

بررسی رابطه شادکامی با جهت‌گیری مذهبی و شخصیت

مهناز علی اکبری دهکردی*، علیرضا آقاییوسفی**

و الهه اسلمی***✉

چکیده

در این پژوهش به منظور شناخت پیشایندهایی که با شادکامی پیوند نزدیکی دارد، جهت‌گیری مذهبی و شخصیت بررسی شد. نوع پژوهش توصیفی-تحلیلی و روش همبستگی بود، برای بررسی رابطه شادکامی با جهت‌گیری مذهبی و ساختار شخصیت در دانشجویان، ۳۲۴ دانشجوی مقطع کارشناسی از میان دانشجویان پیام نور شمال استان فارس با روش تصادفی طبقه‌ای انتخاب شدند. برای سنجش شخصیت، جهت‌گیری مذهبی و شادکامی به ترتیب از پرسشنامه فرم کوتاه الگوی پنج عاملی کاستا و مک کرا، مقیاس جهت‌گیری مذهبی بهرامی احسان و پرسشنامه شادکامی آکسفورد آرجیل و لو استفاده شد. نتایج همبستگی و تحلیل رگرسیون نشان داد که بین شادکامی و مؤلفه‌های مقیاس جهت‌گیری مذهبی همبستگی مثبت وجود دارد و مؤلفه‌های مذهب‌گرایی و ارزنده‌سازی مذهبی بیش از سایر مؤلفه‌ها قادر به تبیین شادکامی دانشجویان است. در ضمن مؤلفه‌های کامجویی و سازمان‌نیافتگی مذهبی با شادکامی همبستگی منفی دارند. همچنین شادکامی با برون‌گرایی، وظیفه‌شناسی و پذیرندگی نسبت به تجربه همبستگی مثبت و با روان‌رنجورخویی رابطه منفی دارد.

کلید واژه‌ها

مذهب‌گرایی؛ روان‌رنجورخویی؛ ارزنده‌سازی؛ کامجویی؛ سازمان‌نیافتگی

پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
 رتال جامع علوم انسانی

* هیأت علمی دانشگاه پیام نور مرکز تهران

** هیأت علمی دانشگاه پیام نور مرکز قم

***✉ هیأت علمی دانشگاه پیام نور مرکز آباد

aslami_e@yahoo.com

این پژوهش با حمایت مالی دانشگاه پیام نور انجام شده است.

تاریخ پذیرش: ۹۲/۹/۵

تاریخ دریافت: ۹۱/۷/۳۰

مقدمه

روان‌شناسی مثبت یکی از رشته‌های بدیع روان‌شناسی است که در اواخر سده بیستم میلادی پا به عرصه وجود نهاده و افق تازه‌ای را در برابر روان‌شناسان و پژوهشگران گشوده است. در این نوع روان‌شناسی به جای تأکید بر شناسایی و مطالعه کمبودهای روانی و کاستی‌های رفتاری و ترمیم یا درمان آن‌ها به شناخت و ارتقای وجوه مثبت و نقاط قوت انسان توجه و تأکید می‌شود. این رشته جدید طیف وسیعی از مفاهیم روان‌شناختی از جمله مفهوم شادکامی را در بر می‌گیرد (حقیقی و همکاران، ۱۳۸۵).

شادکامی ناشی از قضاوت و داوری انسان درباره چگونگی گذران زندگی است. این نوع داوری از بیرون به فرد تحمیل نمی‌شود، بلکه حالتی درونی است که از هیجان‌های مثبت تأثیر می‌پذیرد. بر این اساس شادکامی بر نگرش و ادراکات شخصی مبتنی است و بر حالتی دلالت دارد که مطبوع و دلپذیر است و از تجربه هیجان‌های مثبت و خشنودی از زندگی نشأت می‌گیرد (هیلز و آرچیل، ۲۰۰۰).

رویکردهای نظری به منظور فهم فرایندهای مؤثر بر شادکامی شامل فرایندهای صعودی^۱ و نزولی^۲ است (دینر، ۱۹۸۴؛ دینر و همکاران، ۱۹۹۹). فرایندهای صعودی بر نقش عوامل خارجی (مانند تجربیات زندگی اجتماعی، رضایت کاری و ...) و ویژگی‌های جمعیت‌شناختی^۴ تأکید دارند. هر چند اغلب مطالعات بر نقش عوامل خارجی در شادکامی تأکید دارند، اما تأثیر اکثر این متغیرها نسبتاً کم بوده است، به همین دلیل فرایندهای نزولی نیز مطالعه می‌شود که در آن‌ها ویژگی‌های شخصیتی افراد، مذهب، اهداف، سبک‌های مقابله‌ای، مکان کنترل، عزت نفس و در نظر گرفته می‌شود که در مقایسه با عوامل خارجی، مشخصه‌های درونی ذکر شده نقش بیشتری در تبیین تغییرپذیری شادکامی دارند (هولدر، کلمن و والس، ۲۰۰۸).

با وجود قدمت باورهای دینی، صاحب‌نظران در حوزه روان‌شناسی مذهب در سطح نظری درباره اثرات اعتقادات دینی بر شادکامی دیدگاه‌های ضد و نقیضی را مطرح کرده‌اند. مثلاً

1. Hills & Argyle
2. bottom-up
3. top-down
4. demographic
5. Holder, Coleman & Wallace

فروید^۱ و ایلیس^۲ نوعی ارزیابی منفی از نقش و تأثیر مذهب بر سلامت روان داشته‌اند، اما افرادی چون جیمز^۳، یونگ^۴، آلپورت^۵، مازلو^۶، آدلر^۷ و فرام^۸ با نگرشی مثبت از پیامدهای جهت‌گیری مذهبی بر بهداشت روانی و به تبع آن شادکامی سخن گفته‌اند. مرور پژوهش‌های تجربی نیز حاکی از فقدان هماهنگی یافته‌ها در خصوص رابطه بین جهت‌گیری مذهبی و شادکامی است. ایلیس (۱۹۸۰) اظهار داشت که تدین با تفکر غیرعقلانی و اختلالات عاطفی همراه است، در حالیکه برگین^۹ (۱۹۸۳) با استفاده از شواهد، همراهی تدین با آسیب‌شناسی روانی را رد می‌کند (به نقل از بیابانی و همکاران، ۱۳۸۷).

مطالعات رایینز و فرانسیس^{۱۰} (۱۹۹۶)، فرانسیس و لستر^{۱۱} (۱۹۹۷)، فرانک و جوزف^{۱۲} (۱۹۹۹)، فرانسیس، کاتز، یابلون^{۱۳} و رایینز (۲۰۰۴) که در جمعیت‌های مختلف انجام شده است، ارتباط مثبت معناداری بین شادکامی و نگرش به مسیحیت گزارش داده‌اند. بر پایه مروری بر ادبیات شادکامی و مذهب، فرانسیس و همکاران (۲۰۰۴) نتیجه گرفتند که توجه به مراسم‌های کلیسا، تعهد و الزامات مذهبی، فعالیت‌های کلیسا و جهت‌گیری مذهبی، همه رابطه مثبتی با شادکامی دارند. در ضمن افراد مذهبی در همه گروه‌های سنی اعم از نوجوانان، بزرگسالان جوان و سالخورده‌گان، شادتر از افراد غیرمذهبی بوده‌اند.

