

بررسی رابطه بین سبک هویتی دانشجویان با شادی و ارائه راهکارهای عملی برای ارتقای شادی دانشجویان[□] (مطالعه موردی: دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران)

حسین خنیفر^۱
حامد بردبار^۲
فریبا فروغی قمی^۳

چکیده

هدف از انجام این پژوهش، بررسی رابطه بین سبک هویت افراد با شادی آنان بوده است. **روش:** روش تحقیق مورد استفاده توصیفی از نوع تحقیقات همبستگی است. جامعه مورد مطالعه، تمام دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران بودند. با توجه به نمونه مورد مطالعه، ۹۰ پرسشنامه توزیع شد که ۷۸ پرسشنامه در تحلیل‌ها مورد استفاده قرار گرفت. نمونه‌های آماری به روش نمونه‌گیری تصادفی انتخاب شدند. **یافته‌ها** نشان داد که بین هویت، هویت اطلاعاتی، هنجاری و تعهدی با شادی ارتباط معنی‌دار مثبت وجود دارد. همچنین بین هویت هنجاری و شادی، ارتباط معنی‌داری پیدا نشد. **نتیجه‌گیری:** تقویت برون‌گرایی دانشجویان، کاهش خودمحوری، تقویت هم‌نوایی در حد متوسط، دستیابی به استقلال عاطفی و گرایش به مسئولیت‌پذیری، راهکارهایی هستند که سبک‌های هویتی و شادی را تقویت می‌نمایند.

واژگان کلیدی: شادی، هویت، هویت اطلاعاتی، هویت هنجاری، هویت اجتنابی، هویت تعهدی.

□ دریافت مقاله: ۹۰/۰۷/۰۵؛ تصویب نهایی: ۹۰/۱۲/۱۵

۱. دکترای مدیریت و برنامه‌ریزی، دانشیار پردیس قم دانشگاه تهران / Email:hkhanifar@yahoo.com

۲. کارشناس ارشد مدیریت دولتی پردیس قم دانشگاه تهران (نویسنده مسئول) / آدرس: قم، ۲۴ متری آیت الله کاشانی، کوچه شماره ۳۲، دوازده متری شهید

چمران، بن بست شهید بیات، پلاک ۴۴۱ / شماره: ۰۲۵۱۶۱۶۶۱۲۶ / Email:ha_bordbar@yahoo.com

۳. کارشناس ارشد مدیریت / Email:fariba_foroghi_2011@yahoo.com

■ مقدمه

هویت، یکی از مفاهیم روان‌شناختی تحولی است که طی دوره رشد شکل می‌گیرد و در دوره نوجوانی نمود واقعی و عینی پیدا می‌کند. هویت به عنوان یک سازه مهم و تأثیرگذار شخصیتی، با شادی ارتباط دارد. هویت عبارت است از: معنا بخشیدن به خود و ایجاد وحدت بین تجارب خود در گذشته، حال و آینده. هویت، رکن مهم بسیاری از رفتارهای انسان است که می‌تواند به آن جهت بدهد؛ یعنی به واسطه هویت افراد، می‌توان رفتارهای انسان را تحلیل و بررسی کرد. یکی از این رفتارها، شادی است. شادی و شادکامی به عنوان رفتاری انسانی، یکی از مفاهیم بنیادین در روان‌شناسی مثبت گراست.

«شادکامی» از مهم‌ترین نیازهای روانی بشر است که به طور عمده از سبک هویتی افراد تأثیر می‌پذیرد. سبک هویتی افراد، باعث می‌شود افراد شادمانی متفاوتی داشته باشند. هر میزان که شادی افراد بیشتر باشد، حالت روانی مثبت در افراد پدید می‌آید که باعث می‌شود فرد احساس معنی‌داری زندگی کند و زندگی با نشاطی داشته باشد. پرسش اساسی که باعث شکل‌گیری این تحقیق شد، این است که آیا سبک هویتی می‌تواند بر شادی افراد اثرگذار باشد؟ هر چند بررسی‌های مختلفی در خصوص عوامل تأثیرگذار بر روی شادی صورت گرفته، اما تا کنون تحقیقی در خصوص بررسی این رابطه، صورت نگرفته است.

آدمی در دوران رشد خود، ایستگاههای رشد را طی می‌کند. به نظر بسیاری از صاحب‌نظران مانند پیائره، گزل، والن و ...، مهم‌ترین دوره مؤثر در حیات فرد، دوران کودکی و دوران تحصیل است (منصور، ۱۳۷۵، ص ۵۰-۲۵). از طرفی نیز هویت‌یابی فرد، در دوران کودکی و جوانی، آمیخته به تأثیرات محیطی و به خصوص فضاهای شاد و مفرح است. به همین دلیل، نهضت‌های مختلفی از روان‌شناسان و ارباب‌تعلیم و تربیت در این زمینه قلم‌فرسایی کرده‌اند. اگر این اتفاق در این دو دوره حاصل شود، تمام دوره‌های دیگر عمر را تحت تأثیر قرار می‌دهد. به عنوان مثال، اغلب افراد توانمند یا دارای موفقیت‌های متعدد، از دوره کودکی و جوانی و تحصیل در ادبیات شفاهی و گفتاری‌شان استفاده فراوانی می‌کنند و گویی هویت‌یافتگی فعلی خود را مدیون این دو دوره می‌دانند. این مهم امروزه تحت عناوین روان‌شناسی کودک و روان‌شناسی نوجوانی و هویت، مطرح و اغلب روان‌شناسان بهای زیادی به آن می‌دهند؛ تا جایی که به برخی از استادان دانشگاه سفارش می‌کنند در کنار تدریس، ساعاتی را به انتقال تجارب و تعامل عاطفی و معنایی با دانشجویان، که زنان و مردان فردای جامعه هستند، بگذرانند. در این مقاله سعی شده است به این مقوله‌ها به صورت تخصصی و تحلیلی پرداخته شود.

■ بیان مسئله

هویت به عنوان مفهوم و سازه‌ای چند بُعدی (مغانلو و همکاران، ۱۳۸۷، ص ۸۰) یکی از محورهای اصلی منازعات فکری بین مدرنیست‌ها و سنت‌گراهاست. هویت، موضوع هیچ فرد یا جامعه خاصی نیست، بلکه موضوعی جهانی است. استوارت هال می‌گوید: «من به پرسش هویت باز می‌گردم؛ چرا که پرسش هویت به سوی ما بازگشته است» (هال، ۱۳۸۳، ص ۳۲۰). هویت افراد جامعه بدان جهت مهم است که موضوعاتی چون: نوستالژی هویتی، بحران هویتی و منازعات ناشی از بنیادگرایی هویتی، بخشی از نیروی سیاست‌گذاران جوامع را به خود اختصاص داده است (صدیق سروستانی، ۱۳۸۸، ص ۳۶). این موارد نشان می‌دهد که هویت پدیده‌ای چند بُعدی است که بر بسیاری از رفتارهای انسانی تأثیرگذار است. شکل‌گیری هویت به عنوان یک رویه مهم شخصیتی، در اواخر نوجوانی تحکیم می‌یابد و تحکیم آن، مؤید پایان کودکی و شروع بزرگسالی است.

یکی از رفتارهای متأثر از هویت انسانی، شادی است. شادی از عوامل زیادی تأثیر می‌پذیرد. شخصیت افراد از جمله عواملی است که بر شادی اثرگذار است. اما تأثیر سبک هویت افراد بر شادی، مقوله‌ای است که تا کنون بررسی نشده است. در این تحقیق در پی بررسی رابطه بین سبک‌های هویتی با شادی هستیم.

■ اهداف تحقیق

۱. بررسی رابطه بین سبک‌های سه‌گانه هویت (هویت اطلاعاتی، هنجاری، اجتنابی و تعهدی) و مقوله شادی بین دانشجویان.
۲. تغییرات الگوی مفهومی بر اساس یافته‌های تحقیق و آزمون فرض و استخراج الگوی نهایی.

■ فرضیه اصلی

بین سبک هویت و مقوله شادی در دانشجویان رابطه معنی‌دار وجود دارد.

■ فرضیات فرعی

۱. بین سبک هویت اطلاعاتی و مقوله شادی رابطه معنی‌دار وجود دارد.
۲. بین سبک هویت هنجاری و مقوله شادی رابطه معنی‌دار وجود دارد.
۳. بین سبک هویت اجتنابی و مقوله شادی رابطه معنی‌دار وجود دارد.
۴. بین سبک هویت تعهدی و مقوله شادی رابطه معنی‌دار وجود دارد.

▪ شادی در قرآن

دیدن چهره‌های غمگین، افسرده، عصبانی و عبوس مربوط به این دوران و دوران گذشته نیست و دنیای بدون غم، خشم و نفرت و آکنده از مهربانی و شادی، آرزویی است که ریشه در خلقت و نهاد آدمی دارد. شادی، این معجزهٔ درونی، گره‌گشای بسیار از رنج‌هاست. شادی از ملزومات روح انسان و از امور بدیهی و نیاز طبیعی هر انسانی است. شادی، احساس مثبتی است که زندگی و کار را شیرین می‌کند و سلامتی روحی، روانی و جسمانی را برای افراد به ارمغان می‌آورد. اسلام همچنان که در آیات قرآن و احادیث نقل شده از پیامبر اسلام (ص) و ائمهٔ معصومین (ع) آمده است، دین شادی، نشاط و سرزندگی است. در ادامه به واژه کاوی شادی در قرآن و آیات و روایات مرتبط با این موضوع خواهیم پرداخت.

