

پیش‌بینی شادکامی بر اساس سبک پردازش هویت

ناصر صبحی قراملکی*^۱، نادر حاجلو^۲، ژیلا نیازی میرک^۳

چکیده

هدف این مطالعه بررسی رابطه‌ی بین سبک‌های هویت و شادکامی دانش‌آموزان دبیرستان‌های شهر مشگین‌شهر است. روش پژوهش حاضر از نوع، توصیفی-همبستگی می‌باشد. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانش‌آموزان مدارس شهرستان مشگین‌شهر بود که در این پژوهش به روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای ۳۵۰ نفر (۱۶۹ پسر، ۱۸۱ دختر) از میان دانش‌آموزان انتخاب شدند. برای ارزیابی متغیرها از پرسشنامه سبک‌های هویت (6G, ISI؛ برزونسکی، ۱۹۹۲)، شادکامی آکسفورد (OHI؛ آرگایل و لو، ۱۹۹۰) استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آمار توصیفی مانند (میانگین و انحراف معیار) و همبستگی پیرسون و رگرسیون چندگانه استفاده شد. نتایج نشان داد که ۲ سبک اطلاعاتی و هنجاری با شادکامی رابطه مثبت معنادار دارد و می‌تواند آن را پیش‌بینی کنند. همچنین بین هر ۵ مولفه شادکامی با ۲ مولفه از هویت‌یابی (اطلاعاتی و هنجاری) رابطه مثبت معنادار وجود دارد. در حالی که، از میان همان ۵ مولفه فقط ۲ مولفه (عاطفه مثبت و کارآمدی) با هویت‌یابی سردرگم/اجتنابی در ارتباط است. در کل، یافته‌ها نشان می‌دهد که می‌توانیم سبک‌های هویت و میزان شادکامی را در مسیرهای دلخواه تغییر دهیم. مثلاً می‌توان با آموزش سبک‌های مختلف فرزندپروری و با تغییر سبک‌های هویت، میزان شادکامی را به حد مطلوب رساند یا ابعاد بهزیستی را در راستای ارتقای سلامت روان تغییر داد.

واژه‌های کلیدی: سبک‌های پردازش هویت، هویت‌یابی، شادکامی.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم انسانی

۱ دانشگاه محقق اردبیلی، دانشکده علوم انسانی، گروه روانشناسی.

۲ دانشگاه محقق اردبیلی، دانشکده علوم انسانی، گروه روانشناسی.

۳ دانشگاه محقق اردبیلی، دانشکده علوم انسانی، گروه روانشناسی.

* نویسنده‌ی مسئول مقاله، aidasobhi@yahoo.com

مقدمه

در سال‌های اخیر با گسترش روان‌شناسی مثبت‌نگر، مطالعه شادکامی، محور اساسی پژوهش‌های این حیطه بوده است (لینلی^۱، ۲۰۰۴). شادمانی و نشاط به‌عنوان یکی از مهم‌ترین نیازهای روانی بشر، به دلیل تأثیرات عمده‌ای که بر شکل‌گیری شخصیت آدمی و در یک کلام، مجموعه زندگی انسان دارد، همیشه ذهن انسان را به خود مشغول کرده است. از مهم‌ترین نکاتی که در این زمینه مطرح است، چگونگی حصول شادمانی، تقویت آن و عوامل تأثیرگذار بر دستیابی به این نیاز حیاتی است. جامع‌ترین و در عین حال عملیاتی‌ترین تعریف شادمانی را وینهوون^۲ (۱۹۹۴) ارائه می‌دهد. به نظر او، شادمانی به قضاوت فرد از درجه یا میزان مطلوبیت کیفیت کل زندگی اطلاق می‌گردد. به عبارت دیگر، شادمانی به این معناست که فرد چقدر زندگی خود را دوست دارد. آرگیل و هیلز^۳ (۲۰۰۲) شادکامی را برحسب سه مؤلفه فراوانی و شدت احساسات مثبت، وجود سطح متوسطی از رضامندی در طول یک دوره زمانی، و عدم وجود احساسات منفی مانند اضطراب و افسردگی تعریف می‌کنند. شفرد^۴ (۲۰۰۲)؛ به نقل علی پور و آگاه هریس^۴ (۱۳۸۶) بر این باور است که شادکامی، ادراک تنیدگی را کاهش و توانایی شخص را برای کار و فعالیت افزایش می‌دهد.

امیدبان^۵ (۱۳۸۷)، به نقل از اقدامی، حسینچاری و نوری، (۱۳۸۹) در بررسی نقش هویت در شادکامی و تحقق خویشتن دریافت که سطح شادکامی و تحقق خویشتن در دانشجویانی که از نظر سطح تعهد به هویت انتخابی، بالا هستند، در مقایسه با گروه پایین، به صورت معناداری بالاتر است. از سوی دیگر، انسان و جایگاه او در جهان مدت‌هاست که ذهن بشر را به خود مشغول داشته و موضوع مناسبی برای تحقیق بوده است. در جامعه امروزی نیز، انسان از ابعاد گوناگون مورد مطالعه قرار گرفته و از آنجا که هویت^۴ بخشی مهمی از وجود انسان است و زندگی شخصی و اجتماعی هر شخص تحت تأثیر هویتش است، هویت انسان به‌خصوص قشر جوان بسیار قابل توجه است (ایمان و کیدقان، ۱۳۸۲).

