

سبکهای شوخ طبعی، بهزیستی فاعلی و هوش هیجانی در دانشجویان

Humor Styles, Subjective Well-Being, and Emotional Intelligence in College Students

Rostam Alinia Karou-ei
M. A. in General Psychology

Yar Ali Doosti, PhD
Islamic Azad University
Sary Branch

دکتر یار علی دوستی
استادیار دانشگاه آزاد اسلامی
واحد ساری

رستم علی نیا کروئی
کارشناس ارشد روان شناسی عمومی

Gholam R. Dehshiri
PhD Candidate
Allameh Tabatabaee University

Mohammad H. Heidari
M. A. in General Psychology

محمدحسن حیدری
کارشناس ارشد روان شناسی عمومی

غلامرضا دهشیری
دانشجوی دکتری
دانشگاه علامه طباطبائی

Abstract

A sample of 108 female (age mean= 25, SD= 3.5) and 97 male (age mean= 27, SD= 5.1) students selected by multistage random sampling, responded to the Humor Styles Questionnaires (Martin et al, 2003), Satisfaction with Life Scale (Diener et al, 1985), Positive and Negative Affect Scale (Mroczek & Kolarz, 1998) and the Emotional Intelligence Scale (Schutte et al, 1998). Results indicated that the affiliative and self-enhancing humor styles were negatively correlated with negative affect, and positively correlated with life satisfaction, positive affect, and emotional intelligence. Aggressive and self-defeating humor styles were positively correlated with negative affect, and negatively correlated with life satisfaction, positive affect, and emotional intelligence. Males used more maladaptive (aggressive and self-defeating) humor styles than did females. Findings emphasize the positive correlation between adaptive (affiliative and self-enhancing) humor styles and emotional intelligence and subjective well-being.

Key words: humor styles, subjective well-being, positive and negative affect, emotional intelligence, college students.

Contact information : raliniak@yahoo.com

چکیده

نمونه‌ای از ۱۰۸ زن و ۹۷ مرد (میانگین سنی : ۲۷ سال، انحراف استاندارد: ۵ سال) دانشجوی که با روش نمونه‌برداری تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب شدند و به پرسشنامه‌های سبکهای شوخ طبعی (مارتین و دیگران، ۲۰۰۳)، مقیاس هوش هیجانی (شات و دیگران، ۱۹۹۸)، مقیاس رضایتمندی از زندگی (دینر و دیگران، ۱۹۸۵) و مقیاس عاطفه مثبت و منفی (مروزک و کولارز، ۱۹۹۸) پاسخ دادند. نتایج همبستگی و تحلیل واریانس چند متغیری نشان دادند که سبکهای شوخ طبعی پیوندجویانه و خودارزنده‌سازانه با رضایتمندی از زندگی، عاطفه مثبت و هوش هیجانی رابطه مثبت معنادار و با عاطفه منفی رابطه منفی معنادار دارند. سبکهای شوخ طبعی پرخاشگراییانه و خود تحقیرگراییانه با رضایتمندی از زندگی، عاطفه مثبت و هوش هیجانی رابطه منفی معنادار و با عاطفه منفی رابطه مثبت معنادار دارند. همچنین مردان در مقایسه با زنان بیشتر از سبکهای شوخ طبعی سازش‌نایافته (پرخاشگراییانه و خودتحقیرگراییانه) استفاده کردند. یافته‌ها بر نقش مؤثر سبکهای شوخ طبعی سازش‌یافته (پیوندجویانه و خودارزنده‌سازانه) بر هوش هیجانی و بهزیستی فاعلی تأکید داشتند.

واژه‌های کلیدی : سبکهای شوخ طبعی، بهزیستی فاعلی، عاطفه مثبت و منفی، هوش هیجانی، دانشجویان.

received : 8 Apr 2008

دریافت : ۸۷/۱/۲۰

accepted : 21 Dec 2008

پذیرش : ۸۷/۱۰/۱

مقدمه

همزمان با گسترش جنبش روان‌شناسی مثبت‌نگر^۱ در دهه اخیر (سلیگمن، استین، پارک و پیترسن، ۲۰۰۵) روی آورد سنجش کنش‌وریه‌های مثبت، تجربه‌های مثبت و نیرومندی‌های سازش‌یافته انسانی^۲ مانند: رضایتمندی از زندگی، خوشبینی^۳، شادکامی^۴، ایمان^۵، شوخ‌طبعی^۶ و غیره، به‌طور فزاینده‌ای در حال گسترش است. شوخ‌طبعی از جمله سازه‌هایی است که اکنون توجه ویژه برخی از روان‌شناسان را به خود معطوف داشته است.

شوخی فعالیت جهان‌شمول و به‌طور کلی مثبتی است که افراد متعلق به بافته‌های اجتماعی و فرهنگی متفاوت در سراسر جهان آن را تجربه می‌کنند. این اصطلاح به کیفیتی از عمل، گفتار و نوشتار اشاره دارد که موجب سرگرمی و تفریح می‌شود (مارتین، ۲۰۰۷).

حس شوخ‌طبعی^۷، رگه شخصیتی پایدار^۸ و متغیر مهم تفاوت‌های فردی است که در انواع رفتارها، تجربه‌ها، عاطفه‌ها، بازخوردها^۹ و توانایی‌های مرتبط با سرگرمی، خندیدن، خندانند و مانند آن تجلی می‌یابد. حس شوخ‌طبعی تک بُعدی نیست بلکه سازه‌ای چند وجهی^{۱۰} است که در یک نگاه جامع، طبقه‌ای از رگه‌های مرتبط^{۱۱} با یکدیگر را در برمی‌گیرد و ممکن است به شکل‌های متفاوت مفهوم‌سازی شود:

- توانایی شناختی^{۱۲}: توانایی خلق، فهم، بازسازی و به خاطر آوردن لطیفه‌ها (فینگلد و مازلا، ۱۹۹۳)،

- پاسخ زیبایی شناختی^{۱۳}: قدردانی از شوخ‌طبعی^{۱۴}، لذت بردن از انواع ویژه‌ای از موضوعهای سرگرم‌کننده (راش و هل، ۱۹۹۸)،

- الگوی رفتاری ثابت^{۱۵}: گرایش به خنده زیاد، لطیفه گفتن و سرگرم کردن دیگران و خندیدن به لطیفه‌هایی که دیگران تعریف می‌کنند (مارتین و لفکورت، ۱۹۸۴)؛

کرایک، لمپرت و نلسون، ۱۹۹۶)،

- رگه مزاجی هیجان‌مدار^{۱۶}: بشاشیت و سرخوشی همیشگی (راش و کهلر، ۱۹۹۸)،

- نوعی بازخورد: بازخورد خاص نسبت به دنیا، باز-خورد مثبت به لطیفه‌گویی (سوییک، ۱۹۹۶)،

- راهبرد مقابله‌ای یا مکانیزم دفاعی: گرایش به بازخورد مزاح‌گونه در رویارویی و مقابله با مشکلات و بدبختیها (لفکورت، ۲۰۰۲؛ لفکورت و مارتین، ۱۹۸۴ نقل از مارتین، پالیک - دوریس، لارسن، گری و ویر، ۲۰۰۳).