شادی و نشاط در قرآن کریم، اغلب با الفاظی همچون: فَرِحَ، فَرِحُوا، تَفَرَّحَ، تَفَرَّحُوا، يَفْرَحُ، فَرِحُونَ و فَرِحِينَ آمده است. «شادی» واژه‌ای فارسی و معادل عربی آن «فرح» است. فرح، ۲۲ بار در قرآن به طور مطلق و مقید به کار رفته است (کمیلی، ۱۳۸۶، ص ۱۳). همچنین در قرآن کریم واژه «بهج» و مشتقات آن: سه بار، «حبر» و مشتقات آن: دو بار، «ضحک» و مشتقات آن: ۱۰ بار (روحانی، ۱۳۷۲، ج ۱، ص ۴۷۸-۳۸۴)، «سرور» و مشتقات آن: دو بار، «تبسم»: یک بار (همان، ج ۲، ص ۸۵۲-۴۸۴) و «لذت» و مشتقات آن: دو بار تکرار شده است (همان، ج ۳، ص ۱۲۸۱). با وجود تفاوت‌های معنایی جدی شادی با واژگانی چون: بهجت، سرور، فرح، حبر، ضحک، تبسم، مرح، بطر و لذت، اما این واژگان مترادف با شادی در نظر گرفته می‌شود و با واژگانی چون: حُزن، بُكاء، عبس، متضاد است. بهجت در انسان، به معنای گشوده شدن صورت و ظهور فرح است. سرور اشاره به فرح داشته، فرح نیز نقیض حزن است. حبر نیز به معنای اثر نیکوست. ضحک دال بر ظاهر شدن دندانها بر اثر فرح است. تبسم نیز به معنای خندهٔ جزئی و بدون صدا و بهترین نوع خنده است. مرح نیز به معنای شدت فرح و توسعه در آن است. بطر نیز به معنای تجاوز از حد در مرح معنا شده است (زارعی متین و حقگویان، ۱۳۹۰، ص ۱۵-۱۴). در ادامه به آیاتی از قرآن که در آنها به بررسی مقولهٔ شادی پرداخته شده است، اشاره می‌شود. در جدول ۱ برخی از آیات در این خصوص ذکر شده است.

جدول ۱: آیات مرتبط با شادی

سوره	آیه	متن	ترجمه
نجم	۴۳	وَ أَنَّهُ هُوَ أَضْحَكَكَ وَ أَبْكَى	اوست که می خنداند و می گریاند.
توبه	۸۲	فَلْيَضْحَكُوا قَلِيلًا وَلْيَبْكُوا كَثِيرًا	از این پس کم بخندند و به جزای آنچه به دست می آورند، بسیار بگریند.
روم	۴	يَوْمَئِذٍ يَفْرَحُ الْمُؤْمِنُونَ بِنَصْرِ اللَّهِ	در آن روز مؤمنان از یاری خدا شاد و خرسند می شوند.
حدید	۲۳	لِكَيْلًا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَ لَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ	تا به آنچه که از دست می دهید تأسف نخورید و آنچه به دست می آورید، شادمان نشوید.
یونس	۵۷	يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَ تَكْوَم مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَ شِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَ رَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ	بگو به فضل و رحمت خداست که مؤمنان باید شاد شوند و این از هر چه گرد می آورند، بهتر است.
مطففین	۳۱-۳۲	وَ إِذَا انْقَلَبُوا إِلَىٰ أَهْلِهِمْ انْقَلَبُوا فَكِهِينَ وَ إِذَا رَوَّعَهُمْ قَالُوا إِنَّ هَؤُلَاءِ لَضَالُون	و هنگامی که نزد خانواده های خود باز می گشتند، به شوخ طبعی می پرداختند و چون مؤمنان را می دیدند، می گفتند: اینها جماعتی گمراهند.
توبه	۸۱	فَرِحَ الْمُخَلَّفُونَ بِمَقْعَدِهِمْ خِلَافَ رَسُولِ اللَّهِ	برجامانگان، به نشستن خود پس از رسول خدا شادمان شدند.
زخرف	۴۷	فَلَمَّا جَاءَهُمْ بَأْيَاتِنَا إِذَا هُمْ مِنْهَا يَضْحَكُونَ	چون آیات ما را بر آنها آورد، او را مسخره کردند و خندیدند.
قصص	۷۶	لَا تَفْرَحْ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْفَرِحِينَ	این همه شادی مغرورانه مکن که خداوند شادی کنندگان مغرور را دوست نمی دارد.

▪ شادی در احادیث

خداوند سرسلسله آفرینش، حضرت محمد(ص) را با عبارت «إِنَّكَ لَعَلَى خُلُقٍ عَظِيمٍ» (قلم، آیه ۴) ستوده و او را نمونه اخلاقی والای الهی دانسته و بدخلقی، خمودی، تندی در گفتار، رفتار و کردار را از او به دور می‌داند. رأفت، مهربانی و نرمی در زندگانی آن حضرت موج می‌زند و حتی با اصحاب خود مزاح می‌کردند. هر گاه یکی از اصحاب را غصه‌دار و اندوهناک می‌دیدند، با مزاح کردن، او را مسرور و خرسند می‌ساختند و می‌فرمودند: «خداوند کسی را که با تشرویی با برادران خود روبه‌رو شود، دشمن می‌دارد». (لقمانی، ۱۳۸۶، ص ۵۹-۵۸)

اصحاب و شیفتگان رسول اکرم(ص)، حالت تعادل آن حضرت را در زندگی روزمره نسبت به شادی و تفریح این‌گونه ترسیم کرده‌اند: «رسول خدا(ص) صاحب اخلاقی نرم و لطیف، طبیعتی کریم و بخشنده، معاشرتی نیکو و زیبا، سیمای گشاده و روشن و چهره‌ای دارای تبسم ولی بدون خنده بود که در نهان وجود خود محزون بود، اما هیچ‌گاه در چهره خود عبوس نبود». (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۳، ص ۲۰۸). از امام رضا(ع) نقل شده است: «کسی که از مؤمنی دلجویی نموده، قلب او را شادمان سازد، پروردگار بزرگ در روز قیامت، وی را از اندوه راحت می‌سازد». همچنین فرمودند: «فردی که غصه و اندوهی از ناراحتی‌های دنیا از وجود برادر خداجوی خود بزدايد و او را راحت و شادمان سازد، خداوند مهربان هفتاد اندوه و غم از غمهای آخرت را از چهره او پاک می‌کند». (همان، ج ۷۴، ص ۳۲۱)

حضرت علی(ع) می‌فرمایند: «شادمانی، موجب انبساط روح و مایه وجد و نشاط می‌شود» (محمدی ری شهری، ۱۳۸۰، ج ۴، ص ۴۳۶). همچنین آن حضرت می‌فرمایند: «شادی مؤمن، به طاعت پروردگارش می‌باشد و حزنش بر گناه و عصیان است» (همان، ص ۴۳۷).
امام صادق(ع) نیز در خصوص شادی می‌فرمایند: «شادی به سه خصلت است: وفاداری، رعایت حقوق دیگران و ایستادگی در گرفتاری‌ها و مشکلات». (مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۷۸، ص ۲۳۷)

▪ شادی در کلام بزرگان

همچنان که شادی در نظام ارزشی می‌تواند راهنمایی درست در تشخیص درست مفهوم شادی داشته باشد، تعاریف بزرگان در مورد شادی نیز گرانمایه‌ترین منبع بدین منظورند و باعث می‌شوند نگرش درست و صحیحی نسبت به شادی پیدا کنیم. ارسطو معتقد است شادمانی عبارت است از پروراندن عالی‌ترین صفات و خصایص انسانی (لقمانی، ۱۳۸۶، ص ۷۱). او می‌گوید: مردم عادی لذت را شادی می‌دانند. افراد موفق، شادی

بررسی رابطه بین سبک هویتی دانشجویان با شادی و ... ♦ ۲۹

را مساوی با عملکرد خوب می‌دانند و دانشمندان، زندگی متفکرانه را معادل شادی به شمار می‌آورند. (امیرحسینی، ۱۳۸۳، ص ۳؛ آیزنک، ۱۳۷۵، ص ۱۱)

بود، در مورد شادی چنین می‌گوید: اشکهای دیگران را تبدیل به نگاه پر از شادی کردن، بهترین شادی‌ها و خوشبختی‌هاست. کنفسیوس، معتقد است: سه گونه شادی مایه خوشبختی و سه گونه دیگر مایه بدبختی است: شادی از تسلط بر نفس به وسیله تربیت و هنر، شادی از گفتگو درباره فضایل دیگران و شادی از دوست داشتن دوستان لایق و نیک‌سیرت، مایه نیکبختی و سودبخش است. اما شادی از مال و جاه، شادی از تنبلی و سرگردانی و شادی از شکم‌پرستی، زیانبار و مایه بدبختی است. وینه، بر این باور است که اندوه، مرگ روح است و خنده و شادی، زندگی و حیات آن (لقمانی، ۱۳۸۶، ص ۷۲). در جدول ۲ سایر تعاریف بزرگان در خصوص شادی ذکر شده است.