ورود به دوره نوجوانی با تغییرات مهمی از جمله بلوغ جنسی، روابط صمیمانه با همسالان، ریسک کردن و توانایی‌های جدید شناختی همراه است. این تغییرات انبوه، نوجوان را وادار می‌سازد

1 Linley
2 Veenhoven
3 Sheferd
4 Identity

که به یگانگی و ثبات در تعریف خود بیندیشد و به دنبال آن باشد که هویت خود را مستقل از دیگران شکل دهد (بریگر^۱، ۲۰۰۱ به نقل از نصرتی، مظاهری و حیدری، ۱۳۸۵).

برزونسکی^۲ (۲۰۰۸) در تلاش برای مفهوم سازی تفاوت‌های فردی در تحول هویت به روش فرآیندی، سه سبک پردازش هویت را بیان می‌کند: ۱- سبک هویت اطلاعاتی^۳، که درگیر فرآیند خودکاوشگری فعال هستند. این افراد نیاز بالایی به شناخت و پیچیدگی شناختی احساس می‌کنند، کمتر در جستجوی تایید و تصدیق دیگران هستند و در برخورد با موقعیت‌های مبهم و افراد جدید، پذیرش بالایی دارند. ۲- سبک هویت هنجاری^۴، به شیوه جزئی و هنجاری عمل می‌کنند. به درون-سازی ارزش‌های گروه مرجع (مانند یک مکتب مذهبی خاص) تمایل دارند. ۳- سبک هویت سردرگم/اجتنابی^۵، که تا حد امکان از رویارویی با مسائل مربوط به هویت دوری می‌کنند. رفتارشان بر پایه عوامل موقعیتی و لحظه‌ای تنظیم می‌شود و از راهبردهای ضعیف اسنادی و شناختی استفاده می‌کنند.

پژوهش غضنفری (۱۳۸۳) و نجات، توزنده جانی و هنربخش (۱۳۸۷) در بررسی رابطه‌ی سبک هویت دانش‌آموزان با سلامت روانی، آنان به این نتایج رسید که بین سبک هویت اطلاعاتی و هنجاری و میزان سلامت روان رابطه‌ی مثبت معنی‌دار وجود دارد.

امیدیان (۱۳۸۷) در بررسی نقش هویت در شادکامی و تحقق خویشتن دریافت که سطح شادکامی و تحقق خویشتن در دانشجویانی که از نظر سطح تعهد به هویت انتخابی بالا هستند، در مقایسه با گروه پایین، به صورت معناداری بالاتر است.

یافته‌های خانجانی و بهمن‌پور (۱۳۸۹) آشکار ساخت که از بین انواع سبک‌های هویتی برزونسکی، سبک سردرگم مهم‌ترین سبکی که در شدت نشانگان مرضی، نشانگان مرضی اضطراب، پرخاشگری، وسواسی، حساسیت بین فردی، قدرت پیش‌بینی‌کنندگی بالا و معناداری داشت و چون شادی با اضطراب و پرخاشگری رابطه عکس دارد، پس افراد دارای سبک سردرگم/اجتنابی نسبت به سایر سبک‌ها ناشادترند.

در بررسی رابطه زیرمقیاس‌های بهزیستی روانشناختی با سبک‌های هویت موسوی، روشن و اکبری زردخانه (۱۳۸۹)؛ نشان دادند سبک‌های هویت اطلاعاتی و هنجاری به همراه تعهد با کلیه زیرمقیاس‌های بهزیستی روانشناختی (شادکامی) دارای ضریب همبستگی مثبت هستند؛ این در

1 Briger

2 Bersonsky

3 Informational

4 Normative

5 Diffuse- Avoidant

حالی است که سبک هویت سردرگم/اجتنابی با کلیه زیرمقیاس‌های بهزیستی روانشناختی همبستگی منفی نشان می‌دهد که از بین آنها ضرایب همبستگی با رضایت از زندگی و ارتباط موثر با دیگران معنادار نیست. در نتیجه، سبک‌های هویت، با شادی ارتباط مستقیم دارد.

نتایج تحقیقات بیات ریزی و قربانی (۱۳۸۹) نشان داد که بین میزان شادکامی و عمل به باورهای مذهبی رابطه مثبت معناداری وجود دارد. به عبارتی، هرچه افراد بیشتر بر طبق باورهای دین عمل کنند، احساس شادکامی بیشتری می‌کند و بالعکس. همچنین، ارتباط مستقیم و معناداری بین دو متغیر برون‌گرایی و شادکامی وجود دارد. به عبارت دیگر، با افزایش میزان ویژگی شخصیتی برون‌گرایی، میزان شادکامی نیز افزایش می‌یابد (شفعی مطلق، عابدی، قبادی و صادقیان، ۱۳۸۹).

پارسامنش (۱۳۸۹) در بررسی رابطه اضطراب و سبک‌های هویتی (اطلاعاتی، هنجاری و سردرگم/اجتنابی) نشان داد که بین سبک‌های اطلاعاتی و هنجاری به‌طور منفی با اضطراب ارتباط وجود دارد، اما سبک هویتی سردرگم/اجتنابی، به‌طور مثبت با اضطراب رابطه دارد. این بدان دلیل است که افراد با جهت‌گیری اطلاعاتی در برخورد با استرس و اضطراب رویکرد مساله‌مدار را اتخاذ می‌کنند و افراد دارای سبک هویت هنجاری نیز دارای جهت‌گیری علمی روشن هستند، اما افراد با سبک سردرگم/اجتنابی از رویکرد هیجان‌مدار استفاده می‌کنند و از مواجهه با مشکلات و مسایل عاطفی حل نشده، فرار می‌کنند. لذا اثرات اضطراب برای افراد با سبک سردرگم/اجتنابی ناتوان‌کننده می‌شود.

