

## چکیده

هدف اولیه از پژوهش حاضر، بررسی عوامل مؤثر بر شادکامی دانشجویان دانشگاه آزاد واحد فیروزآباد بود تا در گام بعدی تعمیم عوامل مثبت را به همکاران مشاور خود پیشنهاد دهیم. در راستای این هدف، تعداد ۲۰۰ نفر از دانشجویان رشته‌های

مختلف تحصیلی، با استفاده از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای نسبی انتخاب شدند و مورد مطالعه قرار گرفتند. به‌منظور ارزیابی میزان شادکامی دانشجویان، از پرسش‌نامه‌ی شادکامی آکسفورد استفاده شد که از روایی و پایایی مطلوبی برخوردار است. نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون چندمتغیری نشان داد که میزان درآمد، تأهل و رشته‌ی تحصیلی، به‌ترتیب بیش‌ترین قدرت پیش‌بینی برای شادکامی دانشجویان را دارند؛ علاوه بر این، مشخص شد که سن، جنسیت و محل سکونت دانشجویان قدرت پیش‌بینی شادکامی را ندارند.

**کلیدواژه‌ها:** شادکامی، رشته‌های تحصیلی، میزان درآمد، تأهل.

## مقدمه

از عهد باستان به احساسات مثبت انسان از جمله شادکامی<sup>۱</sup> توجه شده است. به عقیده‌ی ارسطو، دست‌کم سه‌نوع شادکامی وجود دارد؛ پایین‌ترین سطح شادکامی همان لذت است. در سطح بعد، عقیده‌ی مردم عادی است که شادکامی را

معادل موفقیت و کامیابی می‌دانند و در بالاترین سطح، شادکامی مورد نظر ارسطو شادکامی ناشی از معنویت قرار می‌گیرد (آیزنک، ۱۳۷۸). به‌عبارت دیگر، ارسطو شادکامی را عبارت از زندگی معنوی می‌داند و افلاطون آن را حالت تعادل میان سه عنصر استدلال، هیجان، و امیال ارزیابی می‌کند (عابدی، میرشاه جعفری و لیاقتدار، ۱۳۸۵). از دیدگاه روان‌شناسان، دو نوع شادکامی وجود دارد: نوعی از آن از رهگذر شرایط محسوس زندگی همچون زناشویی، تحصیل، شغل، آسایش و به‌طور کلی امکانات مالی و رفاهی حاصل می‌شود که به آن وجه عینی شادکامی می‌گویند و نوع دیگر آن، متأثر از حالات درونی و ادراکات شخصی است که از آن به شادکامی ذهنی یا احساس شادکامی تعبیر می‌شود (حقیقی و همکاران، ۱۳۸۵). بر این اساس، شادکامی بر نگرش و ادراکات شخصی مبتنی است و بر حالتی دلالت می‌کند که مطبوع و دل‌پذیر است و از تجربه‌ی هیجان‌های مثبت و خشنودی از زندگی نشئت می‌گیرد (آرگایل، ۱۹۹۵)

# بررسی عوامل مؤثر بر شادکامی دانشجویان دانشگاه آزاد واحد فیروزآباد

صدراله خسروی	عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد واحد فیروزآباد
امیر قمرانی	دانشجوی دکترای روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان
محمدرضا برنده	عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد واحد فیروزآباد

## انبوهی ازداده‌ها آشکار کرده است که مردم اغلب‌هنگامی که احساس تعلق می‌کنند، شادمان‌ترند

شادکامی علاوه بر جزء عاطفی و شناختی، جزئی اجتماعی نیز دارد که گسترش روابط اجتماعی با دیگران و افزایش حمایت اجتماعی را به دنبال دارد.

دینر، سو، لوکاس و اسمیت (۱۹۹۹) به نقل از آیزنک، (۱۳۷۸) در تعریف خود از شادکامی به سه مؤلفه رضایت از زندگی، عاطفه‌ی مثبت خوشایند، و عاطفه‌ی منفی ناخوشایند اشاره می‌کنند.

در باب اهمیت شادکامی، لیوومیرسکی، کینگ و دینر<sup>۱</sup> (۲۰۰۵) معتقدند که افراد شاد، در حوزه‌های چندگانه‌ی زندگی نظیر، ازدواج، درآمد، عملکرد شغلی و سلامتی، موفق‌تر از افراد ناشادند؛ علاوه بر این، نتایج تحقیقات مختلف نشان می‌دهد که شادکامی، صرف‌نظر از چگونگی به دست آوردن آن، می‌تواند سلامت جسمانی و روانی را بهبود بخشد (مایرز، ۲۰۰۱ به نقل از نوحی و همکاران، ۱۳۸۳). به اعتقاد وینهون (۱۹۹۳) به نقل از حقیقی و همکاران، (۱۳۸۵) شادی، فعالیت فرد را برمی‌انگیزد و روابط اجتماعی و سیاسی را تسهیل می‌کند. هم‌چنین، مشخص شده است که افراد شاد احساس امنیت بیش‌تری می‌کنند، آسان‌تر تصمیم می‌گیرند، دارای روحیه‌ی مشارکتی بیش‌تری هستند و نسبت به کسانی که با آن‌ها زندگی می‌کنند، بیش‌تر احساس رضایت دارند (مایرز، ۲۰۰۱ به نقل از نوحی و همکاران، ۱۳۸۳).