جدول ۲: تعاریف شادی (همان، ص ۷۴-۷۲)

دانشمند	تعریف
ناپلئون	شادمانی؛ نیرو و استعدادهای درونی خود را به کمال، نشو و نما دادن و کامل شدن است.
دیکنز	هر قدر می‌توانی شاد زندگی کن و هرگز فکر بهبودی به مغز راه نده؛ چون سلامتی ات تباہ می‌شود.
لقمان	هیچ مالی چون تندرستی نیست و هیچ نعمتی چون دلخوشی و شاد زیستن.
شکسپیر	شادمانی در خانه‌ای است که مهر و محبت در آن مسکن دارد.

استاد مطهری، بهترین تعریف از شادی را ارائه داده است: «سرور، حالت خوش و لذت بخشی است که از علم و اطلاع بر اینکه یکی از هدفها و آرزوها انجام یافته است، به انسان دست می‌دهد و غم و اندوه حالت ناگوار و دردناکی است که از اطلاع بر انجام نشدن یکی از هدفها و آرزوها به انسان دست می‌دهد» (مطهری، ۱۳۶۶، ص ۶۶). بنابر این تعریف، سرور و اندوه، حالت‌های خاصی از لذت و رنجند. لذت و رنج گاهی در اثر برخورد مستقیم با عامل خارجی دست می‌دهد؛ مانند حالت خوشی که از خوردن غذای مطبوع به دست می‌آید یا حالت ناخوشی که در اثر ضربه خوردن عضوی از اعضای بدن برای انسان پیدا می‌شود. (اکبری، ۱۳۸۰، ص ۲۴)

▪ واژه‌کاوی شادی

شادی^۱ به عنوان مهم‌ترین عامل سلامت روانی، از بنیادی‌ترین مفاهیم مطرح در روان‌شناسی مثبت‌گرا^۲ است (صفری شالی، ۱۳۸۷، ص ۵۸). شادی، واژه‌ای فارسی به معنای خوشحالی، خوشی و خرمی، خوشرویی و تازه‌رویی (دهخدا، ۱۳۷۷) و خوشنودی (عمید، ۱۳۶۲) است و چندین واژه مترادف با مضمونی مشابه دارد؛ همچون: بهجت، سرور، فرح، حبر، ضحک، تبسم، لذت، نصر، بشارت، بطر و مرح. شادی در کنار تعجب، ترس، خشم، تنفر و غم، احساسات اصلی انسان را تشکیل می‌دهند. (Suzuki & et.al, 2006, P.196)

در دهه گذشته، پژوهشگرانی چون: آرگیل، آیزنک و مایرز، پژوهشهای زیادی در خصوص جنبه‌های مختلف شادی انجام داده، آن را بر اساس زیستی- روان‌شناختی، زیستی- روانی و زیستی- ذهنی تعریف کرده‌اند (مغانلو و همکاران، ۱۳۸۸، ص ۲۹۱). لینارد^۳، شادی را به عنوان حس خوب و لذت از زندگی تعریف می‌کند. شادی به عنوان مفهومی کلی، رضایت کامل و مداوم از زندگی است (Bagheri, 2010, P.1559).

جدول ۳: اجزای اصلی شادی (Stewart & et.al, 2010, P.845)

فراوانی درجه احساس مثبت و لذت بردن	اجزای شادی
عدم وجود احساسات منفی مانند افسردگی یا اضطراب	
سطح متوسط رضایت	

جدول ۳، سه جزء اصلی شادی را نشان می‌دهد. دو مورد اول، نشان‌دهنده جنبه‌های هیجانی و مورد آخر، بیانگر جنبه شناختی است (Ibid, P.845). مؤلفه‌های هیجانی، بیشتر به حالت‌هایی مانند خندیدن، شوخ‌طبعی و تعادل میان هیجانهای مثبت و منفی دلالت دارد و مؤلفه شناختی، بیشتر بر رضایت از زندگی تأکید دارد (Seligman, 2002; Argyle, 2001). نظریه‌های حوزه هیجانی، شادی را همراه با حالات روانی و احساسات یک فرد تعریف کرده‌اند. در این چارچوب، های‌بورن، جزء دومی را با عنوان «گرایش حالت»^۴

1. Happiness

2. Positive Psychology

3. Lynard

4. Mood Propensity

۳۱ ♦ بررسی رابطه بین سبک هویتی دانشجویان با شادی و ...

بیان کرده که به معنی تمایل افراد برای تجربه حالات روانی مختلف است و می‌تواند در شرایط مختلف، متفاوت باشد. (Haybron, 2010, P.19)

نظریه شناختی بر این عقیده است که افراد شاد، بهتر از سایرین، پدیده‌ها را تجربه می‌کنند؛ بدین معنا که آنها پدیده‌های خنثی را مثبت و حتی مثبت‌تر در نظر می‌گیرند (Bagheri, 2010, P.1559). چنین فردی، منابع روزمره را طوری تعبیر و تفسیر می‌کند که خوش‌بینی را در پی داشته باشد (گروسی فرشی، ۱۳۸۵، ص ۱۴۵). با این رویکرد، شادی، موضوعی تجربی است. در حقیقت؛ افراد به میزانی شاد هستند که شاد بودن خود را باور دارند. (Rego & et.al, 2010, P.2)

ویزهاون، شادی را چنین تعریف کرده است: «شادی به درجه و میزانی از احساس، اطلاق می‌شود که شخص درباره مطلوبیت کیفیت کل زندگی خود قضاوت می‌کند» (Veenhoven, 1984). به عبارتی؛ شادی به این معناست که فرد به چه میزان زندگی خود را دوست دارد. شادی حالت ذهنی یا احساسی است که از طریق لذت و خشنودی مشخص می‌شود. لذت و خشنودی برای بسیاری از مردم هدفی مهم محسوب می‌شود و سازمان بهداشت جهانی به طور فزاینده‌ای بر موضوع شادی به عنوان جزئی از سلامت تأکید می‌کند. (Lin & et.al, 2010, P.1083)

در مباحث اخیر شادی، این ادعا رایج شده که: شاد بودن، به معنی داشتن نگرشهای مثبت در زندگی است. این نگرش در بر گیرنده قضاوت شما درباره این موضوع است که زندگی تان متناسب با استانداردهایی است که در نظر داشتید و همچنین شامل احساس رضایت شما از زندگی (Weise, 2010, P.553). شادی صرف نظر از چگونگی کسب آن، می‌تواند سلامتی جسمانی را بهبود بخشد. افراد شاد، احساس امنیت بیشتری کرده، آسان تصمیم می‌گیرند، روحیه مشارکتی بیشتری دارند و نسبت به کسانی که با آنها زندگی می‌کنند، بیشتر احساس رضایت می‌کنند.

اگر چه بیشتر پژوهشهای محققان، پیرامون شادی بر عوامل جمعیت‌شناختی و دیگر متغیرهای اجتماعی-اقتصادی تمرکز کرده‌اند، اما پژوهشهای کنونی، شادکامی را برآمده از ویژگی‌های شخصیتی افراد می‌دانند (مغانلو و همکاران، ۱۳۸۸، ص ۲۹۱). روان‌شناسان معتقدند، شخصیت و وراثت، دو عامل اساسی در شادی انسانند و حتی شخصیت، بیش از عوامل دیگر در تعیین سطح شادی آنها اهمیت دارد؛ بدین معنی که افراد با ویژگی‌های شخصیتی و هویتی مختلف، شادی متفاوتی را احساس می‌کنند و میزان شادی از یک فرد به فرد دیگر می‌تواند تفاوت کند.

