتایج تحقیقات به شناسایی مضامین روان‌شناختی و اجتماعی با استفاده از روش تحلیل مضمون مبتنی بر رویکرد کیفی به تحقیق پرداخته‌اند تا بتوان با شناسایی این مضامین به درک روشن از اثرگذاری هر کدام از مؤلفه‌ها در توجیه و پیش‌بینی رفاه ذهنی در کنار تمامی تحقیقات حاضر پرداخت.

در نهایت پژوهشگران با روش بررسی‌های گام‌به‌گام در تحلیل مضمون و دست یافتن به یافته‌ها پیشنهادهایی در حوزه عوامل روانی \_ اجتماعی مرتبط با رفاه ذهنی ارائه می‌کنند. با توجه به مطالب ارائه‌شده و مبانی نظری تدوین‌شده از سوی دانشمندان حوزه علوم اجتماعی و با توجه به نقش بااهمیت رفاه ذهنی در توسعه و پیشبرد جوامع ضرورت پرداختن به این مفهوم از ضرورت بالایی برخوردار است. از آنجایی که ادراک افراد عاملی قوی و تأثیرگذار در تحول زندگی فردی و اجتماعی آنهاست؛ بررسی داشتن دغدغه مندی یا نداشتن چالش‌های ذهنی در کیفیت عملکرد افراد حائز اهمیت است. از این سو داشتن یک چشم‌انداز کلی می‌تواند به پژوهشگران این حوزه در مورد عوامل تسهیل‌گر و موانع آن، سیاست‌گذاری‌های خرد و کلان مؤثر، برنامه‌ریزی‌های راهبردی، تدوین اهداف کارآمد و اجرایی، نیازسنجی‌های مبتنی بر واقعیت، غنای پیشینه تجربی، تبیین راه‌حل‌های مؤثر و اجرای راه‌کارهای مبتنی بر شواهد یاری برساند از این رو تحقیق حاضر به این سؤال می‌پردازد که مضامین روانی \_ اجتماعی رفاه ذهنی کدام اند؟

### پیشینه پژوهش

تابه حال تحقیقات گوناگونی در مورد رفاه ذهنی در خارج و داخل کشور انجام شده است که به بعضی از آنها اشاره می‌شود. در مقاله‌ای تحت عنوان نکاتی مهم در ساخت مسکن، انعطاف‌پذیری و رفاه ذهنی خانواده پس از فاجعه، به این مسئله اشاره کرده‌اند که تغییرات اجتماعی، اقتصادی و روانی پس از بروز فجایع بر رفاه ذهنی افراد مؤثرند (Sunatti & Indah Marliyani, Gunawan, Widiyantoro, 2021). همچنین مشخص شده است تغییرات در میزان امنیت خانواده‌ها بر رفاه ذهنی ایشان مؤثر است. کاوه و همکاران (۲۰۲۱) در پژوهشی تحت عنوان مقایسه رفاه ذهنی ساکنان متن و حاشیه کلان‌شهر مشهد و عوامل مؤثر بر آن نشان دادند رضایت نسبی مالی افراد، جنسیت، برخورداری از تحصیلات دانشگاهی و سطح بالاتر عواطف مثبت در کل نمونه، میزان باورهای مذهبی فقط در نمونه

شهرنشینان و جنسیت، تأهل و مالکیت خانه در بین حاشیه‌نشینان از عوامل مهم و اثرگذار بر رفاه ذهنی هستند.

در مطالعه‌ای با عنوان مطالعه و ارزیابی رفاه ذهنی در میان روستائیان پاکدشت، محققین به ارزیابی سطح رفاه خانوارها و مطالعه عوامل مؤثر بر آن پرداخته‌اند. پژوهشگران بر این اساس نتیجه گرفته‌اند که متغیرهای فردی، جمعیت شناختی و اقتصادی مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر رفاه ذهنی جامعه مورد مطالعه بوده‌اند (Falaki & Pirdadeh Beyranvand, 2021).

در مطالعه‌ای مروری با عنوان ارتباط بین وضعیت اجتماعی و اقتصادی عینی و ذهنی و رفاه ذهنی به ارزیابی ارتباط میان شاخصه‌های عینی و ذهنی پرداخته‌اند و بر این اساس نتیجه گرفته‌شده است که میان شاخص‌ها ارتباط معناداری وجود دارد (Tan, Kraus, Carpenter & Adler, 2020).

در مطالعه‌ای با عنوان تجزیه و تحلیل عوامل مؤثر بر رفاه ذهنی ساکنان چینی، اعتماد اجتماعی، جنسیت، میزان تحصیلات و سلامت جسمانی را از عوامل تأثیرگذار بر رفاه ذهنی دانسته‌اند (Xu, Sun, Zhu, Bai, Yu, Duan, Kou & Li, 2019).

در پژوهش دیگری محققین دریافتند بین فن‌آوری‌های مجازی و رفاه ذهنی رابطه وجود دارد (Zhou & Zhang, 2019). همچنین در پژوهش دیگر مشخص شد گردشگران مجازی با تجربه احساس غرقگی به رفاه ذهنی دست پیدا می‌کنند (Kim & Hall, 2019).

در پژوهشی با عنوان رفاه عینی و ذهنی: تجزیه و تحلیل مقایسه‌ای کشورهای آسیای مرکزی، روسیه و بلاروس، به مقایسه شاخص‌های مؤثر در جنبه‌های عینی و ذهنی رفاه در کشورهای آسیای مرکزی، روسیه و بلاروس پژوهشگران مشخص کرده‌اند که ویژگی‌های اجتماعی، جمعیت شناختی و اقتصادی در جنبه‌های عینی و ذهنی رفاه موثراند و موجبات تفاوت در سطح رفاه و احساس رفاه در کشورهای متفاوت می‌شوند (Carabchuk & Salnikova, 2017).

در پژوهشی با عنوان رفاه ذهنی و درک فرصت‌های سلامت، پژوهشگران نشان دادند تقویت شاخص‌های کیفیت زندگی و سرمایه اجتماعی به‌عنوان یک عامل اساسی در کاهش استرس و افزایش ادراک اعتماد هستند (Sanchez & Arcos, 2017).

همچنین در پژوهشی با عنوان عوامل پیش‌بینی‌کننده رفاه ذهنی نشان داده شده است درک از دستیابی به ثروت و اولویت‌ها در زندگی روزمره پیش‌بینی‌کننده اصلی جنبه شناختی رفاه ذهنی است (Minkov ۲۰۰۹).

در پژوهش دیگری نشان داده شد رفاه ذهنی به دریافت‌های شخص از خود و بینش ذهنی از تجربه‌های زندگی‌اش اشاره دارد (Russell, 2008). در پژوهشی تحت عنوان رفاه ذهنی، شرایط اجتماعی و سیاست اجتماعی: مطالعه موردی افراد ثروتمند چین مشخص شد سیاست اجتماعی و سایر متغیرهای اجتماعی درجات متفاوتی از اثرگذاری بر رضایت از زندگی دارند (Wong, Wong & Mok, 2006).

در پژوهش دیگری با عنوان بررسی رابطه بین شادکامی، رفاه عینی و ذهنی محققین بر اساس داده‌هایی از روستاهای تایلند، به بررسی وضعیت رفاه ذهنی و عینی از دو دیدگاه پرداخته‌اند. این تحقیق شاخص‌های رفاه ذهنی چون ارضاء نیازهای اساسی، رضایت از زندگی، خوشبختی و نوعی شادکامی جهانی را ملاک عمل خود قرار داده است (Guillen-Royo & Velazco, 2005). همچنین نشان داده شد توجه به رفاه ذهنی افراد از قبیل سلامت روان، رضایت از زندگی و... به علت تأثیر مستقیم آن بر کیفیت زندگی انسان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است (Alexandrova, 2005).

ذکایی و مروتی (۱۳۹۸) نشان دادند دین مضمون مهم و مؤثری بر میزان رفاه ذهنی، سعادت افراد است و این مضمون در بین ساکنان استان سمنان اهمیت بیشتری را دارا است درحالی‌که قومیت و فرهنگ قومی برای مردم استان کردستان بسیار مهم‌تر است و بر رفاه ذهنی آنان اثرگذار است. برهانی و هادی زاده مقدم (۱۳۹۵) در پژوهش خود نشان دادند طراحی شغل و فعالیت‌های مدیریت منابع انسانی بر رفاه ذهنی کارکنان تأثیر زیادی می‌گذارد.

نیلی، بابا زاده خراسانی و شادکار (۱۳۹۴) بیان کردند با در نظر گرفتن عوامل فردی، تأثیر منفی افزایش متغیرهای نرخ بیکاری کل و نرخ تورم بر رفاه ذهنی مردم مشخص شده است.

سام آرام، بارگاهی و کبیری (۱۳۹۴) نشان دادند هر قدر میزان آنومی اجتماعی و ابعادش در جامعه افزایش پیدا کند از میزان رفاه ذهنی کاسته می‌شود.

ملکی و برادران (۱۳۹۴) در پژوهش خود تحت عنوان تحلیل وضعیت رفاه ذهنی در نظام‌های رفاهی با تأکید بر ایران نشان دادند میزان شادکامی ایرانیان بیشتر از سلامت ذهنی آن‌ها و میزان سلامت ذهنی نیز بیشتر از رضایت از زندگی در بین آنهاست.

نیلی و بابا زاده (۱۳۹۱) نشان دادند وضعیت شغلی، جنسیت، روابط خانوادگی و اعتقادات مذهبی عوامل اثرگذار بر رفاه ذهنی ایرانیان هستند. ارزیابی پیشینه تجربی نشان می‌دهد دسته‌ای از پژوهش‌ها در این حوزه به ارزیابی عوامل پیش‌بینی کننده رفاه ذهنی پرداخته‌اند. بر این اساس درک از دستیابی به ثروت، اولویت‌های زندگی، پیش‌بینی و دریافت‌های شخصی از شرایط زندگی از جمله این عوامل پیش‌بینی کننده قلمداد شده‌اند.

دسته دیگری از مطالعات نیز اثر متغیرهای مرتبط را بر تغییرات میزان رفاه ذهنی سنجیده‌اند و به شرایط اجتماعی متفاوت و اعتماد خاص و تعمیم‌یافته به عنوان عوامل مؤثر بر تغییرات رفاه ذهنی اشاره کرده‌اند. علاوه بر این مدیریت منابع انسانی و طراحی شغل، آنومی اجتماعی، بیکاری و تورم، روابط خانوادگی، جنسیت و میزان دین‌داری از جمله متغیرهای مؤثر بر رفاه ذهنی قلمداد شده‌اند. ارزیابی وضعیت رفاه ذهنی میان افراد و گروه‌های متفاوت نیز از دیگر موضوعات در مقالات علمی پیشین بوده است که در این بخش به تعدادی از آن‌ها اشاره شد. با توجه به پیشینه مذکور، خلاء مطالعاتی در حوزه مضامین روانی-اجتماعی رفاه ذهنی احساس شد. شناسایی این دسته از مضامین به درک روشن‌تری از اثرگذاری هر یک از مؤلفه‌ها در شناسایی و پیش‌بینی رفاه ذهنی می‌انجامد.

