

## مطالعه کیفی عوامل اجتماعی مؤثر بر نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان از دیدگاه متخصصان

حوریه دهقان پوری<sup>۱</sup>، سید رسول چاوشی<sup>۲</sup>، خدیجه لطفی یامچی<sup>۳</sup>

شناسه دیجیتال (DOI): 10.22084/CSR.2021.23117.1885

تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۰۹/۰۶، تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۴/۲۴

نوع مقاله: پژوهشی

صص: ۱۷۵-۲۰۸

### چکیده

هدف اصلی این پژوهش، بررسی عوامل اجتماعی مؤثر بر نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان است. این پژوهش از لحاظ هدف کاربردی است و به صورت کیفی به اجراء درآمد. یازده نفر از متخصصان و صاحب نظران در سه بخش آموزشی، پژوهشی و اجرایی در حوزه موضوع تحقیق به صورت نمونه‌گیری هدفمند و به روش غیراحتمالی مورد مصاحبه‌های عمیق نیمه‌ساختاریافته قرار گرفتند. تحلیل داده‌ها با استفاده از سه مرحله کدگذاری باز، محوری و انتخابی انجام شد و در قالب ۲۳۱ کد اولیه، ۴۳ مفهوم و ۱۷ مقوله سازمان دهی شدند. نتایج پژوهش نشان داد، عوامل محیطی، سازمانی و انگیزاننده، به عنوان شرایط علی؛ مقوله‌های بسترسازی فرهنگی، بسترسازی امکانات و زیرساخت‌ها، و عوامل مؤثر در شاد کردن به عنوان شرایط زمینه‌ای؛ چالش‌های فردی، خانوادگی، مدرسه و جامعه به عنوان شرایط مداخله‌گر؛ مقوله‌های آموزشی، انگیزشی و یادگیری اجتماعی به عنوان راهبرد؛ و پیامدهای محسوس جسمانی و ظاهری، روحی و روانی، رفتاری، و بهبود کیفیت زندگی به عنوان پیامد حاصل از مدل شناسایی شدند. با توجه به نتایج حاصل، می‌توان اظهار کرد که ایجاد نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی در بین دانش‌آموزان مدارس استان سمنان، موضوعی عمیق و زیربنایی است و نیازمند کارکرد درست حوزه‌ها و نهادهای مختلف است. پیشنهادها و اقدامات سطحی تأثیر زیادی در تقویت این متغیرها دارند، لیکن تأثیر پایدار و قابل توجهی در این خصوص ندارند؛ بنابراین، این موضوع نیازمند برنامه‌های راهبردی و بلندمدت است که تمام عوامل در کنار همدیگر برای دستیابی به نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی پایدار همکاری کنند.

**کلیدواژگان:** نشاط اجتماعی، سلامت روانی، رضایت از زندگی، عوامل اجتماعی، دانش‌آموزان، مقطع متوسطه، مطالعه کیفی.

۱. استادیار گروه مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه صنعتی شاهرود، شاهرود، ایران (نویسنده مسئول). Email: h.dehghanpouri@shahroodut.ac.ir

۲. دانشجوی دکتری مدیریت ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه صنعتی شاهرود، شاهرود، ایران.

۳. دکتری مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه مازندران، بابلسر، ایران.

## ۱. مقدمه

هر انسانی در زندگی خود به دنبال یافتن شادی، نشاط و خوشبختی در آینده است، در واقع می‌توان گفت احساس نشاط یکی از مهم‌ترین پشتوانه‌های ما برای مقابله با مشکلات است (ارجمندسیاه‌پوش و همکاران، ۱۳۹۷: ۱۴۷). عمده تحقیقات صورت گرفته در خصوص نشاط بیشتر در حوزه روان‌شناسی و توسط روان‌شناسان صورت گرفته است؛ این در حالی است که نیاز به تحقیقات بیشتر در حوزه جامعه‌شناسی محسوس است. چراکه در سال‌های اخیر، سازمان ملل برای تعیین سطح توسعه یافتگی کشورها «نشاط اجتماعی» را به عنوان متغیری کلیدی در دستور کار خود قرار داده است (امیرظاهری و فخاریان، ۱۳۹۵: ۹). «داینیر» و «ساه»<sup>۱</sup> (۱۹۹۷)، نشاط اجتماعی را دارای سه جزء اساسی می‌دانند: بُعد عاطفی (هیجانی)، که در حقیقت خلق و خویهای مثبت و خوشایند افراد را شامل می‌شود. بُعد شناختی که نوعی تفکر و پردازش اطلاعات را دربر می‌گیرد و بُعد اجتماعی که بیانگر گسترش روابط اجتماعی فرد با دیگران و به دنبال آن افزایش حمایت اجتماعی است (به نقل از: غفاری و شیرعلی، ۱۳۹۵: ۴۰). در این میان، جامعه ایران به دلایل متعددی، شاهد بروز پدیده‌های مختلفی در حوزه امنیت و آسیب‌های اجتماعی است که این موضوع نشاط و شادی جامعه ایران را تحت تأثیر قرار داده است (افشانی، ۱۳۹۲: ۳). همان‌گونه که براساس گزارش رویترز<sup>۲</sup>، در رده بندی کشورهای جهان از نظر شاخص نشاط در میان ۱۵۷ کشور، ایران دارای رتبه ۱۰۵ و پایین‌تر از میانگین جهانی است (به نقل از: بازوتو-گومز<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۸).