▪ واژه‌کاوی هویت

مفهوم «هویت» توسط اریکسون^۱ مطرح شد^۲. به نظر او، هویت، احساسی عینی از تمامیت درونی را فراهم می‌آورد و به عنوان بافت تفسیرگری تعریف، عمل می‌کند که در آن به پرسشهایی درباره مقصود و معنی زندگی پاسخ داده می‌شود. در صورتی که نوجوان با اطمینان از خود، درک کند که از دیگران متمایز و جداست، در حد معقولی دارای ثبات رأی و یکپارچگی است، در طول زمان تداوم دارد و خود را شبیه تصویری بداند که دیگران از او دارند، به احساس هویت کاملی از خود دست می‌یابد. (حجازی، ۱۳۸۵، ص ۱۶۸)

راتانسی و فونیکس^۳، با رویکردی پسامدرنی نسبت به هویت، آن را غیر متمرکز، پویا، متعدد، وابسته به بافت، نسبی، سیال و چند بخشی می‌دانند. هویت، سطح مفهومی بالایی است که کوشش می‌کند مؤلفه‌های جدا از هم را به صورتی پر معنا و قابل درک، وحدت بخشد و سازمان دهد. ساختار هویت، به خصوص مفروضه‌های ضمنی، معیارها و تعهدات ارزشی که «هسته سخت»^۴ آن را ایجاد می‌کنند، احساسی از یگانگی و تداوم خود را برای افراد فراهم آورده، به عنوان یک «دیدگاه شخصی»^۵ در دنیای پسامدرن عمل می‌کنند (همان، ص ۱۶۹-۱۶۸). هویت به معنای تشخص، هستی و وجود و آنچه موجب شناسایی شخص باشد، همچون شخصیت یا کیفیت، بیانگر ویژگی‌های هر فرد یا پدیده است. هویت، وابسته لاجرم هر چیزی است که وجود دارد. صدرالمتألهین، هویت هر موجود را نحوه خاص وجود او می‌داند و می‌گوید: در انسان، هویت واحده است که متشأن به شئون مختلف می‌شود. افراد انسانی را مشخصاتی هست که به واسطه آنها، هر یک از دیگری متمایزند و تا آخر عمر، وحدت شخصیت در آنها باقی است و به آن هویت گویند. (حجت، ۱۳۸۴، ص ۵۷)

جامعه‌شناسان هویت را این گونه تعریف می‌کنند: «هویت به عنوان سازه‌ای که در روابط بین شخصی ساخته می‌شود، درک می‌شود نه به عنوان احساس تعلق کردن در چارچوب فردیت شخصی. هویت، یک سازه اجتماعی است که به طور اجتماعی تثبیت می‌شود و از زندگی اجتماعی روزمره مردم بیرون

1. Erikson

۲. بنا بر نظر اریکسون، تشنگل و تحول شخصیت در هشت مرحله از کودکی تا پیری تحقق می‌پذیرد و انسان در تعامل با واقعیت بیرونی، دید خود را نسبت به جهان توسعه می‌بخشد. این تعامل در دوره نوجوانی از اهمیت خاصی برخوردار است؛ به گونه‌ای که نوجوان می‌کوشد تفسیری عقیدتی به دست بیاورد. بدون این تفسیر، نوجوان نمی‌تواند تجارب متناسب با ظرفیتهای خود را توسعه دهد. اریکسون علاوه بر هویت فردی، بر هویت گروهی نیز تأکید داشت. (رحیمی‌نژاد، ۱۳۸۰، ص ۴۷۸)

3. Rattansi and Phoenix

4. Hard Core

5. Personal Stand Point

۳۳ **◆** بررسی رابطه بین سبک هویتی دانشجویان با شادی و ...

می‌آید» (Lawer, 2008, P.8). هویت در مکاتب مختلف، معانی متفاوتی دارد. در جدول ۴، تعاریف و عوامل زیربنایی هر کدام از مکاتب بیان شده است.

جدول ۴: تعاریف و مفاهیم مرتبط با هویت در تفکر غرب و اسلامی (بمانیان و همکاران، ۱۳۸۹، ص ۴۲-۴۱)

عوامل زیر بنایی هویت	تعاریف	نظریه پردازان	مکاتب					
ذاتی بودن و عقلاتی بودن زیربنای هویت، تغییرات کند هویت	اساس هویت را وجود تشکیل می‌دهد و لازمه هویت داشتن، ارائه اثری بدیع و خلاق توسط هنرمند است	هوسرل	پدیدار شناسی	فلسفی				
					دانش زیربنای هویت	هویت به مثابه یک زبان است و محدود به حدود زبانی و بیانی ماست.	ساول و کرییکی	تحلیل زبان
					عدم اعتقاد به هویت	ضدیت با هویت و پایداری	دریدا	شالوده‌شکنی
لاپه‌های درونی و باطنی انسان شکل دهنده هویت	تأکید بر جنبه‌های ناخودآگاه و باطنی هویت که مربوط به روان انسان است.	فروید	روان شناسی					
هویت جمعی	تأکید بر هویت جمعی و رابطه آن با هویت فردی	نولان و لنسکی	جامعه‌شناسی					
دانش زیربنای هویت	تعریف ماهیت شیء به طوری که بر همه ویژگی‌ها قابلیت تعمیم داشته باشد.	ابن سینا	فلسفه مشاء	فلسفی				
فطرت زیربنای هویت	ادراک هویت از طریق ادراک مفاهیم فطری با شناخت حضوری	سهروردی	فلسفه اشراق					
معنویت زیربنای هویت	وابستگی هویت به ذات الهی و جلوه و جمال تجلی او	شبستری	عرفان					
فطرت و معنویت ریشه مشترک هویتها	تأکید بر اصالت و اثبات هویت، اتحاد علم، عالم و معلوم، تأکید بر تحرک و پویایی و توسعه در هویت	صدرالمآلهین، امام خمینی، شهید مطهری	حکمت متعالیه					

هویت در معنای کلی، دارای دو جنبه کالبدی یا ظاهری و باطنی است و این دو جنبه را تنها از نظر ذهنی می‌توان از هم جدا کرد. جنبه کالبدی بیشتر جنبه حیوانی و ویژگی‌های کمی و کیفی آن را در بر می‌گیرد. اما هویت انسانی چیزی فراتر از کالبد و ظاهر هم دارد که در آغاز، بالقوه است و به تدریج بخش اصلی هویت را در بر می‌گیرد؛ در عین حال، شکی نیست که شکل نهایی هویت در رفتار انسانی، زاینده و برگرفته از تلفیق این دو جنبه است (نقره‌کار، ۱۳۷۸، ص ۴). منظور از هویت، «آیات و سنتهای رایج تاریخی نیست، بلکه هویت بازگشت به اشارتهاست که از نظر ادیان الهی، بازگشت به حق است» (ندیمی، ۱۳۷۸، ص ۱). ویژگی اصلی انسان نسبت به سایر موجودات، اراده و اختیار او در هویت‌سازی است. هویت انسان از اعلی‌علیین تا اسفل‌السافلین، شکل‌پذیر است و تنها عامل تعیین‌کننده، عزم و اراده و اخلاص او برای دستیابی به کمال است. (نقره‌کار، ۱۳۷۸، ص ۲۳)

شریعتی، در خصوص هویت معنوی انسان معتقد است که انسان، آهنگی است که خدا سروده است (بمانیان و همکاران، ۱۳۸۹، ص ۴۳). موجودی است برخاسته از طبیعت با ابعاد پیچیده مادی و معنوی. موجودی که با گستره دایره کشف و ادراکش از جهان هستی و فطرت و ذات خداگونه‌اش، همواره در مسیر جاودانگی، کمال و دستیابی به وصال ذات اقدس یگانه آفریدگار، گام بر می‌دارد؛ آفریدگاری که انسان را به مثابه موجودی مختار، آگاه، سازنده و خلاق، از نفس و روحی واحد، خلق فرمود و قلم ترسیم، چهره او را به دست خودش داد تا هر طور که می‌خواهد، ترسیم کند. (مطهری، ۱۳۸۷، ص ۳۴)

برزونسکی^۱ (۱۹۸۹) سه سبک پردازش هویت را مطرح می‌کند: سبک هویت اطلاعاتی^۲، سبک هویت هنجاری^۳، سبک هویتی مغشوش یا اجتنابی^۴. در سبک هویت اطلاعاتی، تمایل به بررسی راه‌حلهای چندگانه برای مسئله به منظور جستجوی چند جایگزین، قبل از متعهد شدن به یکی از آنهاست. کسی که دارای این نوع سبک هویتی است، در برقراری روابط بین فردی، سنجیده‌تر و بهتر عمل می‌کند؛ شکیبایی بیشتری نسبت به کسانی که عقایدی متفاوت با آنها دارد، نشان می‌دهد و نیاز کمتری به تأیید و تصدیق دیگران برای کسب اطمینان نسبت به خود دارد. همچنین این نوع افراد، مهارتهای مدیریت زندگی را می‌شناسند و از استقلال عاطفی برخوردارند. (حجازی و فرناش، ۱۳۸۵، ص ۱۶۹)

همچنین این افراد در مورد ساختار هویت خود، شکاک هستند و زمانی که با بازخوردهای ناهماهنگ روبه‌رو می‌شوند، تمایل به آزمون، تجدید نظر و انطباق ساختار هویت خود با اطلاعات و شرایط جدید

1. Berzonsky

2. Informative Style

3. Normative Style

4. Diffuses/Avoidant Style

بررسی رابطه بین سبک هویتی دانشجویان با شادی و ... ♦ ۳۵

دارند. این افراد، خودکاووشی فعال و منبع کنترل درونی دارند؛ دارای اهداف شغلی و تحصیلی روشن و مشخص هستند و در محیط تحصیلی از خودمختاری تحصیلی برخوردارند (آقاجانی حسین آبادی و همکاران، ۱۳۸۳، ص ۱۰). این سبک هویتی، منطبق بر منزلت هویت‌یافتگی مارشیا^۱ (۱۹۶۶) است.