### چارچوب مفهومی

رفاه ذهنی شامل همه ارزیابی‌های مثبت و منفی فرد در مورد وضعیت خویش است (Martínez, Marín & Martínez, 2019: 2). محققین رفاه ذهنی را به وضعیت و صورتی از رفاه که شامل سازه شناخت و عوامل دلبستگی است تشریح می‌کنند و بر این باورند که رفاه ذهنی از چهار مؤلفه ایجاد شده است: (۱) هیجانانام مطلوب (۲) هیجانانام نامطلوب (۳) پنداشت درباره زیستن یا ارزیابی موقعیت زندگی (۴) خشنودی در مورد مسائل موقعیتی مانند ازدواج، صحت، اوقات استراحت و... (Broni & Porta, 2007: 160).

در این نگرش منظور از رفاه ذهنی، خشنودی است. در حقیقت رفاه ذهنی یک مفهوم مرتبط با شادی و تحقق یافتن می‌باشد (هزارجریبی و صفری شالی، ۱۳۹۱: ۳۶). به‌عنوان مثال استرلین<sup>۱</sup> در خلال برشمردن نظریه خط مرزی و نظریه سازگاری بیان می‌کند که دسته‌ای از سازه‌های زندگی انسان مانند مفاهیم اقتصادی، اجتماعی، روان‌شناختی، و بیولوژیکی که کانون حرکت نظریه‌های مسلط در روانشناسی و اقتصاد است بر رفاه ذهنی اثرگذارند. اما بیشتر اوقات رفاه ذهنی در درازمدت با نظریه سازگاری به خط مرزی نزدیک شده است. به‌زعم استرلین در توجیه برداشت نیک بختی اثر فاکتورهای موروثی و شخصیتی افراد و رفاه اقتصادی به‌قدر اتفاقاتی که در زیستن افراد پیش می‌آید مانند ازدواج، متارکه و درماندگی‌های جدی بدنی نیست.

وی بر این باور است که با ازدیاد سن برداشت نیک‌بختی رو به تضعیف می‌گذارد. او همچنین به قیاس برداشت نیک بختی و خرسندی از زیستن در افرادی که اختلالات جدی تندرستی دارند پرداخته و نتیجه گرفته است این افراد در قیاس با دسته کنترل، رفاه ضعیف‌تری را اعلام کردند و یقیناً این افراد با داروها و وسیله‌های کمک‌طبی و پشتیبانی گروه‌های اجتماعی خود می‌توانند رفاه ذهنی رو به ضعف خود را حدی‌ترمیم نمایند. به‌زعم او ازدواج سبب ارتقا رفاه ذهنی می‌شود و ازدواج دوباره نیز بعد از نومی‌دی در ازدواج ضعف رفاه ذهنی را جبران می‌کند. در یک کلیت عوامل مؤثر بر رفاه ذهنی از

---

1. Esterlin



منظر او سه عامل درآمد، وضعیت تأهل و سطح تندرستی است (استرلین، ۲۰۰۳ به نقل از مدیری، ۱۳۹۲: ۲۷۲).

راسل<sup>۱</sup> (۲۰۰۸) نیز بر این باور است که رفاه ذهنی به برداشت‌های فرد از خویش و آگاهی‌های ذهنی ناشی از درک زندگی و خویشتن مربوط است. رفاه ذهنی تفسیرهای هیجانی و شناختی از افراد را شامل می‌شود و وضعیت مترقی مطلوب روان‌شناختی را مورد توجه قرار می‌دهد. رفاه ذهنی مقوله‌ای است با اشکال مختلف و دربرگیرنده دو قلمرو گسترده را در برمی‌گیرد: رفاه هیجانی و عملکرد کارآمد. رفاه هیجانی وجهی از رفاه ذهنی است که دربرگیرنده وقوف از کامیابی و خرسندی از زندگی و توازن هیجانات مطلوب و غیر مطلوب است. بنابراین رفاه هیجانی دربرگیرنده چهارچوبی سه‌گانه است: خرسندی از زندگی، هیجانات مطلوب و غیر مطلوب. بنابراین رفاه ذهنی از طریق رفاه هیجانی و عملکرد کارآمد تعریف می‌شود و دربرگیرنده سازه‌های از کامیابی درک شده و خرسندی از زندگی، توازن هیجانات مطلوب و غیر مطلوب، رفاه روانی و رفاه اجتماعی می‌باشد که بی‌ارتباط با کنش عادی افراد نیست. چرا که هیجانات مطلوب و غیر مطلوب از فاکتورهای برآیند می‌شوند که افراد در زیستن خود به کار می‌برند (به نقل از هزارجریبی و همکاران، ۱۳۹۱: ۶۸).

تونی فیتزپتریک<sup>۲</sup> معتقد است رفاه ذهنی به هیجان‌ها، تفسیرها، شناخت‌ها و پیشینه زندگی همان فردی مرتبط است که وی را موضوع رفاه پنداشت می‌کنیم و با در نظر گرفتن این امر که تشریح موزون و جامع از رفاه را نمی‌شود در نظر داشت و نمی‌توان به این سؤال که رفاه چه چیزی است؟ پاسخی آسان و سهل داد و به‌رغم سال‌ها تحلیل پژوهشگران، این موضوع هنوز به شکل ناتمام باقی‌مانده. وی این‌گونه بیان می‌کند که آنچه می‌شود انجام داد این است که به تحلیل گستره رفاهی اکتفا شود: کامیابی، تأمین، اولویت‌ها، اقتضاها، رهایی، سزاواری و قیاس نسبی (فیتزپتریک، ۱۳۸۵: ۲۷).

---

1. Rassel

2. Toni Fitzpatrick

به‌زعم اینگلههارت<sup>۱</sup> (۱۹۷۰) افراد وقتی درک کامیابی می‌کنند که از شرایط خویش خرسند باشند. کانون نقیض آن زمانی شروع می‌شود که افراد در آنچه ادراک می‌کنند یا می‌توانند از آن بهره ببرند نوعی کمبود را برداشت کنند. در زمینه ادراک امنیت می‌توان از تئوری چلبی بهره برد. بر اساس نظر چلبی تأمین جهانی در حوزه سلامتی و درآمدی به شکل جمعی و شناختی از زیرمقیاس های امنیت است که رسیدن به آن‌ها ادراک امنیت را به همراه دارد (چلبی، ۱۳۸۲:۶۳). شخصی که از شرایط کاری و سرپناه برخوردار است به‌وضوح از شرایط رفاه مناسب‌تری از فردی قرار دارد که فاقد ایمنی است.

اقتصاددانان گزاره اولویت‌ها را برای نشان دادن گزینش‌هایی استفاده می‌کنند که افراد در بسترهای متفاوت اعمال می‌کنند، به‌خصوص در ارزیابی گزینه‌های متفاوت و حالاتی که برای آنها ارزش دارد، مانند خوراک، عایدی، وقت، وجه اجتماعی و... اگر افراد دیدگاه سود فردی را در نظر بگیرند، تنها دلواپس اندوخته‌های فردی خود را خواهند بود. در حوزه اقتضاها و نیازها، مازلو خواسته‌های انسان را به شکل رده‌بندی در پنج واحد یعنی خواسته‌های جسمانی، امنیت، تعلق، احترام و خودشکوفایی صورت‌بندی کرده است. شالوده اساسی این تئوری این است که خواسته‌ها از لحاظ تسلط بر کنش، ترتیب رده‌بندی دارند. یعنی هر چه خواسته در رده پایینی رده‌بندی قرار گیرد، در سلسله‌مراتب مذکور زودتر مشاهده می‌شود. در این جریان به‌محض ارضای خواسته‌های هر رده، خواسته‌های رده بالاتر مسلط می‌شوند.

به‌عبارت‌دیگر به مقداری که یک خواسته برطرف شود به همان مقدار از پتانسیل برانگیزاننده آن کم می‌شود و بر بایستگی خواسته فوق آن افزوده می‌شود. بنا بر نظر او خواسته‌ها در افراد گوناگون نسبی است. راولز<sup>۲</sup> (۲۰۰۵) معتقد است هر فرد باید حقوقی برابر با سیستم جامع آزادی بنیادین داشته باشد که قابل قیاس با سیستم همسان آزادی برای همه است. استیسی آدامز<sup>۳</sup> نیز بر این اعتقاد است که افراد طلب می‌کنند که با آنها به عدالت

---

1. Inglehart

2. Rawls

3. Stacy Adams

برخورد شود. در این فرضیه برابری به عنوان گمان که آیا با ما در ارتباط با افراد دیگر به مساوات برخورد شده است تعریف می شود (الوانی و بهرامی، ۱۳۸۵: ۸۹).

نظریه برابری طی چهار مرحله صورت می پذیرد: اول فرد کیفیت کنش اجتماع را با خویش ارزیابی می کند دوم کیفیت کنش اجتماع را با افراد دیگر مورد اندازه گیری قرار می دهد. سوم بعد از قضاوت نحوه واکنش اجتماع با دیگری در غایات سنجش ها با یکدیگر قیاس می شود. چهارم این قیاس برای فرد ممکن است ادراک برابری یا نابرابری شکل دهد (لهسانی زاده، ۱۳۸۰: ۵). آمارتیا کومارین<sup>۱</sup> (۱۳۸۲) نیز در تئوری خود بر این باور است که رفاه افراد به رهایی وابسته است. وی مقوله مهم در رفاه را آزادی افراد به شمار می آورد. بر این اساس هرگاه آزادی کاهش پیدا کند رفاه اجتماعی در هر دو شکل عینی و ذهنی تنزل پیدا می کند. جستار او از توانایی شروع می شود و باور دارد توانایی نوعی آزادی است و برای افراد آزادی را به ارمغان می آورد. (آمارتیا کومارین، ۱۳۸۲: ۳۲۳).

