**پژوهش‌های تربیتی** دوره ۱۵- شماره ۴۹ – پاییز و زمستان ۱۴۰۳

# رابطه احساس کهتری و شادمانی در دانشجویان: نقش میانجی احساس تنهایی

**صدیقه یعقوبی[۱]، زهره مجدآبادی فراهانی[۲*]**

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۲/۰۱ پذیرش نهایی: ۱۴۰۳/۰۹/۲۰

## چکیده

با توجه به اهمیت شـادمانی در زندگی افراد و شـناخت عوامل تأثیرگذار بر احساس شادمانی، هدف پژوهش حاضر آزمون مدلی بود که بر پایه آن احسـاس شادمانی با احساس کهتری و احساس تنهایی تبیین می‌شود. طرح پژوهش حاضر غیرآزمایشی بود که در آن از روش تحقیق همبسـتگی و روش آماری پیشرفته مدل‌یابی معادلات ساختاری بهره گرفته شد. تعداد۲۱۰ دانشجو (۱۳۴زن، ۷۶ مرد) از دانشگاه پیام نور تایباد شاغل به تحصیل در نیمسال دوم ۱۴۰۱-۱۴۰۰ به شیوه‌ی در دسترس انتخاب شدند. شرکت‌کنندگان پژوهش علاوه بر پرسـش‌نامه جمعیت‌شـناختی، پرسـشنامه شادمانی آکسفورد (هیلز و آرگایل، ۲۰۰۲)، مقیاس احساس تنهایی (راسل، ۱۹۹۶) و مقیاس احساس کهتری (یائو و همکاران، ۱۹۹۸) را تکمیل کردند. تحلیل همبستگی نشان داد که بین احساس کهتری و شـادمانی رابطه منفی و معنادار، بین احساس کهتری و تنهایی رابطه مثبت و معنادار، بین احساس تنهایی و شادمانی رابطه منفی و معنادار وجود دارد. همچنین، نتایج مدل یابی معادلات ساختاری نشان داد که احساس تنهایی به طور کامل، رابطه احساس کهتری و شادمانی را واسطه‌گری می‌کند. یافته‌های پژوهش حاکی از آن است که احساس کهتری فقط از طریق افزایش احسـاس تنهایی، شـادمانی دانشـجویان را کاهش می‌دهد. با توجه به نقش شادمانی در سلامتی و موفقیت تحصیلی دانشجویان، تدوین و اجرای مداخلات پیشـگیرانه در افزایش شـادمانی و کاهش احسـاس تنهایی در دانشـجویان در سطح دانشگاه پیشنهاد می‌شود.

**واژگان کلیدی:** شادمانی، احساس کهتری، دانشجویان، احساس تنهایی

۱. کارشناسی‌ارشد روان‌شناسی شخصیت، دانشگاه پیام‌نور، گرمسار، ایران.
۲. استادیار گروه روان‌شناسی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران.
* نویسنده مسئول: z.majdabadi@pnu.ac.ir



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

## مقدمه

شادمانی[1] شاخصی فاعلی (ذهنی)[2] است که اغلب برای اندازه‌گیری کیفیت زندگی مورد استفاده قرار می‌گیرد و به بهزیستی فردی و اجتماعی اشاره دارد (جیانگ[3] و همکاران، ۲۰۲۲). شادمانی به دلیل انبوهی از معانی که به آن اختصاص یافته است مفهومی پیچیده، زودگذر و متنوع است (سینگ[4] و همکاران، ۲۰۲۲). از دیدگاه روان‌شناختی، شادمانی حالتی روان‌شناختی است که سه عنصر را دربر می‌گیرد: عاطفه مثبت زیاد، عاطفه منفی کم و رضایت از زندگی زیاد (فیلیپس[5] و همکاران، ۲۰۱۷). بر طبق گزارش جهانی شادمانی که در سال ۲۰۱۹ منتشر شده است تقریباً از هر سه نفر، یک نفر از زندگی خود راضی نیست و این تعداد در دهه اخیر به سرعت در حال افزایش است. سطوح پایین شادمانی در بین دانشجویان به طور جهانی گزارش شده است. سطوح پایین شادمانی می‌تواند عواقب منفی‌ای به دنبال داشته باشد: اختلال در سلامت جسمانی و روانی، حتی بیماری شدید روانی یا خودکشی، تیره شدن روابط بین فردی، و عملکرد تحصیلی ضعیف که همه این پیامدها تحول و زندگی حرفه‌ای آینده دانشجویان را به طور جدی تحت تأثیر قرار می‌دهد (جیانگ و همکاران، ۲۰۲۲).

اگرچه نشان داده شده است که عواملی مانند سلامتی، درآمد، حمایت اجتماعی، هوش هیجانی، حرمت‌خود و برونگردی سبب افزایش شادمانی و عواملی مانند تمرکز بر موقعیت مالی سبب کاهش شادمانی می‌شوند، بسیاری از محققان و دانشمندان هنوز بر آشکار کردن عوامل و ویژگی‌های یک زندگی شاد تمرکز دارند (آکدوآن و چیمشیر[6]، ۲۰۱۹). لیوبومیرسکی[7] و همکاران (۲۰۰۶) نشان دادند که بهترین پیش‌بین شادمانی، روابط اجتماعی (فقدان تنهایی، رضایت از دوستی‌ها) است. دینر و سلیگمن[8] (۲۰۰۲) عوامل مرتبط با سطح بالای شادمانی را بررسی کرده‌اند و نشان دادند که روابط اجتماعی مناسب برای شادمانی ضروری است و افراد شاد روابط اجتماعی رضایتبخش دارند و زمان کمی

1 . happiness
2 . subjective
3 . Jiang
4 . Singh
5 . Phillips
6 . Akdogan & Cimsir
7 . Lyubomirsky
8 . Diener & Seligman



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

را تنها می‌گذرانند. در چندین پژوهش رابطه منفی احساس تنهایی و شادمانی گزارش شده است (تو و ژانگ[1]، ۲۰۲۲؛ توس[2] و همکاران، ۲۰۲۱؛ چیچک[3]، ۲۰۲۱؛ ییلدیز و کاراداس[4]، ۲۰۱۷). تنهایی یک تجربه انسانی است که اغلب بر خلق و خوی، ادراک فرد، خودپنداشت، رابطه و سلامت جسمانی افراد تأثیر می‌گذارد (براون[5]، ۲۰۱۸) و سبب بی‌حسی عاطفی می‌شود (دوال و بامیستر[6]، ۲۰۰۶). احساس تنهایی تجربه ناخوشایندی است که زمانی روی می‌دهد که در شبکه روابط اجتماعی شخص از جهتی نارسایی وجود دارد (پپلو و پرلمان[7]، ۱۹۸۲). با توجه به اینکه انزوای اجتماعی می‌تواند نشانه‌ای از تهدید بقا باشد، محققان بر این باورند که تنهایی یک سازوکار تکامل‌یافته برای فعال کردن یک پاسخ استرس روانی- زیستی در انسان‌ها است (لبلانک[8]، ۲۰۱۹). احساس تنهایی ناراحتی عاطفی و شناختی ناشی از تنها بودن یا ادراک تنها بودن تعریف شده است و دیدگاه‌های متفاوت روان‌شناختی به آن متفاوت نگریسته‌اند. روان‌شناسی اجتماعی بر ناراحتی عاطفی تأکید می‌کند که در صورت برآورده نشدن نیازهای ذاتی برای صمیمیت و همراهی ایجاد می‌شود. روان‌شناسی شناختی بر تجربه ناخوشایند و ناراحت‌کننده‌ای تأکید می‌کند که ناشی از یک اختلاف ادراک شده (یعنی کمبود در کمیت یا کیفیت) بین روابط اجتماعی مطلوب و واقعی یک فرد است (وندنباس[9]، ۲۰۰۷). افراد در هر دوره‌ای از تحول که تنهایی را احساس کنند به هیجان‌هایی چون غمگینی، پوچی، تنیدگی، ناکامی، خشم، اضطراب، و خستگی اشاره می‌کنند. احساس تنهایی تلویحاتی برای سلامت روانی و جسمانی دارد (کوالتر[10] و همکاران، ۲۰۲۱).