سبک هویت هنجاری، متمایل به هم‌نوا شدن با انتظارات خانواده و اجتماع و درجه بالایی از تعهد به افراد مهم و استفاده از نظر آنهاست. افراد دارای سبک هویتی هنجاری، نسبت به افرادی که سبک هویتی اطلاعاتی دارند، شکیبایی و خودمختاری عاطفی کمتری دارند (حجازی و فرتاش، ۱۳۸۵، ص ۱۷۰). این افراد، ارزشها و عقاید را بدون ارزیابی آگاهانه می‌پذیرند و درونی می‌کنند، با گروه‌های مرجع هم‌نوازی زیادی دارند و در جستجوی تأیید و تصدیق دیگرانند. آنان به جستجوی اطلاعات نمی‌پردازند، مگر اینکه یک منبع معتبر آن را تأیید کند. مردان در مقایسه با زنان به اجتناب اجتماعی می‌پردازند، احساس خودکارآمدی اجتماعی کمتری دارند و کمتر از زنان در جستجوی حمایت و تأیید اجتماعی اند (آقاجانی حسین آبادی، ۱۳۸۳، ص ۱۱-۱۰). این سبک هویتی، منطبق بر سبک هویتی دنباله‌روی مارشیا (۱۹۶۶) است.

سبک هویتی اجتنابی، تمایل به تعلل و به تأخیر انداختن تصمیم‌گیری‌های شخصی و اجتناب از پرداختن به موضوع هویت دارد. این افراد، روابط ضعیفی با همسالان خود برقرار می‌کنند و روابط اجتماعی سطح پایینی از نظر صمیمیت، گشودگی و شکیبایی و اعتماد دارند (حجازی و فرتاش، ۱۳۸۵، ص ۱۷۰). این سبک هویتی، منطبق بر منزلت سردرگمی مارشیا (۱۹۶۶) است.

سبک‌های هویت بر اساس میزان تعهد و کاوشگری (اکتشاف) افراد قابل تمایزند. مارشیا بر اساس دو بُعد تجربه بحران‌زدگی و سرمایه‌گذاری روانی، در یک جدول دو موضعی، چهار منزلت^۲ هویتی را در جدول ۵ ارائه داده است. لازم به ذکر است افرادی که دارای سبک هویت اطلاعاتی و هنجاری بوده و به این نوع سبک تکیه دارند، تعهدات هویت قوی‌تر و روشن‌تری نسبت به افراد دارای هویت مغشوش و اجتنابی دارند.

1. Marcia

2. Status

جدول ۵: چهار منزل هویتی از نظر مارشیا (رحیمی نژاد، ۱۳۸۰، ص ۴۷۹)

تعهد اکتشاف	بلی	خیر
بلی	هویت یافتگی	بحران زدگی
خیر	دنباله روی	سردرگمی

▪ روش تحقیق

○ طرح تحقیق

راهبرد این پژوهش، پیمایشی و از دسته تحقیقات توصیفی است؛ چون به توصیف و مطالعه آنچه هست می‌پردازد. همچنین از نوع همبستگی است؛ چون به دنبال بررسی رابطه دو به دو متغیرهای موجود در تحقیق است. این تحقیق، به بررسی رابطه بین هویت اطلاعاتی، هویت هنجاری، هویت اجتنابی و هویت تعهدی با شادی می‌پردازد.

▪ قلمرو مکانی، زمانی و موضوعی

قلمرو مکانی، پردیس قم دانشگاه تهران؛ زمان اجرای طرح، بهار ۱۳۹۰ است و پرسشنامه‌ها به منظور مطالعه و بررسی رابطه بین سبکهای هویتی و شادی طراحی شده‌اند.

▪ جامعه آماری، نمونه آماری و روش نمونه‌گیری

جامعه آماری؛ متشکل از تمام دانشجویان پسر و دختر مقطع کارشناسی، کارشناسی ارشد و دکترای پردیس قم دانشگاه تهران است. شیوه نمونه‌گیری این تحقیق تصادفی است و چون تحقیق از نوع همبستگی می‌باشد، از فرمول ذیل استفاده شده است:

$$n = 3 + \frac{4c}{\left(\ln \frac{1+r}{1-r}\right)^2}$$

پس از محاسبات، عدد ۷۲ به عنوان تعداد نمونه به دست آمد. تعداد ۹۰ پرسشنامه توزیع و در نهایت، ۷۸ پرسشنامه جمع‌آوری شد. در این فرمول، $C = (Z\alpha/2 + Z1-\beta)$ ، $\alpha = 0/05$ و $\beta = 0/9$ است.

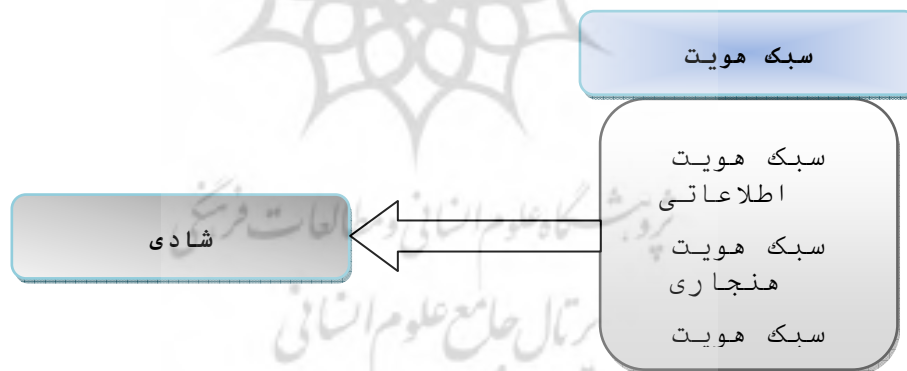
▪ ابزار جمع آوری داده‌ها و اطلاعات

الف) برای سنجش میزان شادی، از پرسشنامه آکسفورد که دارای ۲۹ سؤال است استفاده شده است؛ با این تفاوت که به منظور بومی‌سازی جامعه آماری، تنها ۲۰ سؤال آن برای سنجش شادی استفاده شد.

ب) ابزار مورد استفاده برای سنجش سبک هویت، پرسشنامه سبک‌های هویت^۱ است. این پرسشنامه اولین بار توسط برزونسکی (۱۹۸۴) ساخته شد و مجدداً توسط خود او مورد تجدید نظر قرار گرفت. پرسشنامه مزبور، ۴۰ سؤال دارد که ۱۱ سؤال آن در رابطه با سبک هویت اطلاعاتی، ۱۰ سؤال در ارتباط با سبک هویت معشوش، ۹ سؤال در ارتباط با سبک هویت هنجاری و ۱۰ سؤال نیز مرتبط با سبک هویت تعهدی است (حجازی و فرناش، ۱۳۸۵، ص ۱۷۲؛ آقاجانی حسین‌آبادی و همکاران، ۱۳۸۳، ص ۱۳؛ مغاللو و همکاران، ۱۳۸۷، ص ۸۴). پاسخ به گویه‌ها در مقیاس لیکرتی شامل کاملاً مخالف، تا حدودی مخالف، مطمئن نیستم، تا حدودی موافق و کاملاً موافق صورت می‌گیرد که به ترتیب نمره‌های یک تا پنج به هر گزینه اختصاص یافته است.

▪ الگوی مفهومی تحقیق

در الگوی مفهومی، سازه‌ها و ویژگی‌های شخصیتی مؤثر بر شادی ذکر شده است و استنباط این است که این چهار سبک هویتی بر شادی تأثیر گذارند. شکل ۱، الگوی مفهومی تحقیق را نشان می‌دهد.



شکل ۱: الگوی مفهومی تحقیق

▪ روایی^۱ و پایایی^۲ پرسشنامه

روایی و پایایی پرسشنامه سبکهای هویت در تحقیقات مختلف در جدول ۶ نشان داده شده است. این تحقیقات توسط محققان مختلف و در زمانهای مختلف صورت پذیرفته است.

جدول ۶: آلفای کرونباخ پرسشنامه سبکهای هویت (مغانلو و همکاران، ۱۳۸۷، ص ۸۵-۸۴)

آلفای کرونباخ				محقق، محققان	سال
کل	هویت اجتنابی	هویت هنجاری	هویت اطلاعاتی		
-	۰/۷۳	۰/۶۶	۰/۶۲	برزونسکی	۱۹۹۲
-	۰/۷۸	۰/۶۴	۰/۵۹	وایت، وامپلر و وین	۱۹۹۸
۰/۶۸	-	-	-	غضنفری	۱۳۸۳
-	۰/۶۶	۰/۶۰	۰/۷۷	فارسی نژاد	۱۳۸۳

روایی پرسشنامه طراحی شده، توسط جمعی از استادان، صاحب نظران و کارشناسان، پس از انجام اصلاحات مدنظر آنان، محرز شد. پس از توزیع یک نمونه ۳۰ تایی از پرسشنامه های شادی و سبک هویت در جامعه آماری، پایایی پرسشنامه سبک هویت برای کل تحقیق با آلفای ۰/۸۹۴ و پرسشنامه شادی با آلفای ۰/۹۴۱ مورد تأیید قرار گرفت. گفتنی است آلفای کرونباخ، هویت اطلاعاتی ۰/۶۶۹، هویت هنجاری ۰/۴۷۶، هویت اجتنابی ۰/۹۲۰ و هویت تعهدی ۰/۴۶۷ است.

▪ نتایج و یافته های تحقیق

بر اساس آماری توصیفی، ۶۰ درصد از نمونه آماری را زنان و ۳۹ درصد را مردان تشکیل می دهند. ۶۸ درصد از نمونه آماری را دانشجویان کارشناسی و ۳۲ درصد دیگر را دانشجویان کارشناسی ارشد تشکیل می دهند. جدول ۷، نتایج حاصل از آمار توصیفی را نشان می دهد.