موضوع نشاط اجتماعی در حوزه جوانان بسیار مهم است (محمدی و سحاقی، ۱۳۹۷: ۵۸). نوجوانان نیز از گروه‌های اجتماعی هستند که نسبت به سایر گروه‌ها در معرض خطر بیشتری قرار دارند و به جهت دوره رشد و تغییرات سریعی که جنبه‌های مختلف سلامت روان نوجوان را دستخوش تغییر می‌کند، بهزیستی و نشاط آن‌ها کاهش می‌یابد (نبوی و همکاران، ۱۳۹۴: ۳). موضوع نشاط در بین دانش‌آموزان نیز بسیار مهم است. این در حالی است که تحقیقات نشان می‌دهد، نرخ شادی و خنده در مدارس ایران بسیار پایین است و در برنامه‌ریزی آموزشی نیز جایگاه ویژه‌ای ندارد (نیستانی و همکاران، ۱۳۹۶: ۳).

به طور کلی، دانش‌آموزان به نشاط اجتماعی نیازمندند. ایجاد نشاط در آنان به شناخت عوامل مؤثر بر ایجاد شادی و نشاط بستگی دارد (جاودان سیرت و ماردپور، ۱۳۹۷: ۳). تحقیقات متعددی در این خصوص در داخل و خارج از کشور درباره نشاط و تأکید بر موضوع خاصی هم‌چون سنجش میزان نشاط (محمودی<sup>۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۹)؛ بررسی عوامل مؤثر بر نشاط به طور کلی (شنگ و زهوه<sup>۵</sup>، ۲۰۱۹) و عوامل متعددی هم‌چون

ویژگی‌های روان‌شناختی، مانند: شخصیت، عزت نفس، برون‌گرایی، خوش‌بینی، احساس محرومیت (ضیاء‌پور<sup>۶</sup> و همکاران، ۲۰۱۸)؛ ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، مانند: جنسیت، وضعیت تأهل، تحصیلات (حاجی‌زاده‌میمندی و ترکان، ۱۳۹۴)؛ ویژگی‌های اقتصادی، مانند: داشتن شغل و رضایت شغلی، درآمد، وضعیت مسکن (گاون و سورنسن<sup>۷</sup>، ۲۰۱۲)؛ ویژگی‌های فرهنگی مانند فعالیت‌های اوقات فراغت و اعتقادات مذهبی (آیتو<sup>۸</sup> و همکاران، ۲۰۱۹)؛ و ویژگی‌های اجتماعی مانند: تعاملات اجتماعی، اعتماد اجتماعی و مشارکت اجتماعی (شارما و مالهورا<sup>۹</sup>، ۲۰۱۰) و هم‌چنین، شیوه‌های افزایش آن (زمحیدری‌ساربان و یاری‌حصار، ۱۳۹۶؛ لومباس<sup>۱۰</sup> و همکاران، ۲۰۱۹) صورت‌گرفته است.

از طرف دیگر، پژوهشگران بیان می‌کنند برجسته‌ترین نشانگر کاری که هر نظام آموزشی باید انجام دهد، سلامت روان یادگیرندگان است (مدبر و همکاران، ۱۳۹۷: ۱۴۱). سلامت روانی از نظر سازمان بهداشت جهانی چیزی فراتر از نبود اختلالات روانی است که شامل: خوب بودن ذهنی، ادراک خودکارآمدی، استقلال و خودمختاری، کفایت و خودشکوفایی توانمندی‌های بالقوه فکری و هیجانی است (پیرنچی و همکاران، ۱۳۹۸: ۱۵۴). مطالعات نشان داده است که اخیراً مشکلات روان‌شناختی در میان دانش‌آموزان در سال‌های اول نوجوانی بسیار شیوع پیدا کرده است (بروفائرتز<sup>۱۱</sup> و همکاران، ۲۰۱۸). از سوی دیگر، رضایت از زندگی نیز یکی از پیش‌گویی‌های سلامت روانی است که امروزه توجه محققان را به خود جلب کرده است (اقدسی و همکاران، ۱۳۹۵: ۵۵). رضایت از زندگی، جزو مهم‌ترین حالات هیجانی مؤثر است که مقصود آن، نگرش و ارزیابی عمومی فرد نسبت به کلیت زندگی خود و یا برخی از جنبه‌های زندگی خانوادگی و تجربه آموزشی است (نیکنام و همکاران، ۱۳۹۸: ۲۰۷). به‌طور کلی، رضایت‌مندی نوجوانان و جوانان از زندگی زمینه‌ساز گسترش دامنه رضایت آن‌ها به حوزه‌های گوناگون اقتصادی، اجتماعی، سیاسی و فرهنگی است (سلطانی‌زاده و خسروی، ۱۳۹۲: ۱۶۶).

