

## Research Paper

# Explaining the model of teachers' psychological well-being based on wisdom mediated by humor styles



Muslim Danesh Payeh<sup>1</sup>, Fariborz Dortaj<sup>2</sup>, Shima Salehi<sup>3\*</sup> & Mohammad Drikand<sup>4</sup>

1. PhD Student in Educational Psychology, Department of Psychology, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran.
2. Professor, Department of Psychology, Allameh Tabatabai University, Tehran, Iran.
3. M.A. of General Psychology, Department of Psychology, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.
4. PhD Student in Educational Psychology, Department of Psychology, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran.



**Citation:** Danesh Payeh, M., Dortaj, F., Salehi, S. & Drikand, M. (2023). [Explaining the model of teachers' psychological well-being based on wisdom mediated by humor styles (Persian)]. *Journal of School Psychology and Institutions*, 12 (3):48-61. <https://doi.org/10.22098/jsp.2023.10464.5226>

[10.22098/jsp.2023.10464.5226](https://doi.org/10.22098/jsp.2023.10464.5226)



### Article Info:

Received: 2022/03/06

Accepted: 2023/11/17

Available Online: 2023/12/20

### Key words:

Psychological well-being, Wisdom, Humor Styles, Teacher, Structural model

## ABSTRACT

**Objective:** The aim of this study was to explain the model of psychological well-being based on wisdom mediated by humor styles in teachers.

**Methods:** This research was applied in terms of purpose and descriptive-correlational in nature based on the structural equation model. The statistical population included all teachers in Tehran in 2021. The sample was selected by available sampling method and finally 342 teachers answered the questionnaires as a sample. The research instruments included Ryff (1995) Short Form of Psychological Well-Being Questionnaire, Martin (1998) Humor Styles Questionnaire and Ardeli 3D Wisdom Short Form Questionnaire. After executing and completing the questionnaires, the answers were analyzed in SPSS-24 and Amos-24 software.

**Results:** Findings showed that the conceptual model of the research was approved with a suitable fit. Accordingly, there is a positive and significant relationship between psychological well-being and wisdom and adaptive humor styles. There is also a significant negative relationship between psychological well-being and wisdom and uncompromising humor styles. Humor styles play a significant mediating role in the relationship between wisdom and psychological well-being.

**Conclusion:** In fact, wise people make more practical use of affiliative and self-enhancing humor styles by building relationships with others and linking to practical concerns. In this way, he raises his self-esteem and builds self-worth, As a result, they develop different dimensions of their psychological well-being.

## Extended Abstract

### 1. Introduction

# E

ducation plays an important role in the flourishing of talents, character excellence, acquisition of high human values and its reflection in the scope of individual, organizational and social life of people. Teachers are one of the key people in this organization, so it is necessary to have motivated, enthusiastic teachers with a high level of psychological well-being in schools so that they can achieve these goals (Hadavand et al., 2019).

Several studies have examined the psychological well-being of teachers from various dimensions and its effect on work life (Mohammadi and Taheri, 2016; Shahabi and Jafari, 2018; Rameli et al., 2017; Prasad and Sreenivas, 2020). One of these variables is wisdom. Teaching is a very complex profession. Interaction with the salient components of teaching, i.e. curriculum, context and students, requires wisdom, care, integration of professional and interpersonal knowledge (Furman, 2018). A wise teacher makes the most correct, ethical and immediate decisions for the moment of his class and what is happening there.

\*Corresponding Author:

Shima Salehi

Address: M.A. of General Psychology, Department of Psychology, Allameh Tabataba'i University, Tehran, Iran.

Tel: +98 (916) 924 6569

E-mail: [shimasalehi.pcho1996@gmail.com](mailto:shimasalehi.pcho1996@gmail.com)

Therefore, professional development is actually the development of practical wisdom that turns teachers into decision makers with correct and ethical decisions (Asadi et al., 2012).

Another variable that can be related to teachers' psychological well-being is humor. Humor is one of the tools of human creativity and humorous understanding of life is the result of human wisdom towards life issues. Humor is related to wisdom, a wise person knows how to use humor or when to laugh at himself. Humor may lack wisdom, but wisdom can create healthy humor. Therefore, balanced humor and wisdom lead to a sense of health in humans (Aghdaei, 2008; Webster, 2003). In addition, people with a high sense of humor have a positive self-concept, a higher level of self-esteem, and experience a lower level of stress, anxiety, and depression, and have a high level of psychological well-being (Abel, 2002; Nezlek, & Derks, 2001).

**2. Materials and Methods**

The method of conducting this research is applied in terms of purpose and descriptive in nature of correlational research. The statistical population of the present study included all the teachers in Tehran in the year 2021. Due to the presence of corona disease in the society and absenteeism of school classes, the sampling method was done in an available manner. In the end, among the teachers, 342 people answered the questions of the questionnaire and finally, after the

execution, the answers were analyzed in spss24 and Amos24 software. The following tools were used to collect data:

Ardelt's 3D Wisdom Scale (3D-WS) (short form): This is the short form scale of Monica Ardelt's 39-item 3D Wisdom Questionnaire validated by Thomas et al. (2015). This scale includes 12 items on a 5-point Likert scale and has three dimensions: reflective, cognitive and emotional.

The Humor Styles Questionnaire (Martin, 1998): contains 32 items that measure the four humor styles of bonding, self-aggrandizing, aggressive, and self-defeating humor on a seven-point scale. Martin et al. (2003) have reported the validity of the mentioned humor styles subscales as 0.85, 0.81, 0.80, and 0.82, respectively.

Psychological Well-Being Questionnaire (Ryff 1995) (RSPWB-18): An 18-item short version of this questionnaire, designed in 1980, assesses the 6 main components of the psychological well-being model. Each question is answered on a 6-point scale (from strongly disagree to strongly agree). The correlation of the 18-question scale with the original scale (84 questions) has fluctuated from 0.7 to 0.89.

**3. Results**

The structural equation model was used to study the conceptual model of the research. The model is presented with model fit indices.

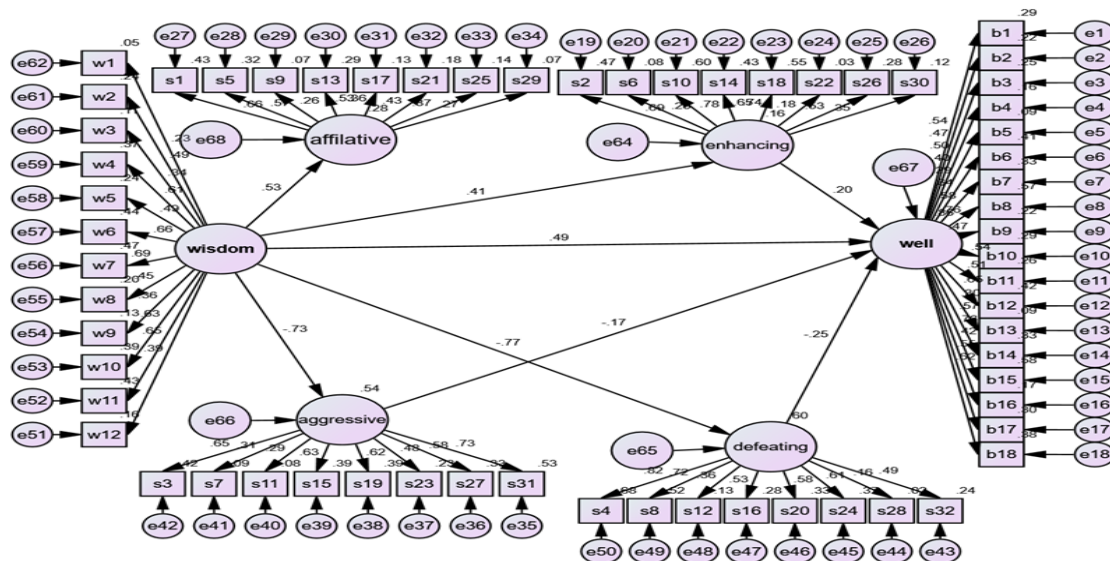


Figure 1. Results of Path Analysis

In figure (1), the standard coefficients of the proposed model are shown to examine the intermediary role of humor styles in the relationship of wisdom with

psychological well-being of teachers. Indicators for fitting the model are presented in Table (1). According to the model fit indices shown in Table 2, the results of this model showed a good fit.

**Table 1. The fit indices of the research model**

Model fit index	Value	Optimistic level	Fit status
<b>RMSEA</b>	0/069	<0/1	Desirable
<b>CMIN / df</b>	1/871	<5	Desirable
<b>NFI</b>	0/90	≥9	Desirable
<b>CFI</b>	0/91	≥9	Desirable
<b>GFI</b>	0/90	≥9	Desirable
<b>IFI</b>	0/90	≥9	Desirable
<b>TLI</b>	0/90	≥9	Desirable

#### 4. Discussion and Conclusion

The purpose of this study was to predict the psychological well-being of teachers based on wisdom while also examining the intermediary of humor styles. Findings indicated that path coefficients related to the direct relationship of wisdom with humor styles and psychological well-being and were significant at 0.01 alpha level ( $p < .01$ ). Wisdom in a person has made him listen to others and evaluate what he hears and then give a wise advice. Wise people manage their lives and it predicts mental health in people. This psychological feature increases the awareness and alertness of the here and now. (Csikszentmihalyi, & Nakamura, 2014). Therefore, based on the theory of psychologists in the field of positivism, subscales of connecting and self-enhancing humor styles change individual psychological conditions through interaction with wisdom (La Marca, 2015). In general, wisdom is directly related to psychological satisfaction (Schwartz, & Sharpe, 2006), which interacts with the mediating variable of humor styles, which is an emotional-emotional variable, and ensures psychological well-being among teachers.

#### 5. Ethical Considerations

##### Compliance with ethical guidelines

All ethical principles were considered in this article. The participants were informed about the purpose of the research and its implementation stages. They were also assured about the confidentiality of their information and were free to leave the study whenever they wished, and if desired, the research results would be available to them.

##### Funding

This research did not receive any grant from funding agencies in the public, commercial, or non-profit sectors.