نتایج مطالعات برزونسکی (۱۹۹۲) نشان داده‌اند که جهت‌گیری اطلاعاتی با بهزیستی رابطه مثبت و سبک هویت سردرگم با بهزیستی رابطه منفی دارد. بنابراین، سبک هویت هنجاری همانند جهت‌گیری اطلاعاتی، ممکن است با رفتارهای کارآمد رابطه مثبت و مشابه، ولی جهت‌گیری سردرگم با اجتناب هیجانی و اثرات ناتوان‌کننده اضطراب، رابطه مثبت نشان دهد.

نورمی، برزونسکی، تامی و کینی^۱ (۱۹۹۷) در بررسی خود به این نتیجه رسیدند که افراد دارای سبک هویت اطلاعاتی از سطح بالاتری از عزت نفس برخوردارند و افراد دارای سبک هویت هنجاری، خودپنداره‌ی با ثبات‌تری دارند و افراد دارنده‌ی سبک هویت سردرگم/اجتنابی نشانه‌های افسردگی بیشتری را بروز می‌دهند.

نتایج پژوهش بوید و همکاران (۲۰۰۳) به نقل از پارسا منش، (۱۳۸۹) نشان داد که سبک هویت سردرگم/اجتنابی با انتظارات منفی درباره موفقیت و عملکرد تحصیلی، رابطه مثبت و سبک‌های

هویت اطلاعاتی و هنجاری با انتظارات مثبت درباره موفقیت و عملکرد تحصیلی رابطه مثبت نشان داد.

براساس تحقیقات انجام شده و تایید نسبی وجود ارتباط بین سبک‌های هویت، شادکامی و تأثیری که این دو متغیر برهم دارند. با این حال، شواهد پژوهشی گزارش شده در خصوص ارتباط هویت‌یابی و شادمانی متناقض است. بنابراین، مساله اساسی پژوهش حاضر این است که بین سبک‌های مختلف هویت‌یابی و شادمانی چه نوع ارتباطی برقرار است و اینکه کدامیک از سبک‌های هویت به‌خوبی می‌تواند میزان شادکامی دانشجویان را پیش‌بینی نماید. در نتیجه، هدف مطالعه حاضر بررسی رابطه‌ی بین شادکامی سبک‌های پردازش هویت است.

روش

روش پژوهش، جامعه آماری و نمونه: پژوهش حاضر از نوع کاربردی بوده و در زمره تحقیقات توصیفی و همبستگی به‌شمار می‌آید. جامعه آماری این پژوهش، کلیه دانش‌آموزان دختر و پسر مدارس متوسطه شهرستان مشگین‌شهر در سال تحصیلی ۹۰-۸۹ می‌باشد. از این جامعه آماری؛ ابتدا از میان مدارس مختلف شهرستان به روش تصادفی خوشه‌ای چندمرحله‌ای، تعداد ۸ دبیرستان (۴ دخترانه و ۴ پسرانه) انتخاب شدند. سپس از هر دبیرستان تعداد دو کلاس از هر پایه به تصادف انتخاب و پرسشنامه‌ها را تکمیل کردند. با حذف پرسشنامه‌های مخدوش در مجموع ۳۵۰ نفر (۱۸۱ دختر و ۱۶۹ پسر) برای تحلیل نهایی انتخاب شدند.

ابزار سنجش

۱- پرسشنامه سبک‌های هویت: پرسشنامه سبک‌های هویت (6G و ISI) فرم ۴۰ سوالی، برای سنجش سبک‌های هویت توسط برزونسکی (۱۹۹۲) ساخته شده است. این پرسشنامه دارای سه خرده‌مقیاس، اطلاعاتی، هنجاری و سردرگم/اجتنابی است. ۱۱ سوال آن مربوط به مقیاس اطلاعاتی، ۹ سوال آن مربوط به مقیاس هنجاری، ۱۰ سوال آن مربوط به مقیاس سردرگم/اجتنابی و ۱۰ سوال دیگر مربوط به مقیاس تعهد است که برای تحلیل ثانویه استفاده می‌شود و یک سبک هویتی محسوب نمی‌شود. این پرسشنامه، با مقیاس لیکرت پنج درجه‌ای (کاملاً موافق=۵ و کاملاً مخالف=۱) اندازه‌گیری می‌شود. برزونسکی (۱۹۹۲) پایایی درونی (ضریب آلفا) مقیاس اطلاعاتی را $0/62 =$ ، مقیاس هنجاری $0/66 =$ و مقیاس سردرگم/اجتنابی را $0/73 =$ گزارش کرده است. در یک تحقیق در اصفهان بر روی دانش‌آموزان دبیرستان‌های دخترانه و پسرانه در دامنه سنی ۱۴ تا ۲۰ ساله برای ارزیابی و سنجش همسانی درونی پرسشنامه سبک هویت، ضریب آلفای کرونباخ بر روی داده‌های نمونه اصلی ($N=1832$) محاسبه شد. نتایج نشان می‌دهد که ضرایب به‌دست آمده با

ضرایب محاسبه شده توسط برزونسکی (۱۹۹۲) و وایت و همکارانش (۱۹۹۸) بسیار نزدیک هستند (غضنفری؛ ۱۳۸۳).

