

تحلیل محتوای کتاب‌های درسی دوره آموزش ابتدایی براساس مؤلفه‌های شادکامی

ابراهیم صالحی عمران*
سهیلا هاشمی**
منصوره ایران‌نژاد***

چکیده

هدف اصلی این پژوهش تحلیل محتوای کتاب‌های درسی دوره آموزش ابتدایی براساس مؤلفه‌های شادکامی از قبیل عاطفه مثبت و رضایت از زندگی است. جامعه آماری، همه کتاب‌های دوره ابتدایی؛ شامل ۳۶ جلد کتاب در سال تحصیلی ۱۳۹۰-۱۳۸۹ در هشت عنوان فارسی (بخوانیم)، فارسی (بنویسیم)، علوم، هدیه‌های آسمانی، هدیه‌های آسمانی (کتاب کار)، قرآن، ریاضی و تعلیمات اجتماعی و نمونه آماری آن، هفت عنوان فارسی (بخوانیم)، فارسی (بنویسیم)، علوم، هدیه‌های آسمانی، هدیه‌های آسمانی (کتاب کار)، قرآن و تعلیمات اجتماعی را شامل می‌شود. چارچوب نظری این بررسی، دیدگاه نظری آرگایل، مارتین و لو و مؤلفه‌های مربوطه بوده است. روش تحلیل محتوای پژوهش حاضر، آنتروپی شانون بوده و واحد تحلیل نیز صفحات (متن، پرسش‌ها، تمرین‌ها و تصاویر) بوده است. علاوه بر این، برای تکمیل اطلاعات از روش کیفی جمع‌آوری اطلاعات یعنی مصاحبه با

تاریخ دریافت مقاله: ۹۰/۱۲/۱۶ تاریخ شروع بررسی: ۹۱/۲/۷ تاریخ پذیرش مقاله: ۹۱/۴/۱۷

* دکتری برنامه‌ریزی آموزشی، دانشیار دانشگاه مازندران، دانشگاه مازندران، edpes60@hotmail.com

** دکترای روانشناسی تربیتی، استادیار دانشگاه مازندران، دانشگاه مازندران

*** کارشناس ارشد برنامه‌ریزی آموزشی، دانشگاه مازندران

دانش‌آموزان، استفاده شده است. نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌ها نشان می‌دهد که در کتاب‌ها به مؤلفه عاطفه مثبت بیش از مؤلفه رضایت از زندگی توجه شده است. ضمن این‌که هر یک از شاخص‌های مؤلفه‌های مذکور به صورت متوازن مورد توجه قرار نگرفته است و کتب درسی به یک نسبت مؤلفه‌های شادکامی را تحت پوشش قرار نداده‌اند. همچنین نتایج حاصل از مصاحبه نشان می‌دهد که دانش‌آموزان از محتوای کتاب‌های درسی (مقوله‌های ارزشی، ساختاری، عاطفی و علائق) احساس لذت و رضایت داشتند. با این حال؛ از بین کتاب‌های مذکور کتاب «بخوانیم» بیش از سایر کتب درسی باعث شادکامی دانش‌آموزان شده است.

کلیدواژه‌ها: تحلیل محتوا، کتاب‌های درسی، آموزش ابتدایی، شادکامی

مقدمه

یکی از نعمات الهی که خداوند بر انسان عنایت فرموده، نعمت سلامتی است که یکی از ابعاد آن، بُعد روانی می‌باشد. در همین رابطه امانی و هادیان همدانی (۱۳۸۹) عنوان نموده‌اند که؛ امروزه سلامتی، رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی است و نه فقط نبود بیماری یا ناتوانی. دیگر جینیو (۲۰۰۴) می‌نویسد: سازمان بهداشت جهانی تأکید زیادی بر شادکامی به عنوان مؤلفه سلامتی دارد (لین، لین و وو، ۲۰۱۰) و مفاهیمی مانند رضایت از خود و زندگی و بهزیستی در تعریف سلامت روانی از شاخص‌های مورد توجه سازمان بهداشت جهانی^۲ است که با عواطف مثبتی مانند لذت، آرامش، نشاط و شادی همراه است (امانی و هادیان همدانی، ۱۳۸۹). به عبارت دیگر؛ آن ویژگی مهم روانی که فرد واجد سلامت می‌بایست از آن برخوردار باشد احساس بهزیستی یا رضامندی است (مایرز و داینر^۳، ۱۹۹۵). نظام آموزشی مدرسه نقش بسیار مهمی در شادی و نشاط و ارتقای آن در مراحل دوران کودکی و بالاتر از آن ایفا می‌کند و باعث بهبود شخصیت و نگرش دانش‌آموزان می‌شود. در همین راستا عابدی و میرزائی (۱۳۸۵) معتقدند که؛ شادی و سرزندگی در دانش‌آموزان سبب می‌شود آن‌ها با رغبت بیشتری در مدرسه حضور یابند و نه تنها در راه تحصیل علم و دانش‌اندوزی تلاش کنند، بلکه ارزش‌های مورد توجه مدرسه را بهتر پاس دارند.

از نظر میرشاه جعفری، عابدی و دریکوندی (۱۳۸۱)؛ شادکامی^۴ از جلوه‌های برجسته هیجان‌ات مثبت در آدمی است که از درون افراد و روان آن‌ها سرچشمه می‌گیرد و هرکس به فراخور خود آن را تجربه می‌کند اما تعریف شادکامی به سادگی تجربه آن نیست. برخی روان‌شناسان از کلمه بهزیستی

ذهنی^۵ به جای کلمه شادکامی استفاده می‌کنند و معتقدند بهزیستی ذهنی اصطلاحی کلی و دربرگیرنده انواع ارزشیابی‌هایی است که فرد از خود و زندگی‌اش به عمل می‌آورد. این ارزشیابی‌ها مواردی از قبیل خشنودی از زندگی، هیجان مثبت و فقدان افسردگی و اضطراب را شامل می‌شود و جنبه‌های مختلف آن نیز به شکل شناخت‌ها و عواطف است (داینر، ۲۰۰۲؛ به نقل از یزدانی، ۱۳۸۲).

شادکامی، نام علمی ارزیابی افراد از زندگی‌شان می‌باشد (حسین چاری، عشقان ملک، ذبیحی‌دان و کشتکاران، ۱۳۸۹). به اعتقاد داینر (۲۰۰۵) افراد می‌توانند زندگی‌شان را به صورت قضاوت کلی (رضایت‌مندی از زندگی یا احساس خرسندی) یا به صورت ارزیابی از محیط خاصی از زندگی‌شان (ازدواج یا کار) یا احساسات هیجانی اخیر خود در رابطه با آنچه برایشان رخ داده است (هیجان‌ات خوشایند، که از ارزیابی‌های مثبت تجربیات فردی ناشی می‌شود و سطوح پایین احساسات ناخوشایند که از ارزیابی‌های منفی تجربیات فردی ناشی می‌شود) مورد بررسی و ارزیابی قرار دهند. این داوری از بیرون بر فرد تحمیل نمی‌شود، بلکه حالتی درونی است که از هیجان‌های مثبت تأثیر می‌پذیرد (مایرز، ۲۰۰۴). از دیدگاه روان‌شناسان دو نوع شادکامی وجود دارد. نوعی از آن از رهگذر شرایط محسوس زندگی همچون زناشویی، تحصیل، شغل، آسایش و امکانات مالی و رفاهی حاصل می‌گردد 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 (احمدی، شفیع‌امیری و رضایی، ۱۳۸۹).

آرگایل، مارتین و لویو^۶ (۱۹۹۵) شادکامی را متشکل از سه جزء اساسی عاطفه مثبت، رضایت از زندگی و نبود عاطفه منفی، از جمله افسردگی و اضطراب، می‌دانند. علاوه بر این آرگایل و لویو (۱۹۹۰) دریافتند که روابط مثبت با دیگران، هدفمندبودن زندگی و رشد شخصیتی، دوست داشتن دیگران و شناخت مثبت، تعهد اجتماعی، خلق مثبت، احساس کنترل بر زندگی، سلامت جسمی، رضایت از خویشتن و هوشیاری روانی نیز از اجزای اصلی شادکامی هستند. علی‌رغم این تعاریف داینر (۱۹۹۹) بیان می‌کند شادی نشانه فقدان افسردگی نیست، بلکه نشان‌دهنده وجود شماری از حالت‌های شناختی و هیجانی مثبت است (استفن، لاین لی، هاروود، لویس و مک‌کالم^۷، ۲۰۰۴).