##### Authors' contributions

All authors have participated in the design, implementation and writing of all sections of the present study.

##### Conflicts of interest

The authors declare no conflict of interest.

## مقاله پژوهشی

## تبیین مدل بهزیستی روان‌شناختی معلمان بر اساس خردمندی با میانجی‌گری سبک‌های شوخ‌طبعی

مسلم دانش پایه<sup>۱</sup>، فریبرز درتاج<sup>۲</sup>، شیما صالحی<sup>۳\*</sup> و محمد دری‌کوند<sup>۴</sup>

۱. دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.
۲. استاد گروه روان‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.
۳. کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.
۴. دانشجوی دکتری روان‌شناسی تربیتی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران.

## چکیده

**هدف:** هدف پژوهش حاضر بهزیستی روان‌شناختی معلمان براساس خردمندی با میانجی‌گری سبک‌های شوخ‌طبعی بود.

**روش‌ها:** این پژوهش از نظر هدف، از نوع کاربردی و از حیث ماهیت، توصیفی-همبستگی براساس مدل معادلات ساختاری بود. جامعه آماری شامل کلیه معلمان شهر تهران در سال ۱۴۰۰ بود که نمونه به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و در نهایت ۳۴۲ معلم به عنوان نمونه به پرسش‌نامه‌ها پاسخ دادند. ابزار پژوهش شامل پرسش‌نامه فرم کوتاه بهزیستی روان‌شناختی ریف (۱۹۹۵)، پرسش‌نامه سبک‌های شوخ‌طبعی مارتین (۱۹۹۸) و پرسش‌نامه فرم کوتاه خرد سه‌بعدی آردلت (۲۰۰۳) بود. پس از اجرا و تکمیل پرسش‌نامه‌ها، پاسخ‌ها در نرم‌افزار Amos-24 و spss-24 تحلیل شد.

**یافته‌ها:** یافته‌های پژوهش نشان داد که مدل مفهومی پژوهش با برازش مناسبی مورد تایید قرار گرفت. براین اساس، بین بهزیستی روان‌شناختی و خرد و سبک‌های شوخ‌طبعی سازگاران رابطه مثبت و معنی‌داری وجود دارد. همچنین بین بهزیستی روان‌شناختی و خرد و سبک‌های شوخ‌طبعی رابطه منفی معنی‌داری وجود دارد. سبک‌های شوخ‌طبعی در رابطه میان خرد و بهزیستی روان‌شناختی به طور معنی‌داری نقش میانجی‌گر دارند.

**نتیجه‌گیری:** در واقع افراد خردمند با استفاده بیشتر از سبک‌های شوخ‌طبعی پیونددهنده و خودفراينده از طریق ایجاد روابط با دیگران و پیوندجویی به دغدغه‌های جامعه عمل پوشانده، و از این طریق عزت‌نفس خود را ارتقا بخشیده، خودارزنده‌سازی می‌کند و در نتیجه ابعاد مختلف بهزیستی روان‌شناختی خود را رشد می‌دهند.

## اطلاعات مقاله:

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۱۲/۱۵

تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۸/۲۶

تاریخ انتشار: ۱۴۰۲/۰۹/۲۹

## کلیدواژه‌ها:

بهزیستی روان‌شناختی، خرد، سبک‌های شوخ‌طبعی، معلم، مدل ساختاری

## مقدمه

مولفه‌های روان‌شناختی از جمله استرس معلم، خستگی و تحلیل رفتگی، انعطاف‌پذیری هیجانی، انگیزش و تعهد و در چارچوبی گسترده تر با سلامت روانی معلم در ارتباط است (هاچر و وبر<sup>۱</sup>، ۲۰۲۱). روان‌شناسی مثبت‌نگر، عقیده دارد بهزیستی روان‌شناختی مفهومی است که دانش ذهنی از خرسندی، لذت بردن از زندگی، داشتن هدف در زندگی، داشتن روابط مثبت، رشد معنوی، پیشرفت و پذیرش خود جنبه‌های اصلی آن به حساب می‌آیند (هو<sup>۲</sup>، ۲۰۲۲).

1. Hascher & Waber
2. Huo

آموزش و پرورش نقش مهمی در شکوفایی استعدادها، تعالی شخصیت، کسب ارزش‌های والای انسانی و انعکاس آن در گستره زندگی فردی، سازمانی و اجتماعی افراد دارد. معلمان در این سازمان، یکی از افراد کلیدی هستند، بنابراین وجود معلمانی بانگیزه، مشتاق و با سطح بالایی بهزیستی روان‌شناختی در مدارس لازم است تا بتوانند سبب تحقق این اهداف شوند (هداوند و همکاران، ۱۳۹۹). بهزیستی روان‌شناختی مسأله‌ای حیاتی برای مدارس و جامعه است. این موضوع با اثربخشی آموزش، عملکرد بهتر دانش‌آموزان و تعهد بالای معلم در حرفه خود ارتباط دارد. همچنین، بهزیستی روان‌شناختی با

\* نویسنده مسئول:

شیما صالحی

کارشناس ارشد روان‌شناسی عمومی، گروه روان‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

تلفن: ۹۲۴۶۶۶۹ (۹۱۶) ۰۹۸

پست الکترونیکی: shimasalehi.psycho1996@gmail.com

## روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه

معلم خردمند، درست‌ترین و اخلاقی‌ترین و فوری‌ترین تصمیم‌ها را برای لحظه لحظه کلاسش و آنچه در آنجا اتفاق می‌افتد، می‌گیرد. بنابراین، توسعه حرفه‌ای در واقع همان توسعه خرد عملی است که معلمان را به تصمیم‌گیرندگانی با تصمیم‌های درست و اخلاقی تبدیل می‌کند (اسعدی و همکاران، ۱۳۹۲). انتخاب صحیح تربیتی، مستلزم آگاهی از ضرورت‌های یک موقعیت خاص است که می‌تواند به معلمان در یافتن شیوه‌های احتمالی اقدامات کمک کند (لونبرگ و کورتهاگن<sup>۱۱</sup>؛ استرنبرگ و ماورانن<sup>۱۲</sup>، ۲۰۲۰). از نظر ارسطو، شیوه درست، انتخاب می‌طلبید، و انتخاب صحیح، خرد<sup>۱۳</sup> می‌طلبید (شوارتز و شارپ<sup>۱۴</sup>، ۲۰۱۰).

در روان‌شناسی، پژوهش در مورد خرد با پیشرفت و ظهور روان‌شناسی نوین همراه بوده است (عامری و همکاران، ۱۳۹۸). آردلت<sup>۱۵</sup> (۲۰۰۳) خرد را ترکیبی از ویژگی‌های شخصیتی با سه مؤلفه ۱- شناختی (بر تمایل مداوم فرد برای درک شرایط انسانی و بخصوص مسائل درون فردی و بین‌فردی، همچنین به دانش حاصل از این تمایل اشاره دارد)، ۲- تأملی (به توانایی درک مسائل از زوایای چندگانه و همچنین به خودارزیابی و خودبینشی اشاره دارد)؛ و ۳- عاطفی (به عنوان عشق دلسوزانه، توجه و مهربانی تعریف می‌شود (یعنی نگرش همدلانه مثبت نسبت به دیگران) تعریف می‌کند (به نقل از عامری و همکاران، ۱۳۹۸). همچنین، وبستر<sup>۱۶</sup> (۲۰۰۳) خرد را شامل شوخ‌طبعی، تجربه، تنظیم هیجان، گشودگی، مرور گذشته و تأمل درباره زندگی می‌داند. توجه به مسائل روانی به درون‌نگری و تعمق پیرامون زندگی کمک می‌کند و سبب تسهیل خرد فردی می‌گردد (باچمن<sup>۱۷</sup> و همکاران، ۲۰۱۸). اگرچه ممکن است ادعا شود که خرد عملی چیزی است که تنها با گذشت زمان و تجربه به دست می‌آید اما توسعه آن ممکن است به روش‌های مختلف تقویت شود (اولویک و اسمیت<sup>۱۸</sup>، ۲۰۱۱). خرد فردی یکی از شاخص‌های بلوغ شخصیت می‌باشد لذا احتمال این وجود دارد که با سایر شاخص‌های بلوغ

بهبودی روان‌شناختی به احساس انسجام و پیوستگی در زندگی، تعادل عاطفی، ایجاد تعادل مثبت و پویا بین منابع و چالش‌های حرفه‌ای و رضایت کلی از زندگی اشاره دارد (کلارگ و گوسن<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹؛ بنوین<sup>۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). ریف<sup>۳</sup> (۱۹۹۵) بهبودی روان‌شناختی را فرایند رشد همه‌جانبه در تمام طول عمر فرد می‌داند. بهبودی روان‌شناختی در مدل ریف شامل شش مؤلفه ۱- پذیرش خود (قبول جنبه‌های متفاوت خود و داشتن نگرش مثبت به خود، زندگی و گذشته خویش)؛ ۲- روابط مثبت با دیگران (توانایی دوست داشتن، روابط گرم و مورد اعتماد با دیگران و توانایی همدلی نشان دادن)؛ ۳- استقلال (فعالیت و عمل بر ساس معیارهای شخصی و توانایی ایستادگی در برابر فشار اجتماعی)؛ ۴- تسلط بر محیط (توانایی خلق یا انتخاب محیط با توجه به شرایط روانی فرد و کنترل فعالیت‌های بیرونی)؛ ۵- هدفمند بودن (داشتن هدف در زندگی و یافتن معنا در زندگی)؛ ۶- رشد شخصی (احساس رشد دائمی و تلاش برای نشان دادن قابلیت‌های وجودی در انسان) می‌باشد (ساداتی فیروزآبادی و ملتفت، ۱۳۹۶؛ نریمانی، یوسفی و کاظمی، ۱۳۹۳). احساسات و ویژگی‌های روانی معلمان نقش مهمی در آموزش دارد (روفی<sup>۴</sup>، ۲۰۱۲). میزان بالایی از بهبودی روان‌شناختی معلمان منجر به افزایش کیفیت زندگی شخصی و کاری در آن‌ها می‌گردد (لیلگان<sup>۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۵). قطعاً معلمان در محیطی که نیازهای عاطفی، حرفه‌ای و اجتماعی آن‌ها برآورده می‌شود بهترین عملکرد را دارند و این امر سبب نتایج مثبتی در عرصه‌های مختلف از جمله ایجاد یک رابطه مثبت بین معلمان و دانش‌آموزان، ارتقاء عملکرد آموزشی معلمان، افزایش سطح رضایت شغلی و ... می‌گردد (لی<sup>۶</sup>، ۲۰۲۱؛ فاتحی و درخشان<sup>۷</sup>، ۲۰۱۹). اما اگر معلمان در کارشان احساس شکست کنند، و به این نتیجه برسند که شغلشان اهمیتی ندارد و تغییری در جهان موجود ایجاد نمی‌کند، احساس یأس و ناامیدی کرده و در نتیجه بهبودی روان‌شناختی آن‌ها با تهدید روبرو خواهد شد (مرزبانی و بستان، ۱۳۹۵).