بنابراین با توجه به مطالب بیان شده در خصوص وضعیت دانش‌آموزان و نیز با اشاره به این موضوع که نوجوانان ما در شرایطی که اکثر منازل در مناطق شهری تبدیل به آپارتمان‌های کوچک و به دور از فضاهای شادی و نشاط برای آن‌ها شده است، نیازمند فضایی هستند که با رضایت کامل از زندگی، با نشاط و سلامت باشند؛ حداقل کاری که می‌توان در تأمین بهداشت جسمی و روحی آن‌ها انجام داد، ایجاد فضای مفرح و شاد برای آن‌ها است. علم به مطالب بیان شده باعث تقویت این مباحث به لحاظ تئوری می‌شود. اما موضوع اصلی شکاف بین علم و عمل است و این مباحث تئوری کمتر عملی می‌شوند. به گفته مدیرکل دفتر فرهنگی و اجتماعی استانداری استان سمنان

(۱۳۹۷)، در زمینه افسردگی در استان سمنان نگرانی وجود دارد و شادابی و نشاط در استان سمنان به شکل مطلوب نهادینه نشده و باید برای تقویت آن تلاش کرد.

**پرسش پژوهش:** با توجه به اهمیت سلامت روانی دانش‌آموزان و رضایت آن‌ها از زندگی و نیز به دلیل اهمیت و نقش نشاط اجتماعی در پیشرفت همه‌جانبه دانش‌آموزان، پرسش اصلی پژوهش حاضر این است که عوامل اجتماعی مؤثر بر نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان چیست؟ با وجود این که نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی، هر کدام متغیرهای جداگانه‌ای می‌باشند، در این خصوص پژوهش‌هایی توسط محققین صورت گرفته است که نتایج مطالعات آن‌ها نشان می‌دهد، این سه متغیر به نوعی کاملاً مرتبط به هم هستند و به همین منظور هر سه متغیر را به صورت هم‌زمان در جامعه‌های آماری متفاوت مورد بررسی قرار داده‌اند. در این پژوهش نیز با استناد به نتایج پژوهش «یوسال»<sup>۱۳</sup> و همکاران، (۲۰۱۴)، و «سالاما-یونس»<sup>۱۴</sup> (۲۰۱۱)، که نشاط اجتماعی را به عنوان رابط بین رضایت از زندگی و سلامت روانی دانسته‌اند، این سه متغیر به صورت یکجا مورد بررسی قرار گرفته‌اند. امید است نتایج حاصل از پژوهش حاضر، اقدامات اجرایی لازم را برای تحقق نشاط و افزایش سلامت روانی و رضایت از زندگی در بین دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان پیشنهاد نماید و گامی هرچند کوچک در جهت ایجاد زمینه لازم برای نشاط، سلامت و رضایت دانش‌آموزان برداشته باشد.

## ۲. چارچوب نظری و پیشینه پژوهش

**نشاط اجتماعی:** مفهوم نشاط اجتماعی در نقاط مختلف جهان و همچنین در ادوار تاریخی گوناگون، دارای معانی متفاوتی است و ویژگی‌های فرهنگی و اجتماعی ملت‌ها و جوامع، فاکتوری مهم در تعریف آن به شمار می‌آید (اویشی<sup>۱۴</sup> و همکاران، ۲۰۱۳: ۵۷۷). نشاط اجتماعی در فارسی با معادل‌هایی چون: هیجان مثبت، شادی، شادمانی و احساس خوشبختی (شادکامی) به کار می‌رود (عنبری و حقی، ۱۳۹۳: ۵). پیشینه تحقیقات مرتبط با نشاط اجتماعی نشان می‌دهد که، «نورمن برادبورن»<sup>۱۵</sup> و «دیوید کاپلوتیز»<sup>۱۶</sup> (۱۹۷۰)، محققانی بودند که اولین مطالعه در زمینه سنجش نشاط اجتماعی را در آمریکا انجام دادند و پس از آن با توجه به اهمیت این سنجش در سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی‌های ملی، دولت‌ها به حمایت گسترده از این قبیل پژوهش‌ها پرداختند (به نقل از: عنبری و حقی، ۱۳۹۳: ۳). نتایج تحقیقات نشان داده است که عوامل مختلف اجتماعی هم‌چون: احساس محرومیت نسبی (رضادوست و همکاران، ۱۳۹۳)، درآمد (بوسو و توماس<sup>۱۷</sup>، ۲۰۱۹)، اعتماد اجتماعی (ارجمندسیاه‌پوش و همکاران، ۱۳۹۷)، محیط اجتماعی مطلوب، مطلوبیت و

مقبولیت اجتماعی، بهداشت روانی و ارتقای میزان برخورداری، بهزیستی اجتماعی و داشتن هم‌بستگی اجتماعی (حیدری ساریان و یاری حصار، ۱۳۹۶)، فشار هم‌سالان، فشارهای اجتماعی (تانراسمیت<sup>۱۸</sup>، ۲۰۱۹)، امنیت اجتماعی (چانگ<sup>۱۹</sup>، ۲۰۰۹)، حمایت اجتماعی (شارما و مالهوترا<sup>۲۰</sup>، ۲۰۱۰)، معنویت و دینداری (سجادیان و همکاران، ۱۳۹۸) و ... بر نشاط اجتماعی اقشار مختلف جامعه اثرگذارند.