در تحقیقی که علی‌پور و همکاران

شادکامی فقط در زمان حال و لحظه‌ی اکنون قابل درک و تجربه است.

آرگایل (۱۹۹۵) به نقل از نوحی و همکاران، (۱۳۸۳) معتقد است که برای شادکامی، باید چهار مؤلفه را در نظر گرفت: عاطفه‌ی مثبت، رضایت از زندگی، فقدان اضطراب، و افسردگی.<sup>۲</sup>

دینر و بیسواس (۲۰۰۰) به نقل از مظفری و هادیان‌فرد، (۱۳۸۳) معتقدند که شادکامی به چگونگی ارزیابی مردم از زندگی خود اشاره دارد و متغیرهایی چون رضایت از زندگی، رضایت از وضع زناشویی، رضایت از کار، نبود افسردگی و اضطراب، و وجود عواطف و خلقیات مثبت را شامل می‌شود. ارزیابی شخص از خود ممکن است به شکل شناختی باشد؛ مثلاً هنگامی که شخص به‌طور کلی در مورد رضایت از زندگی خود یا جنبه‌هایی از زندگی مانند تفریحات، به قضاوت آگاهانه می‌نشیند. ارزیابی شخص ممکن است عاطفی نیز باشد (تجربه‌ی هیجانات و خلقیات ناخوشایند و خوشایند مردم در رویارویی با زندگی خود)؛ بنابراین، گفته می‌شود که اگر شخص رضایت از زندگی و اغلب، خوشی را تجربه کند و فقط گاه‌گاهی به هیجاناتی مثل غمگینی و خشم دچار شود، دارای شادکامی بالا خواهد بود و برعکس، اگر از زندگی خود ناراضی باشد و خوشی و علاقه‌ی اندکی را تجربه کند و به هیجانات پیوسته منفی، مثل خشم و اضطراب دچار باشد، دارای شادکامی پایینی است.

مایرز و دینر (۱۹۹۵) به نقل از گروسی و همکاران، (۱۳۸۵) می‌گویند که وقتی از مردم پرسیده می‌شود، فرد شادکام چه کسی است، در پاسخ، به شبکه‌ی حمایتی از روابط زندگی فردی در یک فرهنگ اشاره می‌کنند که به تعبیری مثبت و خوش‌بینانه از رویدادهای زندگی می‌انجامد.

شوآرتز و استراک (۱۹۹۳) به نقل از جوکار و سپهری، (۱۳۸۵) معتقدند که

به نقل از نوحی، احمدی و عابدی، (۱۳۸۳). جان‌لاک و جرمی بنتام معتقدند که شادکامی مبتنی بر تعداد وقایع لذت‌بخش است (آیزنک، ۱۳۷۸). آرگایل و همکاران (۱۹۹۵)، به نقل از میرشاه جعفری و همکاران، (۱۳۸۱) شادکامی را ترکیبی از وجود عاطفه‌ی مثبت<sup>۳</sup>، فقدان عاطفه‌ی منفی<sup>۴</sup> و رضایت از زندگی<sup>۵</sup> می‌داند.

وینهون (۱۹۹۴) به نقل از عابدی و همکاران، (۱۳۸۵) شادکامی را صفتی می‌داند که دارای سه معیار ثبات زمانی، ثبات موقعیتی و علت درونی است. آرگایل و همکاران (۱۹۹۶) به نقل از گروسی، مانی و بخشی‌پور، (۱۳۸۵) معتقدند که اگر شادکامی تنها متضاد افسردگی باشد، نیازی به اندازه‌گیری آن نیست؛ زیرا افسردگی به خوبی شناخته شده است.

وینهون (۱۹۸۸) به نقل از میرشاه جعفری و همکاران، (۱۳۸۱) در تعریفی متفاوت، شادکامی را قضاوت فرد از درجه یا میزان مطلوبیت کیفیت کل زندگی می‌داند. استراک (۱۹۹۱) به نقل از علی‌پور و همکاران، (۱۳۷۹) معتقد است که افراد شادکام کسانی هستند که سوگیری آن‌ها در پردازش اطلاعات در جهت خوش‌بینی<sup>۶</sup> و خوش‌حالی است؛ یعنی، اطلاعات را به گونه‌ای پردازش و تفسیر می‌کنند که به خوش‌حالی آن‌ها منجر می‌شود.

دی‌انجلیس (۱۳۸۱) معتقد است که



(۱۳۷۹) انجام دادند، مشخص شد که شادکامی با عملکرد نظام ایمنی بدن<sup>۱۰</sup> ارتباط دارد؛ به گونه‌ای که در گروه دارای شادکامی زیاد در مقایسه با گروه دارای شادکامی کم، عملکرد نظام ایمنی بدن بهتر است. شاید بزرگ‌ترین توصیه در مورد اهمیت شادکامی همان باشد که در دومین جلسه‌ی بیانیه‌ی استقلال آمریکا از شادی به‌عنوان یکی از حقوق جدایی‌ناپذیر انسان یاد شده است (آیزنک، ۱۳۷۸).