مطالعات متعددی بهبودی روان‌شناختی معلمان را از ابعاد گوناگون و تأثیر آن بر زندگی کاری بررسی نموده‌اند (محمدی و طاهری، ۱۳۹۶؛ شهابی و جعفری، ۱۳۹۸؛ رامیلی<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۱۷؛ پراساد و سرینیواس<sup>۹</sup>، ۲۰۲۰). معلمی یک حرفه بسیار پیچیده است. تعامل با اجزای برجسته تدریس، یعنی برنامه درسی، زمینه و دانش‌آموزان، مستلزم خرد، مراقبت، ادغام دانش حرفه‌ای و بین‌فردی است (فورمن<sup>۱۰</sup>، ۲۰۱۸). به گفته فورمن (۲۰۱۸)، مهارت‌های تدریس در فعالیت حرفه‌ای از جایگاه اصلی برخوردار است، اما کافی نیست.

1. Clarke & Goosen
2. Benevene De Stasio, & Fiorilli
3. Ryff
4. Roffey
5. Lgan
6. Li
7. Fathi & Derakhshan
8. Rameli, Hassan, & Mohamad
9. Prasad & Sreenivas
10. Furman
11. Lunenberg & Korthagen
12. Stenberg & Maaranen
13. wisdom
14. Schwartz & Sharpe
15. Ardel
16. Webster
17. Bachmann
18. Ulvik & Smith

ناشی از آن بکااهد). ۴- شوخ‌طبعی پیونددهنده<sup>۸</sup> (برای این که رابطه‌اش با جمع صمیمانه‌تر شود به این شوخی می‌پردازد. هدف سرگرم کردن و خندانند دیگران بدون تحقیر یا بی‌ارزش کردن خود و دیگری است) (زارع و همکاران، ۱۳۸۸). شوخ‌طبعی از لوازم خلاقیت انسان است و درک شوخ‌طبعانه زندگی حاصل خردمندی انسان نسبت به مسائل زندگی است. شوخ‌طبعی با خرد ارتباط دارد، یک شخص عاقل می‌داند چگونه از طنز استفاده کند یا چه موقع به خود بخندد. برخی از افراد طنز خوبی دارند اما فاقد خرد هستند، در حالی که برخی از افراد به اندازه کافی عاقل هستند اما فاقد شوخ‌طبعی هستند. طنز ممکن است فاقد خرد باشد اما خرد می‌تواند طنز سالم ایجاد کند. بنابراین شوخ‌طبعی سازش‌یافته و خرد، منجر به احساس سلامتی در انسان می‌گردد (عقدایی، ۱۳۸۸؛ وبستر، ۲۰۰۳). به علاوه، افراد با حس شوخ‌طبعی بالا، دارای خودپنداره مثبت، سطح بالاتری از عزت‌نفس، و سطح پایین‌تری از استرس، اضطراب و افسردگی را تجربه می‌کنند و سطح بالایی از بهزیستی روان‌شناختی برخوردارند (ابل، ۲۰۰۲؛ نزلک و درکر، ۲۰۰۱).

**برودک<sup>۱۱</sup> و همکاران (۲۰۲۱)** در مطالعه خود به این نتیجه رسیدند که خرد، عاملی است که افراد را در برابر استفاده از شوخ‌طبعی پرخاشگرانه محافظت می‌کند و در عین حال آن‌ها را مستعد استفاده از شوخ‌طبعی خودفزاینده و پیونددهنده می‌کند که بیانگر پذیرش خود و تقویت روابط بین فردی است. لی<sup>۱۲</sup> (۲۰۱۸) در مطالعه خود شوخ‌طبعی را نشان‌دهنده احساس صداقت و خرد می‌داند. مطالعه **تسو کاواک و ایمورا<sup>۱۳</sup> (۲۰۲۰)** در پژوهشی در خصوص دو سبک شوخ‌طبعی (پرخاشگرانه و پیونددهنده) نشان دادند که شوخی پرخاشگرانه یک پیش‌بینی‌کننده مثبت برای پاسخ به استرس و یک پیش‌بینی‌کننده منفی برای بهزیستی روان‌شناختی بود. شوخ‌طبعی پیونددهنده یک پیش‌بینی‌کننده مثبت بهزیستی روان‌شناختی بود. این نتایج نشان می‌دهد که شوخ‌طبعی معلمان با سلامت روانی دانش‌آموزان ارتباط دارد. بنابراین معلمان باید تا حد امکان از طنز

پرخاشگرانه خودداری کنند. **لیست و مولر<sup>۱۴</sup> (۲۰۱۲)** در پژوهشی

شخصیت یا رشد (مانند رشد خود) و مقیاس‌های بلوغ مربوط به آرامش روانی (رشد و هدفمندی فردی در زندگی) روابط مثبت و معنی‌داری داشته باشد (عامری و همکاران، ۱۳۹۸). **مطالعات عامری و همکاران (۱۳۹۸)**، **باچمن و همکاران (۲۰۱۸)** و **زاچر و استودینگر<sup>۱</sup> (۲۰۱۸)** نشان دادند که خرد بر بهزیستی روان‌شناختی اثرگذار بوده است.

متغیر دیگری که می‌تواند با بهزیستی روان‌شناختی معلمان مرتبط باشد، شوخ‌طبعی<sup>۲</sup> است. شوخ‌طبعی یک نوع ارتباط سرگرم‌کننده، مضحک یا خنده‌دار که در افراد احساسات مثبت ایجاد می‌کند. به‌طوری‌که، به هر چیزی که باعث خنده می‌شود، نسبت داده می‌شود (شاهین، ۲۰۲۱). به اعتقاد **زیگلر<sup>۴</sup> و همکاران (۱۹۹۸)** شوخی یک رابطه است، خواه به شکل نوشتاری، کلامی، ترسیمی یا سایر اشکال، و شامل مواردی مانند دست‌انداختن، لطیفه‌گویی، طعنه و ریشخند، کاریکاتور، مسخره کردن و دلکک‌شدن می‌شود که باعث سرگرمی (بدون خنده) یا لبخند می‌شود (**سادات و بدری گرگری، ۱۳۹۷**). سه نظریه اصلی به درک ما از مفهوم شوخی کمک می‌کند. ۱- نظریه‌های ناسازگاری (خنده زمانی اتفاق می‌افتد که افراد با موقعیت ناسازگار یا نتیجه‌ای که انتظارش را ندارند، مواجه شوند. ریشه این نظریه مبتنی بر خندیدن به چیزهای سرگرم‌کننده‌ای است که در شرایط غیرمنتظره، پیچیده، غیرمنطقی و نامناسب رخ می‌دهد؛ ۲- نظریه برتری (از این واقعیت ناشی می‌شود که مردم از جهات مختلف نسبت به دیگران احساس برتری می‌کنند. احساساتی مانند تحقیر، کینه، خصومت، تمسخر یا برتری، حس شوخ‌طبعی را در نظریه برتری مشخص می‌کند). ۳- نظریه‌های برانگیختگی (نظریه برانگیختگی دارای دیدگاه فیزیولوژیکی است که خنده را به‌عنوان ظهور انرژی عصبی تلقی می‌کند. در این نظریه خنده به‌عنوان تخلیه ناگهانی انرژی عصبی انباشته‌شده توسط فشار پذیرفته شده است. تمرکز بر تسکین استرس و آرامش همراه با خنده است. مکانیسم مقابله با طنز بر اساس کارکردهای کاهش تنش نظریه برانگیختگی است) (شاهین، ۲۰۲۱).

سبک‌های شوخ‌طبعی مشتمل بر دو دسته سازش‌یافته (خودفزاینده و پیونددهنده) و سازش‌نیافته (پرخاشگرانه و خودشکنانه) هستند. شوخ‌طبعی پرخاشگرانه<sup>۵</sup> (گفته‌ها و رفتار فرد باعث تحقیر طرف مقابل می‌شود. حتی ممکن است خود گوینده هم متوجه این موضوع نباشد)؛ ۲- شوخ‌طبعی خودشکنانه<sup>۶</sup> (در این سبک شوخی که نقطه مقابل شوخ‌طبعی پرخاشگرانه است، فرد به تحقیر خود می‌پردازد تا جمع را بخنداند)؛ ۳- شوخ‌طبعی خودفزاینده<sup>۷</sup> (فرد با مشکل و مساله‌ای مواجه می‌شود و با آن شوخی می‌کند تا از استرس و فشار