در این راستا، «رضادوست» و همکاران (۱۳۹۳)، در پژوهشی به بررسی عوامل اجتماعی مؤثر بر میزان نشاط در استان خوزستان پرداختند. نتایج حاصل از پژوهش آن‌ها نشان داد، احساس انومی، احساس امنیت، اعتماد اجتماعی، دینداری، احساس محرومیت و سن، تأثیر معنی‌داری بر میزان نشاط اجتماعی داشته‌اند. «ارجمندسیاه‌پوش» و همکاران (۱۳۹۷)، نیز در پژوهشی به بررسی میزان نشاط اجتماعی نوجوانان تحت پوشش کمیته امداد امام خمینی رحمته‌الله علیه شهر پلدختر و عوامل اجتماعی مؤثر بر آن پرداختند. نتایج حاصل از پژوهش آن‌ها نشان داد، بین متغیرهای مستقل احساس انومی، احساس محرومیت نسبی، درآمد، اعتماد اجتماعی و دینداری با متغیر وابسته نشاط اجتماعی نوجوانان رابطه‌ی معنی‌داری وجود دارد و متغیرهای درآمد، احساس محرومیت نسبی و اعتماد اجتماعی توانسته‌اند نشاط اجتماعی را تبیین کنند. نتایج پژوهش «حیدری ساریان» و «یاری حصار» (۱۳۹۶)، با عنوان «بررسی عوامل مؤثر در بهبود نشاط اجتماعی از دیدگاه روستاییان»، نشان داد، مطلوبیت و مقبولیت اجتماعی، نشاط اقتصادی و حاکمیت فضای امیدواری، بهداشت روانی و ارتقای میزان برخورداری، و بهزیستی اجتماعی و تعلقات مذهبی، به ترتیب از عوامل مهم و مؤثر در بهبود نشاط اجتماعی هستند. در این خصوص «سجادیان» و همکاران (۱۳۹۸)، نیز در پژوهشی به بررسی، شناسایی و اولویت‌بندی عوامل مؤثر بر نشاط شهری در اهواز پرداختند. نتایج حاصل از پژوهش آن‌ها و تحلیل اولویت‌های محیط‌های اثرگذار در نشاط شهروندان شهر اهواز نشان داد که محیط طبیعی و زیست‌بوم در رتبه و اولویت اول قرار گرفته است. عوامل محیط اقتصادی در اولویت دوم و محیط فراغتی در اولویت سوم برای ایجاد و تقویت نشاط شهروندان قرار دارد. عوامل مربوط به محیط‌های کالبدی، اجتماعی-رفتاری، ذهنی-ادراکی، سیاسی-اداری و مذهبی-اعتقادی، به ترتیب به‌عنوان اولویت چهارم تا هشتم اهمیت برای ایجاد و تقویت شادابی و نشاط شهروندان اهوازی از نظر کارشناسان پژوهش‌شناسایی شده‌اند. «بوسو» و «توماس» (۲۰۱۹)، نیز در این زمینه در پژوهشی به بررسی عوامل مؤثر در نشاط دانشجویان دانشگاه کالیفرنیا پرداختند. نتایج حاصل از پژوهش آن‌ها نشان داد، جنسیت، درآمد و ساعت خواب مهم‌ترین عوامل مرتبط با نشاط هستند. یافته‌های پژوهش «اسمیت» (۲۰۱۹)، نیز نشان داده است که، عواملی

هم‌چون: تبلیغات، فشار هم‌سالان، فشارهای اجتماعی، انتظارات والدین و فرار از رسانه‌های اجتماعی وجود دارند که روند روبه‌رشدی را در مقابل مقاومت محدود در مسائل مربوط به سلامت روان و کاهش نشاط نشان می‌دهند. یافته‌های پژوهش «شارما» و «مالهوترا» (۲۰۱۰)، نیز در بررسی عوامل اجتماعی و روان‌شناختی مؤثر بر نشاط در بین نوجوانان هند حاکی از این است که عواملی هم‌چون: ثبات عاطفی، دینداری و حمایت اجتماعی با نشاط اجتماعی دارای روابط مثبت و معنی‌داری هستند. نتایج پژوهش آن‌ها هم‌چنین نشان داد، علاوه بر شخصیت، عوامل اجتماعی نیز در تعیین میزان نشاط افراد مؤثر هستند.

مرور مبنای نظری و پیشینه تحقیقات مرتبط با نشاط اجتماعی نشان می‌دهد که، این متغیر و برخی از اجزاء این شاخص کلیدی در گزارش‌های جهانی فرهنگ و پژوهش‌های نهادهای فرهنگی کشورها مورد توجه قرار گرفته است. یافته‌های اغلب پژوهش‌ها بیان‌گر این است که عوامل متعددی در ایجاد و تثبیت نشاط اجتماعی مؤثر هستند و زمینه‌های نشاط می‌تواند به طرق مختلف در محیط‌هایی مانند: خانواده، محل کار، مدرسه و... فراهم شود.