در مطالعه جدیدی کراگر^{۱۴} و همکاران (۲۰۰۹) از یک سنجش روزانه برای اندازه‌گیری تجارب هیجانی افراد هنگام درگیری به فعالیت‌های روزانه استفاده کردند. بر پایه یک نمونه معرف ملی آن‌ها دریافتند که افراد زمانی که مشغول انجام دادن فعالیت‌های مذهبی هستند،

-
1. Freud
 2. Elliss
 3. James
 4. jung
 5. Allport
 6. Mazlo
 7. Adler
 8. Fromm
 9. Bergin
 10. Robbins & Francis
 11. Lester
 12. Franc & Joseph
 13. Katz & Yablon
 14. Krueger

سطوح بالاتری از هیجان‌های مثبت را گزارش می‌دهند. کراوز^۱ (۲۰۰۳) نیز دریافت افرادی که شک بیشتری به اعتقادات مذهبی خود داشته‌اند، سطوح پایین‌تری از بهزیستی روان‌شناختی^۲ گزارش کرده‌اند. فرانسس و استابز^۳ (۱۹۸۷) نیز رابطه مثبت بین گرایش به مذهب و احساس خرسندی را گزارش کردند. در پژوهش الیسون^۴ (۱۹۹۱) مشاهده شد که افراد دارای گرایش مذهبی بالا در زندگی خود خوشنودتر هستند، شادمانی و نشاط بیشتری دارند و در مواجهه با رویدادهای استرس‌زای زندگی، پیامدهای روانی اجتماعی منفی کم‌تری را نشان می‌دهند. از سوی دیگر شوماخر^۵ (۱۹۹۱) در مطالعه خود، درباره افراد غیر مذهبی نشان داد که این افراد از سلامت روانی ضعیفی بهره‌مند هستند. در پژوهش نلسون^۶ درباره سفیدپوستان، سیاهپوستان و مکزیکی‌ها این نتیجه به دست آمد که میزان افسردگی با جهت‌گیری مذهبی رابطه عکس دارد (به نقل از بهرامی احسان، ۱۳۸۰). همچنین در مطالعه میتون^۷ (۱۹۸۹)؛ به نقل از بهرامی احسان و تاشک، ۱۳۸۳) نیز رابطه میان ارتباط با خدا و کاهش اثرات موقعیت‌های ضربه‌آمیز اساسی مثل مرگ فرزند و تأثیر مثبت بر افسردگی، میزان سازگاری، شادکامی و حرمت خود گزارش شده است.

نتایج تحلیل عاملی بر روی ۲۸ مطالعه نشان داد که مذهب رابطه مثبتی با بهزیستی روانی دارد. مروری بر اکثر مطالعات اخیر این یافته‌ها را تأیید می‌کنند (انگلهارت^۸، ۲۰۱۰). وایتر، استوک و هرینگ^۹ (۱۹۸۵) بیان کردند که درگیری‌های مذهبی ۶-۲٪ از واریانس بهزیستی را تبیین می‌کند و مذهب در مقایسه با دیگر عامل‌های مرتبط با بهزیستی مانند آموزش، وضعیت زناشویی، فعالیت اجتماعی، سن، جنسیت و نژاد تأثیر بیشتری دارد. همچنین الیسون (۱۹۹۱) نشان داد که اثر درگیری‌های مذهبی بر شادکامی قابل مقایسه و قوی‌تر از درآمد است. در ایران نیز اخیراً استقبال گسترده‌ای در خصوص بررسی ابعاد، ویژگی‌ها و پیامدهای

-
1. Krause
 2. Well- being
 3. Stubs
 4. Ellison
 5. Shoumakher
 6. Nelson
 7. Maton
 8. Inglehart
 9. Witter, Stock & Haring

روان‌شناختی مذهب پدید آمده است. به‌طور مثال، حمید (۱۳۸۸) و شمس اسفند آباد و نژاد نادری (۱۳۸۸) نشان دادند که نگرش مذهبی با سلامت روان و کیفیت زندگی رابطه دارد. بهرامی مشعوف (۱۳۷۳) میان عبادت و نوروهای افسردگی و اضطراب رابطه منفی معناداری یافت. همچنین پژوهش‌های اسلامی (۱۳۷۶) نیز وجود همبستگی منفی میان افسردگی و نگرش مذهبی را تأیید کرد. پژوهش‌های امینی و ملک‌شاهی (۱۳۸۰) و گله‌دار و ساکی (۱۳۸۰)؛ به نقل از بهرامی احسان و تاشک، (۱۳۸۳) که به‌صورت تجربی و شبه تجربی اجرا شدند نیز نشان‌دهنده اثر برخی آداب و اعمال مذهبی بر کاهش اضطراب هستند. در این مطالعات فرض می‌شود که کاهش اضطراب و افسردگی زمینه را برای سلامت روان فراهم می‌کند، که آن نیز به شادکامی منجر می‌شود (روحانی و معنوی‌پور، ۱۳۸۷). پژوهش‌های کرمانی مامازندی و دانش (۱۳۹۰) نیز نشان داده است که نگرش مذهبی بر سازگاری زناشویی تأثیر دارد که بنا بر پژوهش شیخ‌الاسلامی، نجاتی و احمدی (۱۳۹۰) سازگاری زناشویی نیز می‌تواند به شادکامی منجر شود.

در مقابل مجموعه کوچک‌تری از مطالعات از جمله پژوهش لوئیس^۱ و همکاران (۱۹۹۷)؛ (۲۰۰۰)، مالت بای و برکینشاو^۲ (۲۰۰۰) رابطه‌ای بین نمرات مقیاس افسردگی- شادکامی و مقیاس نگرش نسبت به مسیحیت گزارش نکرده‌اند. نتایج متناقض در این رابطه ممکن است به محدودیت‌های روش‌شناختی^۳ (محدود بودن مطالعات به یک نمونه خاص) یا استفاده از پرسشنامه‌های متفاوت نسبت داده شود.

شخصیت از دیگر متغیرهای مرتبط با شادکامی است. نخستین پژوهش در زمینه ویژگی‌های شخصیتی و شادکامی را کاستا و مک‌کری^۴ (۱۹۸۰) انجام دادند و به این نتیجه رسیدند که شادکامی با سطح بالای برون‌گرایی^۵ و سطح پایین روان‌رنجورخویی^۶ مرتبط است. به‌نظر این پژوهشگران برون‌گرایی می‌تواند احساس شادکامی را تا هفده سال بعد پیش‌بینی

-
1. Lewiss
 2. Maltbay & Burkinishaw
 3. methodological
 4. Costa & MacCrae
 5. Extraversion
 6. Neuroticism

کند. بیشتر پژوهش‌های انجام شده پس از این بررسی (لو، شی، لین و جو^۱، ۱۹۹۷؛ فرانسیس و همکاران، ۲۰۰۴؛ فارنهام و چنگ^۲، ۱۹۹۷؛ ۲۰۰۰؛ چان و جوزف^۳، ۲۰۰۰ و آرچیل، ۲۰۰۱) این ارتباطها را تأیید کرده‌اند. دو بررسی انجام شده در ایران (گروسی فرشی، مانی و بخشی پور، ۱۳۸۵؛ مرادی، جعفری و عابدی، ۱۳۸۴ و مغانلو و آگیلار وفایی، ۱۳۸۸) نیز گویای آن است که شادکامی با برون‌گرایی ارتباط مثبت و با روان‌رنجورخویی ارتباط منفی دارد. همچنین هدی^۴ و همکاران (۱۹۸۵؛ به نقل از حقیقی و همکاران، ۱۳۸۵) نشان دادند که ارتباطات اجتماعی خوب در یک دوره زمانی سطح برون‌گرایی را افزایش می‌دهد و این به نوبه خود به شادکامی منجر می‌شود. در پژوهش فارنهام و چنگ (۱۹۹۷) شادکامی با پنج عامل بزرگ شخصیت همبستگی معنادار نشان داده است و ۴۳٪ واریانس شادکامی به وسیله متغیرهای برون‌گرایی، روان‌رنجورخویی و وظیفه‌شناسی^۵ تبیین می‌شود. گروسی فرشی، مانی و فرشی پور (۱۳۸۵) درباره ویژگی‌های شخصیتی افراد شادکام نشان دادند اگر چه روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، توافق^۶ و وظیفه‌شناسی با شادکامی همبستگی دارند، ولی بر پایه نتایج تحلیل رگرسیون عوامل پنج‌گانه شخصیتی تنها دو بعد برون‌گرایی و روان‌رنجورخویی توان پیش‌بینی شادکامی را دارند.