احساس تنهایی همانند شادمانی با تعدادی از متغیرها همچون، حرمت‌خود، خودکارآمدی و اعتماد به خویشتن رابطه دارد. متغیر دیگری که به عنوان یکی از عوامل پیش‌بینی‌کننده‌ی احساس تنهایی به شمار می‌آید و با آن

1 . Tu & Zhang
2 . Tus
3 . Çiçek
4 . Yildiz & Karadas
5 . Brown
6 . DeWall & Baumeister
7 . Peplau& Perlman
8 . LeBlanc
9 . VandenBos
10 . Qualter



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

همبستگی زیادی دارد احساس کهتری است (آکدوآن و سیمزیر[1]، ۲۰۱۹؛ آکدوآن، ۲۰۱۷). احساس کهتری[2]، احساس پیچیده‌ای که همه‌ی افراد تجربه می‌کنند و برای تحول انسان‌ها مهم است (هیرائو[3]، ۲۰۱۴). احساس کهتری یک ساختار روان‌شناختی است که هم در نظریه‌ی روانی‌اجتماعی اریکسون[4] و هم در روان‌شناسی فردی آدلر[5] برجسته شده است. بر اساس نظریه‌ی اریکسون چهارمین بحران روانی اجتماعی تحقق عمل در برابر احساس کهتری است. کودکانی که بحران‌های سه مرحله پیشین را پشت سرگذاشته‌اند، برای مواجهه با چالش‌های مدرسه و توجه به فعالیت‌های جدید آماده‌اند. به اعتقاد اریکسون در خلال سال‌های مدرسه ابتدایی میل به انجام دادن کاری ارزنده و تولید چیزی در کودکان ایجاد می‌شود و آنها تلاش می‌کنند با نشان دادن پشتکار خود در به پایان رساندن یک وظیفه به احساس رضایتمندی برسند. اگر بزرگسالان تکالیف جالب و ارزنده‌ای را برای کودکان تعیین کنند که با توانایی‌های آنها منطبق باشند و اگر کودکان را از حمایت‌های لازم برای تکمیل آن وظایف برخوردار سازند، امکان گذار از مرحله نهفتگی همراه با تحقق خویشتن افزایش خواهد یافت. توانایی انگیزشی من برای رسیدن به موفقیت در زندگی به خوبی مستقر خواهد شد و حس صلاحیت بروز خواهد کرد، در غیر این صورت احساس فقدان صلاحیت در کودک پدید خواهد آمد و کودک در معرض خطر گسترش احساس کهتری قرار خواهد گرفت. شکست در تحقق خود و غلبه احساس کهتری در سنین دبستانی به ایجاد بازداری در کار و احساس بی صلاحیتی منتهی می‌شود (دادستان، ۱۳۹۳). در نظریه آدلر (۱۹۵۶، نقل از لامبرسون و وستر[6]، ۲۰۱۸) احساس کهتری به عنوان ارزشیابی فاعلی توصیف می‌شود که هم بهنجار و هم انگیزاننده است. احساس کهتری می‌تواند مثبت باشد مادامی که فرد از آن به عنوان یک عامل انگیزشی برای رسیدن به اهداف خود استفاده کند. احساس کهتری ممکن است در نتیجه موقعیت‌ها/تجربه‌های منفی اولیه زندگی، مانند بی‌توجهی، سوء استفاده و/ یا سایر رفتارهای نادرست والدین و/ یا ناتوانی‌های خاص افزایش یابد (آدلر، ۱۹۸۲، ۱۹۹۶، نقل از آکدوان و سیمزیز،

1 . Akdoğan & Çimşir
2 . inferiority feelings
3 . Hirao
4 . Erikson
5. Adler
6 . Lamberson & Wester



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

۲۰۱۹) و تبدیل به ضعف و/ یا نابهنجاری شود. افزایش احساس کهتری باعث می‌شود فرد با احتمال بیشتری مشکلاتی در روابط اجتماعی و بین‌شخصی‌اش احساس کند. در نتیجه، افراد دارای سطح بالای احساس کهتری بیشتر احتمال دارد که از پیامدهای روان‌شناختی منفی، روابط بین‌شخصی ضعیف و رضایت کم از زندگی رنج بکشند (آکدوآن و سیمزیر، ۲۰۱۹). نتایج مطالعات نشان داده‌اند که احساس کهتری بیشتر با کمال‌گرایی روان‌رنجور، افسردگی، خصومت، بی‌خوابی، افکار خودکشی، ناکامی، دلبستگی ناایمن، احساس تنهایی (آکدوآن و سیمزیر، ۲۰۱۹)، اضطراب، اجتناب از پیشرفت (چلیک و آرگون[1]، ۲۰۱۶)، احساس بی‌ارزشی و شکست (کانچانا و دیپیکا[2]، ۲۰۲۰)، ضعف و درماندگی (لیو[3] و همکاران، ۲۰۲۲) مرتبط است. در پژوهشی که در نمونه‌ای از دانشجویان ترکیه‌ای انجام شده است، رابطه منفی احساس کهتری و شادمانی گزارش شده است (آکدوآن و سیمزیر، ۲۰۱۹).