در دو دهه گذشته روان‌شناسان سعی کرده‌اند رابطه بین شوخ‌طبعی و جنبه‌های مختلف سلامت جسمانی، روانی - اجتماعی^{۱۷} و بهزیستی^{۱۸} را بررسی کنند. به این منظور مقیاس‌هایی مورد استفاده قرار گرفته‌اند که بر برخی از جنبه‌ها و ابعاد شوخ‌طبعی تمرکز دارند (مارتین، ۲۰۰۳؛ کرکانن، کیوپر و مارتین، ۲۰۰۴) و از آن میان می‌توان به میزان و موقعیتهای مختلف خندیدن افراد (پرسشنامه پاسخ شوخ‌طبعی موقعیتی^{۱۹}، مارتین و لفکورت، ۱۹۸۴)؛ استفاده از شوخی به‌عنوان راهبردهای مقابله (مقیاس شوخ-طبعی مقابله‌ای^{۲۰}، مارتین و لفکورت، ۱۹۸۳)؛ لذت‌بردن و اهمیت قائل شدن برای شوخی (پرسشنامه حس شوخ‌طبعی^{۲۱} سوییک، ۱۹۹۶)؛ مقیاس چند وجهی حس شوخ‌طبعی^{۲۲} تورسن و پاول، ۱۹۹۳) اشاره کرد.

کیوپر و مارتین (۱۹۹۸) و مارتین (۲۰۰۱) با نگاه عمیق به تحقیقاتی که رابطه بین حس شوخ‌طبعی و ابعاد مرتبط با سلامت جسمانی و بهزیستی را مورد بررسی قرار داده بودند به این نتیجه دست یافتند که مقیاس‌های مختلف موجود مقدار بسیار کمی از واریانس سلامت روانی^{۲۳} را تبیین می‌کنند و یافته‌ها در زمینه رابطه بین شوخ‌طبعی و سلامت جسمانی بسیار ناهمخوان و کمتر تکرارپذیرند. مارتین (۲۰۰۳، ۲۰۰۷) معتقد است علت شاید این

1. positive psychology
2. adaptive human strengths
3. optimism
4. happiness
5. faith
6. humor
7. sense of humor
8. stable personality trait

9. attitudes
10. multi-faceted
11. related traits
12. cognitive ability
13. aesthetic response
14. humor appreciation
15. habitual behavior pattern
16. emotion-related temperament trait

17. psychosocial
18. well-being
19. Situational Humor Response Questionnaire
20. Coping Humor Scale
21. Sense of Humor Questionnaire
22. Multidimensional Sense of Humor Scale
23. mental health

مقبولیت آنان لطمه‌ای وارد نشود. این نوع شوخ‌طبعی در اصل غیرخصمانه است و به نحوی مورد استفاده قرار می‌گیرد که پیوستگی و جاذبه بین شخصی را ارتقا دهد.

سبک شوخ‌طبعی خودارزنده‌سازانه^۱: افرادی که از این سبک شوخ‌طبعی استفاده می‌کنند نگاه کلی و خاصی به زندگی ندارند، ناهمخوانیهای زندگی برای آنها متحیر-کننده و سرگرم‌کننده است و در مواجهه با تنیدگیها و ناملایمتهای زندگی از یک بازخورد شوخ‌طبعانه سود می‌جویند. این سبک شوخ‌طبعی به مفهوم نظم‌جویی هیجانی و مکانیزم مقابله بسیار نزدیک است و با تعریف طرفداران فروید از شوخ‌طبعی به معنای مکانیزم دفاعی سالم که اجتناب از هیجانهای منفی را امکان‌پذیر می‌سازد، مطابقت دارد. در مقایسه با سبک شوخ‌طبعی پیوندجویانه به کارگیری این سبک بیشتر جنبه درون‌روانی دارد تا اینکه بر روابط بین شخصی تمرکز داشته باشد.

سبک شوخ‌طبعی پرخاشگرایانه^{۱۱}: این سبک شوخی متمرکز بر دیگران است و با استفاده از سخنها طعنه-آمیز، ریشخند، تحقیر و سربه‌سر گذاشتن و دست‌انداختن دیگران یا به عبارت دیگر شوخی توهین‌آمیز صورت می‌پذیرد. همچنین شامل استفاده از شوخی برای اداره و دستکاری افراد دیگر است. محتوای ضمنی این شوخیها تهدیدآمیز است اما در واقع شوخی بدون در نظر گرفتن میزان تنیدگی ایجاد شده در دیگران مطرح می‌شود. افرادی که از این سبک استفاده می‌کنند نمی‌توانند بیان شوخیهای آزاردهنده را مهار کنند و با استفاده از این سبک شوخ-طبعی (مثل شوخی نژادپرستانه یا شوخی سکسی) به دیگران حمله می‌کنند.

سبک شوخ‌طبعی خود تحقیرگرایانه^{۱۲}: افرادی که از این سبک شوخ‌طبعی استفاده می‌کنند سعی دارند با هزینه‌کردن از خود و بیان عبارتهای خنده‌دار در مورد کاستیها و عیبهای خود، با خود شیرینی، دیگران را به سمت خود جذب کنند و مورد پذیرش و تأیید آنها قرار گیرند. این افراد با استفاده از شوخی، احساسهای منفی‌شان

باشد که این مقیاسها کنش‌وریه‌های بالقوه سازش‌یافته و بالقوه سازش‌نیافته شوخ‌طبعی را مورد توجه قرار نمی‌دهند و از هم متمایز نمی‌کنند؛ اگرچه نظریه-پردازان نامدار (مانند فروید^۱، آلپورت^۲، ۱۹۶۱، مزلو^۳، ۱۹۵۴، وایلنت^۴، ۱۹۷۷ نقل از مارتین، ۲۰۰۳) صورت‌بندی قابل‌تمایزی (به استثنای فروید) از شوخ‌طبعی در نظریه شخصیت ارائه نداده‌اند، اما بر به‌کارگیری نوع خاصی از شوخی که به کنش‌وری روان‌شناختی سالم، افزایش بهزیستی و سلامت روانی منجر می‌شود و به‌کارگیری نوع دیگر شوخ-طبعی (سخنان طعنه‌آمیز، ریشخندزدن، شوخی اجتنابی) که موجب کاهش بهزیستی و سلامت روانی می‌شود، تأکید داشته‌اند.