1. Zacher & Staudinger

2. humor

3. Şahin

4. Ziegler

5. aggressive

6. self-defeating

7. self-enhancing

8. affiliative

9. Abel

10. Nezlek & Derks

11. Brudek

12. Lee

13. Tsukawaki & Imura

14. Leist & Muller

## روان‌شناسی مدرسه و آموزشگاه

آماري پژوهش حاضر، شامل کليه معلمان شهر تهران در سال ۱۴۰۰ بوده است. و با توجه به وجود بيماري کرونا در جامعه و غيرحضورى بودن کلاس‌هاى مدارس، روش نمونه‌گيرى به صورت در دسترس انجام شد، بدین صورت که پس از شناسایی کانال‌های تلگرامی و صفحات معتبر اینستاگرامی و به کارگیری انواع راهبردهای استفاده از ظرفیت فضای مجازی، لینک پرسش‌نامه بین معلمان توزیع شد و افراد به صورت داوطلبانه وارد صفحه‌ی اینترنتی مربوطه شده و به گویه‌ها پاسخ دادند. در پایان از بین معلمان، تعداد ۳۴۲ نفر به سؤالات پرسش‌نامه پاسخ دادند و در نهایت پس از انجام اجراء، پاسخ‌ها در نرم‌افزار **spss-24** و **Amos-24** تحلیل شد. ملاک ورود افراد به پژوهش، داشتن رضایت کامل و حضور داوطلبانه و به تبع، دقت در پاسخ به پرسش‌نامه بود. جهت گردآوری داده‌ها از ابزارهای زیر استفاده شد:

**پرسش‌نامه خرد سه‌بعدی آردلت (3D-WS) (فرم کوتاه):** این مقیاس فرم کوتاه پرسش‌نامه خرد سه‌بعدی ۳۹ سؤالی مونیکا آردلت است که توسط توماس و همکاران (۲۰۱۵) اعتبارسنجی شده است. این مقیاس شامل ۱۲ آیتم در طیف لیکرت ۵ درجه‌ای است و دارای سه بعد تأملی، شناختی و عاطفی می‌باشد. قابلیت اطمینان این مقیاس در بین ۰/۷۳ تا ۰/۷۴ است. روایی همگرایی این پرسش‌نامه با پرسش‌نامه اصلی ۰/۷۰. گزارش شده است. پایایی این پرسش‌نامه در مطالعه حاضر بر اساس آلفای کرونباخ برای کل مقیاس برابر با ۰/۷۹ به دست آمد.

**پرسش‌نامه سبک‌های شوخ‌طبعی (مارتین، ۱۹۹۸):** شامل ۳۲ گویه است که در یک مقیاس هفت‌درجه‌ای، چهار سبک شوخ‌طبعی پیونددهنده، خودفزاينده، پرخاشگرانه و خودشکنانه را می‌سنجد. **مارتین<sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۰۳)** اعتبار زیرمقیاس‌های سبک‌های شوخ‌طبعی مذکور را به ترتیب برابر با ۰/۸۵، ۰/۸۱، ۰/۸۰، و ۰/۸۲ گزارش کرده‌اند. پایایی این پرسش‌نامه در مطالعه حاضر بر اساس آلفای کرونباخ سبک‌های شوخ‌طبعی به ترتیب برابر با ۰/۶۵، ۰/۷۴، ۰/۷۶ و ۰/۶۷ به دست آمد.

**پرسش‌نامه بهزیستی روان‌شناختی (ریف ۱۹۹۵) (RSPWB-18):** نسخه کوتاه ۱۸ سؤالی این پرسش‌نامه که در سال ۱۹۸۰ طراحی شده است، ۶ مولفه اصلی الگوی بهزیستی

روان‌شناختی را مورد ارزیابی قرار می‌دهد و بنابراین دارای ۶ زیر

1. Jin
2. Pishghadam
3. Redan Werang
4. Costa
5. Martin

نشان دادند که انواع سبک‌های شوخ‌طبعی به طور متفاوتی با بهزیستی روان‌شناختی مرتبط بود. میزان پایین شوخ‌طبع خودتحقیرگرایانه به طور مناسبی با بهزیستی روان‌شناختی مرتبط بود. شوخ‌طبعی خودفزاينده منبع مهمی برای بهزیستی روان‌شناختی می‌باشد مخصوصاً زمانی مفیدتر است که شوخ‌طبعی پرخاشگرانه و خودتحقیرگرایانه نباشد. **پسندیده و زارع (۱۳۹۵)** اظهار نمودند افرادی با شوخ‌طبعی بالا در مقابل فشارهای روانی محکم‌تر و از بهزیستی بالایی برخوردارند. **برآبادی و الخانیان (۱۳۹۹)** نشان دادند شوخ‌طبعی بر بهزیستی روانی تأثیر معنی‌داری دارد.

با ظهور روان‌شناسی مثبت به‌عنوان مکتب جدیدی از روان‌شناسی، دانشمندان به احساسات، مراقبت، رفاه و اعتبار مقام معلمان توجه بیشتری نمودند (**چین<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۰؛ پیشقدم و همکاران<sup>۲</sup>، ۲۰۲۱**) زیرا معلمان نقشی ارزشمند را در کمک به رشد دانش‌آموزان بازی می‌کنند. به همین منظور معلمان باید از لحاظ جسمی و روحی در وضعیت خوبی باشند (**ردان ورننگ<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۵**).

معلمان اجزای اصلی سیستم آموزشی هستند و توجه به سلامت و رفاه آنان در توجه به آموزش نسل‌های آینده بسیار مهم است. با وجود این تدریس، حرفه‌ای با میزان استرس بالاست که می‌تواند باعث کاهش رضایت شغلی، تعهد، انگیزش و در نهایت فرسودگی شغلی معلم شود که وجود راهکارهایی برای مقابله با عوامل استرس‌زا و بالا بردن سطح بهزیستی معلمان حیاتی است (**کاستا<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۱**). لذا با توجه به اینکه متغیرهای خردمندی و سبک‌های شوخ‌طبعی از متغیرهای مهم در کمک به بهزیستی روان‌شناختی است، بر این اساس اجرای پژوهش‌هایی از این دست برای شناسایی دقیق چگونگی بهزیستی روان‌شناختی معلمان اهمیت دارد. هر چند مطالعات مشابه ارتباط بین برخی از این متغیرها را قبلاً مورد بررسی قرار داده‌اند، ولی تاکنون این متغیرها در یک مدل پژوهشی در جامعه معلمان انجام نشده است. لذا این مطالعه با هدف تبیین بهزیستی روان‌شناختی معلمان بر اساس متغیرهای خرد و سبک‌های شوخ‌طبعی انجام شد. با توجه به اهمیت موضوع این سؤال مطرح است که آیا خرد از طریق سبک‌های شوخ‌طبعی می‌تواند بر بهزیستی روان‌شناختی اثر گذارد؟

## روش پژوهش

روش انجام این پژوهش از نظر هدف، از نوع کاربردی و از حیث ماهیت، توصیفی از نوع پژوهش همبستگی است.

**جامعه، نمونه، روش نمونه‌گیری و ابزار پژوهش:** جامعه

تدریس بیشتری داشتند نمرات بالاتری در خردمندی و استفاده بیشتری از سبک شوخ‌طبعی پیونددهنده در زندگی خود داشته‌اند. در ادامه، با استفاده از روش تحلیل مدل معادلات ساختاری به بررسی برازش مدل پرداخته شده است. الگویابی معادلات ساختاری تکنیکی برای تحلیل داده‌ها است که به منظور ارزیابی رابطه بین دو متغیرهای آشکار (متغیرهایی قابل اندازه‌گیری و قابل مشاهده) و متغیرهای پنهان به کار می‌رود. استفاده از این روش تحلیل به نسبت دیگر تکنیک‌ها این امکان را فراهم می‌آورد که پژوهشگر بتواند مدل‌های نظری پیچیده را در یک فضای واحد آزمون کند. در شکل ۲ تلاش شده است تا با استفاده از این مزیت الگویابی ساختاری ارتباط علی متغیرهای پژوهشی با یکدیگر و روابط هر یک از آن‌ها با سؤالات مربوط به خود بررسی شود.

در مدل برازش داده شده در شکل ۲، پنج متغیر پژوهشی در مطالعه حاضر و روابط میان آن‌ها به تصویر کشیده شده است. در این مدل متغیرهای پژوهشی و پرسش‌های آن‌ها بدین گونه توصیف شده‌اند:

- خردمندی: واژه (wisdom) در سمت راست مدل مشخص شده و ۱۲ پرسش دارد.
- سبک شوخ‌طبعی پیونددهنده: واژه (affilative) در سمت بالای مدل مشخص شده و ۸ پرسش دارد.
- سبک شوخ‌طبعی خودفزاینده: واژه (enhancing) در سمت بالای مدل مشخص شده و ۸ پرسش دارد.
- سبک شوخ‌طبعی پرخاشگرانه: واژه (aggressive) در سمت پایین مدل مشخص شده و ۸ پرسش دارد.
- سبک شوخ‌طبعی خودشکنانه: واژه (defeating) در سمت پایین مدل مشخص شده و ۸ پرسش دارد.
- بهزیستی روان‌شناختی: واژه (well) در سمت چپ مدل مشخص شده و ۱۸ پرسش دارد.

مقیاس (هر زیر مقیاس شامل ۳ عبارت) است. پاسخ به هر سؤال بر روی یک طیف ۶ درجه‌ای (از کاملاً مخالف تا کاملاً موافق) مشخص می‌شود. همبستگی مقیاس ۱۸ سؤالی با مقیاس اصلی (۸۴ سؤالی) از ۰٫۷ تا ۰٫۸۹ در نوسان بوده است. پایایی این پرسش‌نامه در مطالعه حاضر بر اساس آلفای کرونباخ برای کل مقیاس برابر با ۰٫۸۷ به دست آمد.