**سلامت روانی:** سلامت روانی به‌عنوان یکی از ملاک‌های تعیین‌کننده سلامت عمومی افراد در نظر گرفته می‌شود که به‌عنوان احساس خوب بودن و اطمینان از کارآمدی خود، اتکاء به خود، ظرفیت رقابت، تعلق بین نسلی و خود شکوفایی توانایی‌های بالقوه فکری، هیجانی و... تعریف شده است (سازمان بهداشت جهانی<sup>۳۱</sup>، ۲۰۰۱). تحقیقات متعددی در خصوص سلامت روانی در بین دانش‌آموزان توسط محققین در داخل و خارج از کشور صورت گرفته است (پرینچی و همکاران، ۱۳۹۸؛ اسوال<sup>۳۲</sup> و همکاران، ۲۰۲۰؛ مک‌منیوس و گونیل<sup>۳۳</sup>، ۲۰۲۰). نتایج این مطالعات نشان می‌دهد، به‌طور کلی برخی اختلالات روان‌شناختی هم‌چون: اضطراب، افسردگی، بیش‌فعالی و... در میان دانش‌آموزان وجود دارد که منجر به بروز برخی مشکلات در بین آن‌ها می‌شود. نتایج برخی پژوهش‌ها نیز نشان می‌دهد که، عوامل مختلفی هم‌چون: عوامل اقتصادی و موقعیت اجتماعی (پلتز<sup>۳۴</sup> و همکاران، ۲۰۲۰؛ سوتکوفسکی<sup>۳۵</sup> و همکاران، ۲۰۱۹)، باورهای دینی (ویلیامز<sup>۳۶</sup>، ۲۰۱۰)، رفتارهای خلاقانه (پرینچی و همکاران، ۱۳۹۸) و... بر سلامت روانی دانش‌آموزان مؤثر هستند.

به‌عنوان مثال، «پلتز» و همکاران (۲۰۲۰)، در پژوهشی به بررسی نقش فشارهای مالی بر خواب و سلامت روان دانشجویان پرداختند. نتایج پژوهش آن‌ها نشان داد، ساعات اشتغال دانش‌آموزان با توجه به تأثیر بالقوه آن‌ها بر خواب، پیش‌بینی‌کننده سلامت روانی دانش‌آموزان است. علاوه بر این، دانش‌آموزانی که سطح بالاتری از

استرس مالی دارند، بیشتر در معرض خطر این روند هستند. «أسوات» و همکاران (۲۰۲۰)، نیز در پژوهشی به بررسی روند تشخیص سلامت روان دانش‌آموزان و استفاده از خدمات پرداختند. نتایج حاصل از پژوهش آن‌ها نشان داد، اضطراب و حملات هراس بالاترین نسبت‌های عجیب را داشتند و تشخیص خوددرمانی در بین دانش‌جویان افزایش یافته است. یافته‌های پژوهش «پرینچی» و همکاران (۱۳۹۸)، نیز در بررسی تأثیر سلامت روان بر رفتارهای خلاقانه دانش‌آموزان شهر تهران نشان داد، بین سلامت روان و رفتارهای خلاقانه رابطه منفی و معنی‌داری وجود دارد. «ویلیامز» (۲۰۱۰)، نیز در پژوهشی به بررسی رابطه بین دین‌داری و انجام اعمال مذهبی و سلامت روان افراد پرداخت. نتایج حاصل از پژوهش او نشان داد، میان انجام اعمال مذهبی و شرکت در مراسم مذهبی با سلامت روان افراد نوعی ارتباط وجود دارد.

مبانی نظری و پیشینه مرتبط با سلامت روانی در بین دانش‌آموزان نشان می‌دهد، پژوهش‌هایی در این خصوص توسط محققین در داخل و خارج از کشور صورت گرفته است؛ اما این مطالعات به گستردگی تحقیقات مربوط به نشاط اجتماعی نیست و برنامه‌های جامع در راستای سلامت روان دانش‌آموزان وجود ندارد. با این حال، پرداختن به موضوع سلامت روان در نوجوانی و مدیریت مناسب مشکلات روان‌شناختی موجود در این سنین از اهمیت بسزایی برخوردار است و باید برنامه‌هایی در جهت سلامت روان دانش‌آموزان، ارتقای آن و کاهش آسیب‌های رفتاری و روانی نوجوانان اجراء شود. تمام این مباحث، نشان از ضرورت مطالعه و شناخت آن در بین تمامی اقشار جامعه به خصوص نوجوانان و دانش‌آموزان دارد.

**رضایت از زندگی:** رضایت از زندگی، درک فرد از میزان فاصله شرایط عینی و فعلی‌اش با موقعیت ایده‌آل مورد تصورش می‌باشد (ولی‌پور و همکاران، ۱۳۹۲: ۴۰). پژوهش‌های انجام شده در زمینه رضایت از زندگی نوجوانان نشان داده است که رضایت‌مندی و تلقی مثبت از زندگی در گروه سنی نوجوانان یا دانش‌آموزان کاملاً متفاوت از بزرگسالان است (زکی، ۱۳۸۶: ۵۲) و رضایت از زندگی آن‌ها با ترکیب ۵ محیط متفاوت دوستان، مدرسه، محیط زندگی، خانواده و خود به دست می‌آید (نیکنام و همکاران، ۱۳۹۶: ۱۰۷) و عوامل متعددی هم‌چون: خانواده و کنترل والدین (کاسیوپو<sup>۲۷</sup> و همکاران، ۲۰۱۳)، امید و عملکرد تحصیلی (زارعی توپخانه و همکاران، ۱۳۹۸)، استرس و اضطراب (لارذیر<sup>۲۸</sup> و همکاران، ۲۰۲۰)، رسانه‌ها (کیم<sup>۲۹</sup> و همکاران، ۲۰۲۰)، ورزش و فعالیت‌های بدنی (اقدسی و همکاران، ۱۳۹۵) و ... بر رضایت از زندگی دانش‌آموزان تأثیرگذارند.