1. Validity

2. Reliability

جدول ۷: فراوانی متغیرهای جمعیت‌شناختی

تحصیلات			جنسیت			
کارشناسی ارشد	کارشناسی	جمع	زن	مرد	جمع	
۲۵	۵۳	۷۸	۴۷	۳۱	۷۸	فراوانی
%۳۲	%۶۸	%۱۰۰	%۶۰	%۴۰	%۱۰۰	درصد

جدول ۸، آمار توصیفی مربوط به متغیرهای شادی و سبک هویت را نشان می‌دهد. میزان شادی دانشجویان از حد متوسط بالاتر است. با توجه به اینکه کسب نمره بیشتر در هر مقیاس، بیانگر گرایش به آن سبک هویتی است؛ بنابراین، سبک هویتی دانشجویان در درجه نخست، اطلاعاتی؛ سپس تعهدی و هنجاری و در نهایت نیز اجتنابی است؛ یعنی سبک هویتی غالب، سبک هویتی اطلاعاتی است.

جدول ۸: آمار توصیفی مربوط به متغیرهای تحقیق

متغیر آماری / مؤلفه	تعداد	کمینه	پیشینه	میانگین	انحراف معیار
شادی	۷۸	۳	۴.۶	۳.۷۲	۰.۵۲
هویت اطلاعاتی	۷۸	۳	۴.۲۵	۳.۶۹	۰.۴۴
هویت هنجاری	۷۸	۲.۸۹	۴.۵	۳.۵۱	۰.۴۳
هویت اجتنابی	۷۸	۱.۶	۴	۲.۸۷	۰.۸۲
هویت تعهدی	۷۸	۳	۴	۳.۵۹	۰.۳۸

همچنین جدول ۸ نشان می‌دهد که شادی از میزان متوسط بالاتر است. در خصوص نوع هویت دانشجویان باید گفت که کسب نمره (میانگین) بیشتر، نشان‌دهنده گرایش به آن سبک هویتی است. بنابر این، دانشجویان به ترتیب به سبک هویتی تعهدی، هنجاری، اطلاعاتی و اجتنابی گرایش دارند. در این میان، میزان گرایش دانشجویان به سبک هویت اجتنابی، از حد متوسط کمتر است. در این تحقیق، چون نمی‌دانیم کدام متغیر بر دیگری تأثیرگذار است، فرضیه آماری دارای جهت دوطرفه است. بنابر این، فرضیات آماری به شرح ذیل است. همچنین به دلیل اینکه داده‌ها کمی شده‌اند، بهترین ضریب همبستگی، پیرسن است.

$H_0: r = 0$ بین متغیرها، رابطه وجود ندارد.

$H_1: r \neq 0$ بین متغیرها، رابطه وجود دارد.

نتایج به دست آمده از جدول ۹ نشان می‌دهد که چون مقدار معنی‌داری و معیار تصمیم (P-Value) سبک هویت اطلاعاتی، هنجاری و تعهدی با شادی، کمتر از ۰/۰۱ است، ارتباط معنی‌داری بین آنها مشاهده می‌شود. بین سبک هویتی اطلاعاتی و شادی رابطه معنی‌داری (۰/۵۰۷) در سطح یک درصد، و بین سبک هویتی هنجاری و شادی، رابطه معنی‌داری (۰/۵۴۹) در سطح یک درصد و بین سبک هویتی تعهدی و شادی، رابطه معنی‌داری (۰/۴۴۲) در سطح یک درصد وجود دارد. جدول ۹ نشان می‌دهد افرادی که دارای سبک هویت هنجاری، اطلاعاتی و تعهدی هستند، از شادی بیشتری برخوردارند.

بررسی رابطه بین سبک هویتی دانشجویان با شادی و ... ♦ ۴۱

جدول ۹: نتایج آماره آزمون اسپیرمن برای بررسی همبستگی بین سبکهای هویت و شادی

متغیرهای تحقیق		شادی	هویت	اطلاعاتی	هویت هنجاری	هویت اجتنابی	هویت تعهدی
شادی	ضریب همبستگی	۱	۰.۴۸۲**	۰.۵۰۷**	۰.۵۴۹**	۰.۰۶۱	۰.۴۴۲**
	معنی داری	-	۰.۰۰۰	۰.۰۰۰	۰.۰۰۰	۰.۵۹۶	۰.۰۰۰
هویت	ضریب همبستگی		۱	۰.۶۴۰	۰.۷	۰.۶۴۰	۰.۸۷۴
	معنی داری		-	۰.۰۰۰	۰.۰۰۰	۰.۰۰۰	۰.۰۰۰
هویت اطلاعاتی	ضریب همبستگی			۱	۰.۲۳۴*	-۰.۰۴۹	۰.۳۶۹*
	معنی داری			-	۰.۰۳۹	۰.۶۷۲	۰.۰۰۱
هویت هنجاری	ضریب همبستگی				۱	۰.۴۸۳**	۰.۸۲۷**
	معنی داری				-	۰.۰۰۰	۰.۰۰۰
هویت اجتنابی	ضریب همبستگی					۱	۰.۵۴۶**
	معنی داری					-	۰.۰۰۰
هویت تعهدی	ضریب همبستگی						۷
	معنی داری						-

(** نشان دهنده همبستگی معنی دار در سطح یک درصد؛ * نشان دهنده همبستگی معنی دار در سطح پنج درصد)

جدول ۱۰: تفسیر ضریب همبستگی

معنا	ضریب همبستگی
همبستگی بسیار پایین	۰/۰۰ - ۰/۱۹
همبستگی پایین	۰/۲۰ - ۰/۳۹
همبستگی متوسط	۰/۴۰ - ۰/۶۹
همبستگی بالا	۰/۷۰ - ۰/۸۹
همبستگی بسیار بالا	۰/۹۰ - ۱

جدول ۱۰، تفسیر ضریب همبستگی را نشان می‌دهد. بر این اساس، می‌توان بیان کرد که ضریب همبستگی بین متغیرهایی که ارتباط معنی‌داری دارند، همبستگی متوسطی است. در ضمن، ارتباط بین سبک هویت اطلاعاتی، هنجاری و تعهدی با شادی، دارای علامت مثبت است. بنابر این، جهت تغییرات سبک هویت اطلاعاتی، هنجاری و تعهدی با شادی، هم جهت و از نوع مثبت است؛ یعنی افزایش گرایش افراد به این سبک هویتی، باعث افزایش شادی آنان می‌شود.

در ادامه به واسطه رگرسیون، در پی تعیین ضرایب متغیرها در الگو هستیم. به کمک این ضرایب می‌خواهیم مناسب‌ترین تابعی را که بیانگر رابطه بین متغیر مستقل و وابسته باشد، تعیین کنیم. جدول ۱۱، ضریب همبستگی هر کدام از سبکهای هویتی را با شادی؛ جدول ۱۲، به منظور تأیید ضریب همبستگی و جدول ۱۳ نیز الگوی خطی برای هر کدام از سبکهای هویتی را به همراه ضریب ثابت نشان می‌دهند.

بررسی رابطه بین سبک هویتی دانشجویان با شادی و ... ♦ ۴۳

جدول ۱۱: ضریب همبستگی سبکهای هویت مرتبط با شادی

متغیر آماری سبک هویتی	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
هویت اطلاعاتی	۰.۵۹۸	۰.۳۵۷	۰.۳۴۹	۰.۴۲۳
هویت تعهدی	۰.۴۹۱	۰.۲۴۱	۰.۲۳۱	۰.۴۶۰
هویت هنجاری	۰.۴۱۶	۰.۱۷۶	۰.۱۶۲	۰.۴۸۰

جدول ۱۲: آنالیز واریانس ضریب همبستگی سبک هویت و شادی

سطح معنی داری	F	میانگین مجدورات	درجه آزادی	مجموع مجدورات	سبک منبع هویتی پراکنندگی
۰.۰۰۰	۴۲.۲۴۵	۷.۵۷۱	۱	۷.۵۷۱	رگرسیون
-	-	۰.۱۷۹	۷۶	۱۶.۶۲۱	باقیمانده
-	-	-	۷۷	۲۱.۱۹۳	کل
۰.۰۰۰	۲۴.۱۳۶	۵.۱۰۸	۱	۵.۱۰۸	رگرسیون
-	-	۰.۲۱۲	۷۶	۱۶.۰۸۴	باقیمانده
-	-	-	۷۷	۲۱.۱۹۳	کل
۰.۰۰۰	۱۵.۹	۳.۶۶۷	۱	۳.۶۶۷	رگرسیون
-	-	۰.۲۳۱	۷۶	۱۷.۵۲۶	باقیمانده
-	-	-	۷۷	۲۱.۱۹۳	کل