با توجه به پژوهش‌های عبدالخالک و ناکور^۷، (۲۰۰۶)؛ بلازرد و پالمور^۸، (۱۹۷۰)؛ برینکهوف و مکای^۹، (۱۹۹۳)؛ هیسل و فولکنر^{۱۰}، (۱۹۸۲)؛ پالاما و پندلتون^{۱۱}، (۱۹۸۹)، (۱۹۹۰) و (۱۹۹۱)؛ شاور، لنور و سد^{۱۲}، (۱۹۸۰) (به نقل از لوئیس و کریس^{۱۳}، ۲۰۰۶) که بین مذهب و

-
1. Lu, Shih, Lin & Ju
 2. Frunham & Chang
 3. Chan & Joseph
 4. Heady
 5. Conscientiousness
 6. Agreeableness
 7. Abdel-khalek & Nacuer
 8. Blazer & Palmore
 9. Brinkerhoff & Mackie
 10. Heisel & Faulkner
 11. Poloma & Pendelton
 12. Shaver, Lenauer & Sadd
 13. Lewis & Cruise

شادکامی رابطه‌ای نیافتند و بازبینی پژوهش‌های انجام شده در زمینه ارتباط شادکامی با ابعاد شخصیتی، توافق، وظیفه‌شناسی و گشودگی^۱، که به تجربه مشخص شده این ارتباطها ناپایدار هستند، و ناهماهنگ بودن پژوهش‌ها، اجرای پژوهشی در این خصوص ضروری به نظر می‌رسد. همچنین نگاهی به آمار و ارقام رسمی ایران که در زمره جوان‌ترین کشورهای جهان است حکایت از افزایش میزان مشکلات روانی اجتماعی از جمله افسردگی در سال‌های اخیر دارد. روند در حال رشد این مشکلات اهمیت شناسایی نقش متغیرهای تعدیل‌کننده از جمله مذهب و شخصیت را بیان می‌کند. پژوهش حاضر در صدد بود تا به بررسی روابط بین مؤلفه‌های مقیاس جهت‌گیری مذهبی، شخصیت و شادکامی اقدام کند. با بررسی این مؤلفه‌ها می‌توان روابط بین این متغیرها و ابعاد آنها را شناخت، الگوی رابطه بین متغیرها را شفاف‌تر کرد و به تصریح رابطه بین آنها اقدام کرد. در ضمن درک این روابط می‌تواند به بهره‌برداری‌های عملی منجر شده، راهکارهای بهداشتی و درمانی را مؤثرتر و غنی‌تر کرده و به اتخاذ تدابیری به‌منظور افزایش برنامه‌هایی در خصوص شادکامی دانشجویان منجر شود.

روش

طرح پژوهش حاضر توصیفی و از نوع همبستگی بود که بر اساس آن رابطه بین مؤلفه‌های الگوی پنج‌عاملی شخصیت و جهت‌گیری مذهبی با شادکامی ذهنی مورد بررسی قرار می‌گیرد. جامعه آماری این پژوهش را ۸۵۹۳ دانشجوی دختر و پسر مقطع کارشناسی دانشگاه‌های پیام نور شمال استان فارس تشکیل می‌دهند. نمونه مورد بررسی این پژوهش با استفاده از جدول مورگان ۳۵۰ دانشجو بود که به شیوه تصادفی طبقه‌ای مطابق جدول ۱ انتخاب شدند. به‌منظور انتخاب تعداد نمونه با توجه به حجم نمونه از هر دانشگاه، به‌صورت تصادفی از یک تا سه کلاس انتخاب شد و پرسشنامه‌ها در کلاس استاد به‌صورت گروهی میان دانشجویان توزیع شد. که از کل حجم نمونه ۲۸۷ دختر و ۴۷ پسر حاضر در کلاس‌های انتخاب شده ارزیابی شدند.

جدول ۱: تعداد دانشجویان جامعه آماری به تفکیک دانشگاه‌ها

دانشگاه	تعداد کل دانشجویان	تعداد نمونه
آباده	۳۵۲۷	۱۳۰
اقلید	۲۰۰	۳۰
بوانات	۲۳۴۶	۹۰
صفاشهر	۲۵۲۰	۱۰۰

بعد از انتخاب نمونه (تعداد دانشجویان) به صورت تصادفی و پس از برقراری ارتباط صمیمانه و دادن اطمینان خاطر از اینکه این آزمون و نتایج به دست آمده از آن‌ها صرفاً جنبه پژوهشی دارد و تأکید بر اینکه نوشتن نام و نام خانوادگی به هیچ وجه ضرورتی ندارد، اجرای پژوهش آغاز شد. در مرحله اول پرسشنامه اطلاعات اولیه شامل مشخصات سن، جنس و ... توسط دانشجویان تکمیل شد. سپس پرسشنامه شخصیت، جهت گیری مذهبی و شادکامی به آن‌ها بدون محدودیت زمانی داده شد تا تکمیل کنند.

ابزارهای پژوهش عبارت بودند از:

مقیاس شادکامی آکسفورد^۱: پرسشنامه شادکامی آکسفورد را در سال ۱۹۸۹، آرچیل و لو تهیه کردند. این پرسشنامه دارای ۲۹ ماده است که پنج حیطه رضایت، خلق مثبت، سلامتی، کارآمدی و عزت نفس را در بر می‌گیرد (به نقل از نوربالا و علی‌پور، ۱۳۷۸).

این پرسشنامه چهار گزینه‌ای است و گزینه‌های آن به ترتیب از ۳۰-۰ نمره گذاری می‌شوند. بدین صورت که به گزینه اصلاً نمره صفر، گزینه کم نمره یک، گزینه متوسط نمره دو و گزینه زیاد نمره سه تعلق می‌گیرد. جمع نمرات مواد ۲۹ گانه، نمره کل مقیاس را تشکیل می‌دهد و نمره کل آزمودنی‌ها از ۸۷-۰ است (نوربالا و علی‌پور، ۱۳۷۸).

برای بررسی روایی صوری این پرسشنامه، دو بررسی انجام شده است. آرچیل و همکاران (۱۹۸۹) از دانشجویان خواستند تا دوستانشان را بر اساس یک مقیاس ۱۰ درجه‌ای از شادکامی درجه‌بندی کنند که همبستگی میان این درجه‌بندی و پرسشنامه شادکامی آکسفورد ۰/۴۳ بوده است. بررسی والیان^۲ (۱۹۹۳) نیز در دو نوبت همبستگی ۰/۶۴ و ۰/۴۹ را بین درجه‌بندی

1. Oxford Happiness Inventory

2. valiiant

دوستان و نمره پرسشنامه شادکامی آکسفورد گزارش داده است که نتایج به‌دست آمده نشان دهنده همبستگی معناداری است. همچنین بر اساس تشخیص اجزاء شادکامی یعنی ابعاد عاطفی، شناختی و اجتماعی فرد، مقیاس‌های پنج‌گانه آن و همچنین روایی سازه این آزمون مجدداً بررسی شد. ضرایب همبستگی پرسشنامه آکسفورد با مقیاس عاطفی برادبرن^۱ ۰/۳۲، همبستگی با مقیاس رضایت از زندگی آرجیل ۰/۵۷، همبستگی با مقیاس حمایت اجتماعی فلمینگ^۲ ۰/۶۵، همبستگی با مقیاس افسردگی بک ۰/۵۲ - بوده است. همچنین در بررسی روایی سازه از روش تحلیل عوامل استفاده شد، تحلیل عاملی نمرات پاسخگویان به پرسشنامه شادکامی آکسفورد با بهره‌گیری از روش استخراج مؤلفه‌های اصلی و چرخش واریانس انجام شد، در این تحلیل عاملی مقادیر ویژه بالاتر از یک در نظر گرفته شد که عامل پنج‌گانه توانسته‌اند مجموعاً ۵۷٪ واریانس کل را تبیین کنند. آلفای کرونباخ برای عوامل پنج‌گانه، رضایت ۰/۸۹، خلق مثبت ۰/۸۴، خودکارآمدی ۰/۶۸ و عزت نفس ۰/۵۸ به‌دست آمد که در سطح ۰/۰۱ < R معنادار است (کریمی، ۱۳۸۱). فارنهام و بروینگ (۱۹۹۰؛ مغانلو و آگیلار وفایی، ۱۳۸۸) ضرایب آلفای کرونباخ ۰/۸۷ را با ۱۰۱ آزمودنی به‌دست آورد. در ایران کریمی (۱۳۸۱) به‌بررسی پایایی این پرسشنامه در میان دانش‌آموزان دوره متوسطه اقدام کرد؛ در این پژوهش ضرایب پایایی به روش‌های باز آزمایی، همسانی درونی و دو نیمه کردن بررسی شد. در روش باز آزمایی برای کل مقیاس‌ها ضریب ۰/۸۱ و برای خرده مقیاس به‌ترتیب برای رضایت ۰/۷۸، برای خلق ۰/۷۶، برای سلامتی ۰/۷۹، برای کارآمدی ۰/۷۵ و برای عزت نفس ۰/۷۷ به‌دست آمد. در روش همسانی درونی برای کل مقیاس‌ها ضریب آلفای کرونباخ ۰/۸۵ و برای عوامل پنج‌گانه به‌ترتیب ۰/۹۰، ۰/۸۷، ۰/۸۲، ۰/۶۵ و ۰/۵۹ به‌دست آمد و در روش دو نیمه کردن که با استفاده از فرمول اسپیرمن محاسبه شده است، ضریب ۰/۸۱ و از روش گاتمن ضریب ۰/۸۰ به‌دست آمده است. نتایج نشان می‌دهد که ضرایب پایایی آلفای کرونباخ و دو نیمه کردن متغیرهای مورد مطالعه معنادار است (به نقل از نوربالا و علی‌پور، ۱۳۷۸).