۲- مقیاس شادکامی آکسفورد: این پرسشنامه دارای ۲۹ ماده بوده و توسط آرگایل و لو (۱۹۹۰) ساخته شده است و پنج عامل رضایت^۱ - خلق مثبت^۲ - سلامتی^۳ - کارآمدی^۴ - و عزت نفس^۵ را دربر می‌گیرد. پاسخ‌ها در یک مقیاس ۴ درجه‌ای از صفر (اصلاً) تا سه (زیاد)، نمره‌گذاری می‌شوند. در تحقیقات مختلف ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ تا ۰/۹۲، ضریب بازآزمایی ۰/۵۳ تا ۰/۹۱، در فواصل زمانی مختلف گزارش شده است. در ایران توسط علی‌پور و نوربالا (۱۳۷۸) اعتبار مطلوبی برای آن گزارش شده است. ضریب پایایی آن از طریق آلفای کرونباخ، بازآزمایی به ترتیب برابر با ۰/۹۳، ۰/۹۲، گزارش شده است.

۳- روش اجرا و تحلیل: پس از انتخاب نمونه مورد نظر از جامعه آماری، محققان پرسشنامه‌های تحقیق را در اختیار دانش‌آموزان قرار دادند و چگونگی تکمیل آنها را به آنان توضیح دادند. پس از تکمیل و جمع‌آوری پرسشنامه‌ها؛ پاسخ آزمودنی‌ها نمره‌گذاری و داده‌های اولیه استخراج شد. سپس داده‌های خام با استفاده از نرم‌افزار (SPSS 17) و با استفاده از رگرسیون چندمتغیره مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها

در این بخش ابتدا شاخص‌های توصیفی متغیرهای مورد مطالعه و سپس ماتریس ضرایب همبستگی به همراه جداول رگرسیون ارائه می‌گردد.

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
پرتال جامع علوم انسانی

- 1 Satisfaction
- 2 Positive Affect
- 3 Health
- 4 Efficient
- 5 Self-Esteem

جدول ۱- شاخص‌های توصیفی متغیرهای سبک‌های هویتی و مولفه‌ها و نمره کل شادکامی

متغیر اندازه گیری شده	تعداد	حداقل	حد اکثر	میانگین	انحراف استاندارد
I هویت اطلاعاتی	۳۵۰	۱۸	۵۴	۳۷/۳۰	۶/۲۲
a هویت سردرگم/اجتنابی	۳۵۰	۱۳	۴۵	۲۸/۵۹	۵/۹۱
II هویت هنجاری	۳۵۰	۱۶	۴۴	۳۱/۶۵	۵/۴۵
مولفه رضایت از زندگی	۳۵۰	۱	۲۴	۱۱/۳۹	۶/۶۹
مولفه عاطفه مثبت	۳۵۰	۰	۲۴	۱۰/۷۲	۵/۱۳
مولفه سلامتی	۳۵۰	۰	۱۵	۵/۷۴	۳/۴۵
مولفه کارآمدی	۳۵۰	۰	۱۲	۴/۵۲	۲/۹۹
مولفه عزت نفس	۳۵۰	۰	۱۲	۴/۹۹	۲/۹۳
شاخص شادکامی کلی	۳۵۰	۶	۸۵	۳۷/۳۷	۱۷/۴۵

برای بررسی رابطه سبک‌های هویت و شادکامی، از ضریب همبستگی پیرسون استفاده شد که نتایج آن در جدول ۲ ارائه شده است.

جدول ۲- ماتریس همبستگی انواع سبک‌های هویت یابی و شادکامی (n=350)

متغیر	۱	۲	۳	۴
شادکامی	۱			
هویت یابی اطلاعاتی	**۰/۲۹۶	۱		
هویت یابی سردرگم/اجتنابی	۰/۰۸۷	۰/۰۴۱	۱	
هویت یابی هنجاری	**۰/۲۷۸	**۰/۵۷۶	۰/۷۰۴	۱

** p < ۰/۰۱) * p < ۰/۰۱)

همانطور که در جدول ۲ ملاحظه می‌شود، ضرایب به دست آمده بیانگر رابطه مثبت معنادار بین شادکامی و هویت یابی اطلاعاتی و هویت یابی هنجاری (p < ۰/۰۱) است. در حالی که بین شادکامی و هویت یابی سردرگم/اجتنابی رابطه معناداری مشاهده نمی‌شود.

جدول ۳- ماتریس همبستگی انواع سبک های هویت یابی و مولفه های شادکامی (n=350)

متغیر	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸
هویت یابی اطلاعاتی	۱							
هویت یابی هنجاری	**۰/۵۵۲	۱						
هویت یابی سردرگم/اجتنابی	۰/۰۱۱	۰/۰۴۴	۱					
رضایت از زندگی	**۰/۳۰۰	**۰/۳۱۸	۰/۰۳۱	۱				
عاطفه مثبت	**۰/۲۸۴	**۰/۲۵۴	*۰/۱۳۰	**۰/۷۲۶	۱			
سلامتی	**۰/۲۱۸	**۰/۲۶۷	۰/۰۷۰	**۰/۷۹۹	**۰/۷۱۵	۱		
کارآمدی	**۰/۱۹۳	**۰/۱۹۷	**۰/۱۴۷	**۰/۶۷۲	**۰/۶۷۲	**۰/۶۸۳	۱	
عزت نفس	**۰/۱۶۹	**۰/۲۱۸	۰/۰۲۵	**۰/۵۷۱	**۰/۵۱۵	**۰/۵۹۰	**۰/۵۳۲	۱

* $p < 0/01$ ** $p < 0/001$

همانطور که در جدول ۳ ملاحظه می شود، ضرایب به دست آمده بیانگر رابطه مثبت معنادار بین مولفه های پنج گانه شادکامی با دو مولفه هویت یابی اطلاعاتی و هویت یابی هنجاری ($p < 0/01$) است. در حالی که، بین هویت یابی سردرگم/اجتنابی فقط با مولفه عاطفه مثبت ($p < 0/05$) و کارآمدی ($p < 0/01$) شادکامی رابطه مثبت معناداری مشاهده می شود. همچنین بین مولفه های رضایت از زندگی، سلامتی و عزت نفس با هویت یابی سردرگم/اجتنابی رابطه معناداری وجود ندارد.