به‌عنوان مثال، «زارعی توپخانه» و همکاران (۱۳۹۸)، در پژوهشی به بررسی و مقایسه رضایت از زندگی، امید و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان مرتبط و غیرمرتبط

با جنس مخالف پرداختند. نتایج حاصل از پژوهش آن‌ها نشان داد، میانگین نمرات رضایت از زندگی دانش‌آموزانی که با جنس مخالف رابطه داشته‌اند، پایین‌تر از میانگین نمرات دانش‌آموزانی است که رابطه نداشته‌اند. «اقدسی» و همکاران (۱۳۹۵)، نیز در پژوهشی به بررسی ارتباط بین اشتیاق به فعالیت بدنی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان پسر پرداختند. نتایج حاصل از پژوهش آن‌ها نشان داد، دانش‌آموزان با شور و اشتیاق سازگار، رضایت بیشتری نسبت به دانش‌آموزان با شور و اشتیاق وسواس داشتند. در این خصوص «لاردر» و همکاران (۲۰۲۰)، به بررسی تأثیر استرس بر افسردگی، رضایت از زندگی و رضایت از مدرسه در بین دانش‌آموزان اسپانیایی پرداختند. نتایج حاصل از پژوهش آن‌ها نشان داد، مقابله و کنش‌پذیر و سرکوب‌گرانه هر دو تأثیر تعدیل‌کننده جداگانه، اما مهمی بر استرس درک شده و نتایج بهزیستی دارند. استرس ادراک شده با علائم افسردگی و رضایت از زندگی به طور غیرمستقیم همراه بود. نتایج پژوهش «کیم» و همکاران (۲۰۲۰)، نیز در بررسی تأثیر رسانه‌های اجتماعی بر رضایت از زندگی دانشجویان نشان داد، برقراری ارتباط بیشتر با دیگران با رضایت دانشجویان از زندگی در دانشگاه ارتباط مثبت دارد. «کاسیوپو» و همکاران (۲۰۱۳)، نیز در پژوهشی به بررسی رابطه میان کنترل والدین و کارکرد خانواده با رضایت از زندگی نوجوانان پرداختند. نتایج حاصل از پژوهش آن‌ها نشان داد، کنترل روان‌شناختی والدین چه در مورد میزان وابستگی و چه در مورد دستاوردها و عملکرد فرزندان به طور منفی با رضایت از زندگی هم‌بستگی دارد؛ اما رضایت از زندگی به شکل مثبت و معنی‌داری با ابعاد دیگر کارکردهای خانواده هم‌چون پاسخ‌گویی عاطفی، درگیری هیجانی و تعاملات خانوادگی در ارتباط است. نتایج پژوهش آن‌ها هم‌چنین نشان داد، به طور کلی، میان کنترل والدین در مورد دستاوردها و کارکرد سالم خانواده در پیش‌بینی رضایت از زندگی رابطه‌ای متعادل وجود دارد.

مرور مبنای نظری و پیشینه تحقیقات مرتبط با رضایت از زندگی نشان از این موضوع دارد که رضایت‌مندی و تلقی مثبت از زندگی در گروه سنی نوجوانان یا دانش‌آموزان کاملاً متفاوت از بزرگسالان است و پژوهش در این زمینه نیازمند لحاظ نمودن مؤلفه‌های ویژه آنان است. رضایت‌مندی نوجوانان و جوانان از زندگی زمینه‌ساز گسترش دامنه رضایت آنان به حوزه‌های گوناگون اقتصادی، اجتماعی، سیاسی و فرهنگی است.

**عوامل اجتماعی:** عوامل اجتماعی به طور کلی، یعنی شرایطی که افراد در آن به دنیا آمده، رشد، زندگی و کار می‌کنند. مسائل غیرمادی، مثل: عدالت اجتماعی، اندام‌وارگی جامعه، عدم تبعیض، نبود فقر، نداشتن دلهره‌های اجتماعی، احساس امنیت روانی و اجتماعی، تکریم علم و عمل، سهولت اجرای قوانین، وجود موفقیت‌های ملی و بین‌المللی در عرضه‌های علمی، فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی، معنویت اجتماعی