در مطالعاتی که در این زمینه انجام شد، محققان دریافتند که شادکامی عامل پدیدآورنده منافع به مراتب بیش از صرف احساس خوبی داشتن است (سلیگمن، استین، پارکس و پترسون^۸، ۲۰۰۵). نتایج پژوهش‌های مایرز (۲۰۰۰) و پترسون^۹ (۲۰۰۰) نشان داده است که شادکامی می‌تواند سلامت روانی و جسمانی را بهبود بخشد، افراد شادکام، سالم‌تر و بسیار موفق‌ترند و درگیری و تعهد

اجتماعی بیشتری دارند. افرادی که شاد هستند؛ احساس امنیت بیشتری می‌کنند، آسان‌تر تصمیم می‌گیرند، بیشتر روحیه مشارکتی دارند و نسبت به کسانی که با آنها زندگی می‌کنند بیشتر احساس رضایت می‌کنند. داینر (۱۹۸۴)، جاهودا (۱۹۵۸)، تیلور و براون (۱۹۸۸) نیز در پژوهش‌های خود به این مطلب اشاره نموده‌اند که؛ توانایی شاد بودن و خشنودی از زندگی، یکی از ملاک‌های انطباقی و سلامت روان مثبت است (لایوبومیرسکی، شلدون و اشکاد،^{۱۱} ۲۰۰۵). لذا می‌توان گفت شادکامی دربرگیرنده قوانین مهمی است که به وسیله تأثیر احساسات بر همه ابعاد رفتار انسان و پیشرفت او (شامل سلامت فیزیکی و روانی، پیشرفت مهارتی و آموزشی، صلاحیت اجتماعی و ایجاد روابط مثبت اجتماعی) قابل تشخیص است (بریجز، مارگی و زاف،^{۱۱} ۲۰۰۲).

با توجه به مزایای شادی، احمدی و همکاران (۱۳۸۹) معتقدند که همه جوامع خواستار شادی، سعادت و سلامت اعضای خود هستند و در پی رسیدن به این خواسته به دنبال عوامل تأثیرگذار بر آن می‌باشند. نودینگز (۲۰۰۳) بر این باور است که؛ شادی باید هدف مرکزی آموزش و پرورش باشد و در ادامه می‌گوید شادی و آموزش ارتباط تنگاتنگی دارند و هدف از آموزش خوب باید این باشد که به‌طور قابل توجهی به شادی فردی و جمعی کمک کند (وارنیک،^{۱۲} ۲۰۰۹). در این میان کتاب‌های درسی نیز، از جمله عوامل آموزشی است که نقش محوری در هر نظام آموزشی، بالأخص نظام آموزشی ایران ایفا می‌کند. در این راستا، این پژوهش قصد دارد محتوای کتاب‌های درسی دوره ابتدایی را براساس مؤلفه‌های شادکامی از جمله عاطفه مثبت (خندان بودن و یا تبسم در برخورد با دیگران، شوخ طبعی و شوخی با دیگران، انجام تمرینات ورزشی، تماشای طبیعت و چشم‌اندازهای زیبا و لذت از آن، رابطه با خدا و دعا و نیایش، انجام مراسم و مناسک مذهبی) و رضایت از زندگی (رضایت از زندگی با خانواده، رضایت از با دوستان بودن، رضایت از انجام کار و امید به آینده) و میزان و حضور هر یک از این مفاهیم را در کتاب‌های درسی بررسی کند.

پیشینه پژوهش

چکیده‌های روانشناسی^{۱۳} از سال ۱۸۸۷ تاکنون نشان می‌دهد که اگرچه توجه به هیجانات مثبت از جمله شادکامی از عهد باستان مورد توجه بشر بوده است؛ اما مطالعات نظری و تجربی (علمی) نشان می‌دهد که؛ تاریخچه مطالعات شادکامی به سال‌های دهه ۱۹۶۰ میلادی باز می‌گردد (آرگایل، ۱۳۸۲) و تأمل و دقت بیشتر در مطالعات نشان می‌دهد تاریخ پژوهش‌های مربوط به این پدیده، در واقع تاریخ پریشانی^{۱۴} است، لذا به دلیل ظهور معانی متعدد از واژه شادکامی موانع عدیده‌ای بر سر راه تولید تفکر و اندیشه در این مقوله رشد کرده است. البته به نظر می‌رسد امروزه به دلیل روی آوردن

بسیاری از پژوهش‌ها به پدیده شادکامی و کنکاش در این زمینه، تا حدی از این باتکلیفی کاسته شده و حتی پیشرفت‌هایی نیز در سطح مفهومی به دست آمده که در نهایت به ارائه تعاریف متعددی از این واژه منجر شده است (ربانی و همکاران، ۱۳۸۶؛ به نقل از دهقانی، ۱۳۹۰). از نظر سامنر شادی، دارا بودن یک نوع خاصی از نگرش‌ها و گرایش‌ها مثبت نسبت به زندگی است که در آن شکل کاملی از شناخت و عاطفه وجود دارد (وینهون^{۱۵}، ۲۰۰۶). در تعریفی دیگر، لایوبومیرسکی و همکاران (۲۰۰۵) شادکامی را تجربه احساس نشاط، شادی و خوشی و نیز دارا بودن این احساس که فرد زندگی خود را خوب، با معنا و با ارزش بداند در نظر گرفته‌اند. طبق این تعریف مشخص می‌شود که شادی یک پدیده ذهنی و درونی است. به اعتقاد آرگایل و همکاران (۱۹۹۵) شادکامی سه جزء اساسی دارد که عبارتند از: عاطفه مثبت، رضایت از زندگی و فقدان عاطفه منفی. در این تعریف آرگایل معتقد است که خوشی یا سرور جنبه هیجانی شادی و رضایت جنبه شناختی آن است. همچنین آرگایل بر این باور است که روابط اجتماعی اثر بسیار زیادی بر شادی دارد (همان). به طور کلی از جمع بندی تعاریف مختلف درباره شادی می‌توان استنباط کرد که شادی دارای سه جزء اساسی عاطفی، شناختی و اجتماعی است. جزء عاطفی (هیجانی) باعث می‌شود فرد شادکام همواره از نظر خلقی شاد و خوشحال باشد؛ جزء اجتماعی، گسترش روابط اجتماعی را به دنبال دارد و جزء شناختی موجب می‌گردد فرد شادکام نوعی تفکر و نوعی پردازش اطلاعات ویژه خود داشته باشد و وقایع روزمره را طوری تعبیر و تفسیر کند که خوش‌بینی وی را به دنبال داشته باشد (امیدیان، ۱۳۸۸).

در ارتباط با آموزش شادکامی، مدارس و برنامه‌های درسی عاملی پایه‌ای و مهم محسوب می‌شوند. به باور سلیگمن، ارنست، گیل هام، ریویچ و کین کینس^{۱۶} (۲۰۰۹) به سه دلیل شادکامی را در مدارس باید آموزش داد: به عنوان پادزهری در مقابل افسردگی، محرکی برای افزایش رضایت از زندگی و نیرویی کمکی برای یادگیری بهتر و تفکر خلاقانه‌تر. علاوه بر این، مدارس به دلایلی چند، مکان‌هایی بسیار عالی برای آموزش‌های شادکامی‌اند. نخست آن‌که، کودکان زمان زیادی را در مدرسه می‌گذرانند (هافرد و سندبرگ^{۱۷}، ۲۰۰۱). به این ترتیب، تعاملات روزانه و تجربه‌های روزمره با همسالان، آموزگاران و مربیان و اولیای مدرسه با شادکامی آن‌ها مربوط است. افزون بر این، بیشتر والدین و متخصصان تعلیم و تربیت، ارتقای صفات مثبت و شادکامی و آسایش روانی را جنبه مهمی از مدرسه رفتن می‌دانند (کوهن^{۱۸}، ۲۰۰۶). از آنجا که برای رسیدن به چنین هدفی باید از ابتدا آموزش‌های لازم را به افراد داد تا درآینده به اهداف در نظر گرفته شده برسند، این امر باید از همان دوره‌های آغازین شروع گردد. در واقع دوره ابتدایی، دوره‌ای از تحصیل است که اساس دوره‌های بالاتر آموزشی و

تجربیات قبلی دانش‌آموزان می‌باشد (کیرکوود^{۱۹}، ۲۰۰۱). آموزش و پرورش دوره ابتدایی که به نام‌های تعلیمات اجباری، آموزش همگانی و آموزش عمومی خوانده شده است، نخستین گامی است که در جهت آموزش افراد برای زندگی برداشته می‌شود و هدف آن، باید آموزش دانش‌ها و مهارت‌هایی باشد که ارزش همگانی دارد و مورد نیاز همگان است. فراگرفتن این قبیل معلومات و کسب این‌گونه مهارت‌ها، باید سطح تفاهم افراد را بالا ببرد و به حسن روابط اجتماعی کمک کند (احمدی، ۱۳۸۰).