جدول ۴- تحلیل رگرسیون نمرات متغیر ملاک براساس نمرات متغیرهای پیش بینی

مدل	R	R ²	R اصلاح شده	خطای معیار تخمین
کلی	۰/۳۳۲	۰/۱۱۰	۰/۱۰۲	۱۶۵۳۶۲۳

با توجه به جدول ۴ مقدار R² نشان می دهد که حدود ۱۱٪ تغییرات در متغیر شادکامی به علت متغیر سبک های هویت یابی می باشد.

جدول ۵- خلاصه اطلاعات تحلیل واریانس

P<	F	میانگین نمرات	درجه آزادی	جمع مجذورات	مدل	کلی
۰/۰۰۱	۱۴/۲۳۹	۳۸۹۳/۶۹۴	۳	۱۱۶۸۱/۰۸۱	رگرسیون	
		۲۷۳/۴۴۷	۳۴۶	۹۴۶۱۲/۶۳۴	باقیمانده	
			۳۴۹	۱۰۶۲۹۳/۷۱۴	کل	

جدول ۵ نشان می‌دهد که میزان رگرسیون معنی‌دار می‌باشد ($P < 0/01$)، بدین معنی که مجموعه‌ی متغیرهای پیش‌بین (سبک‌های هویت)، متغیر ملاک (شادکامی) را به‌طور معناداری تبیین و پیش‌بینی می‌کنند و مدل آماری استفاده شده مدل مناسبی بوده است.

جدول ۶- پیش‌بینی شادکامی از طریق انواع هویت یابی

P<	t	ضرایب استاندارد نشده		مدل	
		ضرایب استاندارد شده	خطای معیار	B	
۰/۴۱۶	۰/۸۱۴	---	۷/۱۷۰	۵/۸۳۷	ثابت
۰/۰۰۱	۳/۲۵۲	۰/۲۰۲	۰/۱۷۴	۰/۵۶۶	هویت یابی اطلاعاتی
۰/۱۵۸	۱/۴۱۳	۰/۰۷۲	۰/۱۵۰	۰/۲۱۲	هویتیابی سردرگم/اجتنابی
۰/۰۱۱	۲/۵۴۹	۰/۱۵۸	۰/۱۹۹	۰/۵۰۷	هویت یابی هنجاری

با توجه به جدول ۶ سهم متغیر هویت‌یابی هنجاری و اطلاعاتی، در پیش‌بینی شادکامی معنادار است. اما سهم هویت‌یابی سردرگم/اجتنابی معنی‌دار نیست.

بحث و نتیجه‌گیری

هدف از این پژوهش، بررسی رابطه‌ی بین سبک‌های هویت و شادکامی و پیش‌بینی میزان شادکامی براساس سبک‌های پردازش هویتی بود. نتایج پژوهش حاضر، حاکی از آن بود که سبک‌های هویت اطلاعاتی و هنجاری با شادکامی رابطه معنی‌دار دارد. افراد شاد برون‌گرا، خوشبین، امیدوار و از عزت نفس بالا و جایگاه مهار درونی برخوردارند. این ویژگی‌های مثبت، بندرت در افراد غیرشاد ملاحظه می‌شود (شولتز و شولتز، ۱۹۹۸ ترجمه سیدمحمدی، ۱۳۸۴). حالت‌های شادابی برای افزایش احساسات خودباوری و عزت نفس پدیدار می‌شود و این افراد، اهداف بالاتری در این زمینه برای خودشان در نظر می‌گیرند (لایوبومیرزکی و کینگ و همکاران، ۲۰۰۵ و نورمی و همکاران، ۱۹۹۷)؛ در بررسی خود به این نتیجه رسیدند که افراد دارنده‌ی سبک هویت سردرگم/اجتنابی نشانه‌های افسردگی بیشتری را بروز می‌دهند و در نتیجه ناشادترند. مطالعات نشان می‌دهد که افراد دارای سبک هنجاری، وظیفه شناس، سازگار و در برابر ابهام ناشکیبا هستند؛ اما احساس مثبت شادمانی روانی دارند (برزونسکی، ۱۹۹۲؛ نورمی و همکاران، ۱۹۹۷؛ برزونسکی و کاک، ۲۰۰۰)، پس سبک هنجاری، شادی را پیش‌بینی می‌کند. برزونسکی و کاک (۲۰۰۰) سبک هویت سردرگم/اجتنابی با روان رنجورخویی رابطه مثبت و با بهزیستی روانی ارتباط منفی دارد، شفیقی مطلق و همکاران (۱۳۸۹) دریافتند ارتباط معکوس و معناداری بین دو متغیر روان‌نژندی و

شادکامی وجود دارد، به عبارت دیگر با افزایش میزان روان نژدی، احساس شادکامی نیز کاهش می‌یابد، در نتیجه افراد دارای سبک هویت سردرگم/اجتنابی ناشادترند و کیفیت زندگی پایین‌تری دارند. بدراقی، نوری و صرامی (۱۳۸۹) افراد دارای سبک هویت هنجاری از سلامت جسمی و روانی خوبی برخوردارند و نیز سلامت جسمی و روانی موجب شادی و رضایت از زندگی می‌گردد (وینهن، ۲۰۰۱) در نتیجه سبک هویت هنجاری، پیش‌بینی‌کننده شادی و رضایت از زندگی است.