مارتین و دیگران (۲۰۰۳) با مرور ادبیات نظری، بالینی و تجربی در مورد رابطه بین شوخ‌طبعی و بهزیستی، سبکهای شوخ‌طبعی و کنش‌وریه‌های متعددی را که موجب بهبود بهزیستی می‌شوند از شوخ‌طبعی غیرسودمند و سازش-نیافته متمایز کردند. این پژوهشگران یک مدل ۲×۲ از کنش‌وریه‌های شوخ‌طبعی را بر مبنای عناصر مطرح شده در ادبیات شوخ‌طبعی مطرح کردند.

بر طبق این مدل چهار سبک شوخ‌طبعی متمایز وجود دارد که دو سبک آن سالم^۵ یا سازش‌یافته^۶ (شوخی طبعی پیوندجویانه و خودارزنده‌سازانه) و دو سبک دیگر ناسالم یا سازش‌نیافته^۷ (شوخی طبعی پرخاشگرایانه و خود تحقیر-گرایانه) هستند.

سبک شوخ‌طبعی پیوندجویانه^۸: افرادی که از این سبک شوخ‌طبعی استفاده می‌کنند گرایش دارند لطیفه یا چیزهای خنده‌دار تعریف کنند، سعی می‌کنند با بذله‌گویی فی-البداهه، دیگران را سرگرم و به سمت خود جذب کنند و از این طریق، با کاهش تنشهای^۹ بین شخصی، برقراری و تداوم رابطه را تسهیل کنند. این افراد برای این که دیگران را بخندانند و سرگرم کنند به احتمال قوی به خودشان حمله می‌کنند و چیزهای خنده‌دار درباره خود می‌گویند اما تا حدی پیش می‌روند که به حس پذیرش و

1. Freud, S.

2. Allport, G. W.

3. Maslow, A. H.

4. Vaillant, G. E.

5. healthy

6. adaptive

7. maladaptive

8. affiliative humor style

9. tensions

10. self-enhancing humor style

11. aggressive humor style

12. self-defeating humor style

را پنهان (انکار دفاعی) و از درگیری ساختاری با مشکلات اجتناب می‌کنند و اگرچه ممکن است به‌عنوان اشخاصی بذله‌گو و طنزپرداز دیده شوند (مانند تلخکهای قدیم^۱) اما در زیربنای استفاده از این سبک شوخ‌طبعی عناصر نیرومندی از احتجاج هیجانی، اجتناب و حرمت خود پایین نهفته است.

پژوهشهای متعدد نشان داده‌اند که سبکهای شوخ-طبعی سالم و مثبت (سبکهای پیوندجویانه و خود ارزنده سازانه) به‌طور کلی با مقیاسهایی که سلامت روان‌شناختی و بهزیستی را اندازه‌گیری می‌کنند مانند: حرمت خود، عاطفه مثبت، خوشبینی، حمایت اجتماعی، صمیمیت، رضایتمندی از زندگی، هوش هیجانی و صلاحیت^۲ بین شخصی رابطه مثبت و با افسردگی، اضطراب، حساسیت بین شخصی، عاطفه منفی، هراس^۳، بدنی‌سازی^۴، وسواس، پرخاشگری، تنهایی، کمرویی^۵، ابعاد سه‌گانه فرسودگی شغلی^۶ و دل‌بستگی اجتنابی رابطه منفی دارند. سبکهای شوخ‌طبعی ناسالم و منفی (پرخاشگریانه و خود تحقیرگرایانه) با استیصال و نارسا کنش‌وری روان‌شناختی مانند افسردگی، اضطراب، پرخاشگری، خصومت، عاطفه منفی، دل‌بستگی نایمن، تنهایی، کمرویی، ابعاد سه‌گانه فرسودگی شغلی رابطه مثبت و با حرمت خود، حمایت اجتماعی، عاطفه مثبت، انگیزش در مدرسه، سلامت روان‌شناختی و رضایتمندی از زندگی رابطه منفی دارند. همچنین هر یک از سبکهای شوخ‌طبعی با ابعاد شخصیت (برونگردی، مقبولیت، وظیفه‌شناسی، نوروگردی، گشودگی نسبت به تجربه) و رگه شخصیتی مرتبط با فرهنگ (فردگرایی^۷ و جمع‌گرایی^۸) رابطه معنادار و متفاوتی دارند و نیز مردان در مقایسه با زنان، بیشتر از سبکهای شوخ‌طبعی ناسالم (پرخاشگریانه و خود تحقیرگرایانه) استفاده می‌کنند. مردان و زنان سالمند در مقایسه با جوانترها از سبکهای پیوند-جویانه و پرخاشگریانه کمتر استفاده می‌کنند (ساروگلو و اسکاریوت، ۲۰۰۲؛ مارتین و دیگران، ۲۰۰۳؛ کازاریان و مارتین، ۲۰۰۴؛ کیوپر، کریمشواو، الیت و کیرش، ۲۰۰۴؛

مارتین، ۲۰۰۴؛ هامپس، ۲۰۰۶؛ بیپ و مارتین، ۲۰۰۶؛ کالینی، کروتردز، مینور، ۲۰۰۶؛ کازاریان و مارتین، ۲۰۰۶؛ مارتین، ۲۰۰۷؛ چن و مارتین، ۲۰۰۷؛ تومکایا، ۲۰۰۷؛ سسن، ۲۰۰۷؛ ورنون، مارتین، شمر و مکی، ۲۰۰۸؛ گریون، چامارو-پرموزیک، آرتچ و فرنهام، ۲۰۰۸؛ طاهر، کازاریان و مارتین، ۲۰۰۸).