جورج هومنز<sup>۲</sup> نیز در تئوری خود بیان می کند که افراد کنش هایی را که در صورت اعمال آنها، تقویت می گیرند، از سر می گیرند و از اقداماتی که مخارج مضاعف برای آنان پرداخت می کنند اجتناب می کنند. بر این اساس، کنش اجتماعی این گونه تعریف می شود مبادله یا کنشی قابل مشاهده یا غیر قابل مشاهده، همراه با مقداری از تقویت یا مخارجی که بین دو فرد مبادله می شود. پس افراد برای اولویت های خود با توجه به اساس تئوری مبادله دست به کنش ورزی می زنند و اولویت های خود را روشن می سازند. از آنجا که اولویت ها به عنوان یکی از گستره های رفاهی بااهمیت می باشد لذا قانون گذاران و پژوهشگران اجتماعی همواره باید بر اولویت ها افراد بینش داشته باشند. چرا که رفاه گروهی خود نشانگر رفاه ذهنی افراد می باشد و رفاه ذهنی افراد می تواند منشأ گرفته شده از فرصت هایی باشد که جامعه برای او فراهم می آورد.

---

1. Amartya kumarin  
2. George Homans

مزلو<sup>۱</sup> نیز به‌عنوان یک نظریه‌پرداز بر این باور است که خواسته‌های انسان به شکل رده‌بندی در پنج واحد یعنی خواسته‌های جسمانی، امنیت، تعلق، احترام و خودشکوفایی قابل‌تعریف است. شالوده اساسی این تئوری این است که خواسته‌ها از لحاظ تسلط بر کنش، ترتیب و رده‌بندی دارند. یعنی هر چه خواسته در رده پایینی قرار گیرد، زودتر مشاهده می‌شود. به محض ارضای خواسته‌های هر رده، خواسته‌های رده بالاتر مسلط می‌شود. به عبارت دیگر به مقداری که یک خواسته برطرف شود به همان مقدار از پتانسیل برانگیزاننده آن کم می‌شود و بر بایستگی خواسته فوق آن افزوده می‌شود. به‌زعم او خواسته‌ها در افراد گوناگون نسبی است. بنابراین خواسته‌ها در اغلب زمان‌ها به شکل کامل برطرف نشده و هیچ‌کس، تا به حال به‌غایت رفاه نرسیده است (هزارجریبی و صفری شالی، ۱۳۹۱: ۶۸).

در نهایت آمارتیا سن<sup>۲</sup> معتقد است هرگاه به‌رهایی کاهش پیدا کند رفاه اجتماعی در هر دو شکل عینی و ذهنی تنزل پیدا می‌کند. جستار او از توانایی شروع می‌شود و باور دارد توانایی نوعی‌رهایی است توانمندی برای افراد‌رهایی به ارمغان می‌آورد (به نقل از بلوری، ۱۳۹۵: ۳). بنابراین رفاه ذهنی وجهی است از مفهوم کلی رفاه که از منظر نظریه‌پردازان متفاوت از مؤلفه‌های گوناگونی تشکیل شده است و در یک نگاه کلی به ارزیابی و تفاسیر فرد از شرایط موجود مرتبط می‌شود. همچنین طبق نظر متخصصان این حوزه، رفاه ذهنی تحت تأثیر عوامل مختلف بیرونی و درونی قرار می‌گیرد. این عوامل بسته به شرایط و موقعیت‌ها می‌تواند جنبه‌های اجتماعی، اقتصادی، روان‌شناختی و ... را در بر بگیرد. که در این پژوهش سعی شده به مضامین روانی \_ اجتماعی رفاه ذهنی به‌عنوان یک وجه مهم رفاه اجتماعی پرداخته شود.

---

1. Maslow  
2. Amartya Sen

## روش پژوهش

پژوهش حاضر به شیوه کیفی است که با استفاده از روش تحلیل مضمون و بر اساس نگرش استقرایی صورت گرفته است. تحلیل مضمون روشی فرایندی است که برای تجزیه داده‌های متنی به کار بسته می‌شود و داده‌های پراکنده و متمایز را به داده‌های غنی و موزون تبدیل می‌کند. روشی برای آگاهی، تجزیه و گزارش مدل‌های موجود در داده‌های کیفی است که هم برای عرضه واقعیت و هم برای توجیه آن به کار می‌رود (Clarke & Braun, 2006: 80). در این پژوهش از روش آتراید استرلینگ بهره برده شده است. پژوهشگران در تجزیه مضامین و احراز به مدل غایی تحقیق از ابزار شبکه مضامین استفاده کردند. شبکه مضامین روش مناسبی در تجزیه و واکاوی مضمون است و آنچه که شبکه مضامین عرضه می‌کند نقشه‌ای شبیه تارنما همانند اصل نظم‌دهنده و شیوه نمایش است.

شبکه مضامین بر پایه الگوی مشخص مضامین پایه (کدها و مضمون‌های اساسی متن)، مضامین سازمان دهنده (مضامین حاصل‌شده از تلفیق و ایجاز مضامین پایه) و مضامین فراگیر (مضامین عالی شامل ساختارهای مسلط بر متن به‌مثابه کل) را نظام‌مند می‌کند. سپس این مضامین به‌صورت شبکه تارنما به تصویر درآمده و مضامین کلیدی هر یک از این سه سطح همراه با روابط میان آنها مشهود می‌شود. جهت تحلیل مضامین روانی اجتماعی رفاه ذهنی و ترسیم شبکه مضامین از کلیه منابع مکتوب و الکترونیک قابل دسترسی مرتبط با رفاه ذهنی بهره برده شده است. به این شکل که با استفاده از روش هدفمند و انتخاب متون و استفاده از معیار اشباع نظری ۳۴ مقاله بین سال‌های ۲۰۰۰ تا ۲۰۲۱ انتخاب و از طریق تحلیل مضمون مورد تحلیل قرار گرفت.

جهت جست‌جو و یافتن مقالات از پایگاه‌های اطلاعاتی و موتورهای جستجوی خارجی مانند گوگل اسکولار<sup>۱</sup>، ساینس دایرکت<sup>۲</sup>، امرالد<sup>۳</sup>، اریک<sup>۴</sup>، اسکوپس<sup>۱</sup>، سیج<sup>۲</sup> و

- 
1. Google Scholar
  2. Science Direct
  3. Emerald
  4. ERIC

پایگاه‌های اطلاعاتی داخلی مانند پایگاه اطلاعات علمی جهاد دانشگاهی، نورمگز، مگیران، پرتال جامع علوم انسانی و سیویلیکا استفاده شده است. کلیدواژه‌های مورداستفاده در این تحقیق عبارت است از: رفاه ذهنی، عوامل مؤثر بر رفاه ذهنی، مؤلفه‌های روانی رفاه ذهنی، روانشناسی و رفاه ذهنی، عوامل اجتماعی رفاه ذهنی، روابط رفاه ذهنی، جامعه و رفاه ذهنی و... بود. با توجه به این که حجم نمونه در این سطح از قبل قابل دستیابی نیست، بررسی و کنکاش متون و اسناد مرتبط با رفاه ذهنی به صورت گام به گام و به تدریج صورت گرفت و تا سرحد اشباع پیش رفت. به منظور پی بردن به معانی و پیام‌های نهفته در متون و مقالات مرتبط با رفاه ذهنی پس از شناسایی و استخراج متون چاپی و الکترونیکی از منابع معتبر، پژوهشگران از ابزار فیش برداری از متون علمی بهره گرفتند.

یادداشت برداری و کدگذاری دو عمل مقارن برای تحلیل داده در تحقیق کیفی است. در این مرحله پس از شناسایی متون علمی مرتبط با رفاه ذهنی، پژوهشگران اقدام به تجزیه و جمع‌آوری جملات مرتبط با سؤال تحقیق نمودند، جملات استحصال شده در جدولی که از قبل به دست پژوهشگران تهیه شده بود جاگذاری شدند. جهت تحلیل داده‌ها از رویه کدگذاری موضوعی بهره برده شده است. کدهای مازاد و متشابه کنار گذاشته شدند. همچنین برای تعیین اعتبار درونی (قابلیت اعتبار) یافته‌ها علاوه بر اینکه داده‌ها با مطالعه مبانی نظری، پیشینه تحقیق و ارتباط و همسویی با سؤال تحقیق، انتخاب و تأیید شدند، برای تأیید دقت و صحت داده‌ها، در مورد اعتبار مطالعه از شیوه بررسی به وسیله اعضای پژوهش استفاده گردید.

به این ترتیب که برای تعیین باورپذیری اعتبار یافته‌ها پس از تجزیه و تحلیل مبانی نظری به روش کدگذاری و طراحی و تشکیل شبکه مضامین عمل آمد و اعضای پژوهش یافته‌ها در اختیار صاحب‌نظران حوزه روانشناسی و علوم اجتماعی قرار دادند و پس از جمع‌بندی نظرات اصلاحاتی را انجام دادند. برای افزایش اطمینان‌پذیری پژوهشگران تلاش نمودند

یافته‌های مقاله‌های مورداستفاده در تحلیل مضمون را با بیشترین دقت، مطالعه و بررسی نموده و پاراگراف‌های مهم و یافته‌های اصلی را استخراج نمایند. جهت استخراج یافته‌ها مقالات چندین بار بازخوانی شده تا قسمت‌های مهم انتخاب شود. به عبارت دیگر در این پژوهش اطمینان‌پذیری با توجه به رویه انجام کار شامل یادداشت‌برداری از متن و مقاله‌ها، استنباط‌ها و ساختار مقوله‌ها و به روش حسابرسی تأمین شده است و کلیه مراحل پژوهش طی گردیده است.

### یافته‌ها

یافته‌های به دست آمده از این پژوهش بعد از جداسازی و حذف مضامین متشابه و همسان به ۱۱۳ تعداد کد مضمون رسید که نشان‌دهنده عوامل روانی اجتماعی در رفاه ذهنی است. این مضامین در قالب ۳ دسته‌بندی شامل مضامین پایه، مضامین سازمان دهنده و مضامین فراگیر است.

جدول ۱- مضامین روانی - اجتماعی رفاه ذهنی در بعد رضامندی مندی شغلی

مضامین فراگیر		مضامین سازمان دهنده		مضامین پایه
رفاه ذهنی	مضامین روانی - اجتماعی	رضامندی شغلی	ویژگی‌های شغلی	داشتن استقلال، کیفیت زندگی کاری، گوناگونی مهارت، اهمیت وظیفه، هویت کار، بازخورد از شغل، حجم کار، طراحی شغل، نداشتن تنش شغلی
			فعالیت منابع انسانی	استخدام جدید و انتخاب، آموزش و توسعه، ارزیابی عملکرد، جبران خدمات، سبک‌های رهبری، کنترل عملکرد
		ابعاد رضایت شغلی		رضایت از کار، رضامندی مالی، سازگاری شغلی، انگیزه شغلی، امکانات شغلی، ارزش کار، تجربه، تقسیم کار

### رفاه ذهنی در بعد رضامندی شغلی

از جمله عوامل روانی \_ اجتماعی رفاه ذهنی طبق یافته‌های پژوهش بحث رضایت‌مندی شغلی است. طبق یافته‌های جدول ۱ مقوله رضامندی شغلی به‌وسیله سه مضمون سازمان دهنده دیگر که عبارت است از ویژگی‌های شغلی، فعالیت‌های منابع انسانی، ابعاد رضایت شغلی مشخص می‌گردند. می‌توان گفت رضایت شغلی عکس‌العملی است که شخص در مواجهه با شغل خود نشان می‌دهد و به عبارتی دیدگاهی است که چگونگی هیجانات فرد را نسبت به حرفه و شغل به شکل کلی و یا نسبت به حیطه‌های متنوع آن ابراز می‌کند (Spector, 1997: 63). یافته نشان می‌دهد رضامندی شغلی از جمله مواردی که بر رفاه ذهنی تأثیرگذار است. پرداختن به رضایت شغلی از زوایای متفاوت حائز اهمیت است از جمله از بعد ویژگی‌های شغلی است که افراد ناراضی از شغل بیشتر از بقیه ممکن است دچار غیبت شوند، به استعفا دادن روی بیاورند و محیط کار را ترک می‌کنند.