اوکان، لوی، کارولی و روهل من^{۲۰} (۲۰۰۹) در پژوهشی با عنوان «ارتباط بین نمرات تحصیلی دانش‌آموزان و تجربه میزان شادی در آنان» نتیجه می‌گیرند که دانش‌آموزانی که پیشرفت تحصیلی بسیار بالایی دارند به دلیل این‌که ارتباط اجتماعی کمتری دارند احساس شادی پایین‌تری را تجربه می‌کنند و همین‌طور این دانش‌آموزان تحمل میزان بالاتری از استرس را گزارش کردند. نوردتویت^{۲۱} (۲۰۰۹) طی مطالعه‌ای، به سیاست و خطی‌مشی‌های نظام آموزش و پرورش چین و اروپا اشاره کرده و یادآور می‌شود که به علت تأکید بسیار زیاد آموزش و پرورش چین بر پیشرفت فردی، در مقایسه با اروپا، این دانش‌آموزان احساس اضطراب بیشتری دارند و این وضعیت به‌خصوص در دانش‌آموزان با معدل بالا مشهودتر است.

در پژوهشی دیگر مانون، یارچسکی و بارچسکی^{۲۲} (۲۰۰۵) با بررسی وضعیت شادکامی دانش‌آموزان نوجوان دختر و پسر به این نتیجه رسید که تفاوت‌های جنسیتی تأثیری بر شادی و نشاط ندارد. جعفری، سیادت و بهادران (۱۳۸۶) نیز در مطالعه‌ای تحت عنوان «عوامل مؤثر در شادابی مدارس» به این نتیجه رسید که عوامل فردی، آموزشی، اجتماعی - فرهنگی، کالبدی و سبک مدیریت مشارکتی در شادابی مدارس مؤثر بوده و بین نظرات مدیران، مربیان پرورشی و مشاوران در این زمینه تفاوت معناداری مشاهده شد و تنها در زمینه عوامل فردی و سبک مدیریت آمرانه تفاوت معناداری مشاهده نشد.

نجاتی و پارسایی (۱۳۸۹) در پژوهشی تحت عنوان «بررسی رابطه آگاهی از عواطف (و ابعاد آن) و شادی (بهزیستی روانی)» به این نتیجه رسیدند که آگاهی از عواطف و برخی ابعاد آن با شادی رابطه دارد. مقایسه اثربخشی روش شناختی - رفتاری فوردایس و روش آموزش مهارت‌های اجتماعی در افزایش میزان شادی دانش‌آموزان دبیرستان‌های اصفهان پژوهش دیگری است که عابدی و میرزایی (۱۳۸۸) انجام دادند. نتایج این مطالعه نشان داد که روش آموزش مهارت‌های اجتماعی کارآمدتر از روش شادی فوردایس است.

با توجه به پژوهش‌های صورت گرفته، چه داخل و چه خارج از کشور، به نظر می‌رسد

مطالعات فراوانی به بحث شادکامی و سنجش آن، عوامل مؤثر بر شادکامی و رابطه عوامل مختلف شخصیتی، فرهنگی، اجتماعی و جمعیت شناختی با شادکامی پرداخته‌اند ولی از آنجا که به تحلیل محتوای کتاب‌های درسی براساس مؤلفه‌های شادکامی به‌طور خاص توجهی نشده است. پژوهش حاضر، هدف خود را بر تحلیل محتوای کتاب‌های درسی دوره آموزش ابتدایی براساس مؤلفه‌های شادکامی متمرکز ساخته است.

اهداف پژوهش

هدف اصلی: بررسی میزان توجه به مؤلفه‌های شادکامی در کتاب‌های درسی دوره ابتدایی

اهداف فرعی:

بررسی میزان توجه به عاطفه مثبت در کتاب‌های درسی دوره ابتدایی
بررسی میزان توجه به رضایت از زندگی در کتاب‌های درسی دوره ابتدایی

سؤال‌های پژوهش

۱. میزان توجه به عاطفه مثبت در محتوای کتب درسی تا چه حد است؟
- ۱-۱. میزان توجه به خندان بودن و یا تبسم در برخورد با دیگران در محتوای کتب درسی تا چه حد است؟
- ۱-۲. میزان توجه به شوخ‌طبعی و شوخی با دیگران در محتوای کتب درسی تا چه حد است؟
- ۱-۳. میزان توجه به انجام تمرینات ورزشی در محتوای کتب درسی تا چه حد است؟
- ۱-۴. میزان توجه به تماشای طبیعت و چشم اندازهای زیبا و لذت از آن در محتوای کتب درسی تا چه حد است؟
- ۱-۵. میزان توجه به رابطه با خدا و دعا و نیایش در محتوای کتب درسی تا چه حد است؟
- ۱-۶. میزان توجه به انجام مراسم و مناسک مذهبی در محتوای کتب درسی تا چه حد است؟
۲. میزان توجه به رضایت از زندگی در محتوای کتب درسی تا چه حد است؟
- ۱-۲. میزان توجه به رضایت از زندگی با خانواده در محتوای کتب درسی تا چه حد است؟
- ۲-۲. میزان توجه به رضایت از با دوستان بودن در محتوای کتب درسی تا چه حد است؟
- ۳-۲. میزان توجه به رضایت از انجام کار در محتوای کتب درسی تا چه حد است؟
- ۴-۲. میزان توجه به امید به آینده در محتوای کتب درسی تا چه حد است؟

روش پژوهش

این پژوهش با دو روش کمی و کیفی انجام شده است. در بخش کمی از روش تحلیل محتوا استفاده شد، واحد تحلیل؛ صفحات (متون، پرسش‌ها، تمرین‌ها، تصاویر) بود. همچنین در این پژوهش جهت تکمیل پژوهش در بخش کیفی، از مصاحبه نیمه ساختاریافته^{۲۷} استفاده شده است.

تدوین مؤلفه و شاخص‌ها و متن مصاحبه

از آنجا که پژوهشی به صورت مستقل به بررسی شادکامی در کتب درسی نپرداخته است، جهت تدوین مؤلفه‌ها و شاخص‌ها در این پژوهش، پس از مطالعه گسترده متون مرتبط در حوزه شادکامی، ابتدا مؤلفه‌ها و شاخص‌های مربوط به مفهوم شادکامی براساس دیدگاه نظری آرگایل و همکاران (۱۹۹۵) شناسایی شد. علاوه بر این در تعیین مؤلفه‌ها و شاخص‌ها از مطالعات پژوهشی داینر، سا و اوی‌شی^{۲۴} (۱۹۹۷)، کار (۲۰۰۴)، آیزنک (۱۳۷۵)، و... استفاده شد. لذا در این پژوهش دو مؤلفه شادکامی؛ یعنی عاطفه مثبت و رضایت از زندگی در نظر گرفته شد که هریک از مؤلفه‌ها طی فرایند شاخص‌سازی شامل خرده مؤلفه‌هایی می‌شوند که در جدول زیر ارائه شده‌اند. پس از مشخص شدن شاخص‌های اندازه‌گیری مؤلفه‌های شادکامی، اطلاعات براساس مدل آنتروپی شانون (الوانی، آذر و دانایی‌فرد، ۱۳۸۸) جمع‌آوری و تجزیه و تحلیل شدند و براساس همین مدل، میزان توجه به هر یک از مؤلفه‌های شادکامی در کتاب‌های درسی دوره ابتدایی بررسی شد.

جدول ۱. شاخص‌های پژوهش

مفهوم	مؤلفه	شاخص
شادکامی	عاطفه مثبت	میزان توجه به خندان بودن و یا تبسم در برخورد با دیگران
		میزان توجه به شوخ طبعی و شوخی با دیگران
		میزان توجه به انجام تمرینات ورزشی
		میزان توجه به تماشای طبیعت و چشم اندازهای زیبا و لذت از آن
		میزان توجه به رابطه با خدا و دعا و نیایش
	رضایت از زندگی	میزان توجه به انجام مراسم و مناسک مذهبی
		میزان توجه به رضایت از زندگی با خانواده
		میزان توجه به رضایت از با دوستان بودن
		میزان توجه به رضایت از انجام کار
		میزان توجه به امید به آینده

سؤالات مصاحبه نیز به صورت باز طراحی گردید و در قالب آن، جهت تکمیل اطلاعات، سعی شده است، آنچه را که باعث شادکامی دانش‌آموزان در ارتباط با موضوعات و محتوای دروس می‌شود بررسی شود. سؤالات مصاحبه در این پژوهش عبارت‌اند از:

وقتی کتاب درسی خود را باز می‌کنید و می‌خوانید و یا تصاویرش را می‌بینید چه احساسی دارید؟ (آیا کتاب‌های درسی را دوست دارید و از خواندن و تماشای آن لذت می‌برید؟)

کدام کتاب درسی را خیلی دوست دارید و از خواندن و تماشای آن خیلی خوشحال می‌شوید و لذت می‌برید؟

کدام صفحات کتاب درسی و موضوعات و محتوای آن را خیلی دوست دارید و از خواندن و تماشای آن خیلی خوشحال می‌شوید و لذت می‌برید؟ چرا؟

جامعه آماری و نمونه

جامعه آماری این پژوهش در بخش کمی، کلیه کتاب‌های درسی دوره ابتدایی (۳۶ جلد) در سال تحصیلی ۱۳۹۰-۱۳۸۹ در هشت عنوان فارسی (بخوانیم)، فارسی (بنویسیم)، علوم، تعلیمات اجتماعی، هدیه‌های آسمانی، هدیه‌های آسمانی (کتاب کار)، قرآن و ریاضی می‌باشد و نمونه آماری را هفت کتاب با عناوین فارسی (بخوانیم)، فارسی (بنویسیم)، علوم، تعلیمات اجتماعی، هدیه‌های آسمانی، هدیه‌های آسمانی (کتاب کار) و قرآن تشکیل می‌دهد.