مقیاس جهت‌گیری مذهبی: این پرسشنامه ساخته بهرامی احسان و شامل ۶۸ ماده در ۴

زیر مقیاس جهت‌گیری مذهبی، استقرارنایافتگی، ارزنده‌سازی و کامجویی است. پاسخ‌ها در

-
1. Bradburn
 2. Febleming

مقیاس ۵ درجه‌ای لیکرت از کاملاً موافق تا کاملاً مخالف نمره گذاری می‌شوند. نتایج تحلیل آماری با استفاده از روش‌های گاتمن، اسپیرمن-براون و آلفای کرونباخ نشان می‌دهد که آزمون از ثبات و هماهنگی درونی شایان توجهی بهره‌مند است. ضریب قابلیت اعتماد محاسبه شده از روش‌های دونیمه‌سازی و اسپیرمن-براون برابر با ۰/۹۱ و با استفاده از روش آلفای کرونباخ ۰/۸۵ به دست آمده است. همچنین بررسی‌های جدیدتر نشان می‌دهند که مقیاس از روایی محتوای، سازه، همگرا و واگرا بهره‌مند است (بهرامی‌احسان، ۱۳۸۰).

مقیاس الگوی پنج عاملی: نسخه تجدید نظر شده پرسشنامه شخصیتی NEO-FFI (کاستا و مک‌گرا، ۱۹۹۲) نوعی پرسشنامه خودسنجی ویژگی‌های شخصیتی است که مبتنی بر یک الگوی معروف شخصیتی به نام مدل پنج عاملی است. این آزمون شامل ۵ شاخص روان‌رنجورخویی یا بی‌ثباتی (N)، برون‌گرایی (E)، باز بودن به تجربه‌ها (انعطاف‌پذیری) (O)، توافق‌پذیر بودن (دلپذیر بودن) (A) و وظیفه‌شناسی (C) است. پایایی هر کدام از شاخص‌ها به این ترتیب است: روان‌رنجورخویی ۰/۹۲، برون‌گرایی ۰/۸۹، باز بودن ۰/۸۷، توافق ۰/۸۶، وظیفه‌شناسی ۰/۹۰ است (کاستا و مک‌گری، ۱۹۹۲). همچنین پایایی پرسشنامه را روشن‌چلسی و همکاران (۱۳۸۵) سنجیدند که به‌طور کلی ۰/۷۲/۶ تعیین شده است و پایایی روان‌رنجورخویی ۰/۸۱، برون‌گرایی ۰/۷۱، باز بودن به تجربه‌ها ۰/۵۷، توافق ۰/۷۱ و وظیفه‌شناسی ۰/۸۳ است.

این آزمون می‌تواند به‌عنوان یک آزمون چند منظوره در خدمت اهداف آموزشی، پژوهشی و خدمات درمانی قرار گیرد. کاربرد بالقوه این آزمون در زمینه درمان‌های روان‌شناختی، مشاوره‌های ازدواج، خانواده درمانی و طرح تشخیص افتراقی یا بیماری‌ها همراه است (گروسی فرشی، ۱۳۸۰).

یافته‌ها

مطابق جدول ۲، سن ۸۳/۸۳٪ از دانشجویان بین ۱۸-۲۱ و سن ۱۱/۹۷٪ بین ۲۲-۲۵ سال و سن ۴/۱۹٪ از آن‌ها بالاتر از ۲۶ سال است.

جدول ۲: توزیع فراوانی و درصد آزمودنی‌ها (دانشجویان) را بر حسب سن

سن	فراوانی	درصد
۱۸-۲۱	۲۸۰	۸۳/۸۳
۲۲-۲۵	۴۰	۱۱/۹۷
۲۶ سال بالاتر	۱۴	۴/۱۹

همچنین یافته‌های پژوهش مطابق جدول ۳ حاکی از آن است که میانگین نمره شادکامی دانشجویان ۵۰/۴۲ و انحراف معیار آن ۲۰/۰۹، میانگین و انحراف معیار نمره برون‌گرایی دانشجویان به ترتیب ۳۱/۷۶ و ۷/۳۱، میانگین و انحراف معیار نمره روان‌رنجورخویی دانشجویان به ترتیب ۲۷/۵۵ و ۸/۸۸، میانگین و انحراف معیار نمره باز بودن در مقابل تجربه دانشجویان ۲۷/۱۴ و ۷/۶۵، میانگین و انحراف معیار نمره توافق‌پذیری دانشجویان ۳۰/۴۷ و ۶/۶۷، میانگین و انحراف معیار نمره وظیفه‌شناسی ۳۶/۴۲ و ۷/۱۶، میانگین و انحراف معیار نمره کامجویی ۶/۲۵ و ۱/۹۷، ارزنده‌سازی مذهبی ۶/۳۷ و ۲/۰۹، سازمان‌نیافتگی مذهبی ۶/۳۱ و ۱/۷۶ و جهت‌گیری مذهبی ۵/۶۳ و ۱/۷۶ است.

جدول ۳: میانگین و انحراف معیار متغیرهای پژوهش

متغیر	میانگین	انحراف معیار	متغیر	میانگین	انحراف معیار
شادکامی	۵۰/۴۲	۲۰/۰۹	برون‌گرایی	۳۱/۷۶	۷/۳۱
روان‌رنجورخویی	۲۷/۵۵	۸/۸۸	باز بودن در مقابل تجربه	۲۷/۱۴	۷/۶۵
توافق‌پذیری	۳۰/۴۷	۶/۶۷	وظیفه‌شناسی	۳۶/۴۲	۷/۱۶
کامجویی	۶/۲۵	۱/۹۷	ارزنده‌سازی مذهبی	۶/۳۷	۲/۰۹
سازمان‌نیافتگی مذهبی	۶/۳۱	۱/۷۶	جهت‌گیری مذهبی	۵/۶۳	۱/۷۶

به منظور تعیین چگونگی رابطه جهت‌گیری مذهبی و شادکامی دانشجویان پس از بررسی رابطه متغیرها و معنادار بودن همبستگی پیرسون آن‌ها، مطابق جدول ۴ و بررسی رابطه خطی بودن متغیرها مطابق جدول ۵، مؤلفه‌های جهت‌گیری مذهبی (مذهب‌گرایی، سازمان‌نیافتگی، ارزنده‌سازی مذهبی و کامجویی) به عنوان متغیر پیش‌بین و مؤلفه شادکامی دانشجویان به عنوان متغیر ملاک در معادله رگرسیون به روش همزمان وارد شد، مشخصه‌های آماری رگرسیون

چهار مؤلفه جهت‌گیری مذهبی و شادکامی ذهنی دانشجویان در جدول ۶ و ۷ ارائه شده است. ۳۹,۶٪ از واریانس مربوط به شادکامی ذهنی به وسیله ۴ بعد جهت‌گیری مذهبی تبیین می‌شود. همان‌طور که در جدول ۷ ارائه شده است، ضرایب تأثیر مؤلفه مذهب‌گرایی ($\beta=0/294$) به این معنا که اگر یک واحد به میزان مؤلفه مذهب‌گرایی افزوده شود، مقدار ۰/۲۹۴ به نمره دانشجو در شادکامی افزوده می‌شود) و ارزنده‌سازی مذهبی ($\beta=0/571$) اگر یک واحد به میزان مؤلفه ارزنده‌سازی مذهبی افزوده شود، مقدار ۰/۵۷۱ به نمره دانشجو در شادکامی افزوده می‌شود) با توجه به آماره‌های t ، این دو بعد مذکور با اطمینان ۹۹٪ قادر هستند تغییرات مربوط به شادکامی دانشجویان را پیش‌بینی کنند. با توجه به تجزیه و تحلیل‌های آماری مشخص شد که ابعاد مذهب‌گرایی و ارزنده‌سازی مذهبی توانایی تبیین شادکامی ذهنی دانشجویان را دارند.