در مقابل اشخاصی که از شغل خود رضایت دارند از سلامت جسمی و بهداشت روانی بیشتری بهره‌مند هستند و با افزایش رضایت شغلی‌شان، تعهد و مسئولیت‌پذیری نسبت به کارشان افزایش می‌یابد. از بعد فعالیت‌های منابع انسانی نیز رضایت شغلی بسیار مهم است فعالیت‌ها و مدیریت منابع انسانی شامل ساختارها و روش‌هایی است که بر رفتار، نگرش، عملکرد و هیجانات افراد در محیط کار اثرگذار است. تجربه‌های شغلی دارای مطلوبیت برای فرد می‌توانند عزت‌نفس، احساس ارزشمندی، خودکارآمدی و خشنودی از زندگی را در فرد ارتقا دهد.

در واقع، رضایت شغلی برکل جامعه اثربخش است و افرادی که از حرفه خود خشنود هستند و با آن سازگارند، در جهت خشنودی مراجعه‌کنندگان (مشتریان) اقدامات عملیاتی و مؤثر انجام می‌دهند و نگرش معناداری به زندگی دارند و از نظر روانی فعالیت‌های سالم‌تری را ابراز می‌کنند. به‌عنوان مثال در رابطه با مضمون سازمان‌دهنده فعالیت منابع انسانی در مقاله‌ای این‌چنین گزارش شده است: «فعالیت‌های مدیریت منابع انسانی در محیط



کاری آزمایشگاه مرکزی «بیمارستان امام خمینی» توانسته است باعث افزایش رفاه ذهنی کارکنان شود.»

جدول ۲- مضامین روانی \_ اجتماعی رفاه ذهنی در بعد سرمایه روان شناختی

مضامین فراگیر		مضامین سازمان دهنده		مضامین پایه
رفاه ذهنی	مضامین روانی _ اجتماعی	سرمایه روان شناختی	توانمندی روان شناختی	معناداری شغل، مسئولیت پذیری شغل، انعطاف پذیری، خودکارآمدی، بهزیستی روان شناختی، کنترل فردی، خلاقیت، خوش بینی
			ویژگی های شخصیتی	دلپذیر بودن، باوجدان بودن، برون گرایی، باز بودن، هوش هیجانی، خودشفقت ورزی، دلبستگی شغلی
			نیازهای روان شناختی	شایستگی، خودمختاری، ارتباط

### رفاه ذهنی در بعد سرمایه روان شناختی

یکی دیگر از ابعاد رفاه ذهنی همسو با نتایج تحقیق مقوله سرمایه روان شناختی<sup>۱</sup> است. طبق یافته های جدول ۲ سرمایه روان شناختی به وسیله سه مضمون سازمان دهنده دیگر که عبارت است از توانمندی روان شناختی، ویژگی های شخصیتی، نیازهای روان شناختی مشخص می گردد. سرمایه روان شناختی یک از مؤلفه های مهم در روانشناسی مثبت گرا محسوب می شود که با ویژگی هایی از قبیل نگرش فرد نسبت به خودکارآمدی و قابلیت های خود، پیگیری و تلاش برای رسیدن به موفقیت، داشتن نگرش های مثبت نسبت به خود و انعطاف پذیری در برابر سختی و مشکلات است (Luthans & Youssef, 2004: 152).

همچنین داشتن سرمایه روان‌شناختی فرد را قادر می‌سازد در برابر موقعیت‌های چالش‌زا کمتر دچار خلأ و تنش شده و بتواند با خلاقیت با مسائل و حل آنها روبه‌رو شود. این افراد از ویژگی‌های شخصیتی مثبت بهره می‌برند و نسبت به مسائل باز برخورد می‌کنند (Robbins, Millet & Waters, 1998: 80). افرادی که احساس شایستگی می‌کنند دیدگاه‌های واقع‌بینانه‌ای نسبت به نقاط ضعف و قوت خود دارند و با این رویکرد به استقلال و خودمختاری بیشتری دست پیدا می‌کنند. از جمله ویژگی‌های شخصیتی مهم در بعد سرمایه‌های روان‌شناختی هوش هیجانی است که افراد با استفاده از آن می‌تواند از احساسات و هیجانات خود آگاهی پیدا کرده و به عواطف خود به شکل کارآمدتر برخورد کنند.

همچنین این قابلیت در کنار احساس دلپذیری و باز بودن مجال آگاهی از احساسات دیگران را به فرد داده و به این شکل افراد درک بهتری نسبت به یکدیگر از خود پیدا می‌کنند و کم‌تر دچار تعارض می‌گردند. به عنوان مثال در رابطه با مضمون سازمان دهنده ویژگی‌های شخصیتی در مقاله‌ای این چنین گزارش شده است: «پژوهش حاضر به دنبال تبیین این موضوع است که نهادینه کردن ویژگی‌های شخصیتی و اخلاقی مورد تأکید اسلام در کنار تربیت اقتصادی، ظرفیت این را دارد که علاوه بر تأمین رفاه عینی منجر به افزایش رفاه ذهنی شود. در این پژوهش روابط بین ویژگی‌های اخلاقی و شخصیتی با رفاه ذهنی مورد بررسی قرار گرفته است. یافته‌های این مطالعه نشان می‌دهد ارتباط مستقیم معنی‌دار، میان متغیرهای مذکور با رفاه ذهنی وجود دارد.»

جدول ۳- مضامین روانی \_ اجتماعی رفاه ذهنی در بعد مؤلفه‌های اجتماعی

مضامین پایه		مضامین سازمان دهنده		مضامین فراگیر
وضعیت مسکن، وضعیت تأهل، استفاده از کالاهای مصرفی، جنسیت، اعتقادات مذهبی، احساس آزادی، سن، همگنی قوی و نژادی		متغیرهای زمینه‌ای		رفاه ذهنی
همبستگی اجتماعی، پایگاه اجتماعی و اقتصادی، هویت جمعی، مشارکت مذهبی، پیوند اجتماعی		سرمایه اجتماعی		
امنیت شغلی، امنیت فکری، امنیت مالی، امنیت در محل زندگی		امنیت اجتماعی		
اعتماد بین شخصی، اعتماد تعمیم‌یافته، اعتماد فردی، اعتماد به کارآیی مسولان، اعتماد خاص		اعتماد اجتماعی		
مضامین روانی _ اجتماعی		مؤلفه‌های اجتماعی		

### رفاه ذهنی در بُعد مؤلفه‌های اجتماعی

از ابعاد استخراج یافته دیگر تحقیق مقوله مؤلفه‌های اجتماعی در رفاه ذهنی است. طبق یافته‌های جدول ۳ مؤلفه‌های اجتماعی به‌وسیله چهار مضمون سازمان دهنده دیگر که عبارت است از متغیرهای زمینه‌ای، سرمایه اجتماعی، امنیت اجتماعی و اعتماد اجتماعی مشخص می‌گردد. مؤلفه‌های اجتماعی به‌واسطه قدرت زیاد و بااهمیتی که در روابط انسان با محیط پیرامون خود دارند از ارزش بالایی برخوردار هستند. ابعاد متفاوت متغیرهای زمینه از منظر اجتماعی می‌تواند رفاه ذهنی فرد و ادراک او از خوشبختی را تحت تأثیر قرار دهد زیرا از یک سو به مقایسه جایگاه اجتماعی فرد با دیگران می‌انجامد و از سوی دیگر با تأمین سلسله مرتب نیازهای اولیه او در رسیدن به احساس رفاه و خودشکوفایی تأثیر مهمی دارد. منظور از سرمایه اجتماعی شکل‌های گوناگون ساختارهای اجتماعی مانند پایگاه، اعتماد، هنجارهای اجتماعی و شبکه‌های اجتماعی است که با آسان‌سازی رفتارهای هماهنگ کارآیی جامعه را ارتقا می‌دهند (Putnam, 1995: 70).

امنیت اجتماعی نیز با فراهم کردن زمینه‌های مهم در تأمین احساس آرامش در فرد در وجوه مختلف رفاه ذهنی را تأمین می‌کند. امنیت اجتماعی به حوزه‌هایی از مرزهای افراد مربوط می‌شود که در ارتباط با دیگران، ساختارها و دولت است. بیشتر افراد جامعه به‌طور پیوسته و در فرایند روزمره زندگی خود با این قلمروها مواجه می‌شوند و زندگی آن‌ها وابسته به ارتباط در این قلمروهاست. امنیت در شکل عینی آن اندازه‌گیری فقدان تهدید علیه ارزش‌ها و اولویت‌ها در مفهوم ذهنی به نبود احساس ترس از اینکه چنین ارزش‌ها و اولویت‌های موردحمله قرار خواهد گرفت تشریح می‌گردد (Moller, 2000: 281).

در آخر اعتماد اجتماعی با ایجاد سازوکارهای ارزنده و کارآمد بر روی رشد اقتصادی، افزایش بازده، سود عمومی، ایجاد همبستگی، همکاری، هماهنگی، رضایت از سطح زندگی، توسعه، تندرستی و افزایش امید به زندگی اثرگذار است (Newton, 2002: 6). در رابطه با مضمون سازمان‌دهنده سرمایه اجتماعی در مقاله‌ای این‌چنین گزارش شده است: «روابط و پیوندهای اجتماعی نیز به شکل مستقیم و غیر مستقیم بر رفاه ذهنی افراد اثرگذارند. بر اساس الگوهای هارفام سرمایه اجتماعی، حمایت عاطفی، ابزاری و اطلاعاتی را برای فرد فراهم می‌کند و از این طریق بر رفاه اثرگذار است. پس می‌توان گفت سرمایه اجتماعی با رفاه ذهنی رابطه دارد».