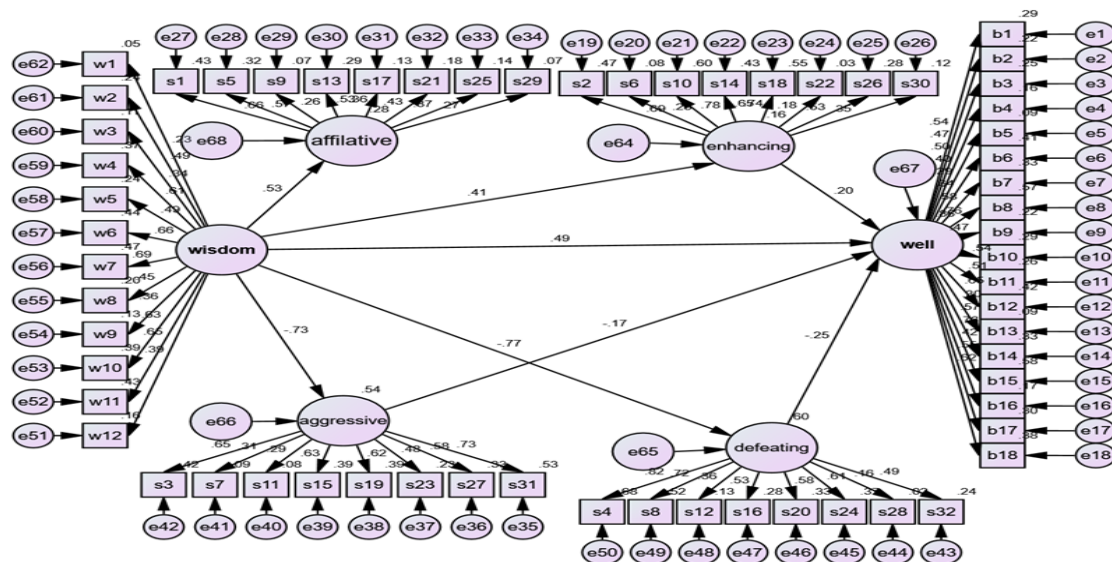
### یافته‌ها

در جدول ۱، میانگین، انحراف استاندارد و همبستگی بین متغیرهای پژوهش ارائه شده است. بر این اساس، میانگین متغیرهای بهزیستی روان‌شناختی، خردمندی، سبک پیونددهنده، سبک خودفزاینده، سبک پرخاشگرانه و سبک خودشکنانه به ترتیب برابر است با ۸۲، ۳۸، ۲۲، ۲۷، ۳۵، ۹۴، ۴۸، ۲۰، و ۲۱، ۴۹ محاسبه شده و میزان انحراف معیار برای این متغیرها به ترتیب برابر با ۱۳ و ۷۵، ۶، ۹۸، ۷، ۲۵، ۸، ۴، ۷، ۸۹ و ۹، ۷۵ است. با توجه به جدول ۱، بهزیستی روان‌شناختی در سطح معنی‌داری ۰٫۰۱ رابطه مثبت و معنی‌داری با خردمندی، سبک شوخ‌طبعی پیونددهنده و خودفزاینده (به ترتیب ۰٫۶۸، ۰٫۲۹ و ۰٫۵۹) دارد؛ و در سطح معنی‌داری ۰٫۰۱ رابطه معکوس و معنی‌داری با سبک‌های شوخ‌طبعی پرخاشگرانه و خودشکنانه (به ترتیب ۰٫۵۸- و ۰٫۵۴-) دارد. خردمندی در سطح ۰٫۰۱ رابطه مثبت و معنی‌داری با سبک‌های شوخ‌طبعی پیونددهنده و خودفزاینده (۰٫۲۸ و ۰٫۳۵)، و رابطه منفی و معنی‌داری با سبک‌های شوخ‌طبعی پرخاشگرانه و خودشکنانه (۰٫۴۷- و ۰٫۶۰-) دارد. همچنین بین متغیرهای پژوهش و مقطع تدریس معلمان همبستگی معنی‌داری وجود نداشت؛ سابقه تدریس با خردمندی (در سطح ۰٫۰۱) و سبک شوخ‌طبعی پیونددهنده (در سطح ۰٫۰۵) ارتباط مثبت و معنی‌داری دارد و با سایر متغیرها همبستگی ندارد؛ که این نشان می‌دهد هر چه معلمان سابقه

### جدول ۱. میانگین، انحراف استاندارد و همبستگی بین متغیرهای پژوهش

سابقه	مقطع	سبک	سبک	سبک	سبک	خردمندی	بهزیستی روان‌شناختی
تدریس	تدریس	خودشکنانه	پرخاشگرانه	خودفزاینده	پیونددهنده		
۰/۱۱	-۰/۰۲	-۰/۵۴**	-۰/۵۸**	۰/۵۹**	۰/۲۹**	۰/۶۸**	۱
۰/۱۹*	-۰/۰۸	-۰/۶۰**	-۰/۴۷**	۰/۳۵**	۰/۲۸**	۱	
۰/۲۲**	-۰/۰۱	-۰/۴۱**	-۰/۳۲**	۱/۰	۱		
/۰۲	-۰/۰۲	-۰/۱۸*	-۰/۳۱**	۱			
-۰/۱۱	۰/۰۳	۰/۷**	۱				
-۰/۱۳	-۰/۰۸	۱					
۱۲/۳۵	۲/۳۱	۲۱/۴۹	۲۰/۴۸	۹۴/۳۵	۳۷	۳۸/۲۲	۸۲
۹/۹۷	۰/۸۲	۹/۷۵	۷/۸۹	۴/۸	۲۵/۷	۶/۹۸	۱۳/۷۵





نمودار ۱. مدل ساختاری بهزیستی روان‌شناختی معلمان بر اساس خردمندی با میانجی‌گری سبک‌های شوخ‌طبعی

دارای بار عاملی مناسب هستند، زیرا هرگاه بار عاملی محاسبه شده برای یک پرسش بالاتر از ۰/۳ باشد، اعتبار آن تأیید می‌شود (هومن، ۱۳۸۷) و این معیار در مورد تمام این پرسش‌ها درست است.

بر اساس شکل ۱، پرسش‌های تمام پرسش‌نامه‌های به کار رفته برای اندازه‌گیری متغیرهای بهزیستی روان‌شناختی، خردمندی، سبک پیونددهنده، سبک خودفزاینده، سبک پرخاشگرانه و سبک خودشکانه

## جدول ۲. شاخص‌های برازش مدل پژوهش

شاخص برازش مدل	مقدار شاخص	سطح مطلوب	وضعیت برازش
ریشه میانگین مجذورات تقریب	۰/۶۹	زیر ۰/۱	مطلوب است
تقسیم df / CMIN	۱/۸۷۱	زیر ۵	مطلوب است
شاخص برازش استاندارد	۰/۹	بالاتر یا مساوی ۰/۹	مطلوب است
شاخص برازش تطبیقی	۰/۹۱	بالاتر یا مساوی ۰/۹	مطلوب است
شاخص نیکویی برازش	۰/۹۰	بالاتر یا مساوی ۰/۹	مطلوب است
شاخص برازش این کری متال	۰/۹۰	بالاتر یا مساوی ۰/۹	مطلوب است
ضریب تاکر- لوئیس	۰/۹۱	بالاتر یا مساوی ۰/۹	مطلوب است

شاخص‌هایی مانند برازش استاندارد، برازش تطبیقی، نیکویی برازش، برازش این کری متال و ضریب تاکر- لوئیس بالاتر یا مساوی ۰/۹ محاسبه شوند، برازندگی مدل تأیید می‌شود؛ به سبب این که در این مدل، این شاخص‌ها از این قاعده پیروی می‌کنند، برازش مدل تأیید شد.

جدول ۳ ضرایب اثر مستقیم، غیر مستقیم موجود در مدل ساختاری را نشان می‌دهد. طبق نتایج جدول ۳ متغیرهای خردمندی، سبک فزاینده، سبک پرخاشگر و سبک خودباخته به ترتیب اثر مستقیم ۰/۴۹۱، ۰/۱۹۸، ۰/۱۷، -۰/۲۴۶ بر روی بهزیستی روان‌شناختی داشتند، متغیر خردمندی به ترتیب بر سبک فزاینده، سبک پرخاشگر، سبک خودباخته و سبک وابسته اثر مستقیم به اندازه ۰/۴۰۶، -۰/۷۳۴، -۰/۷۷۳، ۰/۵۵۳ دارد.

1. Modeling Fit Indexes
2. RMSEA

معیارهای علمی قابل‌پذیرش برای تأیید مدل نظری با استفاده از داده‌ها بحث اصلی «شاخص‌های برازش مدل»<sup>۱</sup> است که در جدول ۲ به آن پرداخته شده است. شاخص ریشه میانگین مربعات خطاهای تخمین<sup>۲</sup>، یکی از شاخص‌های اصلی نیکویی برازش در مدل‌یابی معادلات ساختاری است که در تمام مدل‌های معادلات ساختاری از آن استفاده می‌شود. بر اساس دیدگاه بیشتر پژوهشگران، اگر این شاخص کوچک‌تر از ۰/۱ باشد، برازندگی مدل مورد تأیید است. بر اساس جدول ۲، در پژوهش حاضر، با توجه به این که مقدار این شاخص برابر با ۰/۶۹ است، می‌توان گفت که برازش مدل تأیید گردید. همچنین، یکی دیگر از شاخص‌های برازش مهم نتیجه تقسیم CMIN بر درجه آزادی است که اگر پایین‌تر از ۵ باشد، برازش تأیید می‌گردد و در این پژوهش نیز برابر با ۱/۸۷۱ محاسبه گشت؛ که نشان از برازش مدل دارد. افزون بر این، اگر

همچنین متغیر خردمندی اثر غیر مستقیم به اندازه ۰/۳۹۵ بر بهزیستی روان‌شناختی دارد. همچنین سبک شوخ‌طبعی پیونددهنده نقش میانجی

### جدول ۳. تأثیر مستقیم و غیر مستقیم متغیرهای پژوهش

اثر غیرمستقیم	اثر مستقیم	متغیر موثر بر هم	اثرات متغیرها بر هم
۰,۳۹۵	۰,۴۹۱	خرد × بهزیستی روان‌شناختی	
	۰,۱۹۸	سبک خودفزاینده × بهزیستی روان‌شناختی	
	-۰,۱۷	سبک پرخاشگرانه × بهزیستی روان‌شناختی	
	-۰,۲۴۶	سبک خودشکنانه × بهزیستی روان‌شناختی	
	۰/۴۰۶	خرد × سبک خودفزاینده	
	-۰,۷۳۴	خرد × سبک پرخاشگرانه	
	-۰,۷۷۳	خرد × سبک خودشکنانه	
	۰,۵۵۳	خرد × سبک پیونددهنده	