با در نظر گرفتن نقش فرهنگ در تعریف شادمانی (جوشنلو[4]، ۲۰۱۴؛ سینگ و همکاران، ۲۰۲۲) و احساس تنهایی (بارتو[5]، ۲۰۲۱) و همچنین نمره پایین شادمانی در ایرانی‌ها (بر اساس گزارش جهانی شادمانی، ۲۰۲۰، ایران نمره ۴/۶۷۲ و رتبه ۱۱۸را در بین ۱۵۳ کشور جهان دارد) (هلیول[6] و همکاران، ۲۰۲۰) و اهمیت آن در زندگی افراد، اجرای پژوهش‌های بیشتر در باره عوامل تأثیرگذار بر شادمانی؛ به خصوص در نمونه دانشجویی ضروری به نظر می‌رسد. دانشجویان دوره‌ای استرس‌زا را در زندگی تجربه می‌کنند و با ورود به دوره بزرگسالی نسبت به افسردگی و مشکلات هیجانی آسیب‌پذیرند (رودویز[7] و همکاران، ۲۰۲۰). در ایران، در مورد شادمانی در نمونه دانشجویی پژوهش‌های نسبتاً کمی صورت گرفته است و پژوهش‌های انجام شده هم عواملی چون تأثیر آموزش معنوی (برای مثال، فرساد اسدی و همکاران، ۱۴۰۲)، سبک فرزندپروری و حرمت خود (برای مثال،

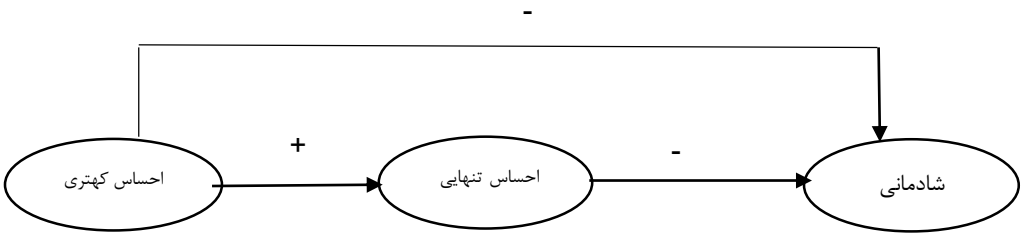
1 . Çelik & Ergün
2 . Kanchana & Deepika
3 . Liu
4 . Joshanloo
5 . Barreto
6 . Helliwell
7 . Rodowicz



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

دبیری و همکاران، ۱۳۹۰) و دین (برای مثال، سراج زاده و همکاران، ۱۳۹۵) بر شادمانی را درنظر گرفته‌اند و به تأثیر احساس‌های تنهایی و کهتری بر شادمانی و مکانیزم‌های اثرگذار بر شادمانی در دانشجویان نپرداخته‌اند.

با توجه به پیشینه نظری و پژوهشی بیان شده در باره روابط احساس کهتری، احساس تنهایی و شادمانی می‌توان مدلی مانند شکل ۱ تدوین کرد و آن را مورد آزمون قرار داد. هدف پژوهش حاضر بررسی روابط ساختاری احساس کهتری، احساس تنهایی و شادمانی در دانشجویان در قالب مدل شکل ۱ است. در این پژوهش فرض می‌شود ۱) مسیر احساس کهتری به شادمانی منفی است، ۲) مسیر احساس کهتری به احساس تنهایی مثبت است، ۳) مسیر احساس تنهایی به شادمانی منفی است. در باره نقش واسطه‌گر احساس تنهایی در رابطه بین احساس کهتری و شادمانی به لحاظ کمبود پیشینه کافی فرضیه‌ای مطرح نمی‌گردد و در پژوهش حاضر به عنوان سؤال پژوهش به اکتشاف پاسخ آن پرداخته می‌شود.




**شکل ۱. مدل نظری پژوهش**

## روش پژوهش

طرح پژوهش حاضر غیرآزمایشی است که در آن از روش تحقیق همبستگی بهره گرفته شده است. در این پژوهش برای تجزیه و تحلیل آماری داده‌ها روش مدل‌یابی ساختاری با نرم‌افزار اِیموس[1] نسخه ۲۴ به کار گرفته شد.

1. Amos-24



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

جامعه آماری پژوهش حاضر از کلیه دانشجویان زن و مرد دانشگاه پیام‌نور تایباد شاغل به تحصیل در نیمسال دوم ۱۴۰۱-۱۴۰۰ به تعداد۵۰۰ نفر تشکیل شد. نمونه پژوهش حاضر را ۲۱۷ دانشجو (۱۳۴ زن، ۷۶ مرد) تشکیل داد. شرکت‌کنندگان پژوهش بر اساس روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند. معیارهای ورود به پژوهش سن مساوی ۱۸ سال و بالاتر و تمایل به شرکت در پژوهش و معیار خروج، نقص در تکمیل ابزارهای پژوهش بودند. نمونه پژوهش حاضر را ۱۳۴ زن (۶۳/۸ درصد) و ۷۶ مرد (۳۶/۲ درصد) تشکیل دادند که از این تعداد ۳۹/۵ درصد مجرد و ۶۰/۵ درصد متأهل بودند. ۸۷/۶ از شرکت‌کنندگان در دوره کارشناسی و ۱۲/۴ درصد در دوره کارشناسی ارشد به تحصیل اشتغال داشتند. همچنین، ۸۹ درصد از دانشجویان شرکت‌کننده در پژوهش در رشته‌های علوم انسانی تحصیل می‌کردند. میانگین سنی شرکت‌کنندگان ۲۷ سال و انحراف استاندارد آن ۷/۴۵ بود.

در پژوهش حاضر جهت گردآوری اطلاعات از پرسشنامه جمعیت‌شناختی مشتمل بر مشخصات فردی شرکت‌کنندگان و سه پرسشنامه دیگر به شرح زیر بهره گرفته شده است:

**پرسشنامه احساس کهتری:** پرسشنامه احساس کهتری[1] یائو[2] و همکاران (۱۹۹۸) شامل ۳۴ گویه است که ۱۵ گویه‌ی آن مربوط به رویدادهای منفی مانند ضعف[3]، خستگی[4]، خطا[5]، شکست[6]، انتقاد[7] و از این قبیل و ۱۵ گویه با رویدادهای مثبت مانند موفقیت[8] و تحسین[9] و از این قبیل است و ۴ گویه آن منعکس‌کننده اصول موضوع بی قید و شرط[10] هستند. این پرسشنامه در یک مقیاس لیکرت ۵ درجه‌ای درجه‌بندی شده است (۱-اصلاً درست نیست، ۲-کمی درست است، ۳-نسبتاً درست است، ۴-غالباً درست است، ۵-کاملاً درست است). ضریب اعتبار این پرسشنامه از طریق بازآزمایی ۰/۸۴ و ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۵ به‌دست آمده است.

1. Inferiority Scale
2 . Yao
3 . weakness
4 . tiredness
5 . error
6 . failure
7 . criticism
8 . success
9 . compliment
10 . unconditional postulates



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

پایایی این پرسشنامه در پژوهش سقزی و همکاران (۱۴۰۰) با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۳ به‌دست آمده است. در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۹۵ به‌دست آمد.

**فرم کوتاه پرسشنامه شادمانی آکسفورد**[1]: پس از طراحی فرم بلند پرسشنامه شادمانی آکسفورد که دارای ۲۹ سؤال بود، ، هیلز و آرگایل[2] (۲۰۰۲) هشت سؤال را به عنوان جایگزین فرم بلند آن شناسایی کردند. سؤال‌ها در طیف لیکرت ۶ گزینه‌ای از کاملاً مخالفم تا کاملاً موافقم قرار دارند. نمره‌گذاری سه سؤال معکوس است (سؤالات۱، ۴ ، ۸). آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۹۱ گزارش و شواهدی دال بر روایی پرسشنامه نشان داده شده است (هیلز و آرگایل، ۲۰۰۲). همچنین، در پژوهشی که در ایران درباره فرم کوتاه پرسشنامه شادمانی آکسفورد در ۴۹۴ نفر از دانشجویان دانشگاه‌های دولتی شهر تهران انجام شده است ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه در کل نمونه برابر با ۰/۷۱ محاسبه و شواهدی در حمایت از روایی پرسشنامه گزارش شده است (دهشیری و همکاران، ۱۳۹۴). در پژوهش حاضر نیز ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۷۶ به دست آمد.