همچنین در ارتباط با مضمون سازمان‌دهنده اعتماد اجتماعی در مقاله‌ای این‌چنین گزارش شده است: «بر اساس دیدگاه نظریه‌پردازانی مانند پاتنام، کلمن، لومان و ... و به‌طور کلی نظریه‌پردازان اعتماد اجتماعی احساس رضایت و رفاه محصولی است که در بستر اعتماد اجتماعی فرد معنا می‌یابد. پس اعتماد اجتماعی می‌تواند رفاه ذهنی افراد را نیز تحت تأثیر خود قرار دهد. زیرا بشر امروزی بدون اعتماد اجتماعی تا حد زیادی قادر به حیات اجتماعی نیست. بنابراین در بستر تعاملات و کنش‌های گروهی، اعتماد به‌منزله مکانیسمی اجتماعی با کارکردهای متعدد اجتماعی، سیاسی، اقتصادی و روان‌شناختی نقش مهمی را در این زمینه ایفا می‌کند».

جدول ۴- مضامین روانی \_ اجتماعی رفاه ذهنی در بعد کیفیت زندگی

مضامین پایه		مضامین سازمان دهنده		مضامین فراگیر
شرکت در اجتماع، آسایش روانی، زیبایی، دسترسی، امکانات، آگاهی، ایمنی، عملکرد		فردی _ روان شناختی		رفاه ذهنی
خشنودی زناشویی، رضایت بدنی- جنسی، فرزند پروری، سلامت روانی همسر و فرزندان، سبک مدیریت تعارض		خانوادگی		
بهداشت، سلامت، نورولوژی، آسایش فیزیکی		جسمانی		
توانایی مالی، دستیابی به شغل، برخورداری از امکانات رفاهی فردی و گروهی		اقتصادی		
سرزندگی، امنیت، کیفیت کالبدی، حمل و نقل عمومی، هویت مکانی، دسترسی به تأسیسات و تجهیزات شهری		محیطی		
پیشرفت تحصیلی، خودپنداره تحصیلی، خوش بینی تحصیلی		تحصیلی		

### رفاه ذهنی در بعد کیفیت زندگی

یکی از ابعاد بسیار مهم یافت شده در مورد رفاه ذهنی در این پژوهش مربوط به کیفیت زندگی است. طبق یافته‌های جدول ۴ کیفیت زندگی به وسیله شش مضمون سازمان دهنده دیگر که عبارت است از فردی \_ روان شناختی، خانوادگی، جسمانی، اقتصادی، محیطی، تحصیلی مشخص می‌گردد. سازمان جهانی بهداشت، کیفیت زندگی را شناخت فرد از جایگاه خود در زندگی مبتنی بر به بستر فرهنگی و ارزشی و غایات فردی تشریح می‌کند (البرزی، ۱۳۸۵: ۳۲۲) برای ارزیابی وضعیت و قابلیت کیفیت زندگی محققان حوزه‌های گوناگون و مرتبط از جمله روانشناسی، اقتصاد، مدیریت، علوم تربیتی، علوم سیاسی و ... پژوهش‌های تطبیقی و تشخیصی زیادی انجام داده‌اند.

کیفیت زندگی مفهومی چندوجهی و درهم‌تنیده است که معمولاً از دو محور عینی و ذهنی تشکیل شده است. در ابعاد ذهنی به ارزیابی‌های فرد در مورد موقعیت زندگی خود در محورهای مختلف تکیه شده است (Lee, 2008: 1210). کیفیت زندگی معمولاً با ابعاد پذیرش خویشتن، داشتن هدف در زندگی شخصی، گسترش و توسعه شخصی، تسلط بر محیط پیرامون، خودمختاری، استقلال، روابط اثربخش با دیگران شناخته می‌شود (Ryff & Singer, 1998: 12). همچنین کیفیت زندگی پایه در طرز نگرش در مورد سلامت دارد (Beaudoin, 2003: 107). با توجه به یافته‌های تحقیق می‌توان دریافت که مضامین پایه یافت شده در این پژوهش همسو با نظر محققان مختلف در مورد کیفیت زندگی می‌باشد. در رابطه با مضمون سازمان‌دهنده کیفیت زندگی در مقاله‌ای این چنین گزارش شده است: «فلیپس کیفیت زندگی را در ابعاد فردی و جمعی مورد بررسی قرار می‌دهد. به نظر وی لازمه کیفیت زندگی فردی در بعد عینی، تأمین نیازهای اساسی و برخورداری از منابع مادی جهت برآوردن خواست‌های اجتماعی شهروندان است. او در بعد ذهنی استقلال عمل در افزایش رفاه ذهنی شامل لذت‌جویی، رضایتمندی، هدف‌داری در زندگی و رشد شخصی، رشد و شکوفایی در مسیر سعادت و دگرخواهی اجتماعی و مشارکت گسترده در فعالیت‌های اجتماعی را ملاک قرار می‌دهد.» در مقاله دیگری تحت عنوان کیفیت زندگی و پایداری: ارتباط بین رفتار پایدار، سرمایه اجتماعی و رفاه آمده است: «ارتباط تنگاتنگی بین سرمایه اجتماعی، کیفیت زندگی و رفاه ذهنی وجود دارد. همچنین سبک زندگی پایدار از طریق افزایش سرمایه اجتماعی به ارتقا رفاه ذهنی می‌انجامد».

همچنین در مقاله دیگری گزارش شده است که: «کمپل در ارزیابی کیفیت ذهنی زندگی بر سطح رضایت از زندگی به‌عنوان یک کل تأکید دارد. علاوه بر این رضایت از زندگی را تجربه و منعکس‌کننده دیدگاه‌های واقع‌بینانه برای سیاست‌گذاران در نظر می‌گیرد که به نظر می‌رسد موردقبول تحقیقات زیادی است. علاوه بر آن افراد خودشان متخصص سنجش از کیفیت زندگی بر اساس رفاه ذهنی که از میزان رضایت حاصل

می شود هستند. در نتیجه اندازه گیری مستقیم واکنش های شناختی و عاطفی از تمام زندگی خود همچنین دامنه های خاص زندگی برای درک رفاه ذهنی فرد بسیار مهم است».

جدول ۵- مضامین روانی - اجتماعی رفاه ذهنی در بعد تخریب گر ها و بازدارنده ها

مضامین فراگیر		مضامین سازمان دهنده		مضامین پایه
رفاه ذهنی	مضامین روانی - اجتماعی	تخریب گر ها و بازدارنده ها	موانع اقتصادی	تورم، فقر، بت وارگی پول، بیکاری
			موانع اجتماعی	آنومی اجتماعی، بی قدرتی، الگوی مصرف سستی، بی عدالتی، تبعیض جنسیتی، بیگانگی اجتماعی
			موانع فردی	احساس آزادی پایین، تقدیرگرایی، ، بی معنایی، تعرض کار _ خانواده درک ناامنی، روان رنجوری

### رفاه ذهنی در بعد تخریب گر ها و بازدارنده ها

در جدول شماره ۵ مضامین مرتبط با عوامل تخریب گر و بازدارنده رفاه ذهنی استخراج شده است. طبق یافته های این جدول تخریب گر ها و بازدارنده در قالب ۳ مضمون موانع اقتصادی، موانع اجتماعی و موانع فردی مشخص شده است. عوامل متعدد در محورهای اجتماعی، معیشتی، ساختاری، اقتصادی، فردی، خانوادگی و... در این زمینه قابل مشاهده است. در تشریح این مقوله می توان گفت رفاه ذهنی تنها وابسته به ساختارهای کمی و اقتصادی نمی شود بلکه مجموعه ای از متغیرهای اجتماعی و فردی نیز در این مفهوم اثربخش اند. اجرای اقداماتی که تنها به یک حوزه عملیاتی در این مقوله منتهی شود به شکل کلی و جامع نمی تواند ضریب افزایش رفاه ذهنی را نتیجه دهد.

لزوم بررسی های متعدد به وسیله پژوهش های میان رشته ای، راهکارهای مبتنی بر علم و استفاده از صاحب نظران حوزه های انسانی در مورد علل به وجود آمدن، ادامه یافتن و گسترش متغیرهای مورد بحث از جمله اقدامات اولیه برای کاهش عوامل بازدارنده و

تخریب‌گر در حوزه رفاه ذهنی می‌باشد. در رابطه با مضمون سازمان دهنده تخریب‌گرها و بازدارنده‌ها در مقاله‌ای این‌چنین گزارش شده است: «غایت‌گرایان برای کارایی رفاه ذهنی اهمیت ویژه‌ای قائل هستند و خود رفاه ذهنی برای آنها نوعی غایت و هدف است و آن را نوعی عمل فعال می‌دانند در مواردی هم رفاه ذهنی را به‌عنوان یک واقعیت که در بردارنده صفات مشخصه ابزاری و هدف است در نظر می‌گیرند.

این پژوهش ناظر بر همین نگاه دوبعدی به رفاه ذهنی بود که البته بعد غایت‌نگری و نیز در نظرگیری رفاه ذهنی به‌عنوان هدف و تعالی (که خود به‌نوعی بخشی از توسعه است) بیشتر مورد توجه قرار گرفته است. بنابراین هدف این مقاله سنجش رفاه ذهنی و تأثیر آنومی اجتماعی بر آن است. نتایج تحقیق نشان می‌دهد که متغیر آنومی اجتماعی و ابعاد آن (بی‌معنایی، بی‌قدرتی و بت‌وارگی پول) دارای تأثیر معکوس و کاهنده بر میزان رفاه ذهنی می‌باشند. یعنی هرچه قدر میزان آنومی اجتماعی و ابعادش در جامعه افزایش پیدا کند از میزان رفاه ذهنی کاسته می‌شود.»