### بحث و نتیجه‌گیری

آگاهی و هوشیاری نسبت به اینجا و اکنون را افزایش می‌دهد. (سیکزنت می‌های و ناکامورا، ۲۰۱۴). بنابراین، بر اساس نظریه روان‌شناسان حوزه مثبت‌گرایی زیرمقیاس‌های سبک‌های شوخ‌طبعی پیونددهنده و خودفزاینده از طریق تعامل با خردورزی، شرایط روان‌شناختی فردی را تغییر می‌دهد (لامارکا، ۲۰۱۵). به طور کلی، خردورزی با خشنودی روانی ارتباط مستقیم دارد و اساس خردورزی یک متغیر شناختی است (شوارتز و شارپ، ۲۰۰۶) که با متغیر میانجی سبک‌های شوخی که یک متغیر هیجانی-عاطفی می‌باشد، تعامل یافته و بهزیستی روان‌شناختی را در بین معلمان تضمین می‌کند. یافته فرضیه دوم نشان داد مدل بهزیستی روان‌شناختی معلمان بر اساس خرد با میانجی‌گری شوخ‌طبعی از برآزش برخوردار است. به عبارت دیگر، خرد بر بهزیستی روان‌شناختی اثر مستقیم و از طریق ابعاد شوخ‌طبعی اثر غیرمستقیم دارد. بنابراین، شواهد برای این یافته کافی است. نتایج این مطالعه با پژوهش لی (۲۰۱۸) مبنی بر این که شوخ‌طبعی نشانه خرد است، با مطالعه برودک<sup>۵</sup> و همکاران (۲۰۲۱) مبنی بر این که شوخ‌طبعی خودفزاینده و پیونددهنده بیانگر پذیرش خود و تقویت روابط بین فردی است و با مطالعه تسوکاواک و ایمورا (۲۰۲۰) مبنی بر این که شوخ‌طبعی پیونددهنده یک پیش‌بینی‌کننده مثبت بهزیستی روان‌شناختی است و شوخی پرخاشگرانه هم پیش‌بینی‌کننده مثبت برای پاسخ به استرس و هم پیش‌بینی‌کننده منفی برای بهزیستی روان‌شناختی است، تقریباً همخوان است. در تبیین این فرضیه می‌توان گفت؛ شوخ‌طبعی می‌تواند به‌عنوان یک مکانیسم

هدف این مطالعه بررسی بهزیستی روان‌شناختی معلمان بر اساس خرد با میانجی‌گری شوخ‌طبعی بود. بر این اساس یافته فرضیه اول مطالعه نشان داد بین بهزیستی روان‌شناختی با خرد و تمام زیرمقیاس‌های سبک‌های شوخ‌طبعی رابطه معنی‌داری وجود دارد. بنابراین شواهد برای این یافته کافی است. نتایج این مطالعه با مطالعات پسندیده و زارع (۱۳۹۵) مبنی بر این که افراد با شوخ‌طبعی بالا در مقابل فشارهای روانی محکم‌تر و از بهزیستی روانی بالایی برخوردارند، با مطالعه برآبادی و الخانیان (۱۳۹۹) مبنی بر این که شوخ‌طبعی بر بهزیستی روانی تأثیر معنی‌داری دارد، با بررسی تسوکاواک و ایمورا (۲۰۲۰) مبنی بر این که شوخ‌طبعی پیونددهنده یک پیش‌بینی‌کننده مثبت بهزیستی روان‌شناختی است و شوخی پرخاشگرانه هم پیش‌بینی‌کننده مثبت برای پاسخ به استرس و هم پیش‌بینی‌کننده منفی برای بهزیستی روان‌شناختی است، تقریباً همخوان است.

در تبیین این فرضیه می‌توان گفت؛ خرد از طریق تفکر و تجربه و در قالب شاخص‌های عاطفی، شناختی و ژرف‌نگری پرورش می‌یابد (نجاتی‌فر و همکاران، ۱۴۰۰). خرد در واقع محصول دانش و است یعنی چیزی فراتر از انباشت اطلاعات. لذا خردمندی هماهنگ‌سازی این اطلاعات، و استفاده سنجیده از آن برای افزایش بهزیستی است (ذبیحی حصاری و همکاران، ۱۳۹۶). داشتن خردورزی در موقعیت‌ها بر سبک زندگی فرد اثر می‌گذارد و صلاح اجتماع را دربرمی‌گیرد (کاپرمن، ۲۰۰۸). خرد در فرد سبب شده تا به دیگران گوش کند و آنچه می‌شنوند را ارزیابی و سپس توصیه عاقلانه‌ای را بیان کنند. افراد خردورز زندگی خود را مدیریت می‌کنند و بهداشت روان را در افراد پیش‌بینی می‌کند. این ویژگی روان‌شناختی در درون افراد میزان

1. Kuperman
2. Csikszentmihalyi & Nakamura
3. La Marca
4. Schwartz & Sharpe
5. Brudek

## ملاحظات اخلاقی

### پیروی از اصول اخلاق پژوهش

اصول اخلاقی تماماً در این مقاله رعایت شده است. شرکت کنندگان اجازه داشتند هر زمان که مایل بودند از پژوهش خارج شوند. همچنین به شرکت کنندگان در جریان روند پژوهش بودند. اطلاعات آن‌ها محرمانه نگه داشته شد.

### حامی مالی

این تحقیق هیچ‌گونه کمک مالی از سازمان‌های تأمین مالی در بخش‌های عمومی، تجاری یا غیرانتفاعی دریافت نکرده است.

### مشارکت نویسندگان

تمام نویسندگان در طراحی، اجرا و نگارش همه بخش‌های پژوهش حاضر مشارکت داشته‌اند.

### تعارض منافع

بنابر اظهار نویسندگان این مقاله تعارض منافع ندارد.

## منابع

- احمد برآبادی، حسین و الخانیان، رقیه (۱۳۹۹). بررسی رابطه بین بهزیستی معنوی و شوخ‌طبعی با بهزیستی روان‌شناختی و تاب‌آوری. *روان‌شناسی و دین*، ۱۳(۳)، ۱۱۵-۱۰۵.
- <http://ravanshenasi.nashriyat.ir/node/583>
- پسندیده، محمدمهدی و زارع، لایلا (۱۳۹۵). بررسی ابعاد بهزیستی روان‌شناختی، تاب‌آوری و شوخ‌طبعی در بیماران عروق کرونر قلب و افراد سالم. *روان‌شناسی سلامت*، ۵(۲۰)، ۸۸-۱۰۸.
- [https://hjpj.journals.pnu.ac.ir/article\\_3406.html?lang=fa](https://hjpj.journals.pnu.ac.ir/article_3406.html?lang=fa)
- زارع، حسین. کمالی زارچ، محمود. و رضایی‌نسب، فاطمه (۱۳۸۸). سبک‌های شوخ‌طبعی و پنج‌رگه شخصیت. *روان‌شناسی تحولی (روان‌شناسان ایرانی)*، ۶(۲۲)، ۱۲۷-۱۱۹.
- [http://jip.azad.ac.ir/article\\_512325.html?lang=fa](http://jip.azad.ac.ir/article_512325.html?lang=fa)
- ذبیحی حصار، نرجس خاتون؛ چاجی، محمدرضا؛ زارع مقدم، علی. (۱۳۹۶). رابطه خردمندی با بهزیستی روان‌شناختی و سرزندگی تحصیلی در دانش‌آموزان. *پژوهش‌های تربیتی*، ۳۵، ۳۵-۲۰.
- <https://www.noormags.ir/view/fa/articlepage/89726/22/text>
- سادات، سمیه و بدری گرگری، رحیم (۱۳۹۷). آموزش شوخ‌طبعی به معلم و تأثیر آن بر فرسودگی تحصیلی در دانش‌آموزان. *مجله پژوهش‌نامه روان‌شناسی مثبت*، ۴(۴)، ۲۴-۱۳.

[Doi: 10.22108/ppls.2019.113900.1567]

1. Perchtold-Stefan
2. Smith & Yang

دفاعی در مقابل پریشانی‌های روان‌شناختی استفاده شود (پرچتولد- استفان<sup>۱</sup> و همکاران، ۲۰۲۰). از طرفی می‌توان آن را مانند سبک مقابله‌ای به کار گرفت که فرد بر اساس آن شرایط ناگوار کنونی را تغییر می‌دهد و در پی آن کیفیت زندگی افراد و سطح تاب‌آوری یا همان رادگرگون می‌شود و در نتیجه بهزیستی روان‌شناختی فرد ارتقا می‌یابد (اسمیت و یانگ<sup>۲</sup>، ۲۰۱۷). از طرفی بعضی از سبک‌های شوخ‌طبعی از جمله شوخ‌طبعی پیونددهنده و خودفزاینده شامل خندیدن با دیگران و جک گفتن به منظور افزایش پیوستگی اجتماعی راهی است تا افراد علی‌الخصوص بدون تکانشگری بتوانند به‌واسطه خردورزی بهتر بهزیستی روان‌شناختی خود را بهبود بخشند. اما سبک‌هایی مانند سبک شوخ‌طبعی پرخاشگرانه و خودشکنانه به دلیل ماهیت متناقض با خردورزی اغلب با تنش‌های زیاد و ایجاد مسائل حاشیه‌ای سطح بهزیستی روانی را دستکاری می‌کند. افراد خردمند با استفاده بیشتر از سبک‌های شوخ‌طبعی پیونددهنده و خودفزاینده از طریق ایجاد روابط با دیگران و به کمک استفاده از سبک‌های شوخ‌طبعی سازگار از جمله پیوندجویی به دغدغه‌های جامه عمل پوشانده، و از این طریق عزت‌نفس خود را ارتقا بخشیده، خودارزنده‌سازی می‌کند و ابعاد مختلف بهزیستی روانی را رشد می‌دهد.