**مقیاس احساس تنهایی:** مقیاس احساس تنهایی[3] (راسل[4] ، ۱۹۹۶) از ۲۰ سؤال تشکیل شده که ۱۱ عبارت مثبت و ۹ عبارت منفی دارد. سؤال‌ها در یک مقیاس ۴ گزینه‌ای از نوع لیکرت درجه‌بندی شده‌اند. نمره‌ی سؤالات با محتوای مثبت (۱،۵،۶،۹،۱۰،۱۵،۱۶،۱۹ و۲۰) به صورت هرگز=۴ ؛ به ندرت=۳؛ گاهی=۲؛ همیشه=۱ و برای سؤالات با محتوای منفی نمره‌گذاری معکوس انجام می‌شود. حداقل نمره شرکت‌کننده در این آزمون ۲۰ و حداکثر نمره ۸۰ می‌باشد. ضریب پایایی آزمون با استفاده از آلفای کرونباخ در گروه‌های متفاوت (معلمان، پرستاران، سالمندان) از ۰/۸۹ تا ۰/۹۴ متغیر بوده است (راسل، ۱۹۹۶). در پژوهش حاضر ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ به دست آمد.

## روند اجرای پرسشنامه‌ها

1 . Oxford Happiness Questionnaire - Short Form
2 . Hills & Argyle
3 . Loneliness Scale
4 . Russell



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

پس از آماده‌سازی نهایی پرسش‌نامه‌های پژوهش، به منظور تکمیل پرسشنامه‌ها توسط دانشجویان به دانشگاه پیام‌نور واحد تایباد مراجعه شد و پس از هماهنگی با ریاست و مدیریت پژوهش دانشگاه، پرسشنامه‌های این پژوهش در نمونه در دسترسی از دانشجویان توزیع شد. به منظور رعایت ملاحظات اخلاقی شرکت‌کنندگان بدون نام و نام خانوادگی و به طور داوطلبانه به ابزارهای پژوهش پاسخ دادند. همچنین، به آنان اطمینان داده شد که اطلاعات دریافت‌شده از آنان به صورت محرمانه خواهد ماند و در اختیار هیچکس قرار نخواهد گرفت. بر اساس جدول کرجسی و مورگان[1] (۱۹۷۰) برای جامعه آماری ۵۰۰ نفری باید ۲۱۷ نفر نمونه پژوهش را تشکیل دهد. در پژوهش حاضر ۲۴۷ دانشجو پرسشنامه‌های پژوهش را تکمیل کردند که پس از بررسی پرسشنامه‌ها، ۳۷ پرسشنامه ناقص از دایره تحلیل خارج گردید و در نهایت، داده‌های حاصل از اجرای پرسشنامه در۲۱۰ نفر از شرکت‌کنندگان مورد تجزیه و تحلیل آماری قرار گرفت.

## یافته‌ها

ضرایب همبستگی مرتبهٔ صفر و شاخص‌های توصیفی متغیرهای پژوهش در جدول ۱ نشان داده شده است.

**جدول۱. ضرایب همبستگی مرتبهٔ صفر و شاخص‌های توصیفی متغیرهای مکنون پژوهش (N= ۲۱۰)**

| متغیرها | ۱ | ۲ | ۳ |
|---|---|---|---|
| ۱. احساس کهتری | – | | |
| ۲. احساس تنهایی | ۰/۳۴** | – | |
| ۳. شادمانی | -۰/۱۷* | -۰/۲۶** | – |
| M | ۱۱/۲۱ | ۷/۹۳ | ۱۲/۹۰ |
| SD | ۴/۵۲ | ۲/۷۸ | ۳/۶۱ |
| SKEW | ۰/۶۱ | ۰/۵۵ | -۰/۶۷ |
| KURT | -۰/۳۷ | -۰/۲۶ | -۰/۲۹ |

**P<۰/۰۱ *P<۰/۰۵

1. Krejcie & Morgan



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

بر اساس جدول ۱، بین کلیهٔ متغیرهای پژوهش همبستگی معنادار (P < ۰/۰۱) وجود دارد. رابطه بین احساس کهتری (متغیر برون‌زا) با احساس تنهایی (متغیر برون‌زا و درون‌زا) مثبت و معنادار است. رابطه‌ی بین احساس کهتری با شادمانی (متغیر درون‌زا) منفی و معنادار است و رابطه احساس تنهایی و شادمانی منفی و معنادار است. جهت بررسی نرمال بودن داده‌های پژوهش، زمانی که حجم نمونه بیشتر از ۱۰۰ باشد، بهتر است از روش‌هایی مانند شاخص‌های چولگی و کشیدگی استفاده شود و چنانچه مقدار چولگی و کشیدگی در دامنه‌ی ۱- تا ۱+ قرار نگیرد، شاخص مهمی برای انحراف از نرمال بودن تلقی می‌شود (کریمی، ۱۳۹۴). همان‌طور که نتایج جدول ۱ نشان می‌دهد فرض نرمال بودن توزیع داده‌ها پذیرفته می‌شود.

پس از بررسی همبستگی بین متغیرها، به‌منظور اعتباریابی ضرایب مسیر بین آنها در قالب تجزیه و تحلیل چندمتغیره، روش مدل‌یابی معادلات ساختاری با نرم افزار ایموس -۲۴ به کار گرفته شد. شاخص‌های برازش مدل پژوهش در جدول ۲ ارائه شده است.

**جدول ۲. شاخص‌های برازش مدل پژوهش (N= ۲۱۰)**

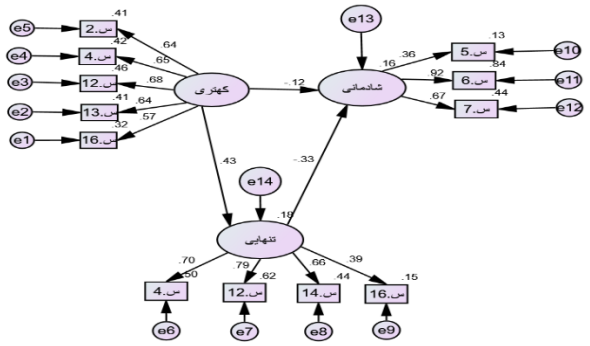
| شاخص | df | $\chi^2$ | $\chi^2$/df | RMSEA | CFI | IFI | GFI |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| مقدار | ۵۱ | ۷۸/۵۰۸ | ۱/۵۳۹ | ۰/۰۵۱ | ۰/۹۵۴ | ۰/۹۵۵ | ۰/۹۴۲ |

نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد که مدل پیشنهادی پژوهش از برازش کافی برخوردار است (RMSEA<0/08، CFI>0/90، $\chi^2$/df <3، IFI>0/90 و GFI >0/90).