جدول ۶- مضامین روانی \_ اجتماعی رفاه ذهنی در بعد مدرنیته

مضامین پایه		مضامین سازمان دهنده		مضامین فراگیر	
جامعه‌پذیری مدرن		شاخص‌های مدرنیته		مضامین روانی - اجتماعی	
عناصر هویتی مدرن					
سبک زندگی مدرن		مدرنیته		رفاه ذهنی	
الگوی مصرف مدرن					
فناوری اطلاعات و ارتباطات		فناوری			

#### رفاه ذهنی در بُعد مدرنیته

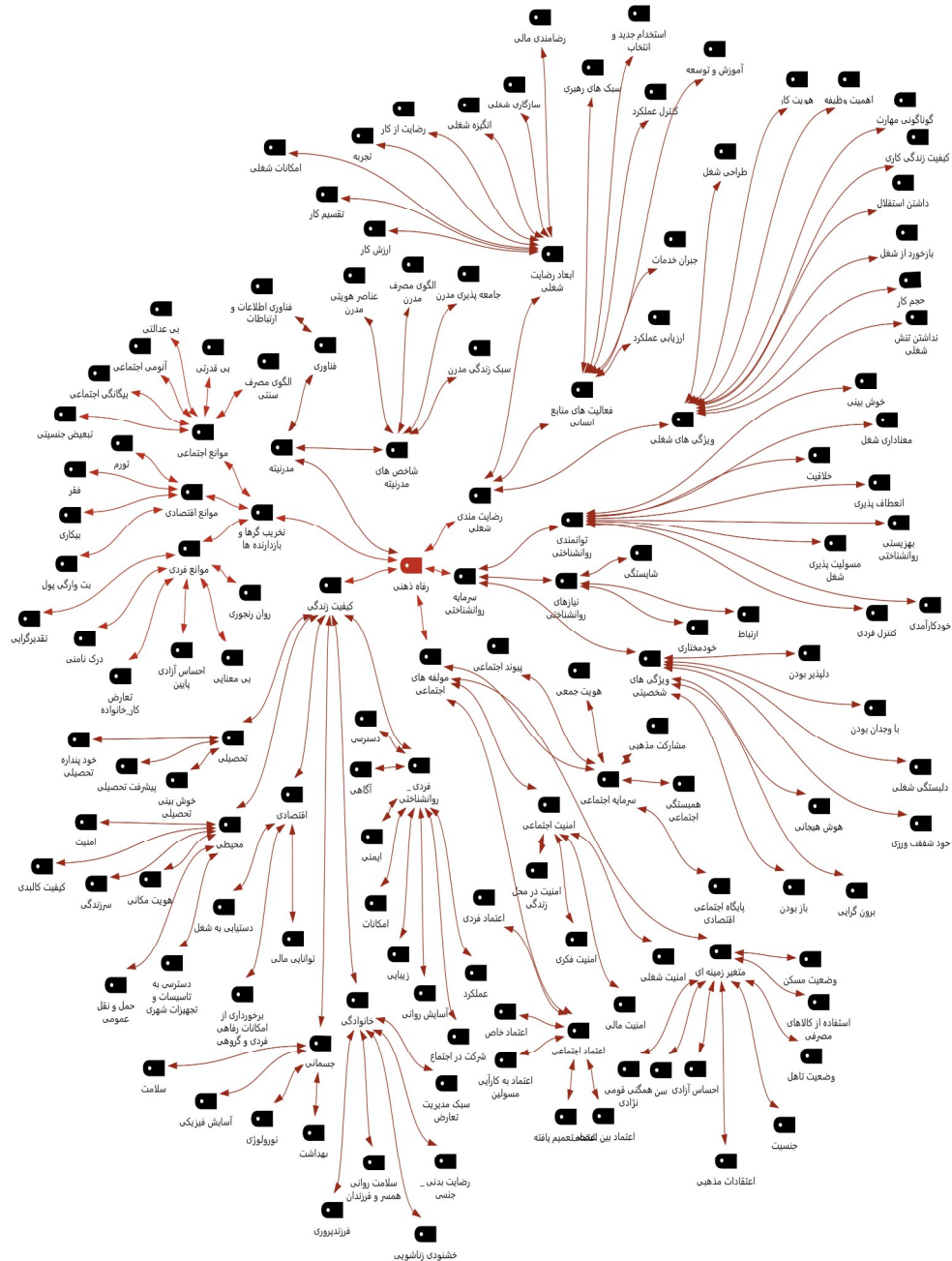
آخرین یافته در حوزه مضامین روانی - اجتماعی رفاه ذهنی مربوط به مدرنیته است. طبق یافته‌های جدول ۶ کیفیت زندگی به‌وسیله دو مضمون سازمان‌دهنده دیگر که عبارت



است شاخص‌های مدرنیته و فناوری مشخص می‌گردد. عصر حاضر با پیچیدگی‌ها و پیشرفته‌ای روزافزون خود باعث دگرگونی زندگی انسان در ابعاد عینی و ذهنی شده است. دغدغه تغییرهای سبک زندگی در افراد با پیشرفت‌های جهانی در حوزه‌های مختلف باعث به وجود آمدن انتظارات و نیازهای بیشتری شده است که لزوم بررسی‌های بیشتر در این زمینه ضروری به نظر می‌رسد.

فناوری نیز با ویژگی‌های منحصر به فرد خود مثل تعاملی بودن، چندرسانه‌ای بودن، انعطاف‌پذیری، مبتنی بر نیاز بودن و جذابیت توانسته است تا حد زیادی جایگاه خود را در زندگی انسان به دست آورد و جنبه‌های رفاه را برای او تأمین کند. در رابطه با مضمون سازمان دهنده فناوری در مقاله‌ای این چنین گزارش شده است: «محققین بسیاری معتقدند که بین فن‌آوری‌های مجازی و رفاه ذهنی رابطه مستقیمی وجود دارد. به این معنی که کاربران هنگام تعامل با فناوری به علت جذاب بودن محیط و همچنین سهولت و سودمندی استفاده به نوعی آرامش ذهنی دست می‌یابند. در حقیقت حس غرقگی که هنگام تعامل با فناوری به آنها دست می‌دهد، باعث رفاه ذهنی می‌شود. حتی در زمینه بازی‌های مجازی مطالعات حاکی از آن هستند که رفاه ذهنی به عنوان عامل مؤثر در سلامت جسمی و روانی افراد قلمداد می‌شود.

در بحث گردشگری مجازی احساس خرسندی که افراد هنگام تعامل با فناوری به دست می‌آورند باعث به وجود آمدن حس آرامش روانی در آنها شده و بر قصد رفتارشان اثر می‌گذارد. به عبارتی کاربران گردشگری مجازی هنگام استفاده از این فناوری به علت خصوصیت ویژه آن (سودمندی، سهولت و خرسندی) با کسب تجربه غرقگی به شکل از رفاه ذهنی و رضایت می‌رسند که این خود می‌تواند مبنایی برای استفاده مدام آنان از این فناوری باشد.» در ادامه مدل نهایی و شبکه مضامین در شکل شماره ۱ قابل مشاهده است.



شکل ۱- مدل نهایی و شبکه مضامین روانی - اجتماعی رفاه ذهنی

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر در مورد شناسایی و تحلیل مضامین روانی اجتماعی رفاه ذهنی با استفاده از رویکرد کیفی و مدل آتراید - استرلینگ بود. نتایج نشان داد مضامین روانی اجتماعی رفاه ذهنی را می‌توان در ۶ مقوله دسته‌بندی کرد: رضامندی شغلی، سرمایه روان‌شناختی، مؤلفه‌های اجتماعی، کیفیت زندگی، تخریب‌گرها و بازدارنده‌ها، مدرنیته.

مقوله رضامندی شغلی و مفاهیم استخراج شده از آن، که ویژگی‌های شغلی فعالیت‌های منابع انسانی، ابعاد رضایت شغلی می‌باشد، یکی از مضامین اثرگذار بر رفاه ذهنی تلقی شده است. این یافته با نتایج پژوهش‌های امیرخانی و برهانی (۱۳۹۵)، ژنگ<sup>۱</sup> و همکاران (۲۰۱۵)، برهانی و هادی‌زاده (۱۳۹۵) هم‌راستا می‌باشد. همچنین در این راستا می‌توان به نظریه کتون و هارت (۲۰۰۳) اشاره کرد. بر این اساس وجود ویژگی‌ها و خصایصی در شغل چون تنش شغلی و حجم کاری می‌تواند در تغییرات احساس رفاه مؤثر باشد. محققین نیز در این راستا بیان می‌کنند که طراحی شغل و فعالیت‌های منابع انسانی در حیطه شغلی بر رفاه ذهنی کارکنان مؤثرند (Holman, 2002: 42).

منظور از طراحی شغل و یا طراحی مجدد آن است که کارگر با رضایت شغلی برای عملکردی بهتر ترغیب شود. طراحی مشاغل معنادار، جالب و خلاقانه می‌تواند به سطح بالای رضامندی منجر شود (Moeed, Sarwar, Imran, Jabbar, & Hannan, 2013: 3). رضامندی شغلی با فراهم آوردن زمینه‌هایی که افراد بتوانند در زندگی خود نیازهای خود را برطرف و در برابر مسائل روزمره زندگی از آن به‌عنوان یک پشتوانه بهره ببرند و افراد بتوانند هویت خود را با آن تعریف کنند می‌تواند سهم مهمی در تأمین رفاه ذهنی افراد داشته باشد. همچنین مقوله سرمایه روان‌شناختی و مفاهیم استخراج شده از آن که شامل توانمندی روان‌شناختی، ویژگی‌های شخصیتی، نیازهای روان‌شناختی می‌باشد اثر مهمی بر رفاه ذهنی می‌گذارد این یافته‌ها با نتایج پژوهش بکارا<sup>۲</sup> و همکاران (۲۰۱۸)، راموس<sup>۱</sup> (۲۰۱۸)، همسو می‌باشد.

---

1. Zheng et al  
2. Beckera et al

سرمایه روان‌شناختی افراد به‌عنوان بستری که می‌تواند در شرایط مختلف تأمین‌کننده بهزیستی افراد و نحوه انطباق آنها در وضعیت‌های مختلف باشد از اهمیت زیادی برخوردار است و توجه هر چه بیشتر به این مؤلفه از ضرورت بالایی برخوردار است. مؤلفه‌های اجتماعی و مفاهیم استخراج شده از آنها که شامل متغیرهای زمینه‌ای، سرمایه اجتماعی، امنیت اجتماعی و اعتماد اجتماعی است نیز می‌تواند یکی از مؤلفه‌های اثرگذار بر رفاه ذهنی باشد. این یافته با پژوهش‌های نیلی و همکاران (۱۳۹۱)، برادران و همکاران (۱۳۹۲)، غفوری و همکاران (۱۳۹۸)، بارگاهی و همکاران (۱۳۹۴) همسو می‌باشد.

مؤلفه‌های اجتماعی و مفاهیم مرتبط با آن در ارتباط با رفاه ذهنی افراد نقشی تأثیرگذار دارد زیرا با فراهم کردن مجموعه زمینه‌ها، ارتباطات و ساختارهایی که در محیط و حالات فرد نقش دارد می‌تواند بهزیستی افراد را ارتقا دهد و افراد را برای انطباق هر چه بهتر و سازگاری بیشتر با شرایط زندگی مهیا کند. کیفیت زندگی و مفاهیم استخراج شده برای آن از جمله مفاهیم فردی - روان‌شناختی، خانوادگی، جسمانی، اقتصادی، محیطی، تحصیلی نقش اثرگذار، مهم و راهبردی بر رفاه ذهنی افراد دارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های کاملی و همکاران (۱۳۹۵)، گوست<sup>۲</sup> (۲۰۰۲)، فیروزجاییان و همکاران (۱۳۹۴) و نظریه کوک<sup>۳</sup> (۱۹۹۵) همسو می‌باشد. در این راستا کوک در قالب نظریه ارزش - منزلت بیان می‌کند که موقعیت افراد مانند موقعیت شغلی، تحصیلی و امکانات موجود همراه با منزلت ایشان در حوزه‌های کاری، خانوادگی و... بر احساس رفاه مؤثر است.