جدول ۴: ماتریس همبستگی ابعاد جهت‌گیری مذهبی و شادکامی ذهنی دانشجویان

متغیرها	۱	۲	۳	۴	۵
مذهب‌گرایی (۱)	۱				
سازمان‌یافتگی مذهبی (۲)	***-۰/۳۰۸	۱			
	۰/۰۰۱				
ارزنده‌سازی مذهبی (۳)	***۰/۳۵۲	-۰/۰۳۳	۱		
	۰/۰۰۱	۰/۵۸۴			
کامجویی (۴)	-۰/۰۹۰	***۰/۵۰۵	***-۰/۳۸۰	۱	
	۰/۱۶۹	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱		
شادکامی (۵)	***۰/۴۱۱	***-۰/۴۸۱	***۰/۱۹۴	***-۰/۲۸۰	۱
	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	

* معنادار بودن در سطح ۰/۰۵

** معنادار بودن در سطح ۰/۰۱

جدول ۵: تحلیل واریانس به منظور ارزیابی خطی بودن رابطه متغیر وابسته (شادکامی) با ابعاد جهت‌گیری مذهبی

متغیر مستقل	F	سطح معناداری
مذهب‌گرایی	۱۹/۰۴	۰/۰۰۰
سازمان‌نیافتگی مذهبی	۱۰/۳۸۸	۰/۰۰۱
ارزنده‌سازی مذهبی	۹۱/۵۰۶	۰/۰۰۰
کامجویی	۶۲/۷۸۲	۰/۰۰۰

جدول ۶: خلاصه مدل رگرسیون، تحلیل واریانس و مشخصه‌های آماری رگرسیون ابعاد جهت‌گیری مذهبی بر شادکامی ذهنی دانشجویان

مدل	مجموع مجذورات	df	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	R	R ²	SE
رگرسیون	۲۲۳۳۰/۶۲۶	۴	۵۵۸۲/۶۵۶	۳۵/۴۴	۰/۰۰	۰/۶۳	۰/۳۹۶	۱۲/۵۵
باقیمانده	۳۴۰۲۱/۳۷۴	۲۱۶	۱۵۷/۵۰۶					
کل	۵۶۳۵۲/۰	۲۲۰						

جدول ۷: ضرایب معادله پیش‌بینی شادکامی ذهنی دانشجویان با استفاده از ابعاد جهت‌گیری مذهبی

مدل	B	SEB	Beta	T	سطح معناداری
مذهب‌گرایی	۲/۵۹۶	۰/۴۸۱	۰/۲۹۴	۵/۴۰	۰/۰۰۱
ارزنده‌سازی مذهبی	۴/۶۲۳	۰/۴۷۵	۰/۵۷۱	۹/۷۲۵	۰/۰۰۱

معادله رگرسیون مدل بالا با توجه به ضرایب Beta به شرح زیر است:

$$y = 12/8 + 0/294x_1 + 0/571x_2$$

$$y = 571 x_2$$

به‌منظور بررسی رابطه ساختار شخصیت و شادکامی دانشجویان، پس از بررسی رابطه متغیرها و معنادار بودن آن‌ها مطابق جدول ۸ و خطی بودن رابطه متغیرها (جدول ۹)، مؤلفه‌های الگوی پنج عاملی شخصیت (روان‌رنجورخویی، برون‌گرایی، گشادگی نسبت به تجربه، توافق‌پذیری و وظیفه‌شناسی) به عنوان متغیر پیش‌بین و مؤلفه شادکامی دانشجویان به‌عنوان متغیر ملاک در معادله رگرسیون وارد شد.

جدول ۸: ماتریس همبستگی ابعاد الگوی پنج عاملی شخصیت و شادکامی ذهنی دانشجویان

الگو	۱	۲	۳	۴	۵	۶
روان‌رنجورخویی (۱)	۱					
برون‌گرایی (۲)	-۰/۰۶۷	۱				
باز بودن در مقابل تجربه (۳)	۰/۲۲۶	۰/۳۶۷	۱			
توافق‌پذیری (۴)	-۰/۱۱۱	۰/۵۳۳	۰/۳۸۸	۱		
وظیفه‌شناسی (۵)	-۰/۱۴۷	۰/۵۷۶	۰/۳۲۵	۰/۴۷۶	۱	
شادکامی (۶)	-۰/۱۱۸	۰/۵۶۳	۰/۳۶۳	۰/۳۵۸	۰/۵۲۲	۱
	۰/۰۳۵	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱

جدول ۹: تحلیل واریانس به‌منظور ارزیابی خطی بودن رابطه متغیر وابسته (شادکامی) با ابعاد شخصیت

متغیر مستقل	F	سطح معناداری
روان‌رنجورخویی	۴/۸۱۱	۰/۰۲۹
برون‌گرایی	۱۴۳/۴۱۴	۰/۰۰۰
باز بودن در مقابل تجربه	۵۳/۷۴۸	۰/۰۰۱
توافق‌پذیری	۴۴/۳۹۱	۰/۰۰۰
وظیفه‌شناسی	۱۱۵/۰۰۷	۰/۰۰۰

خطی بودن رابطه بین متغیرها، طبق جدول تحلیل واریانس (جدول ۹) بر اساس معنادار بودن f مشاهده شده ($P < 0/001$) تأیید می‌شود و مشخصه‌های آماری رگرسیون بین ابعاد الگوی پنج عاملی شخصیت و شادکامی ذهنی دانشجویان مطابق جدول ۱۰ ارائه شده است. بر اساس این نتایج ۴۰/۵٪ از واریانس مربوط به شادکامی دانشجویان توسط ۵ مؤلفه الگوی شخصیت تبیین می‌شود ($R^2 = 0/405$). با توجه به جدول ۱۱ ضریب تأثیر ابعاد روان‌رنجورخویی ($\beta = -0/118$) به این معنا که اگر یک واحد به میزان بعد روان‌رنجورخویی افزوده شود، مقدار ۰/۱۱ از نمره دانشجو در شادکامی کم می‌شود، برون‌گرایی ($\beta = 0/359$) اگر یک واحد به مؤلفه برون‌گرایی افزوده شود، مقدار ۰/۳۵ بر نمره شادکامی دانشجو افزوده می‌شود، باز بودن در مقابل تجربه ($\beta = 0/208$) و وظیفه‌شناسی ($\beta = 0/256$) (اگر یک واحد به مؤلفه باز بودن در مقابل تجربه و وظیفه‌شناسی افزوده شود، مقدار ۰/۲۰۸ و ۰/۲۵۶ بر نمره شادکامی دانشجو افزوده می‌شود) با توجه به آماره‌های t می‌توانند با اطمینان ۹۹٪ و ۹۵٪ تغییرات مربوط به شادکامی را پیش‌بینی کنند.

جدول ۱۰: خلاصه مدل رگرسیون و مشخصه‌های آماری رگرسیون ابعاد الگوی پنج عاملی شخصیت بر شادکامی ذهنی دانشجویان

مدل	مجموع مجزورات	df	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری	R	R ²	SE
رگرسیون	۵۱۳۳۷/۷۹۹	۵	۱۰۲۶۷/۵۶	۴۲	۰/۰۰۰	۰/۶۳۹	۰/۴۰۵	۱۵/۶۳۵
باقیمانده	۷۵۵۳۷/۵۲۲	۳۰۹	۲۴۴/۴۵۸					
کل	۱۲۶۸۱۷/۳۲۱	۳۱۴						

جدول ۱۱: ضرایب معادله پیش‌بینی شادکامی ذهنی دانشجویان با استفاده از ابعاد جهت‌گیری مذهبی

مدل	B	SEB	Beta	T	سطح معناداری
برون‌گرایی	۰/۹۷۳	۰/۱۶۱	۰/۳۵۹	۶/۰۲۴	۰/۰۰۰
وظیفه‌شناسی	۰/۷۴۲	۰/۱۵۳	۰/۲۵۶	۴/۵۸۲	۰/۰۰۰
گشودگی ذهنی	۰/۵۳۹	۰/۱۴۴	۰/۲۰۸	۳/۷۳۰	۰/۰۰۰
روان‌رنجورخویی	-۰/۲۷۳	۰/۱۱۵	-۰/۱۱۸	-۲/۳۷۵	۰/۰۱۸