سالوی و همکاران (۲۰۰۱) به نقل از میرشاه جعفری و همکاران، (۱۳۸۱) معتقدند که شادکامی، فعالیت‌های قلبی-عروقی و سیستم ایمنی را بهبود می‌بخشد. به اعتقاد اسکوبینکتن، مک‌آرتور و سامرست (۱۹۹۷) به نقل از عابدی و همکاران، (۱۳۸۵)، شادکامی بخش مهمی از کیفیت زندگی و بالاتر از ثروت است. شادکامی می‌تواند مولد انرژی، شور و نشاط و حرکت و پویایی باشد و هم‌چون سپری، آدمی را در برابر فشارهای روانی و مشکلات محافظت کند (حقیقی و همکاران، ۱۳۸۵).

وینهوون (۱۹۸۸) به نقل از میرشاه جعفری، عابدی و دریکوندی، (۱۳۸۱) در مورد اهمیت شادکامی، بر این باور است که تا سال ۱۹۶۰ کل پژوهش‌های مربوط به شادکامی و مقوله‌های وابسته به آن از جمله رضایت، لذت و احساسات مثبت، ۶۲ مورد بوده و پس از سال ۱۹۶۰، ده برابر شده است.

با توجه به اهمیت و نقش شادکامی در ابعاد همه‌جانبه‌ی زندگی افراد، در سال‌های اخیر، پژوهش‌گران مختلف به بررسی عوامل مؤثر بر شادکامی علاقه‌مند شده‌اند (برای مثال نگاه کنید به؛ میکالوس، ۱۹۹۱؛ آستین، کورن و ریگز، ۱۹۹۳؛ باس، ۲۰۰۰، علوی، ۲۰۰۷؛ لیوبومیرسکی و همکاران، ۲۰۰۵؛ سیفگی- کرینکه و گلهار، ۲۰۰۸). در این زمینه پرسش‌های مهمی مطرح شده است؛ از جمله این که شادی را باید در ثروت

جست‌وجو کرد یا در تحصیل؟ آیا شادی در خانواده نهفته است یا در اجتماع؟ آیا شادی ریشه در محیط دارد یا وراثت؟ آیا بین جنسیت و شادی رابطه‌ای وجود دارد؟ آیا بین شادی و سن رابطه‌ای وجود دارد؟ و... (آرگایل ۲۰۰۱ ترجمه‌ی گوهری و همکاران، ۱۳۸۲). چنین پرسش‌هایی نشان از اهمیت بررسی عوامل مؤثر بر شادکامی دارند. این مهم در مورد دانشجویان که قشر آینده‌ساز جامعه‌اند، اهمیتی دوچندان می‌یابد. بر این اساس، پژوهش حاضر بر آن است تا با هدف شناسایی عوامل مؤثر بر شادکامی دانشجویان دانشگاه آزاد فیروزآباد، زمینه‌های لازم جهت شادابی و نشاط هرچه بیش‌تر دانش‌جویان یاد شده را فراهم نماید. در این راستا پرسش اصلی پژوهش حاضر به شرح زیر است.

سهم عوامل یا متغیرهای جمعیت‌شناسی (نظیر سن، جنسیت، وضعیت تأهل، درآمد، بومی یا غیربومی بودن و رشته‌ی تحصیلی) در پیش‌بینی شادکامی دانشجویان دانشگاه آزاد واحد فیروزآباد چه قدر است؟

## روش‌شناسی

جامعه‌ی آماری و نمونه: جامعه‌ی آماری پژوهش حاضر کلیه‌ی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی فیروزآباد بود که از این جامعه نمونه‌ای به حجم ۲۰۰ نفر از کلیه‌ی رشته‌ها انتخاب شدند.

## روش نمونه‌گیری

در این پژوهش، از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای نسبی استفاده شد؛ به گونه‌ای که نسبت دانشجویان در هر رشته نسبت به کل دانشجویان، در نمونه نیز لحاظ گردید.

## طرح پژوهش

پژوهش حاضر از نوع تحقیقات توصیفی است؛ چون محقق پدیده‌ها

را آن‌گونه که هستند بررسی می‌کند و به دست‌کاری متغیرها نمی‌پردازد. نحوه‌ی اجرای تحقیق نیز از طریق توزیع پرسش‌نامه بین دانشجویان بود.

## ابزار گردآوری اطلاعات

به‌منظور جمع‌آوری اطلاعات پژوهش از پرسش‌نامه‌ی شادکامی آکسفورد<sup>۱۱</sup> استفاده شد. پایه‌ی نظری این پرسش‌نامه تعریف مارتین، آرگایل و کروسلند (۱۹۸۷) از شادکامی بوده است.

به باور آرگایل و همکاران (۱۹۸۹) این پرسش‌نامه نقطه‌ی مقابل پرسش‌نامه‌ی افسردگی بک است. این پرسش‌نامه دارای ۲۹ ماده چهار گزینه‌ای است که گزینه‌های آن به ترتیب از صفر تا ۳ نمره‌گذاری می‌شود و نمره‌ی هر آزمودنی بین صفر تا ۸۷ قرار می‌گیرد.