و... به عنوان عوامل اجتماعی هستند (ارجمندسیاه‌پوش و همکاران، ۱۳۹۷: ۱۴۳). به‌طور کلی، مرور مبانی نظری و پیشینه مرتبط با تحقیق نشان می‌دهد با وجود این‌که، تحقیقات متعددی در زمینه‌های نشاط اجتماعی، سلامت روانی، و رضایت از زندگی به صورت تک‌به‌تک و یا توأم با برخی دیگر از متغیرها و عوامل اجتماعی و عوامل زمینه‌ای صورت گرفته است و از جنبه‌های متفاوتی این متغیرها بررسی شده است، ولی کمتر به مبانی تحقیق و فلسفه زیربنایی آن‌ها پرداخته شده است. از طرف دیگر، مرور ادبیات نشان از این موضوع دارد که، مباحث نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی به صورت توأم در بین دانش‌آموزان مقطع متوسطه در داخل و خارج از کشور در حیطه مطالعاتی نگارندگان صورت نگرفته است و اکثر مطالعات در این حوزه به صورت کمی بوده است؛ از این رو، نگارندگان در این تحقیق سعی نموده‌اند تا در حدی که محدودیت‌های این تحقیق اجازه می‌دهد، به بررسی عوامل اجتماعی مؤثر بر نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان بپردازند.

### ۳. روش‌شناسی تحقیق

پژوهش حاضر، به صورت کیفی و از دیدگاه متخصصان به اجراء درآمده است. جامعه آماری تحقیق خبرگان، متخصصان و صاحب‌نظران در سه بخش آموزشی، پژوهشی و اجرایی در حوزه موضوع تحقیق هستند. در این تحقیق با توجه به استفاده از روش داده بنیاد و انجام مصاحبه برای گردآوری داده‌ها، نمونه‌گیری به صورت نظری انجام گرفت. در واقع، نمونه‌ها، به صورت هدفمند و به روش غیراحتمالی از میان خبرگان و متخصصان این حوزه در استان سمنان انتخاب شدند. نمونه‌گیری تا رسیدن به حد کفایت و اشباع نظری ادامه پیدا کرد (۱۱ نفر). پژوهش حاضر در مرحله اول، پژوهشی تطبیقی بود که به صورت کتابخانه‌ای به اجراء درآمد و به توصیف و تحلیل پژوهش‌های مرتبط با نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی پرداخته شد. تحلیل‌های انجام شده در مرحله اول، منجر به ارتقای دانش و نیز تدوین راهنمای مصاحبه‌ها برای مرحله دوم شد. در مرحله دوم (مصاحبه‌های عمیق نیمه‌ساختاریافته)، برای ساخت الگوی پیشنهادی پژوهش از روش نظریه برخاسته از داده‌ها (گرند تئوری) استفاده شد. در این روش پژوهشی سعی شد که از طریق ایجاد روابط علی و حذف روابط مصنوعی، روایی درونی افزایش یابد. این کار از طریق ارائه نتایج به دست آمده به مصاحبه‌شوندگان انجام شد. آن‌ها نیز یافته‌ها را مورد تأیید قرار دادند؛ بنابراین، می‌توان نسبت به روایی پژوهش مطمئن گردید. در این تحقیق با ارائه بازخورد به مصاحبه‌شوندگان و قراردادن

آن‌ها در مسیر تحقیق، به طوری که بر نحوه پاسخ‌گویی آن‌ها تأثیر نگذارد، به منظور افزایش روایی درونی اقدام شد. ضمناً بعد از انجام هر مصاحبه، الگوی به دست آمده تا آن مرحله ارائه شد و در صورتی که مصاحبه‌شونده نکاتی را نسبت به الگو داشت، مورد بحث قرار گرفت. یافته‌های مصاحبه توسط دو نفر از اساتید مطالعه و نقطه نظرات آن‌ها اعمال شده است. مدل مفهومی شناسایی شده و گویه‌های آن توسط دو نفر از اساتید مطالعه و مورد بازبینی قرار گرفته و مواردی نیز اصلاح و تغییر داده شده است؛ بنابراین، می‌توان اظهار کرد، تحقیق از روایی مطلوبی برخوردار است. پایایی داده‌ها نیز از طریق نشان دادن مسیر پژوهش و قراردادن تمامی داده‌های تحلیل شده، کدها، مقوله‌ها، اهداف و پرسش‌های پژوهش در اختیار متخصصان و اساتید این حوزه مورد تأیید قرار گرفت. علاوه بر این، از روش توافق درون موضوعی، برای محاسبه پایایی مصاحبه‌های انجام شده، استفاده گردید. برای محاسبه پایایی مصاحبه با روش توافق درون موضوعی دو کدگذار، از یک دکترای مدیریت ورزشی خواسته شد که ۳ مصاحبه را که به صورت تصادفی انتخاب شده بود، پس از آموزش‌ها و توضیحات لازم کدگذاری نماید. سپس با مقایسه کدگذاری انجام شده توسط همکار پژوهش با کدگذاری انجام شده توسط پژوهشگر، کدهای مشابهی که توسط دو کدگذار شناسایی شده بود با عنوان «توافق» و کدهای غیرمشابه نیز با عنوان «عدم توافق» مشخص شدند. سپس با استفاده از فرمول ۱، درصد توافق درون موضوعی محاسبه شد (فرمول ۱).

$$100\% = \frac{\text{تعداد توافقات} \times 2}{\text{تعداد کل کدها}} = \text{درصد پایایی باآزمون}$$

نتایج نشان داد، پایایی بین دو کدگذار در کل برابر ۸۹٪ می‌باشد که در سطح خیلی خوب قرار دارد (جدول ۱).