سازه بهزیستی فاعلی^۹ به صورت چند وجهی مفهوم-سازی شده است و دارای دو مؤلفه شناختی و عاطفی است. مؤلفه شناختی آن رضایتمندی از زندگی نام دارد. این مؤلفه ارزیابی و داوری کلی شخص از کیفیت زندگی را در بر می‌گیرد. مؤلفه عاطفی شامل عاطفه مثبت، نشان‌دهنده خوشایندبودن، داشتن شور و نشاط، آرامش، آسودگی خاطر و امید به زندگی است. عاطفه منفی نیز با بی‌قراری، غمگینی، دلمشغولی، احساس عصبانیت و احساس بی‌ارزشی و ناامیدی تجلی می‌یابد. بنابراین افراد دارای بهزیستی فاعلی با حس رضایتمندی از زندگی، عاطفه مثبت بالا و عاطفه منفی پایین شناسایی می‌شوند (دینر، اسکالون و لوکاس، ۲۰۰۴؛ پات و دینر، ۲۰۰۸).

هوش هیجانی^{۱۰}، توانایی انجام استدلال صحیح متمرکز بر هیجانها (درباره هیجانها) و توانایی استفاده از هیجانها و دانش هیجانی در وسعت بخشیدن به نظام فکری است و دارای چهار مؤلفه دریافت صحیح و دقیق هیجان، فهم هیجان، تنظیم هیجان و بهره‌وری از هیجان است (مایر، رابرتز و بارساد، ۲۰۰۸).

در سالهای اخیر برخی از پژوهشها رابطه بین سبکهای شوخ‌طبعی، بهزیستی فاعلی و هوش هیجانی را بررسی کرده و نشان داده‌اند که رابطه معناداری بین این متغیرها وجود دارد. به‌عبارت دیگر، افراد با سبکهای شوخ‌طبعی متفاوت دارای بهزیستی فاعلی و هوش هیجانی متفاوت‌اند (مارتین و دیگران، ۲۰۰۳؛ کازاریان و مارتین، ۲۰۰۴؛ کیوپر و دیگران، ۲۰۰۴؛ بیپ و مارتین، ۲۰۰۶؛ گریون و دیگران، ۲۰۰۸). بر مبنای پیشینه مطالعاتی، پژوهش حاضر به بررسی دو فرضیه در ارتباط با رابطه بین سبکهای

1. class clown
2. competence
3. phobia

4. somatization
5. shyness
6. burnout

7. individualism
8. collectivism
9. subjective well-being

10. emotional intelligence

طبعانه من به زندگی، مرا از نگرانیهای شدید و افسردگی در مورد چیزهای مختلف دور نگه می‌دارد) پرخاشگرایانه (من دوست ندارم از شوخی یا جوک برای دست انداختن یا تحقیر دیگران استفاده کنم) و خود تحقیرگرایانه (سعی می‌کنم با گفتن چیزهای خنده‌دار در مورد ضعفها، نقصها و اشتباههایم، افراد مرا بپذیرند و بیشتر دوستم داشته باشند) طراحی شده است. هر زیرمقیاس حاوی ۸ گویه است و آزمودنی به هر گویه در مقیاس هفت درجه‌ای از کاملاً مخالفم (۱) تا کاملاً موافقم (۷) پاسخ می‌دهد. آلفای کرونباخ پرسشنامه توسط تهیه‌کنندگان با نمونه ۱۱۹۵ نفری کانادایی بین سنین ۱۸ تا ۸۷ ساله، برای شوخ‌طبعی پیوندجویانه ۰/۸۰، شوخ‌طبعی خودارزنده‌سازانه ۰/۸۱، سبک پرخاشگرایانه ۰/۷۷ و شوخ‌طبعی خودتحقیرگرایانه ۰/۸۰ گزارش شده است. اعتبار بازآزمایی این مقیاس با بررسی ۱۷۹ دانشجوی بین ۰/۸۰ تا ۰/۸۵ تعیین شد. روایی آن با اجرای همزمان پرسشنامه‌های موجود در زمینه شوخ‌طبعی نیز مورد بررسی قرار گرفته و مناسب گزارش شده است (مارتین و دیگران، ۲۰۰۳؛ مارتین، ۲۰۰۳).

این پرسشنامه ابتدا از زبان اصلی (انگلیسی) به فارسی ترجمه شد، سپس توسط فرد مسلط به زبان انگلیسی به زبان اصلی برگردان و توسط سازنده مقیاس تأیید شد. سپس فرم نهایی فارسی در ۲۳۰ نفر اجرا شد. مقیاس از طریق بازآزمایی پس از ۳ هفته برای سبکهای پیوندجویانه، خودارزنده‌سازانه، پرخاشگرایانه و خودتحقیرگرایانه به ترتیب برابر با ۰/۷۴، ۰/۷۵، ۰/۵۸ و ۰/۶۵ بود و آلفای کرونباخ برای سبکهای پیوندجویانه، خودارزنده‌سازانه، پرخاشگرایانه و خودتحقیرگرایانه به ترتیب برابر با ۰/۷۸، ۰/۷۷، ۰/۵۴ و ۰/۶۸ بود.

مقیاس هوش هیجانی^۲ شوت و مالف، هال، هاگرتی، کوپر، گلدن و دورنهایم (۱۹۹۸) براساس مدل نظری مایر و سالوی (۱۹۹۷) ساخته شده است. هر یک از مواد این آزمون، نشان‌دهنده گرایش انطباقی به سوی مفهوم هوش هیجانی در چهارچوب مدل نظری مورد نظر است. این مجموعه ۳۳ گویه‌ای، سه مؤلفه ارزیابی و ابراز هیجان

شوخ‌طبعی با بهزیستی فاعلی و هوش هیجانی اختصاص یافته است:

- بهزیستی فاعلی و هوش هیجانی با سبکهای شوخ طبعی سازش یافته رابطه مثبت و با سبکهای شوخ طبعی سازش نیافته رابطه منفی دارند.

- دانشجویان مرد در مقایسه با دانشجویان زن، از سبکهای شوخ طبعی سازش نیافته بیشتر استفاده می‌کنند.

روش

طرح پژوهشی این مطالعه از نوع همبستگی بود. از بین کلیه دانشجویان ساکن در خوابگاههای دانشگاه تربیت مدرس ۲۰۵ دانشجو با نمونه‌برداری تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب شدند. برای گزینش نمونه ابتدا از میان خوابگاهها ۴ خوابگاه انتخاب و از هر خوابگاه نمونه مورد نظر به گونه تصادفی انتخاب شد. مشخصه‌های جمعیت-شناختی در جدول ۱ نشان داده شده‌اند.