نتایج آزمون الگوی ساختاری پژوهش در شکل ۲ ارائه شده است.



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]




**شکل ۲. ضرایب استاندارد مدل پژوهش. سازه‌های مکنون به شکل بیضی و متغیرهای مشاهده شده به شکل مستطیل نشان داده شده است.**

میزان ضرایب و سطح معناداری اثرات مستقیم سازه‌های پژوهش در جدول ۳ گزارش شده است.

**جدول ۳. ضرایب مسیرهای مستقیم در مدل پژوهش**

| مسیرها | B | β | SE | t | P |
|---|---|---|---|---|---|
| احساس کهتری --> به شادمانی | -۰/۱۰۱ | -۰/۱۲۰ | ۰/۰۸۲ | -۱/۲۳۴ | ۰/۲۱۷ |
| احساس کهتری --> احساس تنهایی | ۰/۲۳۰ | ۰/۴۲۶ | ۰/۰۶۷ | ۳/۴۳۴ | ۰/۰۰۰ |
| احساس تنهایی --> شادمانی | -۰/۵۱۲ | -۰/۳۲۹ | ۰/۲۰۴ | -۲/۵۰۶ | ۰/۰۱۲ |

همان‌طور که نتایج جدول ۳ نشان می‌دهد اثرات مستقیم احساس کهتری بر احساس تنهایی (β=۰/۴۲۶، P<0/۰۰۱) و احساس تنهایی بر شادمانی (β=-۰/۰/۳۲۹، P<0/۰۱) از لحاظ آماری معنادار است.

به‌منظور بررسی اثر غیرمستقیم احساس کهتری بر متغیر شادمانی به واسطهٔ متغیر احساس تنهایی و معناداری آن، آزمون بوتسروپ ۵۰۰۰ در دامنهٔ ۹۵ اجرا شد. نتایج این بررسی در جدول ۴ گزارش شده است.



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

**جدول ۴. خلاصه تحلیل میانجی‌گری**

| رابطه | اثر مستقیم | اثر غیرمستقیم | فاصله اطمینان | | معناداری | نتیجه‌گیری |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | کرانه پایین | کرانه بالا | | |
| احساس کهتری--> احساس تنهایی --> شادمانی | -۰/۱۰۱ (۰/۲۱۷) | -۰/۱۱۸ | -۰/۲۸۰ | -۰/۰۴۶ | ۰/۰۰۰ | واسطه‌گری کامل |

نتایج جدول ۴ نشان می‌دهد که دامنه کرانه‌های پایین و بالای اثر غیرمستقیم شامل صفر نیست و P<۰/۰۵ است؛ بدین‌ترتیب اثر غیرمستقیم معنادار است و می‌توان چنین نتیجه گرفت که احساس تنهایی رابطه بین احساس کهتری و شادمانی را واسطه‌گری می‌کند. حال برای اینکه تعیین گردد واسطه‌گری نسبی است یا کامل، نتایج ضرایب مسیرهای مستقیم در جدول ۳ نشان می‌دهد که مسیر احساس کهتری به شادمانی معنادار نیست (P=۰/۲۱۷)؛ بنابر این، واسطه‌گری کامل تأیید می‌گردد؛ به عبارت دیگر، احساس کهتری فقط به واسطه سازه‌ی احساس تنهایی بر شادمانی تأثیر دارد.

## بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر به منظور بررسی روابط ساختاری احساس کهتری، احساس تنهایی و شادمانی در نمونه‌ای از دانشجویان اجرا شد. بر اساس پیشینه‌ی نظری و پژوهشی بیان شده در مقدمه، مدلی تدوین شد و مورد آزمون قرار گرفت. پژوهش حاضر چند یافته به شرح زیر داشت:

بر اساس اولین یافته، در سطح دو متغیری نتایج همبستگی نشان داد احساس کهتری با شادمانی دانشجویان رابطه منفی دارد. این یافته با نتایج پژوهش آکدوآن و سیمزیر (۲۰۱۹) همسو است. بدین‌ترتیب، هر چه احساس کهتری بیشتر می‌شود، شادمانی کمتر می‌شود. همگام با دیدگاه آدلر می‌توان گفت افراد دارای احساس کهتری بیشتر، احتمال کمتری دارد که رضایت در زندگی را تجربه کنند، به ویژه در حوزه‌های کار، دوستی و عشق، و همسو با دیدگاه اریکسون می‌توان چنین بیان کرد که احساس کهتری مانعی برای تحول روانی‌اجتماعی سالم است. با افزایش احساس کهتری که با احساس بی‌ارزشی و شکست (کانچانا و دیپیکا، ۲۰۲۰) و ضعف و درماندگی (لیو و



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

همکاران، ۲۰۲۲) همراه است فرد کمتر رضایت از زندگی و عاطفه مثبت را تجربه می‌کند. به طور کلی افراد دارای احساس ارزشمندی بالا تمایل دارند خود را مثبت ببینند، در مورد کیفیت کلی زندگی خود احساس مثبت گزارش می‌کنند و اغلب اوقات تجربه عاطفی خوبی از خود نشان می‌دهند. اما، از آن‌جا که در سطح چندمتغیری، احساس کهتری بر شادمانی تأثیر معناداری نداشت، رابطه همبستگی بین احساس کهتری و شادمانی را می‌توان از زاویه‌ای دیگر مطرح کرد؛ بدین معنا که شاید با کاهش شادمانی، احساس کهتری بیشتر می‌شود. این موضوع به پژوهش‌هایی که رابطه دوسویه بین این دو سازه را بررسی کنند نیاز دارد. شاید یک تبیین برای عدم رابطه مستقیم احساس کهتری با شادمانی، همبستگی قوی بین احساس کهتری و احساس تنهایی (P <.۰/۰۱، r=۰/۳۷) باشد. از آن‌جا که مدل‌یابی معادلات ساختاری بسط رگرسیون چندگانه است، می‌توان فرض کرد که وقتی دو متغیر مستقل با یکدیگر همبستگی بالایی دارند، واریانسی که بین آنها برای تبیین یک متغیر وابسته تقسیم می‌شود، به متغیر مستقلی که رابطه قوی‌تر دو متغیره با متغیر وابسته دارد، اختصاص یابد (شوارتز[1] و همکاران، ۲۰۰۶).

بر اساس یافته دوم، افزایش احساس کهتری به افزایش احساس تنهایی منتهی می‌گردد. این یافته با نتایج تحقیقات آکدوآن (۲۰۱۷) و آکدوآن و سیمزیر (۲۰۱۹) همسو است. هماهنگ با دیدگاه آدلر شاید بتوان گفت که با زیاد شدن احساس کهتری فرد تلاش می‌کند از طریق برتری داشتن بر دیگران بر این احساس‌ها غلبه کند و برای همین به تلاش‌های مهتری بی‌فایده می‌پردازد و اطرافیان را به عنوان تهدید تلقی می‌کند و با عدم اعتماد به دیگران که به همراه تشدید احساس کهتری است ترجیح می‌دهد از آنها دور بماند. چنین فردی چون دائماً خود را با دیگران مقایسه می‌کند و در این فرایند خود را کهتر از دیگران تلقی می‌کند از برقراری رابطه با آنها اجتناب می‌کند.