پژوهش حاضر مسئولان، برنامه‌ریزان و متخصصان آموزش و پرورش حیطه‌های ذی‌ربط را به سمتی هدایت می‌کند که از متولیان امور از جمله روان‌شناسان، نهایت استفاده را در جهت راهنمایی افراد، بهبود بهزیستی روان‌شناختی، استفاده از قدرت شوخ‌طبعی و خردورزی و همچنین توجه به سلامت روان و بهزیستی روانی معلمان به کار گیرند. در نتیجه می‌توان گفت؛ مدل بهزیستی روان‌شناختی معلمان بر اساس خرد با میانجی‌گری شوخ‌طبعی از برآزش مناسبی برخوردار است. پژوهش حاضر دارای محدودیت‌هایی بوده و در این راستا پژوهشگران را با مشکلاتی مواجه کرده است. از جمله این محدودیت‌ها مقطعی بودن نوع مطالعه، عدم کنترل متغیرهای تعدیل‌گر و روش نمونه‌گیری در دسترس، داوطلبانه و آنلاین بودن پرسش‌نامه‌های توزیع شده، بود. اما می‌توان اذعان داشت که یافته‌های این مطالعه نتایج مطالعات پیشین را گسترش داده است. برای افزایش تعمیم‌پذیری پیشنهاد می‌شود برای پژوهش‌ها در آینده محققان بر انجام دهند.

هداوند، مجید؛ تجلی، پریسا؛ و شهریار احمدی، منصوره (۱۳۹۹).  
پیش‌بینی اشتیاق شغلی، بر اساس بهزیستی روان‌شناختی و امید به  
زندگی در معلمان دانش‌آموزان آهسته‌گام. *مجله توانمندسازی  
کودکان استثنایی*، ۱۱(۱)، ۶۳-۷۲.

[Doi: 10.22034/ceciranj.2020.224014.1365]

هومن، حیدرعلی. (۱۳۸۷). *لینزرل افزار نرم کاربرد با ساختاری معادلات  
یابی مدل*. تهران: انتشارات سمت.

<https://www.gisoom.com/book/11006174/>

## References:

Abel, M. H. (2002). Humor, stress, and coping strategies. *Humor: International Journal of Humor Research*, 15(4), 365-381. [Doi:10.1515/humr.15.4.365]

Aghdaee, T. (2009). The Realm of Humour. *Scientific Quarterly of Interpretation and Analysis of Persian Language and Literature Texts (Dehkhoda)*, 1(1), 26-52. (Persian)  
[http://dehkhoda.kiau.ac.ir/article\\_526925.html?lang=en](http://dehkhoda.kiau.ac.ir/article_526925.html?lang=en).

Ameri, M. A., Shoghi, B., and Hassani Satehi, H. (2019). Presenting a model to promote wisdom in order to improve psychological capital, psychological well-being, mental health and desirable social tendencies (case study: soldiers of malek ashtar educational center). *Journal of Training in Police Sciences*, 7(27), 91-111. (Persian)  
[http://tps.jrl.police.ir/article\\_92411.html?lang=fa](http://tps.jrl.police.ir/article_92411.html?lang=fa).

Ardelt, M. (2003). Empirical assessment of a Three - Dimensional Wisdom Scale. *Research on Aging*, 25(3), 275-324. [Doi: 10.1177/0164027503025003004]

Asadi, S., Amiri, S., Molavi, H., Bagheri, K. (2013). Introducing concept of wisdom in psychology and its Educational applications. *New Educational Approaches*, 8(2), 1-28. (Persian)  
[https://nea.ui.ac.ir/article\\_19101.html?lang=en](https://nea.ui.ac.ir/article_19101.html?lang=en).

Bachmann, C., Habisch, A., & Dierksmeier, C. (2018). Practical wisdom: Management's no longer forgotten virtue. *Journal of Business Ethics*, 153(1), 1-19. [Doi: 10.1007/s10551-016-3417-y].

Barabadi, Hossein Ahmad and Al-Khanian, Roghayeh (1399). Investigating the relationship between spiritual well-being and humor with psychological well-being and resilience. *Journal of Psychology and Religion*, 13 (3), 115-105. (Persian)  
<http://ravanshenasi.nashriyat.ir/node/583>

Benevene P., De Stasio S., & Fiorilli C. (2020). Well-being of school teachers in their work environment. *Frontiers in Psychology*, 11, 1239.

Brudek, P. J., Phudowska, M., Steuden, S., & Sękowski, A. (2021). Gerotranscendence and humor styles: the mediating role of generativity and wisdom. *International Journal of Humor Research*, 34(3). [Doi: 10.1515/humor-2020-0117]

Clarke, D., & Goosen, T. (2009). The mediating effect of coping strategies in the relationship between automatic negative thoughts and depression in a clinical sample of diabetes patients. *Journal of Personality and Individual Differences*, 46(4), 460-464. [Doi: 10.1016/j.paid.2008.11.014]

ساداتی فیروزآبادی، سمیه و ملتفت، قوام (۱۳۹۶). بررسی شاخص‌های  
روانسنجی مقیاس بهزیستی روان‌شناختی ریف در دانش‌آموزان  
دبیرستانی مدارس تیزهوشان: پایایی، روایی و ساختار عاملی. *مجله  
اندازه‌گیری تربیتی*، ۷(۲۷)، ۱۱۹-۱۰۳.

[Doi: 10.22054/jem.2017.11432.1332]

اسعدی، سمانه؛ امیری، شعله؛ مولوی، حسین؛ و باقری نوع دوست، خسرو  
(۱۳۹۲). معرفی مفهوم خردمندی در روان‌شناسی و کاربردهای  
آموزشی آن. *مجله رویکردهای نوین آموزشی*، ۸(۲)، ۲۸-۱.

[https://nea.ui.ac.ir/article\\_19101.html](https://nea.ui.ac.ir/article_19101.html)

شهبابی، سیده سارا و جعفری، علی (۱۳۹۸). نقش پرخاشگری، افسردگی  
و بهزیستی روان‌شناختی معلمان در پیش‌بینی پیشرفت تحصیلی  
دانش‌آموزان راهنمایی شهر تبریز. *مجله روان‌شناسی مدرسه*، ۸(۳)،  
۱۴۶-۱۲۷. [Doi: 10.22098/jsp.2019.845]

عامری، محمدعلی؛ شوقی، بهزاد؛ و حسنی ساطحی، حسین (۱۳۹۸).  
ارائه مدلی به منظور ارتقای خرد در راستای بهبود سرمایه  
روان‌شناختی، بهزیستی روان‌شناختی، سلامت روان و گرایش‌های  
مطلوب اجتماعی (مورد مطالعه: سربازان مرکز آموزشی مالک  
اشتر). *فصلنامه آموزش در علوم انتظامی*، ۷(۲۷)، ۱۱۱-۹۹.

[http://tps.jrl.police.ir/article\\_92411.html](http://tps.jrl.police.ir/article_92411.html)

عقدایی، تورج (۱۳۸۸). *قلمرو شوخ‌طبعی. فصلنامه تخصصی زبان و  
ادبیات فارسی*، ۱(۱)، ۵۲-۲۶.

[http://dehkhoda.kiau.ac.ir/article\\_526925.html](http://dehkhoda.kiau.ac.ir/article_526925.html)

محمدی، کوروش و طاهری، امین (۱۳۹۶). *بررسی رابطه کیفیت زندگی  
کاری با بهزیستی روان‌شناختی معلمان دوره اول متوسطه شهرستان  
قلعه گنج. سومین همایش تازه‌های روان‌شناسی مثبت‌نگر*، ۳۰  
فروردین ۱۳۹۶، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بندرعباس،  
بندرعباس. <https://civilica.com/doc/614616>

مرزبانی، فریبا و بستان، نبی (۱۳۹۵). نقش حمایت اجتماعی ادراک‌شده  
در پیش‌بینی بهزیستی روان‌شناختی معلمان زن. *مجله اصول  
بهداشت روانی*، ۱۸(ویژه نامه سومین کنفرانس بین‌المللی  
روان‌شناسی و علوم تربیتی)، ۵۴۱-۵۳۷.

[Doi: 10.22038/jfmh.2016.8387]

نجاتی‌فر، سارا؛ رحیمی پردنجانی، سعید؛ آقازارتی، علی (۱۴۰۰).  
بررسی رابطه ابعاد خردمندی با سرزندگی تحصیلی و بهزیستی  
روان‌شناختی در دانش‌آموزان دختر تیزهوش. *سنجش و پژوهش  
در مشاوره و روان‌شناسی کاربردی*، ۳(۲)، ۵۹-۵۰.

[Doi:10.52547/jarcp.3.2.50]

نریمانی، محمد؛ یوسفی، فاطمه و کاظمی، رضا. (۱۳۹۳). نقش  
سبک‌های دلبستگی و کیفیت زندگی در پیش‌بینی بهزیستی  
روان‌شناختی نوجوانان مبتلا به ناتوانی‌های یادگیری. *ناتوانی‌های  
یادگیری*، ۳(۴)، ۱۲۴-۱۴۲.