برگر و همکاران نیز استدلال می‌کنند که افراد انتظار دارند میان ویژگی ارزش‌های منزلتی و پاداش‌های داده شده تناسب و همخوانی وجود داشته باشد (کوک و همکاران، ۱۹۹۹ به نقل از میرسندسی، ۱۳۷۵: ۱۵۰). به بیان دیگر احساس رفاه حاصل ارزیابی همخوانی پاداش‌های دریافت شده فرد و ارزش‌های منزلتی او هستند. بی‌شک سطح کیفیت زندگی ارتباط مستقیم با رفاه ذهنی دارد. هر چه سطح کیفیت زندگی در ابعاد متفاوتش

---

1. Ramos  
2. Guest  
3. cook

مثل دارایی، امکانات، دسترسی به منابع، آگاهی، سطح سلامت و بهداشت، آموزش و... در وضعیت بهتری باشد رفاه ذهنی افراد نیز بیشتر تأمین می‌شود و برعکس. تخریب گرها و بازدارنده‌های بسیاری در کاهش رفاه ذهنی افراد تأثیرگذار هستند. این یافته با نتایج پژوهش سام آرام و همکاران (۱۳۹۴)، غفاری و همکاران (۱۳۹۴)، نیلی و همکاران (۱۳۹۴) همسو می‌باشد.

نقش عوامل متعددی نظیر بیکاری، تورم، فقر، بی‌عدالتی و... در ارتباط با کاهش رفاه ذهنی مشخص شده است. هر مقدار میزان این مؤلفه‌ها افزایش پیدا کند سطح رفاه کاهش پیدا می‌کند. در پژوهشی با کاربرد داده‌های شانزده کشور اروپایی (۱۹۷۳-۱۹۹۸) محقق به اجرای مدلی دست زد که بر آن اساس متغیرهای بیکاری و تورم به‌عنوان متغیرهای مستقل انتخاب شدند و به‌عنوان نتیجه این مطالعه بیان کرد که تورم و بیکاری سبب کاهش شادکامی می‌گردد (Wolfers, 2003: 20). در همین راستا نیز نشان داده شده است که افزایش میزان شادکامی افراد ارتباطی معنادار با کاهش تورم و بیکاری دارد (Di tella, 2001).

به‌عبارتی دیگر و با استناد به یافته‌های پژوهش حاضر و مرور مطالعات پیشین تورم و بیکاری را می‌توان متغیرهای کاهنده رفاه ذهنی میان افراد قلمداد کرد. نپرداختن به مسائل اقتصادی و اجتماعی در این حوزه از سوی اندیشمندان تبعات جبران‌ناپذیری در رفاه اجتماعی جامعه به جای می‌گذارد. در مورد مقوله بی‌عدالتی نیز می‌توان به نظریه استیسی آدامز اشاره کرد. وی تئوری خود را طی چهار فرآیند مورد بحث و ارزیابی قرار می‌دهد. بر این اساس در نخستین مرحله فرد رفتار اجتماع با خویش و سپس رفتار اجتماع با سایرین را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. در سومین مرحله فرد به مقایسه میان این برخوردها دست می‌زند و در مرحله آخر و طی فرآیند مقایسه این برخوردها فرد به احساس برابری و نابرابری می‌رسد.

در همین راستا تدگار نیز بیان می‌کند که احساس بی‌عدالتی، محرومیت و فقر ناشی از وجود موانع بر سر رسیدن به خواسته‌ها و ارزیابی فرد از موقعیت خویش و دیگران است. مضمون مدرنیته نیز بر رفاه ذهنی افراد اثرگذار است. این یافته با نتایج پژوهش وقاری

(۱۳۹۸)، غفاری (۱۳۹۴) همسو می‌باشد. فناوری با افزایش دامنه ارتباطات افراد و سهم شدن آن در ابعاد اقتصادی و تجاری سطح رضایت از زندگی و رفاه انسان را افزایش داده است. این نتیجه با نظر کاستلز در ارتباطات با ابعاد مدرنیته و افزایش ارتباطات همسو است بر این اساس فناوری می‌تواند با حذف زمان، مکان، موقعیت، واسطه‌ها و... سرعت دسترسی افراد به وسایل و امکانات رفاهی را مضاعف کند و اوضاع و حداقل‌های زیستن را برای انسان‌ها به شرایط مطلوب‌تری تغییر دهد. علاوه بر آن رشد فناوری می‌تواند به اعتلای فعالیت و مشارکت افراد در عرصه اجتماعی کمک کند همان‌گونه که گیدنز بیان می‌کند یکی از ویژگی‌های مهم تجدد و در قبال آن ورود فناوری ایجاد تغییرات ریشه‌ای در کیفیت زندگی و تأثیرگذاری عمیق فرد بر کیفیت زندگی خویش است.

### پیشنهادها

- ۱) بررسی اثرات رضامندی شغلی در محیط‌های سازمانی و کاری در بین افراد جهت گسترش پیشینه تجربی اثربخش در مورد نقش این مقوله در تأمین رفاه ذهنی.
- ۲) توجه هر چه بیشتر به ابعاد سرمایه روان‌شناختی و مؤلفه‌های روانی به‌عنوان یک متغیر بااهمیت در احساس رفاه ذهنی از طریق آموزش‌های عمومی از طریق رسانه‌ها و یا مداخلات آموزشی در محیط‌های کاری.
- ۳) بررسی و پژوهش در مؤلفه‌های اجتماعی از جمله سرمایه اجتماعی افراد در ارتباط با رفاه ذهنی و تسهیل روند اعتماد اجتماعی در سازوکارهایی اجرایی، عمومی، سازمانی و ...
- ۴) توجه به ابعاد متفاوت کیفیت زندگی در سیاست‌گذاری‌های معیشتی، تحصیلی، محیطی و توجه سازمان‌ها، ارگان و مجاری قانونی به این مقوله با توجه به سهم این متغیر در احساس شادکامی و رفاه.
- ۵) توجه پژوهشگران حوزه‌های مختلف به ابعاد بازدارندگی و تخریب‌گر رفاه ذهنی از طریق مطالعات بین‌رشته‌ای و تطبیقی برای رسیدن به یک درک مشترک از مشکلات این حوزه.
- ۶) گسترش زیرساخت‌های فناوری و ساختارهای به‌هنجار مدرنیته با توجه به بستر فرهنگی کشور.

## منابع

- الوانی، مهدی و بهرامی، حمیدرضا. (۱۳۸۵)، «نقش آمادگی کارکنان در تحقق مدیریت مشارکتی»، مجله تازه‌های مدیریت، شماره ۱۹: ۲۲-۴۴.
- البرزی، شهلا و البرزی، محبوبه. (۱۳۸۵)، «بررسی رابطه خودمختاری و کیفیت زندگی در دانشجویان استعداد درخشان دانشگاه‌های شیراز»، فصلنامه روانشناسی، سال دهم، شماره ۳: ۳۲۱-۳۳۴.
- امیرخانی، طیبه و برهانی، تهمنه. (۱۳۹۵)، «انگیزش کارکنان بخش عمومی: مطالعه تأثیر ویژگی‌های شغل و رفاه کارکنان»، علوم مدیریت ایران، دوره یازدهم، شماره ۴۱: ۷۳-۹۸.
- آمارتیا کومارین، سن. (۱۳۸۲)، توسعه به‌مثابه آزادی، ترجمه: وحید محمودی، تهران: نشر دانشگاه تهران.
- بارگاهی، حسین و کبیری، نرگس. (۱۳۹۴)، «رفاه ذهنی و تأثیر اعتماد اجتماعی بر آن (مطالعه موردی جوانان ساکن شهر تهران)»، جامعه‌شناسی مطالعات جوانان زمستان، دوره ششم، شماره ۲۰: ۹-۳۲.
- برادران، مراد و حسین پور، نسرين. (۱۳۹۱)، «رابطه سرمایه اجتماعی با رفاه ذهنی کارکنان وزارت رفاه و تأمین اجتماعی»، فصلنامه پژوهشی رفاه اجتماعی، دوره سیزدهم، شماره ۴۹: ۳۵-۵۶.
- برهانی، تهمنه و هادی زاده مقدم، اکرم. (۱۳۹۵)، «مطالعه عوامل اثرگذار بر رفاه ذهنی کارکنان»، چشم‌انداز مدیریت دولتی، شماره بیست و هفتم: ۸۵-۱۰۳.
- بلوری، محمد اسماعیل. (۱۳۹۵)، «توصیف و تبیین عدالت بر مبنی نظریه قابلیت انسانی از دیدگاه آمارتیا سن»، کنفرانس بین‌المللی چالش‌های الکترونیکی، دانشگاه خوارزمی، تهران: دوره اول.
- چلبی، مسعود. (۱۳۸۲)، جامعه‌شناسی نظم، تهران: نشر نی.
- ذکایی، محمد سعید و مروتی، نادر. (۱۳۹۸)، «بررسی میزان انطباق رفاه ذهنی با رفاه عینی و تأثیر عوامل اجتماعی مؤثر بر آن (با تأکید بر بررسی تأثیر متغیرهای دینداری، وضعیت قومی و احساس آزادی) مطالعه موردی: شهروندان استان‌های کردستان و سمنان»، برنامه‌ریزی رفاه و توسعه اجتماعی، دوره یازدهم، شماره ۱۳: ۱۱۷-۱۲۱.