از دیدگاه آدلر احساس کهتری با کاهش سطح علاقه اجتماعی مرتبط است و همچنین در تعریف احساس تنهایی بیان شد که این احساس تجربه‌ای ناخوشایند است که در آن شبکه روابط اجتماعی فرد از جهتی نارسایی دارد؛ بدین ترتیب، می‌توان انتظار داشت که با افزایش احساس کهتری شبکه روابط اجتماعی فرد نارسایی بیشتری پیدا کند و احساس تنهایی بیشتری را تجربه کند. همچنین، همان‌طور که پیشتر بیان شد از دیدگاه اریکسون غلبه

1. Schwartz



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

احساس کهتری به احساس بی‌صلاحیتی در فرد منتهی می‌شود، بدین ترتیب گسترش احساس بی‌صلاحیتی به روابط بین شخصی در شروع و حفظ روابط صمیمی با دیگران می‌تواند خلل وارد کند و انتظار داشت چنین فردی احساس تنهایی را تجربه کند.

بر اساس یافته سوم، افزایش احساس تنهایی به کاهش تجربه شادمانی در دانشجویان منجر می‌شود. این یافته با نتایج تحقیقات چیچک (۲۰۲۱)، ییلدیز و کاراداس (۲۰۱۷)، تو و ژانگ (۲۰۲۲) و توس و همکاران (۲۰۲۱) هماهنگ است. این یافته نشان می‌دهد احساس تنهایی اثر مخربی بر شادمانی دانشجویان دارد. از آن‌جا که انسان ماهیتی اجتماعی دارد و به تعلق، احساس ارتباط با دیگران، و برقراری و حفظ روابط اجتماعی نیاز دارد، برآورده نشدن این نیازها بهزیستی او را تحت تأثیر قرار می‌دهد. می‌توان گفت فردی که احساس تنهایی بیشتری می‌کند از یک سو به خاطر تماس‌های اجتماعی محدودتر به آسانی در فعالیت‌های اجتماعی مشارکت نمی‌کند و از سوی دیگر با تماس‌های اجتماعی محدودتر ممکن است در مدیریت نیازهای خود دچار مشکل شود و احساس ناکامی بیشتری را در دنیای اجتماعی تجربه کند و بدین ترتیب شادمانی کمتری را احساس کند. همچنین، شاید بتوان گفت که با توجه به این‌که افرادی که تنهایی مداوم را تجربه می‌کنند، احتمالاً باورهای منفی درباره خود دارند و درباره روابط بین‌فردی نگران‌تر هستند، شادمانی کمتری را احساس کنند. همچنین، همگام با براون (۲۰۱۸) می‌توان به نظریات روان‌تحلیلگران مختلف از جمله، وینی‌کات و بالبی اشاره کرد که تنهایی را با نیازهای برآورده نشده دوران کودکی برای صمیمیت مرتبط دانستند و ناتوانی در درونی کردن مراقب اولیه به عنوان یک شیء خوب، در دوران نوزادی و کودکی سبب می‌شود که افراد در طول زندگی خود احساس تنهایی کنند و به تبع آن شادمانیِ کمتری را تجربه کنند.

یافته مهم پژوهش حاضر نقش میانجی‌گری کامل – و نه نسبی- احساس تنهایی در رابطه بین احساس کهتری و شادمانی بود. در نمونه‌ای از دانشجویان ترکیه‌ای، آکدوآن (۲۰۱۷) نقش واسطه‌ای نسبی احساس تنهایی را در رابطه بین احساس کهتری و شادمانی گزارش کرده بود. در این پژوهش علاوه بر سازه احساس تنهایی، میانجی‌گری زنجیره‌ای نیز مد نظر قرار گرفته بود.



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

نتایج پژوهش حاضر نشان داد که احساس تنهایی سازوکاری است که به وسیله آن رابطه بین احساس کهتری و شادمانی را می‌توان به طور کامل تبیین کرد. بر اساس این یافته احساس کهتری به طور مستقیم بر شادمانی تأثیر ندارد و صرفاً از طریق تأثیر بر احساس تنهایی بر احساس شادمانی تأثیر می‌گذارد. بدین ترتیب، احساس کهتری از خلال افزایش احساس تنهایی، شادمانی دانشجویان را کاهش می‌دهد؛ به عبارت دیگر، با بالا رفتن سطح احساس کهتری، فرد گرایش بیشتری به احساس تنهایی دارد و افزایش احساس تنهایی به کاهش شادمانی منتهی می‌شود. این یافته با مطالعاتی که محدودیت در روابط اجتماعی را به عنوان یک جنبه مهمی از احساس کهتری برجسته ساخته‌اند (آکدوآن، ۲۰۱۷) و پژوهش‌هایی که بر محدودیت در روابط اجتماعی به عنوان دلیلی برای عدم شادمانی تأکید کرده‌اند (برای مثال، لیوبومیرسکی و همکاران، ۲۰۰۶) هماهنگ است.

علی‌رغم سهم این پژوهش در توسعه دانش در باب روابط احساس کهتری، احساس تنهایی و شادمانی، واجد محدودیت‌هایی است. اول آن‌که مطالعه‌ی حاضر یک مطالعه‌ی مقطعی بود. با مطالعه مقطعی نمی‌توان روابط بین متغیرها را قاطعانه تعیین کرد. دوم آنکه، نمونه پژوهش حاضر را عمدتاً زنان دانشجو تشکیل دادند. سوم آن‌که، نمونه پژوهش حاضر را نمونهٔ دردسترسی از دانشجویان دانشگاه پیام نور شهر تایباد تشکیل دادند؛ بدین ترتیب در تعمیم نتایج این پژوهش به سایر گروه‌ها، دانشگاه‌ها و شهرها باید احتیاط کرد، و در نهایت، در پژوهش حاضر از پرسشنامه‌های خودگزارش‌دهی برای اندازه‌گیری متغیرهای پژوهش بهره گفته شد. ممکن است پاسخ‌های شرکت‌کنندگان تحت‌تأثیر مطلوبیت اجتماعی قرار گرفته باشد.

پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آینده با مطالعه‌ی طولی روابط علّی بین متغیرهای پژوهش، مورد بررسی قرار گیرد. همچنین، پژوهش در نمونه معرفی از دانشجویان سایر دانشگاه‌ها و شهرها صورت گیرد، تفاوت‌های جنسی و سطوح اقتصادی اجتماعی متفاوت در روابط بین متغیرها با نمونه‌ای مساوی از زنان و مردان مورد بررسی قرار گیرد، و روش‌هایی چون مصاحبه برای اندازه‌گیری متغیرهای پژوهش بهره گرفته شود.