جدول ۱. تعداد گروه نمونه به تفکیک جنس، سن و مقطع تحصیلی

	n	%
جنس		
زن	۱۸۰	۵۳
مرد	۹۷	۴۷
تحصیلات		
کارشناسی ارشد	۱۴۶	۷۱
دکتری	۵۹	۲۹
سن		
زن	M ۲۵	SD ۳/۵
مرد	M ۲۷	SD ۵/۰۱

به منظور اندازه‌گیری متغیرهای مورد بررسی از ابزارهای زیر استفاده شد:

پرسشنامه سبکهای شوخ طبعی^۱ (مارتین و دیگران، ۲۰۰۳) یک آزمون مداد-کاغذی ۳۲ گویه است که برای سنجش چهار سبک شوخ طبعی، پیوندجویانه (وقتی دیگران را می‌خندانم، لذت می‌برم) خودارزنده سازانه (نگاه شوخ-

بهزیستی فاعلی مورد استفاده قرار گرفته است. ضرب آلفای کرونباخ این مقیاس بر مبنای پژوهشهای پیشین بین ۰/۷۹ تا ۰/۸۹ و ضریب بازآزمایی آن بعد از دو هفته برابر با ۰/۸۳، بعد از یکماه برابر با ۰/۸۴ بود. روایی مقیاس نیز مناسب گزارش شده است (دینر و دیگران، ۲۰۰۲؛ پات و دینر، ۲۰۰۸؛ معتمدی شلمزاری، اژه‌ای، آزادفلاح و کیامنش، ۱۳۸۱). در این پژوهش نیز آلفای کرونباخ این مقیاس ۰/۸۷ به دست آمد.

مقیاسهای عاطفه مثبت و عاطفه منفی^۳ (مروزک و کولازز، ۱۹۹۸) ابزارهای خودگزارش‌دهی ۱۲ گویه‌ای هستند که برای اندازه‌گیری این دو بعد خلقی طراحی شده‌اند. هر زیرمقیاس ۶ گویه دارد که بر مبنای یک مقیاس پنج درجه‌ای (۱ = هیچ وقت تا ۵ = همیشه) از سوی آزمودنی نمره‌گذاری می‌شوند. در مطالعه حاضر آلفای کرونباخ بر مبنای پاسخ آزمودنیها در مورد وضع و حال کلی خویش در یک ماه گذشته برای عاطفه مثبت و منفی به ترتیب برابر با ۰/۹۰ و ۰/۸۳ به دست آمد. تحلیل داده‌های پژوهش با استفاده از آزمون تحلیل واریانس چند متغیری و ضریب همبستگی صورت گرفت.

یافته‌ها

برای تحلیل داده‌ها ابتدا همبستگی بین متغیرهای پژوهش محاسبه شدند (جدول ۲). نتایج وجود همبستگی

(۱۳ گویه)، تنظیم هیجان (۱۰ گویه) و بهره‌برداری از هیجان (۱۰ گویه) را در بر می‌گیرد.

در این مقیاس که یک آزمون خود گزارش‌دهی است، آزمودنی موافقت یا مخالفت خود را با هر یک از جمله‌ها، در یک مقیاس پنج گزینه‌ای لیکرت (۱ = کاملاً مخالف؛ ۵ = کاملاً موافق) مشخص می‌کند. ضریب همسانی درونی این مقیاس با نمونه‌ای از نوجوانان، برای هوش هیجانی کلی برابر با ۰/۸۴ و برای زیرمقیاسهای آن به ترتیب برابر با ۰/۷۶، ۰/۶۶ و ۰/۵۵ گزارش شده است. روایی سازه و ملاک مقیاس از طریق همبستگی بین هوش هیجانی و حالت اضطراب ($r = -0.25$)، با افسردگی ($r = -0.33$) و با ناگویی خلقی^۱ ($r = -0.15$) تأیید شده است (شوت و دیگران، ۱۹۹۸؛ شوت، مالف، ترستیتسون، بولار و روک، ۲۰۰۷؛ خسروجاوید، وفایی و رسول‌زاده طباطبائی، ۱۳۸۱).

این مقیاس در دانش‌آموزان ایران هنجارگزینی شده است (خسرو جاوید و دیگران، ۱۳۸۱). در این پژوهش نیز آلفای کرونباخ برای ارزیابی و بیان هیجان، تنظیم هیجان و بهره‌برداری از هیجان به ترتیب برابر با ۰/۷۲، ۰/۸۲ و ۰/۸۴ به دست آمد.

مقیاس رضایتمندی از زندگی^۲ (دینر، امونس، لارنس و گریفین، ۱۹۸۵؛ دینر، لوکاس و اویشی، ۲۰۰۲) دارای ۵ گویه است که میزان رضایتمندی کلی فرد از زندگی را می‌سنجد و در پژوهش حاضر به منظور تعیین میزان

جدول ۲.

میانگین، انحراف استاندارد و ضرایب همبستگی متغیرهای پژوهش

متغیرها	SD	MD	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱
۱. پیوندجویانه	۸/۶۱۹	۴۱/۳۲	—										
۲. خودارزنده سازانه	۸/۷۱۳	۳۴/۲۸	۰/۴۷۹**	—									
۳. پرخاشگرایانه	۸/۶۲۲	۲۳/۷۱	۰/۲۰۴**	۰/۰۲۹	—								
۴. خودتحقیر گرایانه	۸/۴۸۹	۲۱/۱۰	۰/۲۲۶**	۰/۱۱۹	۰/۴۴۲**	—							
۵. رضایتمندی از زندگی	۷/۳۷۸	۲۳/۶۹	۰/۵۲۸**	۰/۶۲۸**	۰/۵۱۱**	۰/۳۶۷**	—						
۶. عاطفه منفی	۴/۲۳۳	۱۲/۷۲	۰/۳۵۰**	۰/۴۶۰**	۰/۳۸۲**	۰/۲۸۳**	۰/۶۲۴**	—					
۷. عاطفه مثبت	۵/۱۹۶	۲۰/۶۳	۰/۴۰۰**	۰/۶۲۹**	۰/۳۸۷**	۰/۳۱۹**	۰/۶۷۳**	۰/۷۵۰**	—				
۸. ابراز و بیان هیجان	۸/۰۶۰	۴۸/۳۸	۰/۴۶۵**	۰/۵۳۴**	۰/۵۱۷**	۰/۴۳۱**	۰/۶۷۷**	۰/۴۹۸**	۰/۵۲۲**	—			
۹. تنظیم هیجان	۵/۷۵۷	۳۸/۷۳	۰/۴۹۲**	۰/۶۰۰**	۰/۵۵۵**	۰/۴۸۳**	۰/۷۱۵**	۰/۶۱۵**	۰/۶۱۶**	۰/۸۰۲**	—		
۱۰. بهره‌برداری هیجان	۶/۳۷۹	۳۸/۴۵	۰/۴۵۵**	۰/۵۷۹**	۰/۵۱۴**	۰/۴۵۷**	۰/۶۴۶**	۰/۵۱۹**	۰/۵۱۷**	۰/۷۵۸**	۰/۸۴۹**	—	
۱۱. هوش هیجان کلی	۱۹/۰۱۸	۱۲۵/۵۵	۰/۵۰۴**	۰/۶۰۷**	۰/۵۶۶**	۰/۴۸۷**	۰/۷۲۸**	۰/۵۷۶**	۰/۵۸۶**	۰/۹۳۶**	۰/۹۳۶**	۰/۹۲۰**	—

**P < ۰/۰۱.

جدول ۳.