آرگایل و همکاران (۱۹۸۹) پایایی پرسش‌نامه‌ی آکسفورد را به کمک ضریب آلفای کرونباخ ۰۹۰ درصد و پایایی بازآزمایی آن را طی هفت هفته ۷۸ درصد گزارش کرده‌اند. روایی هم‌زمان این پرسش‌نامه با استفاده از ارزیابی دوستان افراد درباره‌ی آن ۴۳ درصد محاسبه شد.

هم‌چنین، از آن‌جا که شادمانی دارای سه بخش عاطفه مثبت، رضایت و نبود عاطفه منفی داشته شده، هم‌بستگی پرسش‌نامه‌ی شادکامی آکسفورد با مقیاس عاطفه مثبت برادبرن ۳۲/۵ درصد، با شاخص رضایت از زندگی آرگایل ۵۷ درصد، و با پرسش‌نامه‌ی افسردگی بک ۵۲ درصد، محاسبه شد (فرانسیس و همکاران ۱۹۹۸).

فرانسیس و همکاران (۱۹۹۸) در پژوهشی بین‌فرهنگی برای روایی و پایایی پرسش‌نامه‌ی شادکامی آکسفورد در دانشجویان انگلیسی، آمریکایی، استرالیایی و کانادایی ضریب آلفای این پرسش‌نامه را بین ۸۹ تا ۹۰ درصد گزارش دادند.

در ایران پرسش‌نامه‌ی شادکامی

آکسفورد توسط علی پور و نوربالا (۱۳۷۸) ترجمه شده و درستی برگردان آن به تأیید هشت متخصص رسیده است. روایی صعودی پرسش نامه با ۱۱۰ دانشجوی کارشناسی دانشگاه های علامه طباطبائی و شاهد تهران آزمون شده که آلفای کرونباخ ۹۸ درصد و پایایی دونیمه کردن ۹۲ درصد بوده است. هم چنین، پایایی به روش بازآزمایی پس از سه هفته ۷۹ درصد به دست آمد.

در ایران عابدی (۱۳۸۱، ۱۳۸۲) این پرسش نامه را بر روی ۷۲۷ نفر از دانشجویان دانشگاه اصفهان هنجاریابی کرد. او برای محاسبه پایایی چند روش به کار برده و برای تعیین همسانی درونی، با روش آلفای کرونباخ، ضریب آلفای ۸۵ درصد را به دست داده است. پایایی پرسش نامه به روش اسپیرمن براون ۷۹ درصد و به روش گوتمن ۷۸ درصد محاسبه شده است. هم چنین، برای تعیین پایایی به روش بازآزمایی، با فاصله ی دو ماه ۷۳ درصد به دست آمده است.

## شیوه ی تجزیه و تحلیل داده ها

به منظور تجزیه و تحلیل داده های پژوهش از روش رگرسیون چند متغیری (به شیوه ی هم زمان) و رگرسیون مجازی استفاده شد.

## نتایج و یافته ها

در این بخش ابتدا به یافته های جانبی پژوهش و سپس به یافته های اصلی پرداخته می شود.

### ۱. یافته های جانبی

در این بخش، میانگین و انحراف معیار نمره های دانشجویان رشته های مختلف تحصیلی در آزمون شادکامی بررسی می شود. لازم به یادآوری است که با توجه به تعداد کم گروه نمونه در برخی از رشته های تحصیلی، سه نوع رشته ی تحصیلی کلی شامل رشته های علوم انسانی، فنی و مهندسی و علوم پایه در نظر گرفته شد. نتایج این تحلیل در جدول شماره ۱ ارائه شده است.

همان گونه که از نتایج جدول شماره ی ۱ مشخص می شود، دانشجویان رشته های علوم انسانی از بیش ترین میزان شادکامی برخوردارند و پس از آن ها، دانشجویان رشته های علوم پایه قرار دارند. علاوه بر این، مشخص می شود که دانشجویان رشته های فنی و مهندسی کم ترین میزان شادکامی را در بین دانشجویان همه ی رشته ها دارند.

### ۲. یافته های اصلی

در این بخش به پرسش اصلی پژوهش، یعنی؛ سهم پیش بینی کنندگی عوامل و متغیرهای دموگرافیک در شادکامی دانشجویان، پرداخته می شود. بدین منظور از تحلیل رگرسیون چند متغیری (به شیوه ی هم زمان) و تحلیل رگرسیون مجازی استفاده شد. یادآوری می شود که رگرسیون مجازی برای بررسی سهم پیش بینی کنندگی متغیرهای طبقه ای (مقوله ای) به کار گرفته شد. نتایج تحلیل های مذکور در جدول شماره ی ۲ ارائه شده است.