در مجموع، این مطالعه اهمیت احساس تنهایی را در تبیین رابطه بین احساس کهتری و شادمانی نشان داد و نقش آن را به عنوان یک مکانیزم اثرگذار در کاهش شادمانی در دانشجویان آشکار ساخت. از آن‌جا که احساس



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

کهتری صرفاً از طریق احساس تنهایی بر شادمانی اثر می‌گذارد، با توجه به نقش شادمانی در سلامتی و موفقیت تحصیلی دانشجویان تدوین و اجرای مداخلات پیشگیرانه در افزایش شادمانی و کاهش احساس تنهایی در دانشجویان در سطح دانشگاه گامی مؤثر خواهد بود. برای مثال، پیشنهاد می‌شود در برنامه درسی دانشگاه‌ها دروسی اختیاری در حوزه روان‌شناسی مثبت‌نگر با تأکید بر موضوع شادمانی گنجاند و حتی از آن‌جا که رفتارها در سطح ابتدایی در مقایسه با سطوح بعدی زندگی با سهولت بیشتری تعدیل می‌یابند در سطح مدارس نیز چنین برنامه‌هایی را در برنامه‌ریزی دروس درنظر گرفت.

## References


Akdoğan, R. (2017). A model proposal on the relationships between loneliness, insecure attachment, and inferiority feelings. *Personality and Individual Differences, 111*, 19-24.

Akdoğan, R., & Çimşir, E. (2019). Linking inferiority feelings to subjective happiness: Self-concealment and loneliness as serial mediators. *Personality and Individual Differences*, 149, 14-20.

Barreto, M., Victor, C., Hammond, C., Eccles, A., Richins, M. T., & Qualter, P. (2021). Loneliness around the world: Age, gender, and cultural differences in loneliness. *Personality and Individual Differences*, 169, 110066.

Brown, N. N. (2018). Lived Experience of Loneliness: A Narrative Inquiry (Doctoral dissertation, Saybrook University).

Çelik, B., & Ergün, E. (2016). An integrated approach of Erikson's psychosocial theory and adlerian counseling. *International Journal of Human and Behavioral Science, 2*(1), 20-26.

Çiçek, I. (2021). Mediating Role of Self-Esteem in the Association between Loneliness and Psychological and Subjective Well-Being in University Students. *International Journal of Contemporary Educational Research, 8*(2), 83-97.

Dabiri, S., & Delavar, A. (2011). The predictive role of parenting styles and self-esteem among college students. *Quarterly of Educational Psychology, 7*(20), 1-16. [Persian]

Dadsetan, P. A. (2013). Selection of the greatest developmental psychology systems. Tehran: Samt Publications. [Persian]

Dehshiri, G., Akbari Balutbangan, A., Najafi, M., & Moghadamzadeh, A. (2016). Psychometric properties of the Oxford Happiness Questionnaire-short form in university students. *Educational Measurement and Evaluation Studies, 5*(12), 9-26. [Persian]

DeWall, C. N., & Baumeister, R. F. (2006). Alone but feeling no pain: Effects of social exclusion on physical pain tolerance and pain threshold, affective forecasting, and interpersonal empathy. *Journal of personality and social psychology, 91*(1), 1-15.




[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

Diener, E. i Seligman, MEP (2002). Very happy people. *Psychological science, 13*(1), 81-84.

Farsad Asadi, F., Abolghasemi, Sh., & Shafiee Sabet, M. (2023). The Effects of Spiritual Intelligence Training on the Quality of Life and Happiness of Medical Students. *Journal of Isfahan Medical School, 41*(727), 575-583. [Persian]

Helliwell, J. F., Layard, R., Sachs, J., & De Neve, J. (2020). World happiness report 2020. New York: Sustainable Development Solutions Network.

Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences, 33*(7), 1073-1082.

Hirao, K. (2014). Comparison of feelings of inferiority among university students with autotelic, average, and nonautotelic personalities. *North American Journal of Medical Sciences, 6*(9), 440.

Jiang, Y., Lu, C., Chen, J., Miao, Y., Li, Y., & Deng, Q. (2022). Happiness in University Students: Personal, Familial, and Social Factors: A Cross-Sectional Questionnaire Survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(8), 4713.

Joshanloo, M. (2014). Eastern conceptualizations of happiness: Fundamental differences with western views. *Journal of Happiness Studies, 15*, 475-493.

Kanchana, D. M., & Deepika, S. (2020). Inferiority and dependence proneness among college students. *Journal of Information and Computational Science, 10*(7), 7-16.

Karimi R. (2014). An easy guide to statistical analysis with SPSS. Tehran: Hengam Publications. [Persian]

Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. *Educational and Psychological Measurement, 30*(3), 607-610.

Lamberson, K. A., & Wester, K. L. (2018). Feelings of inferiority: A first attempt to define the construct empirically. *The Journal of Individual Psychology, 74*(2), 172-187.

LeBlanc, N. J. (2019). Building social connections: Testing the efficacy of two brief cognitive-behavioral interventions to reduce loneliness among young adults (Doctoral dissertation, Harvard University).

Liu, Y., Xu, C., Kuai, X., Deng, H., Wang, K., & Luo, Q. (2022). Analysis of the causes of inferiority feelings based on social media data with Word2Vec. *Scientific Reports, 12*(1), 5218.

Lyubomirsky, S., Tkach, C., & DiMatteo, M. R. (2006). What are the differences between happiness and self-esteem. *Social Indicators Research*, 78, 363-404.

Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). Perspectives on loneliness. In L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), Loneliness: A sourcebook of current theory, research, and therapy (pp. 1-18). New York: Wiley.



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

Phillips, J., De Freitas, J., Mott, C., Gruber, J., & Knobe, J. (2017). True happiness: The role of morality in the folk concept of happiness. *Journal of Experimental Psychology: General, 146*(2), 165-181.

Qualter, P., Petersen, K., Barreto, M., Victor, C., Hammond, C., & Arshad, S. A. (2021). Exploring the frequency, intensity, and duration of loneliness: a latent class analysis of data from the BBC loneliness experiment. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*(22), 12027.

Rodowicz, C. M., Morris, L., W. , Sidman, C. L., & Beyer, K. (2020). The impact of an online happiness course on subjective happiness among college students. *Building Healthy Academic Communities* , *4*(2), 69-81.

Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment, 66*(1), 20-40.

Saqezi, A., Fazlali, H., & Golmohammadian, M. (2021). The Mediating Role of Family Functioning in the Relationship between Resilience and Inferiority. *Journal of Psychology, 25*(2), 290-308. [Persian]

Schwartz, S. J., Coatsworth, J. D., Pantin, H., Prado, G., Sharp, E. H., & Szapocznik, J. (2006). The role of ecodevelopmental context and self-concept in depressive and externalizing symptoms in Hispanic adolescents. *International Journal of Behavioral Development, 30*(4), 359-370.

Serajzadeh, H., Jameh Shorani, M., & Mohammadi, F. (2016). Religion and happiness: Studying the relationship between religiosity and happiness in a sample of students. *Two quarterly journals of social sciences of Ferdowsi University of Mashhad, 13*(1), 27-48. [Persian]

Singh, K., Bandyopadhyay, S., & Saxena, G. (2022). An exploratory study on subjective perceptions of happiness from India. *Frontiers in Psychology*, 13, 111.