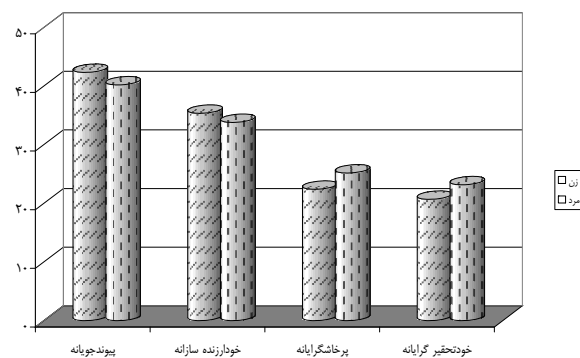
خلاصه تحلیل واریانس تک متغیری مقایسه دو جنس از لحاظ سبکهای شوخ طبعی پیوندجویانه، خودارزنده سازانه، پرخاشگرایانه و خودتحقیر گرایانه

متغیر	مرد		زن		F تک متغیری
	SD	M	SD	M	
سبک پیوندجویانه	۸/۵۲	۴۰/۲۰	۸/۶۳	۴۲/۳۳	۲/۶۹۹
سبک خودارزنده سازانه	۸/۹۵	۳۳/۰۸	۸/۶۶	۳۵/۳۶	۲/۲۷۵
سبک پرخاشگرایانه	۸/۵۲	۲۵/۱۸	۸/۵۳	۲۲/۴۰	۹/۱۸۱*
سبک خودتحقیر گرایانه	۸/۵۷	۲۳/۱۶	۸/۴۲	۲۰/۶۹	۶/۶۴۶*

*P<۰/۰۵.

توجه: ۱ = df، F چند متغیری لاندای ویلکز = ۲/۷۲، P<۰/۰۱.

سطح کلی معنادار (P<۰/۰۱) و $F(۴,۲۰۰)=۲/۷۲$ ، آزمون لامبدای ویلکز) است و براساس نتایج تحلیل واریانس تک متغیری، بین دو جنس از نظر سبکهای شوخ طبعی پرخاشگرایانه و خودتحقیرگرایانه تفاوت معنادار وجود دارد (P<۰/۰۲۳ و P<۰/۰۵۰) که با توجه به میانگینهای دو گروه این تفاوت به سود مردان است. بین دو گروه در نمره‌های سبکهای شوخ طبعی پیوندجویانه و خودارزنده سازانه تفاوت معنادار به دست نیامد.



شکل ۱. مقایسه سبکهای شوخ طبعی در دانشجویان به تفکیک جنس

بحث

در این پژوهش رابطه بین سبکهای شوخ طبعی با بهزیستی فاعلی و هوش هیجانی در نمونه‌ای از دانشجویان ایرانی بررسی شد. نتایج پژوهش نشان دادند که سبکهای شوخ طبعی سازش یافته با رضایتمندی از زندگی، عاطفه مثبت، هوش هیجانی کلی و مؤلفه‌های آن، همبستگی مثبت و با عاطفه منفی همبستگی منفی دارند و سبکهای شوخ طبعی سازش نایافته با رضایتمندی از زندگی، عاطفه مثبت، هوش هیجانی کلی و مؤلفه‌های آن، همبستگی منفی و با عاطفه منفی همبستگی مثبت دارند؛ افزون بر این، بین دانشجویان مرد و زن از نظر به‌کارگیری برخی از سبکهای شوخ طبعی تفاوت معناداری به دست آمد.

براساس یافته‌های پژوهش به نظر می‌رسد سبکهای شوخ طبعی سازش یافته در بهزیستی فاعلی دانشجویان نقش مهمی بر عهده دارند. نتایج پژوهش حاضر با نتایج پژوهشهای پیشین (مارتین و دیگران، ۲۰۰۳؛ کیوپر و دیگران، ۲۰۰۴؛ کازاریان و مارتین، ۲۰۰۴؛ بیپ و مارتین،

مثبت و معنادار بین سبکهای شوخ طبعی، بهزیستی فاعلی و هوش هیجانی را تأیید کردند. سبکهای شوخ طبعی پیوندجویانه و خودارزنده سازانه با رضایتمندی از زندگی، عاطفه مثبت، هوش هیجانی کلی و مؤلفه‌های آن رابطه مثبت و با عاطفه منفی رابطه معکوس داشتند. همچنین سبکهای شوخ طبعی پرخاشگرایانه و خودتحقیرگرایانه با رضایتمندی از زندگی، عاطفه مثبت، هوش هیجانی کلی و مؤلفه‌های آن رابطه منفی و با عاطفه منفی رابطه معکوس داشتند. افزون بر آن، بیشترین همبستگی بین سبک شوخ طبعی خودارزنده سازانه و رضایتمندی از زندگی (۰/۶۲) و کمترین همبستگی، بین سبک شوخ طبعی خودتحقیر گرایانه و عاطفه مثبت (-۰/۲۳) بود.