در بخش مصاحبه، جامعه آماری کل دانش‌آموزان پایه ابتدایی شهر بابلسر می‌باشد که تعداد ۲۰ نفر از دانش‌آموزان پایه‌های اول تا پنجم با استفاده از شیوه تصادفی و هدفمند^{۲۵} (گال، بورگ و گال، ۱۳۸۶) انتخاب گردیدند.

تحلیل داده‌ها

برای تحلیل محتوا مراحل مختلفی طی می‌شود. از جمله این مراحل می‌توان سه مرحله عمده زیر را ذکر کرد:

مرحله قبل از تحلیل (آماده‌سازی و سازماندهی)

بررسی مواد (پیام)

پردازش نتایج (الوانی و همکاران، ۱۳۸۸).

این پژوهش بر مرحله سوم تحلیل محتوا، یعنی پردازش داده‌های جمع‌آوری شده از پیام متمرکز است. در واقع در این پژوهش، سعی شده است از روش جدیدی که برگرفته از تئوری

سیستم‌ها است، برای پردازش نتایج استفاده شود. این روش که به روش آنتروپی شانون^{۲۶} معروف است، نگاهی جدید به بحث پردازش داده‌ها در مبحث تحلیل محتوا می‌باشد. آنتروپی نشان‌دهنده مقدار عدم اطمینان حاصل از محتوای یک پیام است. به عبارت دیگر، آنتروپی در تئوری اطلاعات شاخصی است برای اندازه‌گیری عدم اطمینان که به وسیله یک توزیع احتمال بیان می‌شود. این عدم اطمینان به صورت ذیل نوشته می‌شود (الوانی و همکاران، ۱۳۸۸):

$$S\{P_1, P_2, \dots, P_n\} = -k \sum_{i=1}^m [P_i L_n P_i]$$

به طوری که K یک ثابت مثبت است به منظور تأمین $0 \leq E \leq 1$

رابطه ریاضی فوق با این فرض که محتوای یک پیام از نقطه نظر m پاسخگو در n مقوله طبقه‌بندی شده است، مورد بحث قرار می‌گیرد. برای تشریح الگوریتم روش آنتروپی شانون لازم می‌آید که ابتدا پیام برحسب مقوله‌ها به تناسب هر پاسخگو در قالب فراوانی شمارش شود. نتیجه جدول کلی فراوانی‌ها خواهد شد که شکل کلی آن در جدول شماره ۲ آمده است.

جدول ۲: فراوانی مقوله‌ها برحسب پاسخگو

مقوله \ پاسخگو	X_1	X_2	...	X_n
۱	F_{11}	F_{12}	...	F_{1n}
۲	F_{21}	F_{22}	...	F_{2n}
⋮	⋮	⋮	⋮	⋮
m	F_{m1}	F_{m2}	...	F_{mn}

براساس داده‌های جدول شماره ۲ مراحل الگوریتم به شرح زیر بیان می‌شود:
در مرحله اول، ماتریس فراوانی‌های جدول فراوانی باید بهنجار شوند که برای این کار از رابطه ۱ استفاده می‌شود:

$$\frac{F_j}{\sum_{i=1}^m F_j} F_j \quad (i = 1, 2, 3, \dots, m, j = 1, 2, \dots, n) \quad (\text{رابطه ۱})$$

در مرحله دوم، بار اطلاعاتی مقوله j باید محاسبه شود. بدین منظور از رابطه ۲ استفاده می‌شود:

(رابطه ۲)

$$E_j = -k \sum_{i=1}^m [P_j L_n P_j] \quad (j = 1, 2, \dots, n)$$

به طوری که

$$k = \frac{1}{L_n m}$$

در مرحله سوم نیز، با استفاده از بار اطلاعاتی مقوله‌ها ($j=1, 2, \dots, n$) ضریب اهمیت هر یک از مقوله‌ها محاسبه می‌شود. هر مقوله‌ای که دارای بار اطلاعاتی بیشتری باشد باید از درجه اهمیت (W_j) بیشتری برخوردار باشد که برای محاسبه ضریب اهمیت مقوله‌ها طبق رابطه ۳ محاسبه می‌شود.

$$W_j = \frac{E_j}{\sum_{j=1}^n E_j} \quad (j = 1, 2, \dots, n) \quad (\text{رابطه ۳})$$

W_j شاخصی است که ضریب اهمیت هر مقوله زام را در یک پیام با توجه به کل پاسخ‌دهندگان مشخص می‌کند. از طرفی می‌توان با توجه به بردار W ، مقوله‌های حاصل از پیام را رتبه‌بندی کرد. جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها در بخش کیفی، از روش تحلیل محتوای موضوعی^{۲۷} (ایزی^{۲۸}، ۲۰۰۲) استفاده شد. به این معنی که، پس از کاوش در داده‌های مصاحبه و شناسایی واحد تحلیل (کلمات و جملات)، ابتدا طبقات مربوط به مفهوم شادکامی براساس کدگذاری باز رضایت و لذت تعیین گردیده است. در مرحله بعد، پس از جست‌وجو و کاوش بیشتر در داده‌ها و یافتن خرده مقوله‌ها و کدهای دیگری در درون داده‌ها، برای هر مقوله‌ای عنوان و تعریفی ارائه گردیده است. و در نهایت پس از نامگذاری و جست‌وجو در درون داده‌های مصاحبه اعم از اعمال و احساسات، تجربه‌های درسی و آموزشی و مقایسه و مقابله، مقوله‌های مرتبط به هم در یک دسته یا طبقه کلی تر قرار گرفته است.

یافته‌ها

در این پژوهش، کتاب‌های درسی دوره ابتدایی براساس دو مؤلفه شادکامی (عاطفه مثبت و رضایت از زندگی)، در قالب ۱۰ سؤال، تحلیل کمی شدند. برای این کار، ابتدا مجموع فراوانی‌ها برحسب هر مؤلفه در کتاب‌های پنج پایه تهیه شدند (جدول ۳). سپس داده‌های جدول (۳) براساس

مرحله اول روش آنتروپی شانون به صورت داده‌های بهنجار شده درآمدند (جدول ۴). در ادامه، براساس مرحله دوم روش آنتروپی شانون، مقدار بار اطلاعاتی داده‌های جدول (۴) به دست آمد و سپس براساس مرحله سوم روش آنتروپی شانون، ضریب اهمیت اطلاعات به دست آمده از جداول فوق نشان داده شد (جدول ۵). در نهایت توزیع فراوانی مؤلفه‌های هدف پژوهش مجدداً براساس روش آنتروپی شانون تجزیه و تحلیل شد. نتایج به ترتیب در جداول (۶)، (۷) و (۸) آمده است تا مشخص شود که به‌طور کلی بیشترین میزان توجه و اهمیت به کدام مؤلفه اختصاص دارد.

جدول ۳. توزیع فراوانی توجه به مؤلفه‌های شادکامی در کتاب‌های دوره ابتدایی

مقوله‌ها	عناوین کتب		تاریخی (تجزیه)	تاریخی (تبسم)	تألیفات اجتماعی	علوم	هدیه‌های آسمانی	هدیه‌های آسمانی (کتاب کار)	قرآن	جمع کل
	مؤلفه‌ها	مؤلفه‌ها								
عاطفه مثبت	خندان بودن و یا تبسم در برخورد با دیگران	۸۴	۶	۵	۴۰	۴۷	۲۱	۲۷	۲۳۰	
	شوخ طبعی و یا شوخی با دیگران	۱۲	۴	۰	۰	۰	۰	۰	۱۶	
	انجام تمرینات ورزشی	۱۶	۵	۰	۹	۵	۱۳	۱	۴۹	
	تماشای طبیعت و چشم‌اندازهای زیبا و لذت از آن	۳۱	۳	۱	۲	۵	۱	۳	۴۶	
	رابطه با خدا و دعا و نیایش	۵۷	۱۴	۴	۰	۶۰	۱۹	۸۰	۲۳۴	
	انجام مراسم و مناسک مذهبی	۱۸	۳	۱۷	۱	۲۵	۱۶	۱۲	۹۲	
رضایت از زندگی	رضایت از زندگی با خانواده	۲۱	۴	۵	۳	۷	۱۱	۱۰	۶۱	
	رضایت از با دوستان بودن	۲۱	۵	۰	۱۲	۱۶	۱۲	۶	۷۲	
	رضایت از انجام کار	۶۷	۱۷	۷	۵۸	۲۰	۲۳	۲۲	۲۱۴	
	امید به آینده	۳	۰	۰	۰	۵	۲	۱	۱۱	