Tu, Y., & Zhang, S. (2015). Loneliness and subjective well-being among Chinese undergraduates: The mediating role of self-efficacy. *Social Indicators Research*, 124, 963-980.

Tus, J., Paras, N. A. E. N. E., Dalmacio, J. M., Deluna, A., Garcia, S. R., Aglamma, J. A.,... Mohamitano10, A. The Correlation between Social Media Addiction, Social Anxiety, Loneliness, and Happiness Among Filipino Tertiary Students.

VandenBos, G. R. (2007). *APA dictionary of psychology*: American Psychological Association.

Yao, S. N., Cottraux, J., Martin, R., Mollard, E., Bouvard, M., Guérin, J., & Hanauer, M.T. (1998). Inferiority in Social Phobics, Obsessive-Compulsives, and Non-Clinical Controls. A Controlled Study with the Inferiority Scale. In E. Sanavio (Ed.), *Behavior and Cognitive Therapy Today: Essays in Honour of Hans J. Eysenck* (pp. 305-318). Elsevier.

Yildiz, M. A., & Karadas, C. (2017). Multiple mediation of self-esteem and perceived social support in the relationship between loneliness and life satisfaction. *Journal of Education and Practice, 8*(3), 130-139.



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

# Relationship of Inferiority Feeling to Happiness among Students: The Mediating Role of Loneliness

Seddighe Yaghubi Sangani[1], Zohreh Majdabadi Farahani[2*]

## Abstract

Considering the importance of happiness in people's lives and understanding the factors affecting the feeling of happiness, this study aimed to test a model explaining happiness based on feelings of inferiority and loneliness. The study design was non-experimental in which the correlation research method and the advanced statistical method of structural equation modeling were used. A total of 210 students (134 females, 76 males) were selected from Payam Noor University, Taibad, using available sampling in the second semester of 2021-2022. In addition to the demographic questionnaire, the research participants completed the Oxford Happiness Questionnaire (Hills & Argyle, 2002), the Loneliness Scale (Russell, 1996) and the Inferiority Feeling Scale (Yao, et al., 1998). Correlational analysis indicated that there was a negative and significant relationship between loneliness and happiness, a positive and significant relationship between loneliness and feeling of inferiority, and a negative and significant relationship between loneliness and happiness. The results of structural equation modeling indicated that loneliness completely mediates the relationship between inferiority feelings and happiness. The findings suggested that the feeling of inferiority decreased college students' happiness only by increasing their feeling of loneliness. Since loneliness affects happiness only through loneliness, considering the role of happiness in the health and academic success of students, developing and implementing preventive interventions for increasing happiness and reducing loneliness in students at the university level recommended.

**Keywords:** *happiness, inferiority feeling, university students, loneliness*

1. Master of Psychology, Payame Noor University, Garmsar, Iran
2.Assistant Professor, Department of Psychology, Payame Noor University, Tehran, Iran
*Corresponding Author: z.majdabadi@pnu.ac.ir



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

## Extended Abstract

### Introduction

Happiness is an subjective index that is used to measure the quality of life and refers to individual and social well-being. Low levels of happiness among students have universally been reported (Jiang et al., 2022). Lyubomirski et al. (2006) found that the best predictor of happiness was social relationships (lack of loneliness, satisfaction with friendships). The inferiority feeling is considered as one of the strong predictors of loneliness (Akdoğan, 2017; Akdoğan & Çimşir, 2019). Inferiority is a complex feeling that all people experience and is important for human development (Hirao, 2014). An increase in the inferiority feeling makes a person more likely to feel problems in his social and interpersonal relationships (Akdoğan, 2017). In a research conducted on a sample of Turkish students, a negative relationship between the inferiority feeling and happiness was reported (Akdoğan, 2017). Considering the role of culture in defining happiness (Joshanloo, 2014; Singh et al., 2022) and loneliness (Barreto, 2021), as well as the low score of happiness in Iranians (according to the World Happiness Report, 2020, Iran scored 4.672 and ranked 118 among 153 countries) (Helliwell et al., 2020) and its importance in people's lives, it seems necessary to carry out more research on the factors affecting happiness, especially in the student sample. The aim of the current study is to investigate the structural relationships of inferiority, loneliness and happiness in university students In this study, it is assumed that 1) the path of inferiority to happiness is negative, 2) the path of inferiority to loneliness is positive, 3) the path of loneliness to happiness is negative. Since there is not sufficient guidance to speculate the indirect relationship between inferiority and happiness through loneliness this issue was treated as a research question in the present study.

### Method

The current research design was non-experimental in which the correlational research method was used. To analyze the data, the advanced structural equation modeling was used. A total of 210 students (134 females, 76 males; average age = 27, standard deviation = 7.45) were selected from Payam Noor University, Taibad, using available sampling. The participants completed the demographic questionnaire, the Inferiority Scale (Yao, et al; 34 items; α=.95), the Oxford Happiness Questionnaire - Short Form (Hills & Argyle, 2002; 8 items; α = .76 ), and the Loneliness Scale (Russell, 1996; 20 items; α = .87).



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]

**Results and Discussion**

There was a significant correlation (P<0.01) between all research variables. The relationship between inferiority feeling (exogenous variable) and loneliness (exogenous and endogenous variable) was positive and significant. This finding is consistent with the results of Akdogan (2017) and Akdogan and Chimshir (2019).

The relationship between inferiority and happiness (endogenous variable) was negative and significant. This finding is consistent with the results of Akdogan and Chimshir (2019). However, at the multivariate level, the inferiority feeling did not have a significant effect on happiness. The relationship between loneliness and happiness was negative and significant. This finding is consistent with the results of Çiçek (2021), Yildiz and Karadas (2017), Tu and Zhang (2022), and Tus & et al. (2021). The important aspect of the current research was the complete - and not partial - mediation role of loneliness in the relationship between inferiority and happiness. In a sample of Turkish students, Akdogan and Chimshir (2019) found the relative mediating role of loneliness in the relationship between inferiority and happiness. Of course, these researchers considered chain mediation.The results of the present study indicated that the feeling of loneliness is a mechanism by which the relationship between the Inferiority feeling and happiness can be fully explained. Based on this finding, the inferiority feeling does not directly affect happiness but through the effect on the loneliness feeling. Thus, the inferiority feeling reduces the happiness of students by increasing the loneliness feeling.

This study was a cross-sectional study. With a cross-sectional study, it is not possible to definitively determine the relationships between variables. Second, the sample of the present study was mainly female students. Thirdly, the sample of the current research was made up of the students of Payam Noor University in Taibad. Therefore, caution should be taken in generalizing the results of this research to other groups, universities and cities. Also self-report questionnaires were used to measure the research variables.

Overall, the finding of this study suggested the importance of loneliness in the relationship between inferiority and happiness and revealed its role as an effective mechanism in reducing happiness in students. Considering the role of happiness in the health and academic success of students, developing and implementing preventive interventions will be an effective step in increasing happiness and reducing loneliness in students at the university level. For example, it is suggested to include optional courses in the field of positive psychology in the curriculum of universities with an emphasis on the topic of happiness.



[ Downloaded from isharat.khu.ac.ir on 2026-10-29 ]