معادله رگرسیون مدل بالا با توجه به ضرایب Beta به شرح زیر است:

$$y = ۸ / ۴۳ + ۰ / ۹۷۳ x_1 + ۰ / ۷۴۲ x_2 + ۰ / ۵۳۹ x_3 - ۰ / ۲۷۳ x_4$$

بحث و نتیجه‌گیری

در چند دهه اخیر یکی از عرصه‌های فعال پژوهش به روان‌شناسی مثبت به‌ویژه به مفهوم شادکامی اختصاص یافته و از این رهگذر یافته‌های جدید و امیدبخشی فراهم آمده است (آرجیل و هیلز، ۲۰۰۰؛ دینر و همکاران، ۱۹۹۹؛ سلیگمن و چک سنت می‌های، ۲۰۰۰). پژوهشگران برای پاسخگویی به پرسش‌های متعدد مرتبط با شادکامی دست به مطالعات گسترده‌ای زده‌اند. نتایج این پژوهش‌ها به‌طور خلاصه بیان‌کننده آن هستند که شادکامی با پیشایندهای شخصیتی، شناختی و مذهبی پیوند نزدیک دارد. همچنین این یافته‌ها نشان می‌دهند که شادکامی با پیامدهای مثبتی مثل سلامت جسمی و روانی، عملکرد مطلوب، تولید و کارآفرینی همراه است.

نتایج به‌دست آمده از این پژوهش با نتایج پژوهش‌های انجام شده در خصوص نقش مذهب بر شادکامی و رضایت از زندگی به صورت عمومی هماهنگ است. سلیگمن و چک سنت می‌های (۲۰۰۰)؛ آرجیل (۲۰۰۰)؛ رابینز و فرانسیس (۱۹۹۶)؛ فرانسیس و لستر (۱۹۹۷)؛ فرانسیس و همکاران (۲۰۰۴)؛ اینگلهارت (۲۰۱۰)؛ لیم و پوتنام (۲۰۱۰) و ملتفت و همکاران (۲۰۱۰) در یافته‌های خود شواهد مشابهی را ارائه داده‌اند. همان‌گونه که در نتایج ذکر شد تحلیل رگرسیون نشان می‌دهد که از بین چهار مؤلفه مقیاس جهت‌گیری مذهبی، دو مؤلفه مذهب‌گرایی و ارزش‌سازی مذهبی سهم بیشتری در تبیین واریانس شادکامی دارند. منظور از مذهب‌گرایی، رابطه عمیق و قلبی با خدا، رابطه با مردم بر اساس آموزه‌های دینی، اتخاذ و انجام دادن رفتارهای توصیه شده دینی، عاقبت‌گرایی و توجه به آخرت و منظور از ارزش‌سازی مذهبی، تقید جدی به مناسک مذهبی و رفتارهای مذهبی است (بهرامی احسان، ۱۳۸۳).

مذهب به اعتقاد برخی پژوهشگران با تأثیر بر سبک زندگی و چگونگی حل تعارض‌های ارزشی به دو سؤال اساسی انسان درباره هدف زندگی و معنای فعالیت‌ها و استعداد‌های او

پاسخ می‌دهد و به این ترتیب به وحدت‌یافتگی سازمان روان‌شناختی و معنوی و خودنظم‌دهی انسان و به تبع آن شادکامی کمک می‌کند. به عبارت دیگر سازش‌یافتگی انسان با مسائل زندگی مستلزم پاسخ به خواسته‌های مهمی است که انسان در پی پاسخ‌گویی به آن‌هاست. مذهب بستر مناسبی برای پاسخ به خواسته‌ها و مواضع مبهم فراهم می‌کند؛ از جمله این خواسته‌ها و نیازها می‌توان به مشکل انسان در رابطه با زمان، جاودانگی، اجتماعی شدن، اجتماعی ماندن، الگوی دل‌بستگی و جدایی، تشویق و تنبیه (مجازات)، معنادهی به فعالیت‌ها، عقل، جایگاه فرد در جهان، غلبه و معنادهی به تعارض‌های اساسی زندگی اشاره کرد (جان بزرگی، ۱۳۸۶). مذهب برای افراد در مواجهه با مشکلات منبعی حمایتی است و باورها و فعالیت‌های مذهبی به‌عنوان روشی تعریف شده است که منابع مذهبی مانند دعا، نیایش، توکل و توسل به خداوند را برای مقابله به‌کار می‌برد. همچنین رفتارهای مذهبی مانند نماز خواندن، صداقت، اعتقاد به خداوند و مطالعه کتاب‌های مذهبی از طریق ایجاد امید و تشویق در جهت ایجاد دیدگاه مثبت نسبت به شرایط موجود و بیرون کشیدن فرد از یک بحران مایوس‌کننده که بر آن‌ها تسلط چندانی هم ندارد یک نوع آرامش درونی را ایجاد می‌کند (روبرت^۱، ۱۹۹۲؛ به نقل از حمید، ۱۳۸۸). باور به اینکه خدایی هست که ناظر بر امور است و هنگام گرفتاری انسان را یاری می‌کند اضطراب و نگرانی را کاهش می‌دهد، به شکلی که بیشتر افراد مؤمن ارتباط با خدا را مانند ارتباط با یک دوست بسیار صمیمی بیان می‌کنند و باور دارند که اتکا و توکل به خداوند به‌عنوان یک شیوه مقابله‌ای مؤثر در رخداد‌های ناگوار به آن‌ها کمک فراوان می‌کند. منظور از توکل، اعتماد به خداوند در انجام دادن امور و واگذاری آن‌ها به او به طوری که فعالیت شخصی و تعادل روانی را افزایش دهد و از اضطراب نرسیدن به هدف باز دارد. علاوه بر این توکل آثار فراوانی از جمله عزت، آرامش و بی‌نیازی از خلق، امیدواری و رفع منفی‌نگری و انفعال، کفایت، مشکل‌گشایی و راهیابی به امور، تقویت صبر و موارد متعدد دیگر را دارد، که مجموع آن‌ها باعث می‌شود تا احساس فراگیر بسیار ناخوشایند اغلب مبهم و تنش‌زا برطرف شود (روبرت^۲، ۱۹۹۲؛ به نقل از حمید، ۱۳۸۸) و زمینه شادکامی را فراهم کند.

نتایج به‌دست آمده از رابطه بین شادکامی و شخصیت در این پژوهش با پژوهش‌های لو و

1. Robert

2. Robert

همکاران، ۱۹۹۷؛ فرانسیس و همکاران، ۲۰۰۴؛ فارنهام و چنگ، ۱۹۹۹؛ ۲۰۰۰؛ چان و جوزف^۱، ۲۰۰۰؛ آرجیل، ۲۰۰۰؛ پیشوا و همکاران، ۲۰۱۱ و سالاری و شاعری، ۲۰۱۳ همخوان بود. نتایج ضمن تأیید یافته‌های پژوهش‌های انجام شده توسط پژوهشگران دیگر به نوعی حاکی از ارتباط محتوایی برون‌گرایی با احساس شادکامی است. اصولاً برون‌گرایی دارای محتوا و ماهیتی به شرح زیر است: با تحرک و ارتباط پیوند نزدیک دارد و از این رو می‌تواند به پذیرش، گروه‌گرایی و مخاطب‌گرایی منجر شود. با عواطف مثبت و مهارت داشتن در تولید موقعیت‌های کامیاب‌کننده رابطه نزدیک دارد. همچنین با داشتن ابتکار و جرأت‌ورزی برای ورود به جمع و مردم‌آمیزی مرتبط و همبسته است. هر یک از این مؤلفه‌ها می‌توانند برای ایجاد شادکامی مفید باشند؛ توانسته‌اند برون‌گرایی را در ارتباط با شادکامی تحلیل کنند و دریابند که هدف اصلی برون‌گرایی، احساس شادکامی و دستیابی به لذت و خوشی و تمتع از فرصت‌های زندگی است (حقیقی و همکاران، ۱۳۸۵).