جدول فوق نشان می‌دهد که از مجموع ۳۴۶۷ صفحه از کتاب‌های دوره ابتدایی، ۲۳۰ صفحه به شاخص میزان توجه خندان بودن و تبسم در برخورد با دیگران، ۱۶ صفحه به میزان توجه به شوخ طبعی و شوخی با دیگران، ۴۹ صفحه به انجام تمرینات ورزشی، ۴۶ صفحه به تماشای طبیعت و چشم اندازهای زیبا و لذت از آن، ۲۳۴ صفحه به رابطه با خدا و دعا و نیایش، ۹۲ صفحه به انجام مراسم و مناسک مذهبی، ۶۱ صفحه به رضایت از زندگی با خانواده، ۷۲ صفحه به رضایت از با دوستان بودن، ۲۱۴ صفحه به رضایت از انجام کار و ۱۱ صفحه به امید به آینده توجه شده است. به طور کلی بیشترین میزان توجه به رابطه با خدا و دعا و نیایش و خندان بودن و تبسم در برخورد با دیگران و کمترین میزان توجه مربوط به امید به آینده و شوخ طبعی و شوخی با دیگران می‌باشد.

جدول ۴. داده‌های بهنجار شده جدول (۳) در کتاب‌های دوره ابتدایی

مفروضات	عناوین کتب مؤلفه‌ها		فارسی (تجزیه)	فارسی (تبسم)	تفصیلات ابتدایی	علوم	هدیه‌های آسمانی	هدیه‌های آسمانی (کتاب کار)	قرآن
	فارسی (تجزیه)	فارسی (تبسم)							
عاطفه مثبت	۰/۳۶۵	۰/۰۲۶	۰/۰۲۱	۰/۱۷۳	۰/۲۰۴	۰/۰۹۱	۰/۱۱۷	خندان بودن و یا تبسم در برخورد با دیگران	
	۰/۷۵	۰/۲۵	۰	۰	۰	۰	۰	شوخ طبعی و یا شوخی با دیگران	
	۰/۳۲۶	۰/۱۰۲	۰	۰/۱۸۳	۰/۱۰۲	۰/۲۶۵	۰/۲۰	انجام تمرینات ورزشی	
	۰/۶۷۳	۰/۰۶۵	۰/۰۲۱	۰/۰۳۳	۰/۱۰۸	۰/۰۲۱	۰/۰۶۵	تماشای طبیعت و چشم اندازهای زیبا و لذت از آن	
	۰/۲۴۳	۰/۰۵۹	۰/۰۱۷	۰	۰/۲۵۶	۰/۰۸۱	۰/۳۴۱	رابطه با خدا و دعا و نیایش	
رضایت از زندگی	۰/۱۹۵	۰/۰۳۲	۰/۱۸۴	۰/۱۰	۰/۲۷۱	۰/۱۷۳	۰/۱۳۰	انجام مراسم و مناسک مذهبی	
	۰/۳۴۴	۰/۰۶۵	۰/۰۸۱	۰/۰۴۹	۰/۱۱۴	۰/۱۸۰	۰/۱۶۳	رضایت از زندگی با خانواده	
	۰/۲۹۱	۰/۰۶۹	۰	۰/۱۶۶	۰/۲۲۲	۰/۱۶۶	۰/۰۸۳	رضایت از با دوستان بودن	
	۰/۳۱۳	۰/۰۷۹	۰/۰۳۲	۰/۲۷۱	۰/۰۹۳	۰/۱۰۷	۰/۱۰۲	رضایت از انجام کار	
	۰/۲۷۲	۰	۰	۰	۰/۴۵۴	۰/۱۸۱	۰/۰۹۰	امید به آینده	

جدول ۵. مقادیر بار اطلاعاتی و ضریب اهمیت مؤلفه‌های شادکامی در کتاب‌های درسی دوره ابتدایی

رضایت از زندگی		عاطفه مثبت							مقدار بار EJ اطلاعاتی	Wj ضریب اهمیت
		خندان بودن و تبسم در برخورد با دیگران	شوخی و شوخی با دیگران	انجام تمرینات ورزشی	تماشای طبیعت و چشم اندازهای زیبا و لذت از آن	رابطه با خدا و دعا و نیایش	انجام مراسم و مناسک مذهبی	رضایت از زندگی با خانواده		
۰/۸۳۵	۰/۳۳۴	۰/۴۵۹	۰/۴۵۷	۰/۷۸۳	۰/۷۹۰	۰/۷۵۰	۰/۷۶۷	۰/۷۱۶	۰/۳۳۲	
۰/۱۳۰	۰/۰۳۳	۰/۰۷۲	۰/۰۷۱	۰/۱۳۱	۰/۱۳۳	۰/۱۱۷	۰/۱۲۰	۰/۱۲۱	۰/۰۵۲	

جدول (۵) نشان می‌دهد که بیشترین میزان بار اطلاعاتی و ضریب اهمیت در همه صفحات کتاب‌های دوره ابتدایی، به شاخص رابطه با خدا و دعا و نیایش و خندان بودن و تبسم در برخورد با دیگران و کمترین میزان بار اطلاعاتی و ضریب اهمیت به شاخص امید نسبت به آینده و شوخ طبعی و شوخی با دیگران مربوط است.

جدول ۶. توزیع فراوانی مؤلفه‌های شادکامی در کتاب‌های درسی دوره ابتدایی

پاسخگو	مؤلفه	عاطفه مثبت	رضایت از زندگی
فارسی (بخوانیم)	۲۱۸	۱۱۲	
فارسی (بنویسیم)	۳۵	۲۶	
تعلیمات اجتماعی	۲۷	۱۲	
علوم	۵۲	۷۳	
هدیه های آسمانی (اصلی)	۱۴۲	۴۸	
هدیه های آسمانی (کار)	۷۰	۸۴	
قرآن	۱۲۳	۳۹	
جمع کل	۱۰۹۰	۳۵۸	

جدول (۶) نشان می‌دهد که در همهٔ صفحات (۳۴۶۷) کتاب‌های دورهٔ ابتدایی، بیشترین توجه به مؤلفه عاطفه مثبت و کمترین توجه به مؤلفه رضایت از زندگی شده است. جدول ۶ و ۷ نشان می‌دهند که بیشترین توجه به مؤلفه عاطفه مثبت در صفحات کتاب‌های فارسی (بخوانیم) و کمترین توجه در کتاب‌های تعلیمات اجتماعی می‌باشد. در ارتباط با مؤلفه رضایت از زندگی بیشترین توجه در کتاب‌های فارسی (بخوانیم) و کمترین میزان توجه در کتاب‌های تعلیمات اجتماعی می‌باشد.

جدول ۷. داده‌های بهنجار شده مؤلفه‌های شادکامی در کتاب‌های درسی دوره ابتدایی

رضایت از زندگی	عاطفه مثبت	مؤلفه / پاسخگو
۰/۳۱۲	۰/۲	فارسی (بخوانیم)
۰/۰۷۲	۰/۰۳۲	فارسی (بنویسیم)
۰/۰۳۳	۰/۰۲۴	تعلیمات اجتماعی
۰/۲۰۳	۰/۰۴۷	علوم
۰/۱۳۴	۰/۱۱۸	هدیه‌های آسمانی (اصلی)
۰/۱۳۴	۰/۰۶۴	هدیه‌های آسمانی (کار)
۰/۱۰۸	۰/۱۱۲	قرآن

جدول ۸. مقادیر بار اطلاعاتی و ضریب اهمیت مؤلفه‌های شادکامی در کتاب‌های درسی دوره ابتدایی

رضایت از زندگی	عاطفه مثبت	مؤلفه
۰/۳۷۸	۰/۷۰۱	مقدار بار اطلاعاتی (EJ)
۰/۲۹۵	۰/۷۰۴	ضریب اهمیت (WJ)

جدول (۸) نشان می‌دهد که در همهٔ صفحات کتاب‌های دورهٔ ابتدایی، بیشترین میزان بار اطلاعاتی و ضریب اهمیت مربوط به مؤلفهٔ عاطفه مثبت و کمترین میزان بار اطلاعاتی و ضریب

اهمیت مربوط به مؤلفه رضایت از زندگی مربوط است.