- Costa, C. N., Park, N., & Kira, M. (2021). ArmMeWith: Resources for Teacher Wellbeing. *International Journal of Wellbeing*, 11(2). [Doi: 10.5502/ijw.v11i2.1365].
- Csikszentmihalyi, M., & Nakamura, J. (2014). The role of emotions in the development of wisdom. In *Applications of Flow in Human Development and Education* (pp. 99-116). Springer, Dordrecht. [Doi: 10.1007/978-94-017-9094-9\_4].
- Fathi J., & Derakhshan A. (2019). Teacher self-efficacy and emotional regulation as predictor of teaching stress: An investigation of Iranian English language teachers. *Journal of Teaching English Language*, 13(2), 117-143. [Doi: 10.22132/tel.2019.95883]
- Furman, C. (2018). Descriptive inquiry: Cultivating practical wisdom with teachers. *Teachers and Teaching: Theory and Practice*, 24(5), 559-570. [Doi: 10.1080/13540602.2018.1452727].
- Hadavand, M., Tajalli, P., Shahriari Ahmadi, M. (2020). Predicting job engagement based on psychological well-being and life expectancy in teachers of Slow Paced Students. *Empowering Exceptional Children*, 11(1), 72-63. (Persian) [Doi: 10.22034/ceciranj.2020.224014.1365].
- Hascher, T., & Waber, J. (2021). Teacher well-being: A systematic review of the research literature from the year 2000-2019. *Educational Research Review*, 34, 100411. [Doi: 10.1016/j.edurev.2021.100411].
- Hooman, H. (1387). *Laser software application with structural equation modeling*. Tehran: Samat Publications. (Persian) <https://www.gisoom.com/book/11006174/>.
- Huo, J.(2022). The role of learners' psychological well-being and academic engagement on their grit. *Frontiers in Psychology*, 13, 1-8. [Doi: 10.3389/fpsyg.2022.848325].
- Jin, Y., Zhang, L. J., & MacIntyre, P. D. (2020). Contracting students for the reduction of foreign language classroom anxiety: An approach nurturing positive mindsets and behaviors. *Frontiers in Psychology*, 11, 1471. [Doi: 10.3389/fpsyg.2020.01471].
- Kuperman, A. J. (2008). The moral hazard of humanitarian intervention: Lessons from the Balkans. *International Studies Quarterly*, 52(1), 49-80. <https://www.jstor.org/stable/29734224>.
- La Marca, A. (2015). *Wisdom In Higher Education*. Proceedings of Inted 2015 Conference 2nd-4th March 2015, Madrid, Spain.
- Lee, S. U. (2018). Humor as wisdom for reframing life. *Journal of Religion and Health*, 57(2), 551-560. [Doi: 10.1007/s10943-017-0535-5].
- Leist, A. K., & Muller, D. (2012). Humor types show different patterns of self-regulation, self-esteem, and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 14(2), 551-569. [Doi: 10.1007/s10902-012-9342-6].
- Lgan, A., Ozu-Cengiz, O., Ata, A., & Akram, A. (2015). The relationship between teachers' psychological well-being and their quality of school work life. *Journal of Happiness & Well-Being*, 3(2), 159-181. [teacherspsy.wellbeing.pdf](http://teacherspsy.wellbeing.pdf).
- Li, S. (2021). Psychological wellbeing, mindfulness, and immunity of teachers in second or foreign language education: a theoretical review. *Frontiers in Psychology*, 12, 720340. [Doi: 10.3389/fpsyg.2021.720340].
- Lunenberg, M., & Korthagen, F. (2009). Experience, theory, and practical wisdom in teaching and teacher education. *Teachers and Teaching: Theory and Practice*, 15(2), 225-240. [Doi: 10.1080/13540600902875316].
- Martin, R., A., Pu hlike- Doris, P., Larsen, G., Gray J., & Weir, K. (2003). In dividual difference in uses of Humor and their relation to psychological well- being: Development of the humor styles Questionaior. *Journal of Research in Personality*, 37, 48-75. [Doi: 10.1016/S0092-6566(02)00534-2].
- Marzbani, F., Bostan, N. (2016). The role of perceived social support in prediction of psychological wellbeing in female teachers. *Journal of Fundamentals of Mental Health*, 18(Special Issue), 537-541. (Persian) [Doi: 10.22038/jfmh.2016.8387].
- Mohammadi, K. & Taheri, A. (2017). *Investigating the relationship between quality of work life and psychological well-being of primary school teachers in Ghale Ganj city*. The Third Conference on Positive Psychology News, April 20, 2017, Islamic Azad University, Bandar Abbas Branch, Bandar Abbas. (Persian) <https://civilica.com/doc/614616/>.
- Narimani, M., Yosefi, F., & Kazemi, R. (2014). The role of attachment styles and quality of life in predicting psychological well-being in adolescents with learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities*, 3(4), 124-142. (Persian)
- Nezlek, J., & Derks, P. (2001). Use of humor as a coping mechanism psychological adjustment, and social interaction. *International Journal of Humor Research*, 14(4), 395-413. [Doi: 10.1515/humr.2001.011].
- Pasandideh, M., Zare, L. (2017). An Analysis of well-being psychiatric aspects of tolerance and sense of humour between patients who suffer from coronary artery disease and healthy individuals. *Quarterly Journal of Health Psychology*, 5(20), 88-108. (Persian) [https://hpj.journals.pnu.ac.ir/article\\_3406.html?lang=en](https://hpj.journals.pnu.ac.ir/article_3406.html?lang=en).
- Perchtold-Stefan, C. M., Papousek, I., Rominger, C., Schertler, M., Weiss, E. M., & Fink, A. (2020). Humor comprehension and creative cognition: Shared and distinct neurocognitive mechanisms as indicated by EEG alpha activity. *NeuroImage*, 213, Article 116695. [Doi: 10.1016/j.neuroimage.2020.116695].
- Pishghadam, R., Derakhshan, A., Zhaleh, K., & Al-Obaydi, L. H. (2021). Students' willingness to attend EFL classes with respect to teachers' credibility, stroke, and success: A cross-cultural study of Iranian and Iraqi students' perceptions. *Current Psychology*, 40(4), 1-15. <https://profdoc.um.ac.ir/paper-abstract-1084634.html>.
- Prasad, S. S., & Sreenivas, M. (2020). Role of work life balance on psychological wellbeing of the teaching professionals among Bangalore institutions. *International Journal of Indian Psychology*, 8(2), 1457-1465. [Doi: 10.25215/0802.166].
- Rameli, N. A. I., Hassan, A., & Mohamad, A. M. (2017). *Relationship between psychological well-being and quality of life among teachers In Kuala Terengganu*. Social Sciences Postgraduate International Seminar, 29 November 2017, Bukit Jambul, Penang, Malaysia. [http://eprints.usm.my/40507/1/ART\\_26.pdf](http://eprints.usm.my/40507/1/ART_26.pdf).

- Redan Werang, B., Poerwandar Asmaningrum, H., & Irianto, O. (2015). Relationship between teachers' job burnout, teachers' organizational commitment, and teachers job performance at state elementary schools in Boven Digoel Regency, Papua, Indonesia. *International Journal of Science and Research*, 4(2), 826-830. [https://www.ijsr.net/get\\_abstract.php?paper\\_id=SUB151203](https://www.ijsr.net/get_abstract.php?paper_id=SUB151203).
- Roffey S. (2012). Teacher well-being, pupil wellbeing: Two sides of the same coin. *Educational and Child Psychology*, 29(4), 8-17. <https://www.semanticscholar.org/paper/Pupil-wellbeing-Teacher-wellbeing%3A-Two-sides-of-the-Roffey/732ffc918b6fcf4290d52539fd393913e404964e>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99-104. [Doi: 10.1111/1467-8721.ep10772395].
- Sadat, S., badri gargari, R. (2019). The effect of Humor Training to Teacher on Academic Burnout in Students. *Positive Psychology Research*, 4(4), 13-24. (Persian) [Doi: 10.22108/ppls.2019.113900.1567].
- Sadati firozabadi, S., & Moltafet, G. (2017). Investigate Psychometric Evaluation of Ryff's psychological well-being scale in Gifted High School Students: Reliability, validity and factor structure. *Quarterly of Educational Measurement*, 7(27), 103-119. (Persian) [Doi: 10.22054/jem.2017.11432.1332].
- Şahin, A. (2021). Humor use in school settings: The perceptions of teachers. *SAGE Open*, 11(2), 1-16. [Doi: 10.1177/21582440211022691].
- Schwartz, B., & Sharpe, K. (2010). *Practical wisdom: The right way to do the right thing*. New York: Penguin Group. <https://www.amazon.com/Practical-Wisdom-Right-Way-Thing/dp/1594485437>.
- Schwartz, B., & Sharpe, K. E. (2006). Practical wisdom: Aristotle meets positive psychology. *Journal of Happiness Studies*, 7(3), 377-395. [Doi: 10.1007/s10902-005-3651-y].
- Shahabi, S., Jafari, A. (2019). The role of aggression, depression and psychological well-being of teachers in predicting academic achievement of students: A case of Tabriz city. *Journal of School Psychology*, 8(3), 127-146. (Persian). [Doi: 10.22098/jsp.2019.845].
- Smith, G. D., & Yang, F. (2017). Stress, resilience and psychological well-being in Chinese undergraduate nursing students. *Nurse Education Today*, 49, 90-95. [Doi: 10.1016/j.nedt.2016.10.004].
- Stenberg, K., & Maaranen, K. (2020). Promoting practical wisdom in teacher education: a qualitative descriptive study. *European Journal of Teacher Education*, 1-17. [Doi: 10.1080/02619768.2020.1860012].
- Tsukawaki, R., & Imura, T. (2020). Students' perception of teachers' humor predicts their mental health. *Psychological Reports*, 4, 33294120972631. [Doi: 10.1177/0033294120972631].
- Ulvik, M., & Smith, K. (2011). What characterizes a good practicum in teacher education? *Education Inquiry*, 2(3), 517-536. [Doi: 10.3402/edui.v2i3.21997].
- Webster, J. D. (2003). An exploratory analysis of a self-assessed wisdom scale. *Journal of Adult Development*, 10(1), 13-22. [Doi: 10.1023/A:1020782619051].
- Zacher, H., & Staudinger, U. M. (2018). Wisdom and well-being. In E. Diener, S. Oishi, & L. Tay (Eds.), *Handbook of well-being*. Salt Lake city, UT: DEF Publishers. [https://www.ursulastaudinger.com/wp-content/uploads/2018/03/20180115\\_Wisdom-and-Well-Being-NobaScholar.pdf](https://www.ursulastaudinger.com/wp-content/uploads/2018/03/20180115_Wisdom-and-Well-Being-NobaScholar.pdf).
- Zareh, H., Kamali Zarch, M., Rezaei Nasab, F. (2009). Humor styles and five personality traits. *Journal of Developmental Psychology: Iranian Psychologists*, 6(22), 119-127. (Persian) [http://jip.azad.ac.ir/article\\_512325.html?lang=en](http://jip.azad.ac.ir/article_512325.html?lang=en).
- Ziegler, A., Blettner, M., Kastner, C., & Chang-Claude, J. (1998). Identifying influential families using regression diagnostics for generalized estimating equations. *Genetic Epidemiology*, 15(4), 341-353. [Doi: 10.1002/(SICI)1098-2272(1998)15:4<341::AID-GEPI2>3.0.CO;2-5]