همچنین نتایج پژوهش‌های انجام شده حاکی از آن است که بین روان‌رنجورخویی و احساس شادکامی همبستگی منفی نسبتاً نیرومندی وجود دارد، احساس شادکامی دارای زمینه‌ای از عواطف مثبت همچون رضایت، خشنودی، لذت و کامجویی است و روان‌رنجورخویی که از مهم‌ترین حیطه‌های شخصیت است، انواع مشکلات عاطفی از قبیل ترس، خصومت و افسردگی را شامل می‌شود (کار^۲، ۲۰۰۴). این مشکلات می‌توانند باورهای مثبت فرد را تضعیف کنند و در نتیجه زمینه بروز شادکامی را خنثی کنند. بدین ترتیب عواطف منفی نقش بازدارندگی دارند و همچون مانعی در برابر احساس شادکامی، مردم‌آمیزی، روابط انسانی و حتی توفیق در مسائل خانوادگی و تربیتی قرار می‌گیرند. رایان و دسی^۳ (۲۰۰۱؛ به نقل از حقیقی و همکاران، ۱۳۸۵) شادکامی را معادل بهزیستی و خوشبختی ذهنی می‌دانند و معتقد هستند همه به دنبال به‌دست آوردن آن و دستیابی به آرامش و دوری از درد و رنج هستند. بنابراین، احساس شادکامی با روان‌رنجورخویی در مقابل یکدیگر قرار می‌گیرند و وجود یکی به منزله فقدان دیگری است.

-
1. Chan & Joseph
 2. Carr
 3. Rayan & Desi

همخوان با نتایج پژوهش حاضر به دنبال قوت گرفتن نظریه پنج عاملی شخصیت، مک کری و کاستا (۱۹۹۲) مؤلفه شخصیتی وظیفه‌شناسی را نیز با شادکامی در ارتباط دانستند. به باور آن‌ها این ویژگی می‌تواند به‌عنوان عامل تسهیل‌کننده تجارب مثبت در موقعیت‌های اجتماعی به‌شمار آید و در نتیجه به احساس شادکامی بینجامد، اما در این پژوهش مؤلفه توافق قادر به تبیین شادکامی نبود.

گشودگی به تجربه نیز فرد را هم به‌سوی تجارب هیجانی مثبت و هم به‌سوی تجارب هیجانی منفی هدایت می‌کند. افرادی که در بعد گشودگی به تجربه نمره بالایی کسب می‌کنند چالش‌پذیر هستند و رخداد‌های زندگی را عادی تلقی می‌کنند و در مقابل مشکلات سرسخت هستند و به راحتی حوادث و ناکامی‌ها نمی‌تواند آن‌ها را از پا درآورد و احتمالاً از بهزیستی و به تبع آن از شادکامی بیشتری بهره‌مند خواهند بود.

هم‌چنین یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد که حدود ۴۰٪ از واریانس مربوط به شادکامی به‌وسیله مؤلفه‌های مذهب و شخصیت تبیین می‌شود. برای تبیین ۶۰٪ واریانس باقیمانده، پژوهش کشاورز و وفاییان (۱۳۸۶) نشان داده است که متغیرهایی مانند سن، جنس، تحصیلات، شغل، وضعیت تأهل، فعالیت هنری و ورزشی، سلامت جسمی و روانی، روابط اجتماعی و خانوادگی، خوش‌بینی نسبت به آینده و نگرش نسبت به شادی می‌توانند در تبیین نمرات شادکامی مؤثر باشند. در این پژوهش به منظور کنترل تعدادی از متغیرهای مرتبط با شادکامی از جامعه دانشجویان استفاده شده تا متغیرهایی مانند تحصیلات، شغل، سن و تا حدودی وضعیت تأهل کنترل شود. پیشنهاد می‌شود به‌منظور کنترل سایر متغیرهای تأثیرگذار بر شادکامی از نمونه‌های همگن‌تر یا روش‌های آماری پیشرفته مانند لیزرل استفاده شود؛ یا به‌منظور بررسی تأثیر خالص متغیرهای پژوهش از همبستگی‌های تفکیکی و نیمه تفکیکی بهره جست. هم‌چنین انجام‌دادن بررسی‌های طولی به‌منظور یافتن روابط علی و معلولی بین متغیرهای پژوهش نیز می‌تواند به کنترل متغیرها کمک کند.

این پژوهش در اجرا با محدودیت‌هایی مواجه بود، از جمله اینکه در میان دانشجویان اجرا شد و به همین دلیل به افراد عادی یا با تحصیلات پایین تعمیم‌پذیر نیست. هم‌چنین این پژوهش از نوع همبستگی بوده و هیچ‌گونه رابطه علی بین متغیرها را نشان نمی‌دهد. در این پژوهش از متغیرهای شخصیت و جهت‌گیری مذهبی به‌عنوان پیش‌بینی‌کننده استفاده شد، در

صورتی که تحقیقات آتی می‌توانند به‌منظور بررسی ویژگی‌های شخصیتی خاصی، که تحت شرایط درمان، مهارت‌های کسب شادکامی را تسهیل کرده یا مانع می‌شوند، از شادکامی به‌عنوان روش درمان یا مداخله استفاده کنند. در نهایت پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های آتی از جوامع آماری گسترده‌تر و سایر گروه‌ها و جمعیت‌ها علاوه بر دانشجویان نیز استفاده شود و با توجه به اهمیت و تأثیر سازه شادکامی بر سلامت روان پیشنهاد می‌شود درمانگران و روان‌شناسان از روش‌های درمانی به‌منظور افزایش شادکامی بهره‌جویند و تأثیر سایر متغیرهای روان‌شناختی و جمعیت‌شناختی بر شادکامی را بررسی کنند.



منابع

- اسلامی، احمد علی (۱۳۷۶). بررسی نگرش فرد نسبت به مذهبی بودن و رابطه آن با افسردگی در دانش آموزان سال آخر دبیرستان‌های اسلام شهر در سال تحصیلی ۱۳۷۵-۱۳۷۶. پایان‌نامه کارشناسی ارشد. دانشکده بهداشت انستتو تحقیقات بهداشتی.
- امینی، قریبا و ملکشاهی، فرید (۱۳۸۰). بررسی تأثیر دعا بر کاهش اضطراب قبل از امتحان در دانشجویان دانشکده پرستاری و مامایی خرم آباد در سال ۱۳۷۹. چکیده مقالات نقش دین در بهداشت روان، سال پنجم، شماره ۱۹.
- بهرامی احسان، هادی (۱۳۸۰). بررسی مقدماتی میزان اعتبار و قابلیت اعتماد مقیاس جهت‌گیری مذهبی. مجله روان‌شناسی و علوم تربیتی، سال ششم، شماره ۱، ۹۰-۶۷.
- بهرامی احسان، هادی و تاشک، آناهیتا (۱۳۸۳). ابعاد رابطه میان جهت‌گیری مذهبی و سلامت روانی و ارزیابی مقیاس جهت‌گیری مذهبی. مجله روان‌شناسی و علوم تربیتی، سال سی و چهارم، شماره ۲. ۶۳-۴۱.
- بهرامی مشعوف، عباس (۱۳۷۳). بررسی رابطه بین میزان عبادت و سلامت روان در دانشجویان پسر مرکز تربیت معلم همدان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشکده تربیت معلم.
- بیانی، علی اصغر، گودرزی، حسینه، بیانی، علی و کوچکی، عاشور محمد (۱۳۸۷). بررسی رابطه جهت‌گیری مذهبی با اضطراب و افسردگی در دانشجویان. مجله اصول بهداشت روانی، سال دهم، شماره ۳، ۲۱۴-۲۰۹.
- جان بزرگی، مسعود (۱۳۷۸). بررسی اثربخشی روان‌درمانگری کوتاه مدت آموزش خود مهارگری با و بدون جهت‌گیری مذهبی بر مهار اضطراب و تنیدگی در سطح دانشجویان دانشگاه تهران. رساله دکتری، دانشگاه تربیت مدرس، دانشکده علوم انسانی.
- حقیقی، جمال، خوش کنش، ابوالقاسم، شکرکن، حسین، شهنی ییلاق، منیجه و نیسی، عبدالکازم (۱۳۸۵). رابطه الگوی پنج عاملی شخصیت یا احساس شادکامی در دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه شهید چمران. مجله علوم تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه شهید چمران اهواز. دوره سوم، سال سیزدهم، شماره ۳، ۱۶۳-۱۸۸.