جدول شماره ی ۱

جدول شماره ی ۲

جدول شماره ی ۱: میانگین و انحراف معیار نمره های دانشجویان در شادکامی به تفکیک رشته ی تحصیلی

شاخص آماری	میانگین	انحراف معیار	تعداد
رشته ی تحصیلی			
علوم انسانی	۴۸/۶۸	۱۱/۲۷	۸۳
علوم پایه	۴۴/۱۴	۱۴/۱۰	۶۹
فنی و مهندسی	۳۶/۶۶	۲۱/۹۱	۴۸
کل	۴۳/۱۶	۱۵/۷۶	۲۰۰

جدول شماره ی ۲: نتایج تحلیل رگرسیون سن، جنسیت، تأهل، رشته ی تحصیلی، میزان درآمد و بومی یا غیربومی بودن بر نمره ی شادکامی دانشجویان

متغیر مستقل	R	R <sup>2</sup>	بنا	سطح معنی داری
سن	۰/۹۰	۰/۸۱	۰/۱۰	۰/۴۰
جنسیت			۰/۰۴	۰/۶۱
تأهل			۰/۵۸	۰/۰۴
رشته ی تحصیلی			۰/۴۸	۰/۰۵
درآمد			۰/۷۸	۰/۰۲
بومی یا غیربومی بودن			۰/۰۹	۰/۴۸

## افراد متأهل در مقایسه با کسانی که هرگز ازدواج نکرده‌اند و به خصوص در مقایسه با کسانی که متارکه کرده‌اند، شادتر و از زندگی راضی‌ترند

همان‌طور که از جدول شماره ۲ مشخص می‌شود، در بین متغیرهای دموگرافیک، سن، جنسیت، و بومی یا غیر بومی بودن، قدرت پیش‌بینی معنی‌دار درباره‌ی شادکامی دانشجویان را ندارند.

از سوی دیگر، مشخص می‌شود که سه متغیر تأهل، رشته‌ی تحصیلی و درآمد، شادکامی دانشجویان را به‌صورت معنی‌داری پیش‌بینی می‌کنند که در این میان، به‌ترتیب متغیر میزان درآمد بیش‌ترین قدرت پیش‌بینی را دارد و پس از آن، متغیر تأهل و رشته‌ی تحصیلی بهترین پیش‌بینی‌کننده‌های شادکامی دانشجویان هستند.

### بحث و نتیجه‌گیری

هدف از پژوهش حاضر، بررسی عوامل مؤثر بر شادکامی دانشجویان دانشگاه آزاد واحد فیروزآباد بود. در این مسیر، از بین عوامل گسترده‌ی مؤثر بر شادکامی، به تأثیر متغیرهای دموگرافیک بر شادکامی توجه شد. به‌طور کلی، نتایج پژوهش نشان داد که میزان درآمد، وضعیت تأهل و رشته‌ی تحصیلی بر شادکامی دانشجویان مؤثر است و سن، جنسیت، و بومی یا غیربومی بودن تأثیری در شادکامی دانشجویان ندارد. در ادامه، به تبیین هر یک از یافته‌های پژوهش به‌طور مجزا پرداخته می‌شود.

### ۱. سن و شادکامی

در پژوهش حاضر مشخص شد که

سن با شادکامی دانشجویان ارتباط ندارد. این یافته با نتایج پژوهش‌های بین‌المللی هم‌خوان است؛ برای مثال، در مجموعه مطالعات اینگل هارت (۱۹۹۰) که در شانزده کشور دنیا صورت گرفت، مشخص شد که دوره‌ی سنی مشخصی را نمی‌توان به شادی یا ناشادی اختصاص داد. علاوه بر این، می‌توان به این نکته اشاره کرد که تفاوت‌های سنی دانشجویان که یک گروه همگن هستند، بسیار کم و در حد ۲ یا ۳ سال است که این میزان تفاوت سنی نمی‌تواند باعث ایجاد تفاوت در شادکامی دانشجویان بزرگ‌تر و کوچک‌تر (به لحاظ سنی) باشد.

### ۲. جنسیت و شادکامی

یافته‌های این پژوهش نشان داد که جنسیت دانشجویان با میزان شادکامی آن‌ها ارتباط ندارد. این یافته با نتایج تحقیق دنیرو و همکاران (۱۹۹۹)، علوی (۲۰۰۷)، هارینگ و همکاران (۱۹۸۴) به نقل از کرمی نوری، مکرری، محمدی فر و یزدانی، (۱۳۸۱) و میکالوس (۱۹۹۱) هم‌سو است. دنیرو و همکاران (۱۹۹۹) به نقل از میرشاه جعفری و همکاران، (۱۳۸۱) معتقدند که زنان و مردان از نظر رضایت کلی و میزان شادمانی تفاوتی ندارند اما هنگامی که افسردگی را در نظر می‌گیریم، موضوع اندکی پیچیده می‌شود. به این صورت که با وجود شادی یکسان زنان و مردان، افسردگی در زنان بیشتر از مردان است. دنیرو و همکاران (۱۹۹۹) در توضیح این امر چنین می‌گویند که زنان نسبت به مردان هم عاطفه‌ی منفی بیش‌تر و هم عاطفه‌ی مثبت بیش‌تری را تجربه می‌کنند و براین‌د این دو نوع عاطفه، شادی زنان و مردان را یکسان می‌سازد. در پژوهش علوی (۲۰۰۷) مشخص شد که بین دانشجویان دختر و پسر دانشگاه‌های ایران به لحاظ شادکامی تفاوتی وجود ندارد.