برای بررسی تفاوت‌های دو جنس از لحاظ سبکهای شوخ طبعی پیوندجویانه، خودارزنده سازانه، پرخاشگرایانه و خودتحقیر گرایانه در سطح کلی و به تفکیک چهار سبک مذکور، از آزمونهای تحلیل واریانس چند متغیری استفاده شد (جدول ۳). نتایج نشان دادند که تفاوت بین دو جنس در

۲۰۰۶؛ کازاریان و مارتین، ۲۰۰۶؛ هامپ، ۲۰۰۶) همسو است. بدین معنا که دانشجویانی که از سبکهای شوخ‌طبعی پیوندجویانه و خودارزنده‌سازانه استفاده می‌کنند از بهزیستی فاعلی و هوش هیجانی بالاتری برخوردارند، در حالی که سطح بهزیستی فاعلی و هوش هیجانی در دانشجویانی که از سبکهای شوخ‌طبعی پرخاشگرایانه و خودتحقیرگرایانه سود می‌جویند پایین‌تر است. در تفسیر چنین یافته‌هایی می‌توان گفت احساس شوخ‌طبعی با بعضی از تواناییهای مرتبط با هیجان مانند هوش هیجانی و نیز کیفیت تعامل اجتماعی مرتبط است. استفاده از شوخی ممکن است به عنوان روشی برای مقابله با تنیدگی و داشتن نگاهی مثبت و خوش‌بینانه در مواجهه با مشکلات و به عنوان یک جنبه کلی مدیریت و تنظیم هیجان مطرح باشد. افرادی که از سبکهای شوخ‌طبعی پرخاشگرایانه و خودتحقیرگرایانه استفاده می‌کنند در درک و فهم صحیح هیجان، بهره‌برداری و تنظیم هیجان مشکل دارند و از شوخی به شیوه نامناسب مانند استهزا، ریشخند و تحقیر دیگران (شوخی‌طبعی پرخاشگرایانه) استفاده می‌کنند و یا با پنهان کردن احساسهای واقعی (شوخی‌طبعی خودتحقیرگرایانه) خود را تحقیر می‌کنند و این فرایند میزان بهزیستی را کاهش می‌دهد.

در مورد نقش جنس در استفاده از سبکهای شوخ-طبعی، نتایج با یافته‌های پژوهشهای پیشین (مارتین و دیگران، ۲۰۰۳؛ کازاریان و مارتین، ۲۰۰۴؛ کیوپر و دیگران، ۲۰۰۴؛ هامپس، ۲۰۰۶؛ بیپ و مارتین، ۲۰۰۶؛ کالینی و دیگران، ۲۰۰۶؛ کازاریان و مارتین، ۲۰۰۶؛ مارتین، ۲۰۰۷؛ چن و مارتین، ۲۰۰۷؛ تومکایا، ۲۰۰۷؛ سسن، ۲۰۰۷؛ گریون و دیگران، ۲۰۰۸) همسو است. مردان در مقایسه با زنان، سبکهای شوخ‌طبعی سازش‌نایافته را بیشتر به کار می‌برند. استفاده از شوخی‌طبعی ناسالم توسط جنس مذکر در همه فرهنگها، جنبه تکاملی دارد و در راستای تحکیم و وسعت بخشیدن به پایگاه جنس مذکر در سلسله مراتب پایگاه و منزلت اجتماعی است که به زیان دیگران (شوخی‌طبعی پرخاشگرایانه) و یا به زیان خود (شوخی‌طبعی خودتحقیرگرایانه) تحقق می‌یابد (باس، ۱۹۹۹؛

کازارین و مارتین، ۲۰۰۴؛ مارتین، ۲۰۰۷).

محدودیت‌های پژوهش حاضر در تفسیر یافته‌های آن نباید فراموش شود. از یک سو، این پژوهش در نمونه‌های دانشجویی فوق لیسانس و دکترا صورت گرفته است و با توجه به حضور متغیر خاص یعنی شوخ‌طبعی که زیاد جدی گرفته نمی‌شود (مارتین، ۲۰۰۷) بدیهی است این نمونه‌ها معرف مناسبی از وضعیت کل جامعه نیستند و تعمیم نتایج را با دشواری مواجه می‌کنند. از سوی دیگر، این پژوهش از نوع همبستگی است و تفسیر علی داده‌ها ممکن نیست. به عبارت دیگر روشن نیست استفاده از سبکهای شوخ‌طبعی سازش‌یافته منجر به افزایش بهزیستی فاعلی و هوش هیجانی دانشجویان می‌شود یا کاربرد سبکهای شوخ‌طبعی سازش یافته پیامد وجود بهزیستی فاعلی و هوش هیجانی بالا است. انجام پژوهشهای آزمایشی در این زمینه به منظور بررسی علیت متغیرها ضروری به نظر می‌رسد. افزون بر آن، مقیاس به کار رفته برای سنجش سبکهای شوخ‌طبعی برای اولین بار در ایران استفاده شده است، مشکلات احتمالی مربوط به اعتبار ابزار مورد استفاده و شیوه اجرای آن در این پژوهش را نیز نباید از نظر دور داشت.

در یک جمع‌بندی نهایی، براساس یافته‌های این پژوهش نقش کنش وری سبکهای شوخ‌طبعی، به عنوان یک منبع اساسی در میزان بهزیستی فاعلی و همسازی^۱ سالم یا معیوب در ارتباط با دیگران، مورد تأیید قرار گرفت و همبستگی پیچیده احساس شوخ‌طبعی با بهزیستی فاعلی و هوش هیجانی مشخص شد. به عبارت دیگر، عدم حضور سبکهای شوخ‌طبعی سازش‌نایافته می‌تواند همانند حضور سبکهای شوخ‌طبعی سازش یافته در تبیین میزان بهزیستی فاعلی دانشجویان حائز اهمیت باشد. به هر حال، این پژوهش سرآغاز بررسی علمی تفاوت‌های فرهنگی در سبکهای شوخ‌طبعی و نقش آن در وسعت بخشیدن به بهزیستی فاعلی در ایران است.