۱۴۰ مطالعات روان‌شناختی / دوره ۱۰ / شماره ۲

حمید، نجمه (۱۳۸۸). بررسی رابطه نگرش مذهبی با سلامت روانی و عملکرد سیستم ایمنی بدن. *مجله مطالعات روان‌شناختی*، سال پنجم، ۲، ۷۳-۸۸.

روحانی، عباس و معنوی پور، داوود (۱۳۸۷). رابطه عمل به باورهای دینی با شادکامی و رضایت زناشویی در دانشگاه آزاد اسلامی واحد مبارکه. *مجله دانش و پژوهش در روان‌شناسی*، شماره ۳۵، ۲۰۶-۱۸۹.

روشن چلسی، رسول. (۱۳۸۵). بررسی ویژگیهای روانسنجی پرسشنامه شخصیتی پنج عاملی نیو (NEO-FFI). *ماهنامه دانشور رفتار*، شماره ۱۶، صفحات ۳۶-۲۷.

شیخ‌الاسلامی، راضیه، نجاتی، عصمت و احمدی، ساره (۱۳۹۰). پیش‌بینی مؤلفه‌های شادکامی زنان متأهل از طریق عزت نفس و روابط. *مجله زن در فرهنگ و هنر*، دوره ۳، شماره ۱، ۵۴-۳۹.

شمس اسفند آباد، حسن و نژادنداری، سمیرا (۱۳۸۸). بررسی مقایسه‌ای کیفیت زندگی و نگرش مذهبی در افراد معتاد و غیر معتاد شهر کرمان. *مجله مطالعات روان‌شناختی*، دوره ۵، شماره ۱، ۱۳۹-۱۵۲.

علی پور، احمد و نوربالا، علی (۱۳۷۸). بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه تهران، *مجله اندیشه و رفتار*، سال پنجم شماره ۱ و ۲، ۶۵-۵۵.

کرمانی مامازندی، زهرا و دانش، عصمت (۱۳۹۰). تأثیر نگرش مذهبی و هیجان خواهی بر سازگاری زناشویی دبیران متاهل شهرستان پاکدشت. *مجله مطالعات روان‌شناختی*، دوره ۷، شماره ۲، ۱۲۹-۱۵۴.

امیر کشاورز، امیر و وفاپیان، محبوبه (۱۳۸۶). عوامل تأثیرگذار بر میزان شادکامی. *مجله روان‌شناسی کاربردی*، دوره ۲، شماره ۵، ۵۱-۶۲.

گروسی فرشی، میر تقی (۱۳۸۰). رویکردهای نوین در ارزیابی شخصیت. تبریز: جامعه پژوه (دانیال).

گروسی فرشی، میر تقی، مانی، آرش و بخشی پور، عباس (۱۳۸۵). بررسی ارتباط بین ویژگی‌های شخصیتی و احساس شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه تبریز. *فصلنامه علمی-پژوهشی روان‌شناسی دانشگاه تبریز*. سال اول، شماره ۱.

مرادی، مریم، جعفری، سید ابراهیم و عابدی، محمدرضا (۱۳۸۴). شادکامی و شخصیت:

بررسی مروری. تازه‌های علوم‌شناختی، سال هفتم، شماره ۲، ۶۰-۷۱.

مغانلو، مهناز و آگیلار وفاپی، مریم (۱۳۸۸). رابطه عوامل و وجوه الگوی پنج عاملی شخصیت

با شادکامی و سلامت روانی و جسمانی. مجله روانپزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران، سال

پانزدهم، شماره ۳، ۲۹۰-۲۹۹.

Argyle, M(2000). *Psychology and religion: An introduction*. London: Rutledge

Argyle, M., & Hills, P(2000). Religious experiences and their relations with happiness and personality. *International Journal for the psychology of Religion*, 10, 157-172.

Argyle, M., & Lu, L. (1990). The happiness of extraverts. *Personality and Individual Differences*, 11, 1011-1017.

Argyle, M., Martin, M., & Crossland, J(1989). Happiness as a function of personality and social encounters. Elsevier Science, 189-203.

Carr, A(2004). *Positive psychology*. Hove and New York, Brunner Routledge.

Chan, R. & Joph, S(2000). Dimensions of personality, domain of aspiration and subjective well-being. *Personality and individual differences*, 28, 347-354.

Costa, P. T., & McCrae, R. R(1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: happy and unhappy people. *Personality and social psychology*, 38, 668- 678.

Costa, P, T., & McCrae, R(1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO- PI-R) and NEO Five Factor Inventory ((NEO- FFI) Professional Manual*. Odessa. FL: Psychological Assessment Resource.

Diener, E(1984). Subjective well being. *Psychological Bulletin*, 95, 542-575.

Diener, E., Suh, E.M., Lucas, R. E., & Smith, H. L(1999). Subjective well- being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.

Ellision, C. G(1991). Religious involvement and subjective wellbeing. *Journal of Mental health and social coping: An introduction*. New York. Columbia university press.

Francis, L. J., Katz, Y. J., Yablon, Y., & Robbins, M(2004). Religiosity, personality, and happiness: A sturdy among Israeli male undergraduates. *Journal of Happiness studies*, 5, 315-333.

Francis, L. J., & Lester, D(1997). Religion, Personality and Happiness. *Journal of Contemporary Religion*, 12, 81-86.

Francis, L. J. & Stubbs, M. T(1987). Measuring attitudes towards Christianity: from children into adulthood. *Journal of personality and individual differences*, 8, 741-743.

French, S., & Joseph, S(1999). Religiosity and its association with happiness, purpose in life, and self actualization. *Journal of Mental health, religion and culture*, 2, 117-120.

- Furnham, A. & Cheng, H(1997). Personality and Happiness. *Psychological Report*, 80, 761-762.
- Furnham, A. & Cheng, H(2000). Personality as predictor of mental health an happiness in the East and West. *Personality and individual differences*, 29, 395-403.
- Holder, M. D., Coleman, B., & Wallace, J. M(2008). Spirituality, Religiousness, and Happiness in children Aged 8-12 Years. *Journal of Happiness studies*.10, 902-912.
- Ingelhart, F(2010). *Faith and Freedom: Traditional and Modern Ways to Happiness*. New York: Oxford University Press.
- Krause, N(2003). Religious meaning and Subjective Well-being in late life. *Journal of Gerontology: Social science*, 58, 160-170.
- Krueger, B., Kahneman., D., Schkade., D., Schwarz ., & N., Stone, A(2009). National time accounting: The currency of life. *International Journal for the psychology of religion*, 15, 73-93.
- Lewis, C. A., Lanigan, C., Joseph, S., & de Fockert, J(1997). Religiosity and happiness: No evidence for an association among undergraduates. *Personality and individual differences*, 22, 119-121.
- Lewis, CH. A., Maltby, J., & Burkinshaw, S(2000). Religion and Happiness: still no association. *Journal of Belief & values*, 21, 2.
- Lewis, C. A., & Cruise, Sh., M(2006). Religion and happiness: Consensus, contradictions, comments and concerns. *Mental Health, Religion & Culture*, 9(3), 213-225.
- Lim, CH., & Putnam, R., D(2010). Religion, Social Networks, and life satisfaction. *American Sociological Review*, 75(6), 914-933.
- Lu, L., Shih, J. B., Lin, Y., & Ju, L. S(1997). Personality and environmental correlates of happiness. *Personality and individual differences*, 23, 453-462.
- Maltby, J., & Burkinshaw, S(2000). Religion and Happiness: still no association. *Journal of Belief & Values*. Vol 21, no. 2.
- Moltafet, GH., Mazidi, M., & Sadati, S(2010). Personality traits, religious orientation and happiness. *Journal of Social and Behavioral Sciences*, 9, 63-69.
- Pishva, N., Ghalehban, M., Moradi, A., & Hoseini, L(2011). Personality and Happiness, *Journal of Social and Behavioral Sciences*, Volume 30, 429-432.
- Robbins, M., & Francis, L. j(1996). Are religious people happier? A study among undergraduates. *Journal of Research in Religious Education*. 207-217.
- Salary, S., & Shaiery, M., R(2013). Study of the Relationship between Happiness and Dimensions of Psychosis, Neurosis and Personality Extraversion. *Journal of Social and Behavioral Sciences*, 84, 1143-1148.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M(2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychology*, 55, 5-14.
- Witter, R. A., Stock, W. A., & Haring, M.J(1985). Religion and subjective well being in adulthood: A quantitative synthesis. *Review of religious research*, 26, 332-342.