در بخش دوم مصاحبه؛ طی سؤالات باز پاسخی ابتدا از دانش‌آموزان خواسته شد تا بگویند وقتی کتاب درسی‌شان را باز می‌کنند و می‌خوانند و یا تصاویرش را می‌بینند چه احساسی دارند؟ (آیا کتاب‌های درسی‌شان را دوست دارند و از خواندن و تماشای آن‌ها لذت می‌برند؟) نتایج نشانگر آن بود که؛ ۲۰ دانش‌آموز مورد مصاحبه، احساس مثبتی نسبت به کتاب‌های درسی داشتند. برای مثال مصاحبه شونده پسر پایه اول می‌گوید: کتابام را دوست دارم و مصاحبه شونده دختر پایه چهارم می‌گوید: احساس خوبی دارم، مطالب خوبی تو کتابا داره راضی‌ام. در ادامه از دانش‌آموزان خواسته شد تا بگویند کدام کتاب درسی را خیلی دوست دارند و از خواندن و تماشای آن خیلی خوشحال می‌شوند و لذت می‌برند؟ نتایج پژوهش بیانگر آن بود که؛ اکثر دانش‌آموزان عنوان نمودند که از بین کتاب‌های مذکور کتاب بخوانیم بیش از سایر کتب درسی باعث شادکامی دانش‌آموزان می‌شود. برای مثال، مصاحبه شونده پسر پایه اول می‌گوید: «من وقتی کتاب بخوانیم را باز می‌کنم خیلی خوشحال می‌شم چون خیلی کتاب جالبیه عکسای قشنگ داره چیزای خوب داره درباره اماما داره خیلی چیزا یاد می‌گیرم و خوشحال می‌شم...» و در نهایت از دانش‌آموزان خواسته شد کدام صفحات کتاب درسی و موضوعات و محتوای آن را خیلی دوست دارند و از خواندن و تماشای آن خیلی لذت می‌برند؟ چرا؟ در پاسخ به این سؤال، نتایج حاصل از داده‌های کیفی (مصاحبه)، با استناد به نقل قول‌ها مورد بررسی قرار گرفته است. نتایج حاصل از نقل قول‌ها با توجه به جدول ۹ و ۱۰، نشان می‌دهد که؛ آنچه باعث شادکامی دانش‌آموزان می‌شود مقوله‌های ساختاری (موضوعی و تصویری کتاب)، ارزشی (اخلاق نیکو، ملیت، دین)، عاطفی (خانواده و دوستان)، علائق (علاقه به تفریح و طبیعت، کار و فعالیت و مدرسه) می‌باشد. برای مثال: مصاحبه شونده پسر پایه اول می‌گوید: «کتاب بخوانیم بازی، بازی، تماشا دوست دارم چون وقتی توپ بازی می‌کنم و با دوستانم بازی می‌کنم خیلی خوشحال می‌شم. به‌به، به‌به، چه زیبا خیلی دوست دارم چون وقتی با خانواده‌ام مسافرت می‌رم خوشحال می‌شم. این صفحه (در مسجد محله) رو دوست دارم چون نماز خواندن را دوست دارم. عید را دوست دارم. من از درس تاب خیلی خوشم میاد چون دارن ورزش می‌کنن من ورزش کردن را خیلی دوست دارم. درس ورزش هم خیلی دوست دارم چون وقتی ورزش می‌کنم خوشحال می‌شم. مبارزه با ظلم و بدی درباره اماما و عید مبعثه وقتی درباره اماما می‌خونم خوشحال می‌شم». مصاحبه شونده پسر پایه سوم می‌گوید: «آزمایش‌های کتاب علوم دوست دارم و لذت می‌برم چون آزمایش‌های زیادی می‌کنیم و به نتیجه‌های جالبی می‌رسیم و چیزای زیادی یاد می‌گیریم. این درس کتاب بخوانیم درباره نماز خواندن هست من نماز دوست دارم، نماز می‌خونم

بحث و نتیجه‌گیری

با مطرح شدن روزافزون اهمیت شادکامی در سلامت روان و تقویت قوای روانی انسان برای مقابله با پیچیدگی‌ها و مشکلات دنیای امروز، توجه محققان و اندیشمندان و حتی عوام نسبت به آن بیشتر شده است. در این میان شادکامی دانش‌آموزان، که از اصلی‌ترین سرمایه‌های هر جامعه‌ای محسوب می‌شوند، طبعاً اهمیت مضاعفی می‌یابد. از این رو در کتاب‌های درسی بیش از پیش باید به مؤلفه‌های شادکامی که می‌تواند موارد گوناگونی را در بر گیرد، پرداخته شود. در خلال تحلیل محتوای کتاب‌های درسی دوره آموزش ابتدایی پایه‌های (اول، دوم، سوم، چهارم و پنجم) از مجموع ۳۴۶۷ صفحه، در مجموع ۱۴۴۸ مورد فراوانی در رابطه با مفاهیم شادکامی مشاهده گردید. این فراوانی‌ها در دو مفهوم کلی؛ عاطفه مثبت (خندان بودن و یا تبسم در برخورد با دیگران، شوخ‌طبعی و شوخی با دیگران، انجام تمرینات ورزشی، تماشای طبیعت و چشم‌اندازهای زیبا و لذت از آن، رابطه با خدا و دعا و نیایش، انجام مراسم و مناسک مذهبی) و رضایت از زندگی (رضایت از زندگی با خانواده، رضایت از با دوستان بودن، رضایت از انجام کار، امید به آینده) توزیع شده‌اند.

نتایج سؤال اول پژوهش نشان می‌دهد که از مجموع ۱۴۴۸ مورد فراوانی به‌دست آمده ۱۰۹۰ مورد فراوانی به مؤلفه عاطفه مثبت تعلق داشته است. ضریب اهمیت به‌دست آمده نیز ۰/۷۰۴ می‌باشد. همان‌طور که یافته‌های حاصله از فراوانی مؤلفه‌ها نشان می‌دهد، شاخص‌های عاطفه مثبت از توزیع نرمال برخوردار نیستند. در حالی که به شاخص میزان توجه به رابطه با خدا و دعا و نیایش و شاخص خندان بودن و یا تبسم در برخورد با دیگران نسبت به شاخص میزان توجه به شوخ‌طبعی و شوخی با دیگران توجه بیشتری شده است. از بین شاخص‌های عاطفه مثبت؛ بیشترین میزان فراوانی و ضریب اهمیت به شاخص میزان توجه به رابطه با خدا و دعا و نیایش با ۲۳۴ مورد فراوانی و ضریب اهمیت ۰/۱۳۱ و خندان بودن و یا تبسم در برخورد با دیگران با ۲۳۰ مورد فراوانی و ضریب اهمیت ۰/۱۳۰ تعلق داشته و شاخص میزان توجه به شوخ‌طبعی و شوخی با دیگران با ۱۶ فراوانی و ضریب اهمیت ۰/۰۵۳ دارای کمترین میزان فراوانی و ضریب اهمیت می‌باشد. علاوه بر این، یافته‌های حاصل از شاخص‌های دیگر عاطفه مثبت نشان می‌دهد که، میزان توجه به شاخص انجام تمرینات ورزشی ۴۹ فراوانی و ضریب اهمیت ۰/۰۷۲، تماشای طبیعت و چشم‌اندازهای زیبا و لذت از آن ۴۶ فراوانی و ضریب اهمیت ۰/۰۷۱، انجام مراسم و مناسک مذهبی ۹۲ فراوانی و ضریب اهمیت ۰/۱۲۳ می‌باشد. همچنین فراوانی به‌دست آمده، در بین کتب درسی نیز از توزیع نرمال برخوردار نیست. به‌طوری که بیشترین میزان فراوانی در

ارتباط با شاخص رابطه با خدا و دعا و نیایش متعلق به کتاب قرآن با ۸۰ فراوانی و کمترین میزان فراوانی صفر مربوط به کتاب علوم می‌باشد و در ارتباط با شاخص خندان بودن و یا تبسم در برخورد با دیگران بیشترین میزان فراوانی متعلق به کتاب فارسی بخوانیم با ۸۴ فراوانی و کمترین میزان فراوانی ۵، مربوط به کتاب تعلیمات اجتماعی می‌باشد. بیشترین میزان فراوانی مربوط به شاخص شوخ‌طبعی و شوخی با دیگران با ۱۲ فراوانی مربوط به کتاب فارسی (بخوانیم) و کمترین میزان آن با صفر در کتب تعلیمات اجتماعی، علوم، هدیه‌های آسمانی (اصلی)، هدیه‌های آسمانی (کتاب کار) و قرآن مشاهده می‌شود.