نتایج این پژوهش نشان داد که بین هر ۵ مولفه شادکامی با ۲ مولفه از هویت‌یابی (اطلاعاتی و هنجاری) رابطه مثبت معنادار وجود دارد، در حالیکه بین همان ۵ مولفه فقط ۲ مولفه (عاطفه مثبت و کارآمدی) با هویت‌یابی سردرگم/اجتنابی در ارتباط است. در سال‌های اخیر تلاش‌های بسیار زیادی برای روشن شدن مفاهیم شادکامی و بهزیستی ذهنی و روانشناختی صورت گرفته است. تحقیقات مربوط به این حیطه در روانشناسی معاصر نقش بسیار برجسته‌ای دارند، این امر نشانگر تلاش روانشناسان برای بررسی دقیق‌تر این موضوع است (داینر، ۲۰۰۶). آرگایل و لو (۱۹۹۰) بر این باورند که ۵ عامل رضایت^۱، خلق مثبت^۲، سلامتی^۳، کارآمدی^۴ و عزت نفس^۵ شادکامی را دربر می‌می‌گیرد.

نورمی و همکاران (۱۹۹۷)؛ در بررسی خود به این نتیجه رسیدند که افراد دارنده‌ی سبک هویت سردرگم/اجتنابی نشانه‌های افسردگی بیشتری را بروز می‌دهند، در نتیجه ناشادترند.

تحقیق گودرزی و حمایت طلب (۱۳۸۴) نشان داد که دانشجویان ورزشکار دختر نسبت به دانشجویان ورزشکار پسر از سلامت روانی، خلق مثبت، کارآمدی و رضایت از زندگی (مولفه‌های شادکامی) بیشتری برخوردارند. برزونسکی و کاک (۲۰۰۰) افراد دارای جهت‌گیری اطلاعاتی و هنجاری، دارای حس وظیفه‌شناسی هستند، فانهام و چنگ (۱۹۹۷) دو متغیر توافق اجتماعی و وظیفه‌شناسی دارای همبستگی مثبت با شادمانی هستند. بنابراین افراد دارای این دو سبک، احساس شادی بیشتری دارند. امیدیان (۱۳۸۷) در بررسی نقش هویت در شادکامی و تحقق خویش‌نمایی دریافت که سطح شادکامی و تحقق خویش‌نمایی در دانشجویانی که از نظر سطح تعهد به هویت انتخابی بالا هستند، در مقایسه با گروه پایین، به‌صورت معناداری بالاتر است و چون سبک‌های هویت اطلاعاتی و هنجاری تعهد را به‌صورت بهتری پیش‌بینی می‌کنند تا سبک سردرگم/اجتنابی (فیض آبادی، فرزاد و شهرآرای، ۱۳۸۶)، بنابراین افراد دارای این سبک‌ها شادترند.

-
- 1 Satisfaction
 - 2 Positive Affect
 - 3 Health
 - 4 Efficient
 - 5 Self-Esteem

نورمی و همکاران (۱۹۹۷) در بررسی خود به این نتیجه رسیدند که افراد دارای سبک هویت اطلاعاتی از سطح بالاتری از عزت نفس (زیر مولفه شادکامی) برخوردارند و افراد دارای سبک هویت هنجاری خودپنداره‌ی با ثبات‌تری دارند و افراد دارنده‌ی سبک هویت سردرگم/اجتنابی نشانه‌های افسردگی بیشتری را بروز می‌دهند. در نتیجه افراد دارای سبک هویت سردرگم/اجتنابی، شادی کمی را در مقایسه با دیگر سبک‌های هویتی تجربه می‌کنند.

به نظر وینهون (۱۹۸۸)، شادمانی به قضاوت فرد از درجه یا میزان مطلوبیت کیفیت کل زندگی اطلاق می‌گردد. کالینز و همکاران^۱ (۱۹۹۲) نشان داده است که عاطفه مثبت و شادی بر کیفیت زندگی در بیماران سرطانی در دوره بیماری ارتباط دارد.

همچنین این پژوهش نشان داد که سهم متغیر هویت‌یابی هنجاری و اطلاعاتی، در پیش‌بینی شادکامی معنادار است. اما سهم هویت‌یابی سردرگم/اجتنابی معنی‌دار نیست و یافته‌های پژوهش حاضر با پژوهش‌های (اقدامی و همکاران، ۱۳۸۹، آرگیل و همکاران، ۱۹۹۶، نوری و محمودی اقدام، ۱۳۸۹؛ سیمسون، شومیکر و شرست، ۱۹۹۶) به نقل از پارسامنش، ۱۳۸۹؛ دبیری، دلاور و صرامی، ۱۳۸۹ و برزونسکی و کاک، ۲۰۰۰) هماهنگ است.

بررسی رابطه اضطراب و سبک‌های هویتی (اطلاعاتی، هنجاری و سردرگم-اجتنابی) نشان داد که بین سبک‌های اطلاعاتی و هنجاری به‌طور منفی با اضطراب ارتباط وجود دارد؛ اما سبک هویتی سردرگم/اجتنابی به‌طور مثبت با اضطراب رابطه دارد. این بدان دلیل است که افراد با جهت‌گیری اطلاعاتی در برخورد با استرس و اضطراب رویکرد مساله‌مدار را اتخاذ می‌کنند و افراد دارای سبک هویت هنجاری نیز دارای جهت‌گیری علمی روشن هستند، اما افراد با سبک سردرگم/اجتنابی از رویکرد هیجان‌مدار استفاده می‌کنند و از مواجهه با مشکلات و مسایل عاطفی حل نشده، فرار می‌کنند. لذا اثرات اضطراب برای افراد با سبک سردرگم/اجتنابی ناتوان‌کننده می‌شود (اقدامی و همکاران، ۱۳۸۹) و آرگیل و همکاران (۱۹۹۶) معتقدند سه جزء اساسی شادکامی عبارت از هیجان مثبت، رضایت از زندگی و نبود هیجانات منفی از جمله افسردگی و اضطراب می‌باشد؛ در نتیجه سبک هویت هنجاری و اطلاعاتی، پیش‌بینی‌کننده شادی است.