جدول ۱۳: ضریب ثابت و متغیر هر کدام از سبکهای هویتی

سطح معنی‌داری	T	ضرایب استاندارد نشده		مدل	
		ضریب بتا	خطای استاندارد		
۰.۰۰۸	۲.۷۲۵	۰.۵۹۸	۰.۴۰۵	۱.۱۰۵	ضریب ثابت
۰.۰۰۰	۶.۵		۰.۱۰۹	۰.۷۰۹	هویت اطلاعاتی
۰.۰۰۰	۳.۸۸۵	۰.۴۹۱	۰.۴۲۵	۱.۶۵۰	ضریب ثابت
۰.۰۰۰	۴.۱۹۳		۰.۱۲۰	۰.۵۸۹	هویت هنجاری
۰.۰۰۲	۳.۱۹۴	۰.۴۱۶	۰.۵۲۰	۱.۶۶۰	ضریب ثابت
۰.۰۰۰	۳.۹۸۸		۰.۱۴۴	۰.۵۷۳	هویت تعهدی

جدول ۱۱، رگرسیون محاسبه شده برای تغییر شادی را بر اساس سبکهای هویت (اطلاعاتی، هنجاری، اجتنابی و تعهدی) نشان می‌دهد. رگرسیون محاسبه شده نشان می‌دهد که ۳۵ درصد از تغییرات شادی را سبک هویت اطلاعاتی، ۲۴ درصد از تغییرات را سبک هویت تعهدی و ۱۷ درصد از تغییرات شادی را سبک هویت هنجاری موجب می‌شوند. ضرایب رگرسیون بدین معناست که سبک هویتی اطلاعاتی ۳۵ درصد از واریانس متغیر شادی، سبک هویت تعهدی ۱۷ درصد از واریانس متغیر شادی و سبک هویت هنجاری ۲۴ درصد از تغییرات واریانس شادی را تبیین می‌کنند. جدول ۱۳، مقدار ثابت و ضرایب استاندارد نشده و شده را برای متغیرهای تحقیق نشان می‌دهد.

▪ نتیجه‌گیری

شادی، مایه نشاط، خونگرمی و نگرش مثبت است و سلامتی انسانها را تضمین می‌کند. از طرفی نیز قسمتی از شادی افراد، متأثر از سبک شخصیت آنان است.

یکی از عوامل تأثیرگذار بر شادی افراد، سبک هویتی آنان است. سبک هویتی مشتمل بر سبک هویتی اطلاعاتی، هنجاری، تعهدی و اجتنابی است. بر اساس تحقیق میدانی مشخص شد که هویت اطلاعاتی، هنجاری و تعهدی، ارتباط معنی‌داری با شادی داشته، همبستگی این ارتباط نیز متوسط است.

۴۵ ♦ بررسی رابطه بین سبک هویتی دانشجویان با شادی و ...

استقلال افراد، فعال بودن و شکل‌گیری ارتباط درست و منطقی آنان با سایرین، باعث شادی آنان می‌شود. تحقیقات انجام شده در سال ۲۰۰۲ نشان داد که ۱۰ درصد از شادی دانشجویان دانشگاه ایلینویس متأثر از ارتباطات مؤثر و قوی با دوستان، خانواده و جامعه بوده است (Wallis, 2005؛ ر.ک. به: زارعی متین و حق‌گویان، ۱۳۹۰، ص ۲۹) بر اساس تحقیقات انجام شده توسط جراللد و مونرو^۱ (۲۰۰۱) افراد دارای سبک هویت اطلاعاتی، خوش‌قول، دارای روابط اجتماعی قوی، امیدوار نسبت به آینده و شادابند و کمتر دچار افسردگی می‌شوند. (Heather, 2001)

افراد با هویت هنجاری نیز تأکید بر همنوایی افراد با اجتماع، خانواده و دوستان دارند و بر عکس میزانی که تحت تأثیر اجتماع هستند، استقلال دارند. بنابر این، استقلال افرادی که سبک هویت هنجاری دارند، نسبت به کسانی که سبک هویت اطلاعاتی دارند، کمتر است. افراد با سبک هویت هنجاری، بدون ارزیابی، عقاید دیگران را می‌پذیرند. در این تحقیق، بین سبک هویت هنجاری و شادی، ارتباط معنی‌داری پیدا شد. افراد با سبک هویت اجتنابی در پی به تأخیر انداختن تصمیمات هستند و ارتباط ضعیفی با همسالان خود دارند. وجود اینکه تصور می‌شد این سبک هویتی با شادی ارتباط معنی‌دار منفی داشته باشد، اما ارتباطی پیدا نشد. سبک هویتی تعهدی نیز بر تعهدات قوی و روشن بین افراد تأکید دارد. در این تحقیق، بین سبک هویتی تعهدی و شادی، ارتباط معنی‌دار مثبت مشاهده شد. اشخاص شاد از دیگران به خوبی یاد می‌کنند و از مواهب الهی لذت می‌برند، آنها دیگران را دوست دارند، مسئولیت‌پذیرترند (زارعی متین و حق‌گویان، ۱۳۹۰، ص ۲۹) و نسبت به وظایف، تعهد بالایی دارند.

▪ پیشنهادها

- در ادامه، راهکارهایی برای افزایش شادی و بهبود سبک هویت دانشجویان ارائه می‌شود:
۱. شادی، مجموعه‌ای از صفات مختلف همچون: مثبت‌اندیشی، مهربانی^۲، بخشش، پذیرش خود و دیگران و شاکر بودن^۳ است (زارعی متین و حق‌گویان، ۱۳۹۰، ص ۱۷-۱۶). این عوامل، تأثیر بسیاری بر شادی انسانها می‌گذارد. لذا باید برنامه‌های فرهنگی و اجتماعی در خصوص بهبود این صفات در دانشجویان صورت پذیرد و دانشجویان نیز با تقویت این صفات، سطح شادی را در خود افزایش دهند تا به آرامش خاطر و رضایت باطن دست یابند.
 ۲. تقویت برون‌گرایی و فاصله گرفتن از درون‌نگری، باعث تقویت شادی شده، سبک هویت اطلاعاتی را نیز تغییر می‌دهد. بهبود روابط اجتماعی دانشجویان با هم‌نوعان، استادان و کارکنان، باعث ارتقای

1. Gerald and Munro

2. Kindness

3. Gratitude

سبک هویتی اطلاعاتی و افزایش شادی می‌شود.

۳. تقویت سبک هویت هنجاری و هم‌نوا شدن در حد متوسط با گروه‌های همسن و سال، باعث افزایش سطح شادی و شادکامی در بین دانشجویان شده، موجب بهبود سلامت روحی و رضایت خاطر آنان می‌شود. تحقیقات نشان داده است که اغلب کسانی که ناشاد و غمگین هستند، خودم‌محورترند و حتی در فکر و خیال خویش با دیگران مخالفند (همان، ص ۲۸). بنابر این، برای تقویت شادی و سبک هویت هنجاری، هم‌نوا شدن با هم‌نوعان در حد متوسط قابل قبول است.
۴. دانشجویان بایستی هر چه سریع‌تر به دنبال تمایز یافتگی^۱ یا استقلال عاطفی باشند. هر چند شروع این فرایند می‌بایست در دوران نوجوانی شکل بگیرد، اما بایستی این روند در طی دوران دانشجویی سریع‌تر صورت پذیرد تا دانشجویان به یک تصویر یکپارچه از خود برسند. افراد تمایز یافته، تعریف مشخصی از خود و عقایدشان دارند و می‌توانند جهت زندگی خویش را در زندگی انتخاب کنند و در موقعیتهای شدیداً عاطفی، رفتارهای غیر ارادی و تصمیمات نا بخردانه نگیرند. تمایز یافتگی باعث تقویت شادی و سبک هویت تعهدی می‌شود.
۵. تفکر، در معنای وسیع کلمه به معنای جستجوی شعور و آگاهی است. تفکر، جوانب مختلفی دارد که یکی از آنها، تفکر انتقادی^۲ است. تفکر انتقادی، تفکر تأملی و عقلانی است که بر اساس آن به تصمیم‌گیری در مورد اعتقادات و اعمالی که انجام می‌دهیم، می‌پردازیم. بهبود تفکر انتقادی و حل مسئله در بین دانشجویان، باعث ارتقای سبک هویت اطلاعاتی و کاهش سبک هویت اجتنابی می‌شود. تفکر انتقادی باعث می‌شود افراد به سمت تفکر لیبرال حرکت کنند و توانایی درک دیدگاههای دیگران را داشته باشند. همچنین باعث می‌شود تا افراد از تمایلات جزمی و محافظه‌کارانه خود فاصله بگیرند.
۶. مسئولیت‌پذیر شدن دانشجویان باعث بهبود سبک هویت افراد و شادی آنان می‌شود. مسئولیت‌پذیری به این معناست که باعث می‌شود فرد پاسخگوی اعمال و رفتارش در برابر خود و دیگران باشد. مسئولیت‌پذیری دانشجویان ضمن ارتقای شادی، باعث بهبود و ارتقای سبک هویت اطلاعاتی می‌شود. تحقیقات نشان می‌دهد که بین سبک هویت اطلاعاتی و تعهدی و مسئولیت‌پذیری، ارتباط معنی‌دار مثبت وجود دارد (سعادت‌ی شامیر و همکاران، ۱۳۸۶، ص ۱۰۸). این امر بدان معناست که نمره سبک هویت اطلاعاتی افراد مسئولیت‌پذیر، بالاست.