- سام آرام، عزت‌الله؛ بارگاهی، حسین و کبیری، نرگس. (۱۳۹۴)، «بررسی تأثیر آنومی اجتماعی بر رفاه ذهنی در میان شهروندان جوان شهر تهران»، علوم اجتماعی شوستر، سال نهم، شماره ۲: ۱-۲۸.
- غفاری، غلام‌رضا و کبیری، نرگس. (۱۳۹۴). «بررسی رابطه الگوهای مصرف و رفاه ذهنی در شهر تهران». جامعه‌شناسی اقتصادی و توسعه، سال چهارم، شماره ۲: ۱۰۵-۱۳۶.
- غفوری، فرزاد و محمدی، زهرا. (۱۳۹۸)، «مقایسه سرمایه اجتماعی و رفاه ذهنی در بین سالمندان فعال و غیرفعال (با تأکید بر فعالیت بدنی شبکه‌ای)»، برنامه‌ریزی رفاه و توسعه اجتماعی، دوره دهم، شماره ۱: ۲۸-۳۹.
- فیروزجاییان، علی‌اصغر و دهقان حداد، محسن. (۱۳۹۴)، «ارتباط و تأثیر کیفیت زندگی عینی بر کیفیت زندگی ذهنی (مطالعه موردی؛ شهر آمل، استان مازندران)». فصلنامه مطالعات توسعه اجتماعی-فرهنگی، دوره سوم شماره ۴: ۱۵۷-۱۸۴.
- فیتز پتریک، تونی. (۱۳۸۵)، نظریه رفاه سیاست اجتماعی چیست؟، ترجمه: هرمز همایون‌پور، تهران: نشر گام نو
- کاملی، علی‌رضا؛ نیک‌خواه کیارمش، روح‌الله و ملکی، محمدحسن. (۱۳۹۵)، «بررسی تأثیر تعادل زندگی خانوادگی-کاری بر رفاه ذهنی با توجه به نقش تعدیل‌کننده کناره‌گیری روان‌شناختی»، توسعه مدیریت منابع انسانی و پشتیبانی، دوره نود و پنجم، شماره ۴۲: ۱۰۹-۱۲۸.
- کاوه، سپیده؛ عصارای آرانی، عباس؛ فرجی دیزجی، سجاد و حسینی، سید حسن. (۲۰۲۱)، «مقایسه رفاه ذهنی ساکنان متن و حاشیه کلان‌شهر مشهد و عوامل مؤثر بر آن»، فصلنامه علمی پژوهشی سلامت اجتماعی، دوره هشتم شماره ۳: ۳۹۰-۴۰۳.
- لهسایی زاده، عبدالعلی. (۱۳۸۰)، «نابرابری‌ها و قشربندی‌های اجتماعی در ایران»، مجله علم اجتماعی انسانی دانشگاه شیراز، دوره شانزدهم، شماره ۲: ۳-۲۴.
- مدیری، فاطمه. (۱۳۹۲)، «سعادت ذهنی به‌مثابه توسعه انسانی»، مطالعات جامعه‌شناختی، شماره اول: ۲۶۵-۲۸۸.
- ملکی، امیر و برادران، مراد. (۱۳۹۴)، «تحلیل وضعیت رفاه ذهنی در نظام‌های رفاهی با تأکید بر ایران»، رفاه اجتماعی، دوره پانزدهم، شماره ۷: ۵۸-۳۶.



- نیلی، فرهاد؛ بابازاده خراسانی، بهزاد و شادکار، محمد سعید. (۱۳۹۴)، «بررسی وابستگی رفاه ذهنی مردم جوامع در حال توسعه به متغیرهای کلان اقتصادی»، تحقیقات اقتصادی، دوره پنجاه، شماره ۱: ۲۱-۴۸.

- نیلی، فرهاد و بابازاده خراسانی، بهزاد. (۱۳۹۱)، «شناسایی عوامل مؤثر بر رفاه ذهنی در ایران»، پژوهش‌های پولی و بانکی، سال ششم، شماره ۱۴: ۲۷-۴۸.

- وقاری، الهام؛ ساروخانی، باقر و کلدی، علی‌رضا. (۱۳۹۸)، «تبیین جامعه‌شناختی رابطه مدرنیته و رفاه ذهنی کارکنان ستادی سازمان تأمین اجتماعی»، برنامه‌ریزی رفاه و توسعه اجتماعی، شماره سی و هشتم: ۲۲۰-۲۵۴.

- Alexandrova, Anna. (2005). "subjective well-being and Kahnemans objective happiness." *Journal of happiness studies*, 6 (3), 301-324.
- Argyle, Michael. (2001). "Causes and correlates of happiness". *Journal of counseling psychology*, 8 (16), 353-373.
- Australia: Prentice Hall.
- Beaudoin, Lynda and Linda. Hassles. (2003). "Their Importance to Nurses' Quality of Work Life." *Nurs Econ*, 21, 106-13.
- Beckera, Dominik and Birkelbachb. Kluas. (2018). "Social mobility and subjective well-being revisited: The importance of individual locus of control". *Research in Social Stratification and Mobility*, 54, 01-31.
- Braun, Virginia and Clarke. Victoria. (2006). "Using thematic analysis in psychology". *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101.
- Bruni, Luigino and Porta. Pier Luigi. (2007), *Handbook on the economics of happiness*. Cheltenham: Edward Elgar.
- Conceicao, Pedro and Romina. Bandura. (2008). "Measuring Subjective Well-Being: A Review of the Literature." *United Nations Development Program*, 509, 1-25.
- Di Tella, Rafael, MacCulloch, Robert and Oswald. Andrew. (2001). "Preferences over Inflation and Unemployment: Evidence from Surveys of Happiness", *American Economic Review*, 91(1), 335-341.
- Dinner, Ed. (2005). "Guidelines for National Indicator of Subjective Well-being and Ill-being." *Journal of Happiness Studies*, 7(4), 397-404.
- Easterlin, Richard. (2003). "Explaining Happiness," *Inaugural Articles by members of the National Academy of Sciences*, 100 (19), 11176-11183.

- Falaki, Malihe and Pirdadeh Beyranvand. Kobra. (2021). "Study and Analysis of Subjective Well-being among the Villagers of Kuhdasht County." *Journal of Rural Research*, Articles in Press, Accepted Manuscript Available Online from 20 August.
- Guest, David. (2002). "Perspectives on the Study of Work-Life Balance." *Social Science Information*, 41 (2), 255-279.
- Guillen-Royo, Monica and Velazco. Jackeline. (2012). "Happy villages and unhappy slums? Understanding happiness determinants in Peru." *Happiness Across Cultures*, 253-270.
- Headey, Bruce, Muffels, Ruud and Wooden. Mark. (2007). "money does not buy happiness: or does it? A reassessment based on the combined effects of wealth, income and consumption." *social indicators research*, 87(1), 65-82.
- Holman, David. (2002). "Employee Wellbeing in Call centers." *Journal of Human Resource Management*, 12(4), 35-50.
- Karabchuk, Tatiana and Salnikova. Daria. (2016). "Objective and subjective well-being: a comparative analysis of Central Asian countries, Russia and Belarus". *Sociological Studies*, 5(5), 96-109
- Kim, Miung and Hall. Michael. (2019). "A hedonic motivation model in virtual reality tourism: Comparing visitors and non-visitors." *International Journal of Information Management*, 46, 236-249.
- Lee, Yung jaan. (2008). "Subjective Quality of Life Measurement in Taipei". *Building and Environment*, 43(7), 1205-1215.
- Luthans, Fred, Luthans, Kyle and Luthans. Brett. (2004). "Positive Psychological Capital: Going beyond human and social capital." *Business Horizons*, 47 (1), 45- 50.
- Martinez, Marín, María and Martínez, Carmen. (2019). "Subjective well-being and gender, typed attributes in adolescents: The relevance of emotional intelligence." *Australian Journal of Psychology*, 71(3), 296-304.
- Minkov, Michael. (2009). "Predictors of Differences in Subjective Well-Being Across 97 Nations. Cross-Cultural Research." *The Journal of Comparative Social Science*, 43(2), 152-179.
- Moeed, Abid, Sarwar, Ambren, Imran, Kashif, Jabbar, Abdul, and Hannan. Abdul. (2013). "Effect of Job Design on Employee Satisfaction (A Study of Fertilizer Companies Listed in Lahore Stock Exchange)." *European Journal of Business and Management*, 19(5), 1-7.
- Moller, Bjorn. (2000). "National, Societal and Human Security: Discussion Case Study of the Israel-Palestine Conflict ". *Security and Environment in the Mediterranean*, 277-288

- Newton, Keneth. (2002). "Social Trust and Political Disaffection Social Capital and Democracy." *EURSCO conference on social capital*, 15-20.
- Putnam, Robert. (2000). *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community*. New York: Simon & Schuster.
- Ramos, Katherine and Lopes.fredrick. (2018). "Attachment security and career adaptability as predictors of subjective well-being among career transitioners." *Journal of Vocational Behavior*. 104, 72-85.
- Rawls, John. (1971). *A Theory of Justice*. Oxford: Oxford University Press.
- Robbins, Stephen., Millet Bruce, and Waters-Marsh, (Eds). (1998). *Organisational behaviour*.
- Russell, Joyce. (2008). "Promoting Subjective Well-Being at Work." *Journal of Career Assessment*, 16(1), 117-131.
- Ryff, Carrol and Singer. Burton. (1998). "The Contours of Positive Human Health". *Psychological Inquiry*, 9, 1-28.
- Sanchez, Ximena and Arcos.Estela. (2017). "Subjective well-being and the perception of health opportunities: The case study of senior citizens of the neighborhood of Playa ancha." *World Development Perspectives*, 5, 7-9.
- Spector, Paul. (1997). *Job Satisfaction: Applications, Assessment, Causes and Consequences*. Thousand Oaks London New Delhi: Sage Publications
- Sunarti, Euis., Gunawan, Endra., Widiyantoro, Sri., Marliyani, Gayatri. I., and Ida. Rachman. (2021). "Critical point on housing construction, resilience and family subjective welfare after disaster: Notes from the Lombok, Indonesia, earthquake sequence of July-August 2018"., *Natural Hazards and Risk*, 12(1), 922-938
- Tan, Jacinth, Kraus, Michael, Carpenter, Nichell, and Adler. Nancy. (2020). "The association between objective and subjective socioeconomic status and subjective well-being: A meta-analytic review ", *Psychological Bulletin*, 146(11), 970-1020.
- Wolfers, Justin. (2003). "Is Business Cycle Volatility Costly? Evidence from Surveys of Subjective Wellbeing." *International Finance*, 6(1), 1-26.
- Wong, Chack-Kie., Wong, Ka ying., and Mok. Bong Ho. (2006). "Subjective well-being, societal condition and social policy–The case study of a rich Chinese society". *Social Indicators Research*, 78(3), 405-428.
- Xu, Wen., Sun, Haiyan., Zhu, Bo., Bai, Wei., Yu, Xiao., Duan, Ruixin., Kou, Changgui and Li. Wenju. (2019). "Analysis of Factors Affecting the High Subjective Well-Being of Chinese Residents Based on the 2014 China Family Panel Study". *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(14): 25-66.

- Zheng, Xiaoming, Zhu, Weichung, Zhao, Hixia, and Zhang. Chi. (2015). "Employee well-being in organizations: Theoretical model, scale development, and cross-cultural validation", *Journal of Organizational Behavior*, 36, 621-644.
- Zhou, Mingming and Zhang. Xiaotian. (2019). "Online social networking and subjective well-being: Mediating effects of envy and fatigue." *Computers & Education*, 10(140), 35-98.