منابع

- Feingold, A., & Mazzella, R. (1993). Preliminary validation of a multidimensional model of wit-tiness. *Journal of Personality*, 61, 439-456.
- Greven, C., Chamorro-Premuzic, T., Arteche, A., & Furnham, A. (2008). A hierarchical integra-tion of dispositional determinants of general heal-th in students: The big five, trait emotional inte-lligence and humour styles. *Personality and Indi-vidual Differences*, 44, 1562-1573.
- Hampes, W. P. (2006). The relation between humor styles and shyness. *Humor: International Journal of Humor Research*, 19, 179-187.
- Kalliny, M., Cruthirds, K. W., & Minor, M. S. (2006). Differences between American, Egyptian and Lebanese humor styles: Implications for inter-national management. *International Journal of Cro-ss Cultural management*, 6, 121-134.
- Kazarian, S. S., & Martin, R. A. (2004). Humor styles, personality, and well-being among Lebane-se university students. *European Journal of Per-sonality*, 18, 209-219.
- Kazarian, S. S., & Martin, R. A. (2006). Humor styles, culture-related personality, well-being, and family adjustment among Armenians in Lebanon. *Humor: International Journal of Humor Research*, 19, 405- 423.
- Kerkkanen, P., Kuiper, N. A., & Martin, R. A. (2004). Sense of humor, physical health and well-being at work: A three-year longitudinal study of Finish police officers. *Humor: International Jour-nal of Humor Research*, 17, 21-35.
- Kuiper, N. A., Grimshaw, M., Leite, C., & Kirsh, G. (2004). Humor is not always the best medicine : Specific components of sense of humor and psy-chological well-being. *Humor: International Jour-nal of Humor Research*, 17, 135-168.
- خسرو جاوید، م.، وفائی، م. و رسول زاده طباطبائی، ک. (۱۳۸۱). بررسی اعتبار و روایی سازه مقیاس هوش هیجانی شوت در نوجوانان. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشکده علوم انسانی، دانشگاه تربیت مدرس.
- معتمدی شلمزاری، ع.، اژه‌ای، ج.، آزادفلاح، پ. و کیامنش، ع. (۱۳۸۱). بررسی نقش حمایت اجتماعی در رضایتمندی از زندگی، سلامت عمومی و احساس تنهایی در بین سالمندان بالاتر از ۶۰ سال. *مجله روان‌شناسی*، ۲۲ (۲)، ۱۳۳-۱۱۵.
- Buss, D. M. (1999). *Evolutionary psychology: The new science of the mind*. Boston: Pearson/Allyn & Bacon.
- Çeçen, A. R. (2007). Humor styles in predicting lone-liness among Turkish university students. *Social Behavior and Personality*, 35, 835-844.
- Chen, G. H., & Martin, R. A. (2007). A com-parison of humor styles, coping humor, and men-tal health between Chinese and Canadian univer-sity students. *Humor: International Journal of Hu-mor Research*, 20, 215-234.
- Craik, K. H., Lampert, M. D., & Nelson, A. J. (1996). Sense of humor and styles of everyday humorous conduct. *Humor: International Journal of Humor Research*, 9, 273-302.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griff-in, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2002). Sub-jective well-being: The science of happiness and life satisfaction. In C.R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *The Handbook of positive psychology* (pp. 63-73). New York: Oxford University Press.
- Diener, E., Scollon, C. N., & Lucas, R. E. (2004). The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness. *Advances in Cell Aging and Gerontology*, 15, 187-219.

- estionnaire. *Journal of Research in Personality*, 37, 48-75.
- Mayer, J. D., Roberts, R. D., & Barsade, S. G. (2008).** Human abilities: Emotional intelligence. *Annual Review of Psychology*, 59, 507-536.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997).** What is emotional intelligence? In P. Salovey, & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3-31). New York: Basic Books.
- Mroczek, D. K., & Kolarz, C. M. (1998).** The effect of age on positive and negative affect: A developmental perspective on happiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 1333-1349.
- Pavot, W., & Diener, E. (2008).** The Satisfaction With Life Scale and the emerging construct of life satisfaction. *Journal of Positive Psychology*, 3, 137-152.
- Ruch, W., & Hehl, F. J. (1998).** A two-mode model of humor appreciation: Its relation to aesthetic appreciation and simplicity-complexity of personality. In W. Ruch (Ed.), *The sense of humor: Explorations of personality characteristic* (pp. 109-142). New York: Mouton de Gruyter.
- Ruch, W., & Kohler, G. (1998).** A temperament approach to humor. In W. Ruch (Ed), *The sense of humor: Explorations of a personality characteristic* (pp. 203-230). New York: Mouton de Gruyter.
- Saroglou, V., & Scariot, C. (2002).** Humor Styles Questionnaire : Personality and educational correlates in Belgian high school and college students. *European Journal of Personality*, 16, 43-54.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998).** Development and validation of the Humor Styles Questionnaire. In W. Ruch (Ed.), *The sense of humor: Explorations of a personality characteristic* (pp. 159-178). New York : Mouton de Gruyter.
- Lefcourt, H. M. (2002).** Humor. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *The Handbook of positive psychology* (pp. 619 -631). New York: Oxford University Press.
- Martin, R. A. (2001).** Humor, laughter and physical health: Methodological issues and research findings. *Psychological Bulletin*, 127, 504-519.
- Martin, R. A. (2003).** Sense of humor. In S. J. Lopez & C. R. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp. 313-326). Washington, DC: American Psychological Association.
- Martin, R. A. (2004).** Sense of humor and physical health: Theoretical issues, recent findings, and future directions. *Humor: International Journal of Humor Research*, 17, 1-19.
- Martin, R. A. (2007).** *The psychology of humor: An integrative approach* (Chapter 1 and 7). Burlington, MA: Elsevier Academic Press.
- Martin, R. A., & Lefcourt, H. M. (1983).** Sense of humor as a moderator of the relation between stressors and moods. *Journal of Personality & Social Psychology*, 45, 1313-1324.
- Martin, R. A., & Lefcourt, H. M. (1984).** The Situational Humor Response Questionnaire: Quantitative measure of sense of humor. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 145-155.
- Martin, R. A., Puhlik-Doris, P., Larsen, G., Gray, J., & Weir, K. (2003).** Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the Humor Styles Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 622-631.

- banon. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 39 (5), 552-564.
- Thorson, J. A., & Powell, F. C. (1993).** Development and validation of a multidimensional sense of humor scale. *Journal of Clinical Psychology*, 49, 13-23.
- Tümkiye, S. (2007).** Burnout and humor relationship among university lecturers. *Humor: International Journal of Humor Research*, 20, 73-92.
- Vernon, P. A., Martin, R. A., Schermer, J. A., & Mackie, A. (2008).** A behavioral genetic investigation of humor styles and their correlations with the big five personality dimensions. *Personality and Individual Differences*, 44, 1116-1125.
- Yip, J. A., & Martin, R. A. (2006).** Sense of humor, emotional intelligence, and social competence. *Journal of Research in Personality*, 40, 1202-1208.
- tion of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25, 167-177.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Thorsteinsson, E. B., Bhullar, N., & Rooke, S. E. (2007).** A meta-analytic investigation of the relationship between emotional intelligence and health. *Personality and Individual Differences*, 42, 921-933.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005).** Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60, 410-421.
- Svebak, S. (1996).** The development of the Sense of Humor Questionnaire: From SHQ to SHQ-6. *Humor: International Journal of Humor Research*, 9, 341-362.
- Taher, D., Kazarian, S. S., & Martin, R. A. (2008).** Validation of the Arabic Humor Styles Questionnaire in a Community Sample of Lebanese in Le-