1. Differentiation of Self

2. Critical Thinking

منابع

- آقاجانی حسین آبادی، محمدحسن؛ ولی الله فرزاد و مهرناز شهرآرای (۱۳۸۳)؛ «مطالعه و ویژگی های روان سنجی پرسشنامه سبک هویت»، طب و ترکیه، ش ۵۳ (تابستان)، ص ۹-۱۹.
- آیزنک، مایکل (۱۳۷۵)؛ روان شناسی شادی، ترجمه خشایار بیگی، تهران، بدر.
- اکبری، محمود (۱۳۸۰)؛ غم و شادی در سیره معصومان علیهم السلام، قم، صفحه نگار، چ سوم.
- امیرحسینی، خسرو (۱۳۸۳)؛ مهارتهای شاد زیستن، تهران، عارف کامل.
- بمانیان، محمدرضا؛ محمدرضا پورجعفر، فریال احمدی و علیرضا صادقی (۱۳۸۹)؛ «بازخوانی هویت معنوی و انگاره های قدسی در معماری مساجد شیعی»، فصلنامه علمی-پژوهشی شیعه شناسی، سال هشتم، ش ۳۰ (تابستان)، ص ۷۰-۳۷.
- حجازی، الهه و سهیلا فرتاش (۱۳۸۵)؛ «بررسی رابطه سبکهای هویت و تعهد هویت با کیفیت دوستی»، مجله روان شناسی و علوم تربیتی، سال سی و ششم، ش ۱-۲، ص ۱۸۴-۱۶۷.
- حجت مهدی (۱۳۸۴)؛ «تشیع و تأثیر آن بر هنر»، کنفرانس علمی شیعه شناسی، قم، مؤسسه شیعه شناسی.
- دهخدا، علی اکبر (۱۳۷۷)؛ لغتنامه، تهران، امیرکبیر، چ دوم.
- رحیمی نژاد، عباس و محمود منصور (۱۳۸۰)؛ «بررسی تحوّل هویت و رابطه آن با حرمت خود و حالت اضطراب در دانشجویان دوره کارشناسی»، مجله دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه تهران، تابستان و پاییز، ص ۴۷۷-۵۰۰.
- روحانی، محمود (۱۳۷۲)؛ معجم الاحصایی الالفاظ قرآن کریم، مشهد، آستان قدس رضوی، چ دوم.
- زارعی متین، حسن و زلفا حقگویان (۱۳۹۰)؛ «شادی و نشاط در محیط کار و زندگی»، قم، الهادی.

- سعادت‌ی شامیر، ابوطالب؛ شهر آرای، مهرناز و فرزاد، ولی‌الله (۱۳۸۶)؛ «**بررسی ارتباط بین سبک‌های هویت و مسؤلیت‌پذیری در دانشگاه‌های تهران**»، روان‌شناسی و علوم تربیتی، پژوهش‌های تربیتی، بهار، شماره ۱۰، ص ۹۱-۱۱۶.
- صدیق سروسستانی، رحمت‌الله و صلاح‌الدین قادری (۱۳۸۸)؛ «**ابعاد فرهنگی، اجتماعی، سیاسی هویت دانشجویان بر مبنای مؤلفه‌های سستی و مدرن (به تفکیک دانشگاه محل تحصیل)**»، فصلنامه تحقیقات فرهنگی، دوره دوم، ش ۸ (زمستان)، ص ۳۵-۶۵.
- صفری شالی، رضا (۱۳۸۷)؛ «**بررسی عوامل نشاط‌انگیز در بین جوانان استان قم و ارائه فرهنگ نشاط و امید در بین جوانان**»، استاد راهنما: دکتر آقا یوسفی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد قم.
- عمید، حسن (۱۳۶۲)؛ **فرهنگ فارسی عمید**، تهران، امیرکبیر، چ هجدهم.
- کمیلی، مهدی (۱۳۸۶)؛ **شادی، نشاط، جوانی، اسلام، قم**، زمزم هدایت.
- گروسی فرشی، میر تقی؛ آرش مانی و عباس بخشی‌پور (۱۳۸۵)؛ «**بررسی ارتباط بین ویژگی‌های شخصیتی و احساس شادکامی در بین دانشجویان تبریز**»، فصلنامه علمی-پژوهشی روان‌شناسی دانشگاه تبریز، سال اول، ش ۱ (بهار)، ص ۱۴۳-۱۵۷.
- لقمانی، احمد (۱۳۸۶)؛ **نگاهی نو در آینه معارف: به خنده، شوخی و شادمانی، قم**، بهشت ینش.
- مجلسی، محمدباقر (۱۴۰۳ ق)؛ **بحار الانوار**، بیروت، دار احیاء التراث العربی.
- محمدی ری‌شهری، محمد (۱۳۷۵)؛ **میزان الحکمه**، قم، دار الحدیث.
- مطهری، مرتضی (۱۳۸۷)؛ **کلام، عرفان، حکمت عملی**، ج دوم، تهران، صدرا.
- مطهری، مرتضی (۱۳۶۶)؛ **مقالات فلسفی**، ج دوم، تهران، حکمت.
- مغانلو، مهناز و مریم وفایی (۱۳۸۸)؛ «**رابطه عوامل و وجود الگوی پنج عاملی شخصیت با شادکامی و سلامت روانی و جسمانی**»، مجله روان پزشکی و بالینی ایران، سال پانزدهم، ش ۳ (پاییز)، ص ۲۹۰-۲۹۹.

بررسی رابطه بین سبک هویتی دانشجویان با شادی و ... ♦ ۴۹

- مغاللو، مهناز؛ مریم وفایی و مهرناز شهرآری (۱۳۸۷)؛ «رابطه عوامل پنج عاملی شخصیت و سبک‌های هویت»، پژوهش‌های روان‌شناختی، دوره یازدهم، ش ۱-۲، ص ۷۹-۹۴.
- منصور، محمود (۱۳۷۵)؛ روان‌شناسی رشد، تهران، ترمه.
- ندیمی، هادی (۱۳۷۸)؛ «حقیقت نقش»، دومین کنگره تاریخ معماری و شهرسازی ایران؛ ج ۲، تهران، سازمان میراث فرهنگی کشور.
- نقره‌کار، عبدالمجید (۱۳۸۷)؛ «معماری مسجد از مفهوم تا کالبد»، مجموعه مقالات همایش معماری مسجد، گذشته، حال، آینده، اصفهان، دانشگاه هنر، ص ۲۳۹-۲۲۱.
- هال، استوارت (۱۳۸۳)؛ «هویتهای قدیم و جدید، قومیت‌های قدیم و جدید»، ترجمه شهریار وقفی‌پور، فصلنامه ارغوان، ش ۲۴، ص ۳۱۹-۳۵۲.
- Argyle, M. (2001). *The Psychology of Happiness*, London, Rutledge.
- Bagheri, Faribors; Fatemeh Akbarizadeh & Hamidreza Hatami (2010). *The Relationship Between Nurses' Spiritual Intelligence and Happiness in Iran*, Procedia - Social and Behavioral Sciences, Volume 5, 2010, Pages 1556-1561.
- Haybron, M. Daniel (2010). "Mood Propensity as a Constituent of Happiness: a Rejoinder to Hill", *Journal of Happiness Studies*, Dordrecht: Vol.11, Iss.1.
- Heather (2003). "Children's Conceptions of Trust in the Context of Social Expectations", *Merrill-Palmer Quarterly*, 34, P.403-419.
- Lawer, S. (2008). *Identity: Sociological Perspectives*, Cambridge, Polity Press.
- Lin, Jin-Ding; Pei-Ying Lin & Chia-Ling Wu (2010). "Wellbeing Perception of Institutional Caregivers Working for People with Disabilities: Use of Subjective Happiness Scale and Satisfaction with Life Scale Analyses", *Research in Developmental Disabilities*, Vol.31, Issue 5, P.1083-1090.
- Rego, Arménio; Neuza Ribeiro, Miguel Pina e Cunha & Jorge Correia Jesuino (2010). "How Happiness Mediates the Organizational Virtuousness and Affective Commitment Relationship", *Journal of Business Research*.
- Seligman, M.E.P. (2002). "Positive Psychology, Positive Prevention and Positive Theory", in C.R. Synder & S.J. Lopez, *Handbook of Positive Psychology*, New York, Oxford.
- Stewart, E. Mary; Roger Watson, Andrea P. Clark, Klaus J. Ebmeier & Ian Deary (2010). "A Hierarchy of Happiness? Mokken Scaling Analysis of the Oxford Happiness Inventory", *Personality and Individual Differences*, Vol.48, Issue 7, P.845-848.

- Suzuki, Atsunobu; Takahiro Hoshino & Kazuo Shigemasu (2010). "**Happiness is Unique: A latent Structure of Emotion Recognition Traits Revealed by Statistical Model Comparison**", *Personality and Individual Differences*, Vol.48, Issue 48, P.196-201.
- Veenhoven, Ruut (1984). **Data Book of Happiness**, Reidal Publishing Company.
- Weise, Elizabeth (2010). "**Life Changes Can Put a Smile on Your Face; Experts Disagree on Just How Big a Smile**", *USA Today*, McLean, Oct 6.