نتایج مربوط به سؤال دوم پژوهش حاکی از آن است که از مجموع ۱۴۴۸ فراوانی به‌دست آمده؛ ۳۵۸ مورد فراوانی به رضایت از زندگی تعلق داشته است. ضریب اهمیت به‌دست آمده نیز برابر با ۰/۲۹۵ می‌باشد. همچنین یافته‌های حاصله از فراوانی شاخص‌ها نشان می‌دهد که شاخص‌های رضایت از زندگی نیز از توزیع نرمال برخوردار نیستند. به‌طوری که به شاخص رضایت از انجام کار نسبت به امید به آینده توجه بیشتری شده است. رضایت از انجام کار با ۲۱۴ مورد فراوانی و ضریب اهمیت ۰/۱۲۱ بیشترین میزان فراوانی و ضریب اهمیت را نسبت به شاخص‌های دیگر رضایت از زندگی، یعنی؛ احساس امید نسبت به آینده با ۱۱ مورد فراوانی و ضریب اهمیت ۰/۳۳۲ و همچنین شاخص رضایت از زندگی با خانواده ۶۱ فراوانی و ضریب اهمیت ۰/۱۱۷، رضایت از با دوستان بودن ۷۲ فراوانی و ضریب اهمیت ۰/۱۲۰ دارا بوده است. همچنین طبق فراوانی به‌دست آمده، در بین کتب درسی نیز از حالت توازن برخوردار نمی‌باشد. به‌طوری که بیشترین میزان فراوانی در ارتباط با شاخص رضایت از انجام کار متعلق به کتاب فارسی (بخوانیم) در مجموع با ۶۷ مورد فراوانی و کمترین میزان فراوانی ۷ به کتاب تعلیمات اجتماعی تعلق دارد. در ارتباط با شاخص امید به آینده نیز باید بیان نمود که بیشترین میزان فراوانی را می‌توان در کتاب هدیه‌های آسمانی (اصلی) با فراوانی ۵ مشاهده نمود و کمترین میزان فراوانی مربوط به کتب فارسی (بنویسیم)، تعلیمات اجتماعی و علوم می‌باشد.

روی هم‌رفته؛ یافته‌های به‌دست آمده از تحلیل‌ها نشان می‌دهد که به مؤلفه‌های شادکامی در کتاب‌های درسی توجه شده است، اما با توجه به حجم کتاب و ضرورت شادکامی در کتاب‌های درسی؛ توجه نمودن بیشتر به این مؤلفه‌ها و شاخص‌ها و لحاظ نمودن آنها در کتب درسی می‌تواند نقش مهمی در پرورش انسان‌های سالم و با نشاط ایفا نماید. چنانچه به اعتقاد آرگایل (۱۳۸۳) وضعیت‌های اجتماعی نابسامان، ملال‌آور و پراضطراب یکی از عوامل اصلی توقف استعدادها و باروری خرد و اندیشه در یک جامعه است که می‌تواند روابط فرد با اجتماع را مختل

نموده، به تدریج نیروی انسانی را ضعیف کرده، قوای جسمی و فکری را فرسوده و انسان‌ها را برای قبول ضعف و ناتوانی که مغایر با توسعه و تعالی است، آماده سازد.

در تبیین یافته‌ها می‌توان گفت که با توجه به اهمیت مفهوم شادی که هر فردی در زندگی روزمره خود به شکلی آن را تجربه می‌کند، بررسی و شناخت مسائلی که می‌تواند با شادکامی مرتبط باشند، مفید می‌باشد (نجاتی و پارسایی، ۱۳۸۹). جعفری و همکاران (۱۳۸۶) در مطالعات خود نشان دادند، عوامل فردی، آموزشی، اجتماعی - فرهنگی، کالبدی و سبک مدیریت مشارکتی در شادابی مدارس مؤثر بوده است و فرانک (۱۹۹۷؛ به نقل از نجاتی و پارسایی، ۱۳۸۹) نیز در ارتباط با تأثیر عاطفه مثبت بر شادکامی عنوان نموده است که؛ هر چه فرد از عاطفه مثبت بالاتری برخوردار باشد با آگاهی از تأثیر عواطف بر جسم و روح خود کنترل بهتری را اعمال می‌کند و می‌تواند از عواطف خویش به منظور دستیابی به تجربیات مثبت استفاده کند. لذا باید به شاخص‌های عاطفه مثبت توجه فراوانی نمود.

همچنین نتایج مطالعات متنوعی حاکی از ارتباط گسترده رضایت از زندگی با تعدادی از رفتارها و حالات روان شناختی مهم از جمله افسردگی (لوینسون و همکاران، ۱۹۹۱)، عزت نفس (آریندل و همکاران، ۱۹۹۹) و امید (چانگ، ۲۰۰۳) است (ناطقیان و ملازاده، ۱۳۸۷). لذا با لحاظ نمودن مقوله‌هایی که در کتاب‌های درسی به عنوان یکی از عوامل آموزشی، سبب احساس لذت و رضایت و در نتیجه شادکامی دانش‌آموز می‌شود می‌توان به شادکامی دانش‌آموزان کمک شایان توجه‌ای نمود. علاوه بر این نتایج پژوهش بیانگر آن بود که؛ بین میزان توجه به هر یک از مؤلفه‌ها و شاخص‌های شادکامی نیز تفاوت وجود دارد و پیشنهاد می‌شود در تهیه و تدوین کتاب‌های درسی به این مسئله مهم توجه شود و هم‌خوانی کتاب‌های درسی دوره آموزش ابتدایی نیز، از نظر توجه به مؤلفه‌ها و شاخص‌های شادکامی کم است. به طوری که از بین کتاب‌های مذکور کتاب بخوانیم بیش از سایر کتب درسی باعث شادکامی دانش‌آموزان می‌شود. در تبیین نتایج به نظر می‌رسد از میان کتاب‌های درسی تنها کتاب بخوانیم به عنوان نوعی کتاب ترکیبی به همه مؤلفه‌ها و شاخص‌های شادکامی توجه نموده است و کتاب‌های دیگر به صورت تجزیه‌ای به برخی محتواها پرداختند. به‌طور کلی می‌توان بیان نمود که یافته‌های پژوهش در راستای دیدگاه آرگایل و همکاران می‌باشد. به طوری که نتایج یافته‌ها نشان داد دانش‌آموزان از مقولاتی احساس شادکامی می‌نمودند که احساس لذت و رضایت می‌کردند و کتاب‌هایی که دارای بیشترین میزان مؤلفه و شاخص‌های فوق بوده‌اند سبب شادکامی بیشتری در دانش‌آموزان شده‌اند.

در انتها باید خاطر نشان ساخت که؛ شاد بودن مسئله‌ای است که ضرورت و نیاز دنیای

امروز است، چون انسان‌های غمگین، افسرده و مأیوس نمی‌توانند خود را کنترل کنند و به خودباوری برسند و ویژگی‌های مثبت و توانمندی‌های خود را بروز دهند، لذا شاد بودن نیروی محرکه‌ای است که باعث انگیزه و حرکت می‌شود و انسان را در مسئولیت پذیرفتن و تلاش برای موفقیت فعال می‌سازد (صیفوری و فلاحتی، ۱۳۹۰). از آنجایی که دوره آموزش ابتدایی اساس دوره‌های بالاتر و تجارب دانش آموزان است کتاب‌های درسی در صورت مرتبط بودن با نیازهای دانش‌آموزان، برانگیزاننده، سودمند و مؤثر خواهد بود و با یادگیری همیشگی همراه خواهد بود. در این راستا کتاب‌های درسی باید پاسخگوی نیازهای عاطفی، اجتماعی و ارضای حس کنجکاوی دانش‌آموزان بوده و امکان شناخت لازم از خود، دنیای پیرامون، ارزش‌ها را به آن‌ها بدهد و در آن‌ها امید و آرامش و شادکامی ایجاد کند. لذا با توجه به اینکه شادکامی یک ویژگی ارتقاپذیر است، با اعمال روش‌های مداخله‌ای (مؤلفه و شاخص‌های شادکامی در کتاب‌های درسی)، شادکامی و متعاقباً موفقیت تحصیلی افزایش خواهد یافت. بنابراین پیشنهاد می‌گردد که، با توجه به اهمیت خاصی که مفهوم شادکامی دارد، در سایر مقاطع تحصیلی از حیث پرداختن به شادکامی با توجه به این مؤلفه‌ها و مؤلفه‌های دیگر تحلیل محتوا صورت گیرد. و از آنجا که معلمان و سایر دست‌اندرکاران آموزش و پرورش عوامل اصلی و مؤثر بر فرایند آموزش به‌شمار می‌آیند، پیشنهاد می‌شود در زمینه ضرورت آشنایی و آموزش آن‌ها با مؤلفه‌های شادکامی پژوهش‌های دیگری انجام شود.