پژوهش نوری و محمودی اقدام (۱۳۸۹) نشان داد که بین مقابله مساله‌مدار (که طبق بررسی برونسکی و کاک ۲۰۰۰) جهت‌گیری اطلاعاتی در مقابله با مشکلات، از مقابله مساله‌مدار استفاده می‌کند) و شادکامی رابطه معناداری وجود دارد؛ پس سبک هویت می‌تواند شادکامی را پیش‌بینی کند. سیمسون، شومیکر و شرست (۱۹۹۶) به نقل از پارسامنش، ۱۳۸۹) در بررسی‌های خود نشان دادند که بین ویژگی‌های شخصیتی مثل عزت نفس (زیرمولفه شادکامی) و افسردگی دانشجویان و

کیفیت زندگی آنان ارتباط معنی‌داری وجود دارد. برخی از صاحب‌نظران، توسعه آتی در مراقبت از سلامت (جسمانی و روانی) را در گرو توجه روزافزون به راهبردهای پیشگیری اولیه با هدف توسعه کیفیت زندگی و افزایش نشاط در زندگی، افراد می‌دانستند (کسلر^۱ و آلب^۲، ۱۹۷۵، لالوند^۳، ۱۹۷۸؛ به نقل از پارسامنش، ۱۳۸۹).

نتیجه‌گیری

با توجه به نتایج حاصل از این پژوهش می‌توان نتیجه گرفت که شادکامی از سبک‌های هویت تاثیر می‌پذیرد. در زمینه شادکامی مشخص گردید که شادکامی با دو سبک اطلاعاتی و هنجاری رابطه معنی‌داری دارد که سهم متغیر هویت‌یابی هنجاری و اطلاعاتی، در پیش‌بینی شادکامی معنادار است. اما سهم هویت‌یابی سردرگم/اجتنابی معنی‌دار نیست، یافته‌های پژوهش همچنین اشاره به این داشتند که بین هر ۵ مولفه شادکامی با ۲ مولفه از هویت‌یابی (اطلاعاتی و هنجاری) رابطه مثبت معنادار وجود دارد؛ در حالیکه بین همان ۵ مولفه فقط ۲ مولفه (عاطفه مثبت و کارآمدی) با هویت‌یابی سردرگم/اجتنابی در ارتباط است. این مطالعه می‌تواند بستری برای انجام مطالعاتی برای سنجش اثربخشی مداخلاتی باشد که جهت کاهش افسردگی انجام خواهد گرفت. در کل یافته‌ها حکایت از این دارد که ما می‌توانیم سبک‌های هویت و میزان شادکامی را در مسیرهای دلخواه تغییر دهیم، مثلاً با آموزش سبک‌های مختلف فرزندپروری، مهارت‌های زندگی و با تغییر سبک‌های هویت، میزان شادکامی را به حد مطلوب برسانیم، یا ابعاد مختلف بهزیستی را در راستای ارتقای سلامت روان تغییر دهیم و با انجام چنین برنامه‌های مطلوبی، نوید بخش آینده‌ای درخشان برای نوجوانان و جوانان خود باشیم. از محدودیت‌های پژوهش حاضر، اتکای یافته‌های آن به داده‌های حاصل از گزارش شخصی افراد و نیز محدودیت سوابق پژوهشی می‌باشد. بدین دلیل، رعایت جانب احتیاط در به کارگیری و تعمیم نتایج توصیه می‌شود.

منابع

- اقدامی، ز، حسین‌چاری، م، نوری، ن. (۱۳۸۹). اضطراب و سبک‌های هویتی دانشجویان. *مجموعه مقالات پنجمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان*، دانشگاه شاهد، ص ۱۴-۱۲.
- امیدیان، م. (۱۳۸۷). مقایسه‌ی شادمانی و تحقق خویشتن با توجه به فرایند هویت‌یابی در دانشجویان دانشگاه یزد. *مجموعه مقالات چهارمین سمینار بهداشت روانی دانشجویان*. ص ۵۵-۵۰.
- ایمان، م، کیدقان، ط. (۱۳۸۲). بررسی عوامل موثر بر هویت اجتماعی زنان. *فصلنامه علمی*، دوره ۱۲ و ۱۳، ش ۴۵ و ۴۴.
- بدراقی، ف؛ نوری، ر؛ صرامی، غ. (۱۳۸۹). سبک هویت و سلامت روانی دانشجویان مشروط دختر و پسر. *مجموعه مقالات پنجمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان*، ص ۳۱-۳۰.

- 1 Kessler, M.
- 2 Albee, G. W.
- 3 Lalone, M.