### ۳. محل سکونت و شادکامی

در پژوهش حاضر، بین محل سکونت دانشجویان با میزان شادکامی آن‌ها رابطه‌ای مشاهده نشد؛ به‌عبارت دیگر، بین دانشجویان بومی و غیربومی به لحاظ میزان شادکامی تفاوتی وجود نداشت. این یافته با نتایج پژوهش میرشاه‌جعفری، عابدی و لیاقت‌دار (۱۳۸۳) مبنی بر عدم تفاوت میزان شادکامی دانشجویان بومی و غیربومی هم‌خوانی دارد. از سوی دیگر، در تبیین این یافته می‌توان به موقعیت جغرافیایی دانشگاه آزاد فیروزآباد اشاره کرد که با توجه به نزدیک بودن آن به شیراز (مرکز استان فارس) می‌توان انتظار داشت که دانشجویان غیربومی دانشگاه، کم‌تر سکونت در خوابگاه‌های دانشجویی را برگزیده‌اند و با احتمال بیش‌تری پس از پایان کلاس‌های آموزشی به شهر خویش و نزد خانواده برمی‌گردند. این امر به نوبه‌ی خود می‌تواند تأثیرات دوری از خانواده و زندگی به‌تنهایی را بر شادکامی، به حداقل ممکن برساند.

### ۴. میزان درآمد و شادکامی

در پژوهش حاضر، مشخص شد که میزان درآمد از بیش‌ترین قدرت در پیش‌بینی شادکامی دانشجویان برخوردار است. این یافته با نتایج سایر تحقیقات مشابه هم‌سو است؛ برای مثال، در پژوهش

# دانشجویان رشته‌های انسانی از بیش‌ترین میزان شادکامی و دانشجویان رشته‌های فنی و مهندسی از کم‌ترین میزان شادکامی برخوردارند

می‌کنند و همین امر بر میزان شادکامی  
آن‌ها تأثیر گذار است.

## پیشنهادها الف) پیشنهادهای کاربردی

با توجه به وجود ارتباط بین میزان  
درآمد، تأهل و رشته‌ی تحصیلی دانشجویان  
با میزان شادکامی آن‌ها پیشنهادهای زیر  
ارائه می‌شود.

۱. در صورتی که بتوان از طریق  
افزایش مشارکت دانشجویان در طرح‌های  
پژوهش، گسترش فعالیت‌های دانشجویی،  
کارورزی و فعالیت‌های شغلی مرتبط با  
رشته (حتی به صورت پاره‌وقت)، امکان  
اشتغال دانشجویان و کسب درآمد را برای  
آن‌ها فراهم کرد، پیش‌بینی می‌شود که  
گامی مهم در جهت ارتقای شادکامی آن‌ها  
برداشته شود.

۲. با توجه به وجود ارتباط بین تأهل و  
شادکامی، فراهم‌سازی و تسهیل ازدواج‌های  
دانشجویی توصیه می‌شود.

۳. با توجه به پایین بودن میزان  
شادکامی دانشجویان رشته‌های فنی و  
مهندسی، برگزاری کارگاه‌های آموزشی در  
زمینه‌ی راه‌کارهای مدیریت استرس، غلبه بر  
افسردگی و شادمانه‌زیستن توصیه می‌شود.

## ب) پیشنهادهای پژوهشی

۱. بررسی سایر عوامل مؤثر بر  
شادکامی دانشجویان (نظیر ویژگی‌های  
شخصیتی، افسردگی و...)

یا جدا شده‌اند یا همسر خود را از دست  
داده‌اند، بیش‌تر احساس شادی و شادمانی  
می‌کنند. باس (۲۰۰۰) در پژوهش خود  
نشان داد که حتی در صورت کنترل  
متغیرهای سن و درآمد، نیز، باز هم میزان  
شادکامی افراد متأهل از افراد مجرد بیش‌تر  
است. در داخل کشور نیز، تحقیق میرشاه  
جعفری و همکاران (۱۳۸۳) که روی  
گروهی از دانشجویان انجام شده بود، این  
یافته را تأیید کرد.

## ۶. رشته‌ی تحصیلی و شادکامی

در پژوهش حاضر مشخص شد  
که بین رشته‌ی تحصیلی دانشجویان و  
میزان شادکامی آن‌ها ارتباط وجود دارد.  
علاوه بر این، مشخص شد که دانشجویان  
رشته‌های علوم انسانی از بیش‌ترین میزان  
و دانشجویان رشته‌های فنی و مهندسی از  
کم‌ترین میزان شادکامی برخوردارند. این  
یافته با نتایج پژوهش میرشاه جعفری و  
همکاران (۱۳۸۳) و پژوهش کرمی‌نوری  
و همکاران (۱۳۸۱) هم‌خوانی دارد. در  
پژوهش میرشاه جعفری و همکاران  
(۱۳۸۳) مشخص شد که رشته‌ی تحصیلی  
دانشجویان بر میزان شادکامی آن‌ها تأثیر  
دارد؛ به گونه‌ای که دانشجویان رشته‌های  
دندان‌پزشکی بیش‌ترین میزان شادکامی، و  
دانشجویان رشته‌های توان‌بخشی کم‌ترین  
میزان شادکامی را داشتند. علاوه بر این،  
در پژوهش کرمی‌نوری و همکاران (۱۳۸۱)  
نیز مشخص شد که دانشجویان رشته‌های  
انسانی از بیش‌ترین میزان شادکامی و  
دانشجویان رشته‌های فنی و مهندسی  
از کم‌ترین میزان شادکامی برخوردارند.  
به نظر می‌رسد که این تفاوت تا حدی  
ناشی از ماهیت متفاوت رشته‌های مذکور  
باشد؛ چه آن‌که قابل پیش‌بینی است که  
دانشجویان رشته‌های مهندسی به دلیل  
رویارویی با محتوای آموزشی دشوارتر،  
استرس‌های تحصیلی بیش‌تری را تجربه