منابع

- آرگایل، مایکل. (۱۳۸۲). روان‌شناسی شادی (ترجمه مسعود گوهری انارکی، حمید طاهر نشاط دوست، حسن پالانگ و فاطمه بهرامی). اصفهان: جهاد دانشگاهی.
- آیزنک، مایل. (۱۳۷۵). روانشناسی شادی (ترجمه محمد فیروزبخت و خلیل بیگی). تهران: بدر.
- احمدی، پروین. (۱۳۸۰). طراحی الگوی برنامه درسی تلفیقی و مقایسه آن با برنامه‌های درسی موجود دوره ابتدایی در نظام آموزشی ایران. (پایاننامه دکتری برنامه‌ریزی درسی). دانشگاه تربیت مدرس، تهران.
- احمدی، تیمور؛ شفیعی امیری، مجید و رضایی، آمنه. (۱۳۸۹). ۲۱ و ۲۲ مهرماه. بررسی رابطه خوشبینی با شادکامی در دانشجویان. اولین همایش کشوری دانشجویی عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت، تهران.
- الوانی، سید مهدی؛ آذر، عادل و دانایی فرد، حسن. (۱۳۸۸). روش‌شناسی پژوهش کیفی در مدیریت: رویکردی جامع. تهران: اشراقی.
- امانی، رزیتا و هادیان همدانی، رژیئا. (۱۳۸۹). بررسی اثربخشی آموزش مهارت‌های اجتماعی بر افزایش میزان شادی دانشجویان. مجموعه مقالات چهارمین سمینار سراسری بهداشت روانی دانشجویان. بازیابی شده از www.msrt.ir/sites/iransco/Lists/List5/.../11/11.

- امیدیان، مرتضی. (۱۳۸۸). بررسی وضعیت سلامت عمومی و شادکامی در دانشجویان دانشگاه یزد. *مطالعات تربیتی و روان‌شناسی دانشگاه فردوسی*، ۱۰(۱)، ۱۱۶-۱۰۱.
- جعفری، سید ابراهیم؛ سیادت، سید علی و بهادران، نرگس. (۱۳۸۷). بررسی عوامل مؤثر در شادابی مدارس. *اندیشه های نوین تربیتی*، ۴(۱ و ۲)، ۳۱-۴۴.
- حسین چاری، مسعود؛ عشقان ملک، وحیدرضا؛ ذبیحی دان، سحر و کشتکاران، کتابون. (۱۳۸۹)، ۲۱ و ۲۲ (مهرماه). پیش‌بینی شادی براساس مولفه های هوش معنوی. اولین همایش کشوری دانشجویی عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت، تهران.
- دهقانی، حمید. (۱۳۹۰). شادی و مشارکت (پایان نامه کارشناسی ارشد جامعه شناسی). دانشگاه مازندران، بابلسر.
- صیفوری، ویدا و فلاحتی، علی. (۱۳۹۰). بررسی اهمیت و ضرورت شادی و از دیدگاه قرآن، روایات و تعالیم دینی. *فرهنگ در دانشگاه اسلامی*، ۱۵(۲)، ۸۴-۱۱۰.
- گال، مردیت؛ بورگ، والتر و گال، جوئیس. (۱۳۸۶). روش پژوهش کمی و کیفی در علوم تربیتی و روان‌شناسی (ترجمه احمد رضا نصر و همکاران). تهران: سمت و شهید بهشتی.
- عابدی، احمد و میرزائی، پروش. (۱۳۸۵). مقایسه ی اثربخشی روش شناختی-رفتاری فوردایس و روش آموزش مهارت های اجتماعی در افزایش میزان شادی دانش آموزان دبیرستان های اصفهان. *اندیشه نوین تربیتی*، ۲(۳ و ۴)، ۷۱-۵۹.
- میرشاه جعفری، ابراهیم؛ عابدی، محمدرضا و دریکوندی، هدایت الله. (۱۳۸۱). شادمانی و عوامل مؤثر بر آن، *تازه های علوم شناختی*، ۴(۳)، ۵۸-۵۰.
- ناطقیان، سمانه و ملازاده، جواد. (۱۳۸۷). رضایت از زندگی و شادکامی در دانشجویان فرزند جانباز در دانشگاه شیراز. *نویاد شاهد*، پایگاه اطلاع رسانی فرهنگ ایثار و شهادت.
- نجاتی، عصمت و پارسایی، عین اله. (۱۳۸۹)، ۲۱ و ۲۲ (مهرماه). بررسی رابطه ی آگاهی از عواطف (ابعاد آن) و شادی (بهبودی روانی). اولین همایش کشوری دانشجویی عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت، تهران.
- یزدانی، فضالاه. (۱۳۸۲). بررسی رابطه بین نگرش دینی، سبک های مقابله‌ای و شادکامی در دانش‌آموزان دختر و پسر دبیرستان های اصفهان در سال تحصیلی ۸۲-۸۱. *مجله علوم انسانی*، ۱۲(۴۹)، ۸۴-۶۵.
- Argyle, M, & Lu, L (1990). The happiness of extraverts, *Personality and Individual Differences*, 11(5), 1011-1017.
- Argyle, M, Martin, M, & Lu, L (1995). Testing for stress and happiness: the rol of social and cognitive factor, *stress and emotion*, 10(9), 173-187.
- Bridges, L. J., Margie, N. G., & Zaff, J. F. (2002). *Background for community Level work on emotional well – being in Adolescence: Reviewing the Literature on Contributing Factors*. Retrieved from <http://www.Childrends.org/files/Kemotional.pdf> Brown, J.
- Car, A (2004). *Positive Psychology, The science of happiness and human strengths*. New York: BrunnerRoutledge Let.
- Cohen, J (2006). Social, emotional, ethical and academic education: creating a climate for learning, participation in democracy and well-being, *Harvard Educational Review*, 176(8), 201-237.
- Diener, E (2005). Frequently asked questions about subjective wellbeing (Happiness and life satisfaction), *Aprimer for reporters and new comers*, 20(8), 441-453 . Retrieved from <http://www>.

psych. uiuc.ediener/fag.htm.

Diener, E. Suh, E. & Oishi, S (1997). Recent findings on subjective well-being. *Journal of clinical Psychology*, 61(33), 27-56.

Ezzy, D(2002). *Qualitative analysis*, London: Routledge.

Hofferth, S.I, Sandberg, J.F(2001). How American children spend their time. *Journal of Marriage and the Family*, 163(9), 295-308.

Kirkwood.T(2001)). Our Global Age Requires Global Education: Clarifying Definitional Ambiguities, *The Social Studies*,12(8), 10-14.

Lin, JinDing. Lin, Pei-Ying & Wu, Chia-Ling. (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*, 31(12), 1083-1090.

Lyubomirsky, S.Sheldon, K. M. & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9(8), 111-131.

Manon, A.E, Yarcheski, A, Yarcheski, T, J(2005). Happiness as Related to Gender and Health in early adolescents. *Clinical Nursing Research*, 14(2), 175-190.

Myers, D.G & Diener, E(1995). Who is happy? , *Psychological sciences*, 6, 10-19.

Myers, D (2000).The friends and faith of happy people, *American Psychologist*, 55(1), 56-57.

Myers, D. G(2004). *Happiness. Excerpted from Psychology*,7th edition, New York: Worth Publishers.

Nordtoyt,B,H(2009) Western and Chinese development discourses: Education, growth and sustainability” *International Journal of Educational Development*, 29(2), 157-165.

Okun. R, Levy. P, Karoly. L & Ruehlman. B(2009). Dispositional happiness and college student GPA:Unpacking a null relation, *Journal of Research in Personality*,43(4), 711-715.

Peterson,C(2000). The future of optimism. *American Psychologist*,55(1), 44-55.

Seligman, M.E.P; Steen, A; Parks, N & Peterson, C(2005). Positive Psychotherapy Progress, *American Psychologist*, 12(5), 410-421.

Seligman, M.E.P; Ernst, R.M; Gillham, J; Reivich, K & Linkins, Mark(2009). Positive education: positive psychology and classroom interventions, *Oxford Review of Education*, 35(3), 293-311.

Stephen, J. P., Linley, A., Harwood, J., Lewis, C.A., & McCollam, P. (2004). Rapid assessment of well-being : The Short Depression-Happiness Scale (SDHS). *Psychology and Psychotherapy : Theory, Research and Practice*, 77(9), 463–478.

Veenhoven, R. (2006). *Newdirection in the Study of Happiness*, Retrieved October 2006, from [http://: www. Veenhoven. Fsw.eur.nl](http://www.Veenhoven.Fsw.eur.nl).

Warnick .bryanr(2009). Dilemmas of autonomy and happiness, *Theory and research in education*,17(89), 89-111

پی‌نویس

1. Lin, Lin & Wu
2. World Health Organization
3. Myers & Diener
4. Happiness
5. Subjective Well-being
6. Argyle, Martin & Lu
4. Stephen, Linley, Harwood, Lewis & McCollam
8. Seligman, Steen, Parks & Peterson
9. Peterson
10. Lyubomirsky, Sheldon & Schkade
11. Bridges, Margie & Zaff
12. Warnick
13. Psychological Abstracts
14. Confusion
15. Veenhoven
16. Seligman, Ernst, Gillham, Reivich, & Linkins
17. Hofferth & Sandberg
18. Kohen
19. Kirkwood
20. Okan, Levy, Karoly & Ruhlman
21. Nordtoyt
22. Manon, Yarcheski & Yarcheski
23. Semi Structured Interview
24. Diener, Suh & Oishi
25. Puposeful Random Sampling
26. Shannon Entropy Method
27. Thematic Content Analysis
28. Ezzzy