- بیات ریزی، م، قربانی، ز. (۱۳۸۹). رابطه شادکامی با عمل به باورهای دینی و برون‌گرایی در دانشجویان. مجموعه مقالات پنجمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان، ش ۵، ص ۴۳-۴۱.
- پارسامنش، ف. (۱۳۸۹). آموزش مهارت‌های مقابله‌ای و شادکامی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی کرج، دانشکده روانشناسی.
- خانجانی، ز، بهمن‌پور، ج. (۱۳۸۹). سبک‌های هویت پیش‌بینی‌کننده نشانگان مرضی دانشجویان. مجموعه مقالات پنجمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان، دانشگاه شاهد، ص ۹۳-۹۱.
- دبیری، س، دلاور، ع، صرامی، غ. (۱۳۸۹). ویژگی‌های شخصیت، حرمت خود و شادکامی در بین دانشجویان. مجموعه مقالات سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان، ش ۵، ص ۱۰۹-۱۰۸.
- شفیعی مطلق، س، عابدی، م، قبادی، م، صادقیان، م. (۱۳۸۹). رابطه ویژگی‌های شخصیتی با احساس شادکامی در دانشجویان با ازدواج‌های دانشجویی و عادی. مجموعه مقالات پنجمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان، دانشگاه شاهد، ص ۱۸۲-۱۸۱.
- شولتز، د، شولتز، س. (۱۳۸۴). نظریه‌های شخصیت. ترجمه ی سیدمحمدی، ی، چاپ چهاردهم، ص ۲۷۴-۲۴۷.
- علی‌پور، آگاه‌هریس، م. (۱۳۷۸). اعتبارروایی فهرست شادکامی آکسفورد در ایرانیه. فصلنامه روانشناسان ایرانی، سال سوم، ش ۱۲، ص ۲۸۹-۲۸۸.
- غضنفری، ا. (۱۳۸۳). اعتباریابی و هنجاریابی پرسشنامه سبک هویت (ISI-6G). مطالعات تربیتی و روانشناسی، ۱، ۸۱-۹۴.
- گودرزی، م، حمایت‌طلب، ر. (۱۳۸۴). مقایسه میزان شادکامی دانشجویان ورزشکار دختر و پسر دانشگاه تهران. مجله حرکت، ش ۲۵، ص ۴۳-۵۲.
- موسوی، ر، روشن، ر، اکبری زردخانه، س. (۱۳۸۹). ابعاد هویت (روانشناختی، ملی و دینی) و بهزیستی روانشناختی در بین دانشجویان شاهد و غیر شاهد. مجموعه مقالات پنجمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان، دانشگاه شاهد، ص ۳۴۹-۳۴۷.
- نجات، ح، تونزنده جانی، ح، هنربخش، م. (۱۳۸۷). بررسی رابطه‌ی وضعیت هویت و سلامت روانی دانشجویان. مجموعه مقالات چهارمین سمینار بهداشت روانی دانشجویان. ۴۴۵.
- نصرتی، م، مظاهری، م، حیدری، م. (۱۳۸۵). بررسی تحولی رابطه پایگاه‌های هویت با میزان دلبستگی ایمن پسران نوجوان به والدین و همسالان. فصلنامه خانواده‌پژوهی، سال دوم، ش ۵، ص ۵۲ ° ۳۵.
- نوری، ر، محمودی‌اقدام، م. (۱۳۸۹). رابطه بین راهبردهای مقابله، شادکامی و کیفیت زندگی در دانشجویان. مجموعه مقالات پنجمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان، دانشگاه شاهد، ص ۳۸۷-۳۸۶.
- Argyle, M., & Hills, p. (2002). Religious experiences and their relation with happiness and personality. *International Journal for psychology of religion*, 10, 157-172.
- Argyle, M. Martin, M. (1996). Testing for stress and happiness: The role of social and cognitive factors. In C.D. Spielberger. & I.G. Sarason. (Eds). *Stress and emotion*. Washington. DC: Taylor & Francis.
- Argyle, M. & Lu, L. (1990). The happiness of extraverts. *Personality and individual Differences*, 11, 1011-1017.
- Bersonsky, M. (2008). Identity formation: The role of identity processing style and cognitive processes. *personality and differences* 44: 645-655.

- Berzonsky, M. D. (1992). Self-construction over the life-span: A process perspective on identity formation. *Advances in personal Construct Psychology*, 1, 155-186.
- Berzonsky, M. D., & Kuk, L. (2000). Identity status and identity processing style, and the transition to university. *Journal of Adolescent Research*, 15(1), 81-98.
- Collins, J. E., Hanson, K., Mulhern, M., & Padberg, R. M. (1992). Sense of coherence over time in cancer patients: A preliminary report. *Medical Psychotherapy*, 5, 73-82.
- Diener, E. (2006). Guidelines for National Indicators of Subjective Well-Being and well-being. *Journal of Happiness Studies*, 7(4): 397-404.
- Joseph, S. Linley, P. A. (2004). *positive therapy: A positive psychological theory of the therapeutic practice*. In P. A. Linley & S. Joseph (Eds). *Positive psychology in practice*. Hoboken, NJ: Wiley, 354-368.
- Furnham, A., & Cheng, H. (1997). Personality and happiness. *Psychological Reports*, 80, 761-762.
- Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*.
- Nurmi, J. E., Berzonsky, M. D., Tammi, K., & Kinney, A. (1997). Identity processing orientation, cognitive and well-being. *International Journal of Behavioral Strategies and Well-being*. *International Journal of Behavioral development*, 21, 555-570.
- Veenhoven, R. (1994). Is happiness a trait? Tests of the theory that a better society does not make people any happier. *social indicators Researcher*, 32, 101-160.
- Veenhoven, R. (2001). Quality of life and happiness. published in Italian in: G. de Girolama et al, *salute equalita della vita*, centro scientifico ED ITORE, TORINO: 67-95.