آستین، کورن و ریگز (۱۹۹۳) مشخص شد  
که درآمد و وضع اقتصادی مناسب، نقش  
اول رادر احساس رضایت‌مندی دانشجویان  
ایفا می‌کند. لیوبومیرسکی و همکاران  
(۲۰۰۵) نیز از پژوهش خود دریافتند که  
بین درآمد و شادمانی رابطه وجود دارد.  
در رابطه‌ی بین پول و شادمانی چنین  
فرض شده است که پول از طریق تأمین  
مایحتاج اولیه‌ی زندگی و رفع نیازهای  
اساسی از قبیل غذا، مسکن و بهداشت و  
هم‌چنین، افزایش منزلت اجتماعی موجب  
افزایش شادی فرد می‌شود (لیوبومیرسکی  
و همکاران، ۲۰۰۵).

## ۵. تأهل و شادکامی

از دیگر یافته‌های پژوهش حاضر،  
وجود ارتباط بین تأهل و شادکامی بود. در  
این پژوهش مشخص شد که افراد متأهل از  
شادکامی بیش‌تری در قیاس با افراد مجرد  
برخوردارند. در تبیین این یافته می‌توان  
به نیاز افراد به تعلق داشتن<sup>۱۲</sup>، استناد  
کرد. انبوهی از داده‌ها آشکار کرده است  
که مردم اغلب هنگامی که احساس تعلق  
می‌کنند، شادمان‌ترند. در همین جهت،  
زمینه‌یابی‌های مکرر در اروپا و آمریکای  
شمالی به یک نتیجه‌ی ثابت ختم شده‌اند:  
افراد متأهل در مقایسه با کسانی که هرگز  
ازدواج نکرده‌اند و به‌خصوص در مقایسه با  
کسانی که طلاق گرفته یا متارکه کرده‌اند،  
شادتر و از زندگی راضی‌ترند (میرز ۲۰۰۰  
به نقل از مظفری و هادیان‌فرد، ۱۳۸۳)  
علاوه بر این، نظرسنجی‌های به‌عمل آمده  
از ۲۰۸۰۰ نفر در ۱۹ کشور، هم‌بستگی  
بین ازدواج و شادمانی را تأیید می‌کنند  
(ماستگاسا، ۱۹۹۴ به نقل از مظفری و  
هادیان‌فرد ۱۳۸۳).

در همین مسیر، دنبرو و همکاران  
(۱۹۹۹) به نقل از میرشاه جعفری و  
همکاران، (۱۳۸۱) دریافتند که افراد متأهل  
نسبت به کسانی که هرگز ازدواج نکرده

۲. بررسی و مقایسه‌ی شادکامی دانشجویان با سایر اقشار جامعه به‌منظور تأثیرگذاری نقش دانشگاه در شادکامی دانشجویان.

۳. بررسی و مقایسه‌ی شادکامی دانشجویان موفق و ناموفق به‌لحاظ تحصیلی

#### پی‌نوشت

- این پژوهش با حمایت مادی و معنوی معاونت محترم پژوهشی دانشگاه آزاد واحد فیروزآباد انجام شده است که بدین‌وسیله مراتب تشکر و قدردانی اعلام می‌گردد.

2. Happiness
3. Positive affect
4. Negative affect
5. Life satisfaction
6. Optimism
7. Anxiety
8. Depression
9. Lyubomirsky, King & Diener
10. Immune system
11. Oxford happiness inventory
12. Belong

#### منابع

۱. آرگایل، م. (۱۳۸۲)، روان‌شناسی شادی؛ ترجمه‌ی م. گوهری و همکاران، اصفهان، انتشارات جهاد دانشگاهی.
۲. آیزنک، م (۱۳۷۸)؛ همیشه شاد باشید، ترجمه‌ی زهرا چلونگر، تهران، انتشارات نسل نواندیش.
۳. جوکار، بهرام و سپهری، صفورا. (۱۳۸۵)؛ رابطه‌ی شادی و شیوه‌های گزینش، فصل‌نامه‌ی مطالعات روان‌شناختی دانشکده‌ی علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهراء (۳)، دوره‌ی ۲، شماره‌ی ۳ و ۴، پاییز و زمستان، ۱۳۷ و ۱۲۵.
۴. حقیقی، جمال؛ خوش‌کشی، ابوالقاسم، شکرکن، حسین، شهنی بیلاق، منیجه و نیسی، عبدالکاظم (۱۳۸۵)؛ رابطه‌ی الگوی پنج‌عاملی شخصیت با احساس شادکامی در دانشجویان دوره‌ی کارشناسی دانشگاه

شهید چمران، مجله‌ی علوم تربیتی و روان‌شناسی، دوره‌ی سوم، سال سیزدهم، شماره‌ی ۲، ۲۰۸-۱۸۹.

۵. دی‌انجلیس، باربارا، (۱۳۸۱)؛ لحظه‌های ناب زندگی «راز شادمانی واقعی را پیدا کنید». ترجمه‌ی شهرزاد لولاچی، تهران، ناشر اوحدی.

۶. عابدی، حمیدرضا، میرشاه‌جعفری، سید ابراهیم و لیاقتدار، محمدجواد. (۱۳۸۵)؛

هنجاریابی پرسش‌نامه‌ی شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه‌های اصفهان، فصل‌نامه‌ی اندیشه و رفتار، سال دوازدهم، شماره‌ی ۲، ۱۰۰-۹۵.

۷. علی‌پور، احمد. و نوربالا، احمدعلی. (۱۳۷۸)؛

بررسی مقدماتی و پایایی و روایی پرسش‌نامه‌ی شادکامی آکسفورد در دانشگاه‌های تهران، فصل‌نامه‌ی اندیشه و رفتار، سال پنجم، شماره‌ی ۱ و ۲، ۶۴-۵۵.

۸. علی‌پور، احمد، نوربالا، احمدعلی، اژه‌ای، جواد و مطیعان، حسین. (۱۳۷۹)؛ شادکامی و عملکرد ایمنی بدن، مجله‌ی روان‌شناسی، سال چهارم، شماره‌ی ۳، ۲۳۳-۲۱۹.

۹. کرمی‌نوری، رضا؛ مکرری، آذرخش؛ محمدی‌فر، محمد و یزدانی، اسماعیل، (۱۳۸۱)؛ مطالعه‌ی عوامل مؤثر بر احساس شادی و بهزیستی در دانشجویان دانشگاه تهران،

مجله‌ی روان‌شناسی و علوم تربیتی، سال سی‌ودوم، شماره‌ی ۱، ۳۱-۳.

۱۰. گروسی فرشی، میرتقی؛ مانی، آرش و بخشی‌پور، عباس. (۱۳۸۵)؛ بررسی ارتباط بین ویژگی‌های شخصیتی و احساس شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه تبریز، فصل‌نامه‌ی علمی-پژوهشی

روان‌شناسی دانشگاه تبریز، سال اول، شماره‌ی ۱، ۱۵۸-۱۴۲.

۱۱. مظفری، شهباز و هادیان‌فرد، حبیب. (۱۳۸۳)؛ مروری بر شادمانی و هم‌بسته‌های آن، فصل‌نامه‌ی حوزه و دانشگاه، سال دهم، شماره‌ی ۴۱، ۱۰۵-۸۲.

۱۲. میرشاه‌جعفری، ابراهیم؛ عابدی، محمدرضا و دریکوندی، هدایت‌الله. (۱۳۸۱)؛ شادمانی و عوامل مؤثر بر آن، فصل‌نامه‌ی تازه‌های علوم شناختی، سال چهارم، شماره‌ی ۳، ۵۷-۵۰.

۱۳. میرشاه‌جعفری، ابراهیم؛ عابدی، محمدرضا

و لیاقتدار، محمدجواد. (۱۳۸۳)؛ شادمانی در دانشجویان علوم پزشکی اصفهان: میزان و عوامل مؤثر بر آن، فصل‌نامه‌ی طب و تزکیه، شماره‌ی ۵۴، ۲۳-۱۵.

۱۴. نصوحی، محمود؛ احمدی، سید احمد و عابدی، محمدرضا. (۱۳۸۳)؛ رابطه‌ی بین میزان شادمانی و عوامل آموزشی دانشجویان دبیرستانی، فصل‌نامه‌ی دانش و پژوهش در روان‌شناسی، شماره‌ی نوزدهم و بیستم، بهار، تابستان، ۵۰-۳۳.

15. Alavi, H. R. (2007).

**Correlatives of happiness in the university students of Iran.** Journal of Religion and Health, 10, 1007-1017.

16. Astin, A. W., Korn, W. S., & Riggs, E. R. (1993). **The American freshman.** University of Higher Education Research.

17. Buss, D. M. (2000). **The evolution of happiness.** American Psychologist, 55, 15, 5-30.

18. Inglehart, R. (1990). **Culture shift in advanced industrial society.** Princeton University Press.

19. Lyubomirsky, S., King, L., Diener, E. (2005). **The Benefits of frequent positive Affect: Does Happiness Lead to success?** Psychological Bulletin, 131(6) 803-855.

20. Michalos, A. C. (1991). **Global report on student well-being-newyork,** Springer-Verlage.

21. Seiffge-krenke, I., & Gallagher, T. (2008). **Does successful attainment of develop mental task lead happiness and success in later developmental tasks?** A test of Having hursts (1948) thses. journal of Adolescence, 31(1), 33-52.