جدول ۱. نتایج پایایی بین دو کدگذار (نگارندگان، ۱۳۹۹).

ردیف	شماره مصاحبه	تعداد کل کدهای استخراج شده	تعداد توافقات	تعداد عدم توافق	پایایی باآزمون
۱	۳	۶۸	۳۱	۳۷	۰/۹۱
۲	۶	۳۳	۱۵	۱۸	۰/۹۰
۳	۱۰	۵۸	۲۵	۳۳	۰/۸۶
	کل	۱۵۹	۷۱	۸۸	۰/۸۹

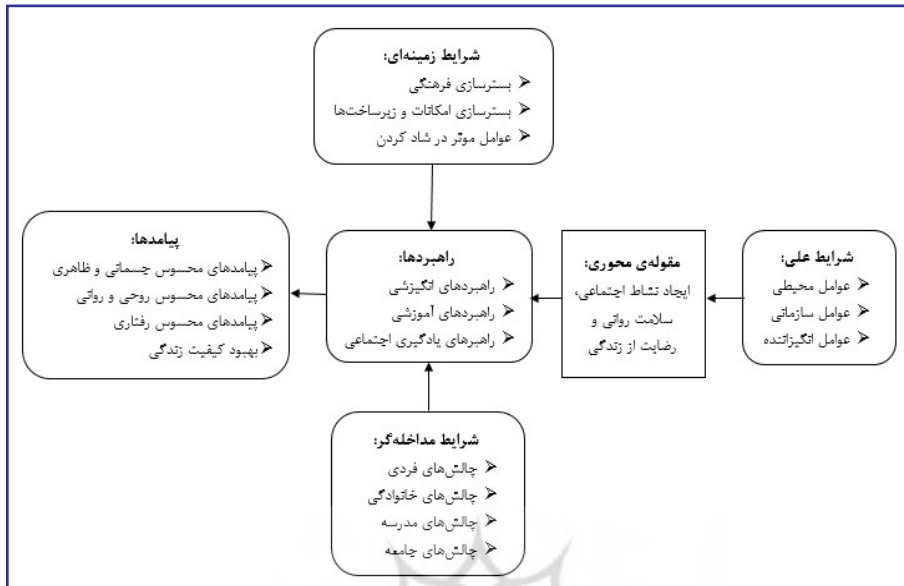
سپس، تحلیل داده‌ها با استفاده از سه مرحله کدگذاری باز، محوری و انتخابی انجام شد.

#### ۴. یافته‌های پژوهش

در مجموع، یازده نفر در این پژوهش شرکت کردند. سه نفر از این افراد، معلم، دو نفر مدیر، دو نفر معاونت آموزشی و پرورشی، یک نفر مشاوره، یک نفر رئیس اداره ورزش و جوانان، یک نفر معاونت اداره ورزش و جوانان، و یک نفر استاد دانشگاه مورد مصاحبه قرار گرفتند. میانگین سنی و سابقه کار شرکت‌کنندگان به ترتیب ۴۴ و ۱۱ سال بود. میانگین مدت زمان مصاحبه‌ها ۳۲/۵۴ دقیقه بود. از مجموع یازده مشارکت‌کننده، پنج نفر از آن‌ها زن و شش نفر مرد بودند، هفت نفر از آن‌ها دارای مدرک کارشناسی ارشد و چهار نفر نیز دارای مدرک دکتری بودند.

**پرسش پژوهش:** پرسش و مساله اصلی تحقیق، بدین شرح است: مدل مطلوب ایجاد نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی کدام است؟ برای این منظور، در مرحله کدگذاری باز و با کدگذاری براساس سطر به سطر، تعداد ۳۴۵ مفهوم اولیه استخراج شد. با توجه به این‌که برخی از این کدها با اصطلاحات و تعابیر مختلف بیان شده‌اند، اما دارای مفهوم یکسانی بودند؛ از این رو، این کدها تجمیع و ادغام شده و در نهایت تعداد ۲۳۱ کد باقی ماند. در ادامه، مفاهیم کدگذاری، کدهای پراکنده استخراج شده، جهت انسجام بیشتر و برای تولید مفاهیم اولیه، مرحله دوم کدگذاری انجام شد و تعداد ۴۳ مفهوم برخاسته از کدگذاری باز، به صورت مجدد کدگذاری شد. مفاهیمی که در مرحله کدگذاری اولیه استخراج شدند، جهت تشکیل مقوله‌های عمده در مرحله کدگذاری متمرکز یا ثانویه، مجدداً مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. نتیجه این تحلیل تولید ۱۷ مقوله عمده بود. کدهای به دست آمده از مرحله کدگذاری محوری در قالب طرح گرافیکی و جهت ارائه درک جامعی از مراحل انجام شده، در شکل ۱ به نمایش درآمده است. در این قسمت به شرح هر کدام از این مقولات عمده خواهیم پرداخت و ضمن توصیف هر یک، دامنه‌ای از مفاهیم آن‌ها را نیز مشخص می‌کنیم.

این شکل، مدل نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی را با استفاده از مقولات عمده نشان می‌دهد. در مرحله کدگذاری گزینشی، ضمن مشخص کردن «مقوله هسته‌ای» به ارائه نظریه داده بنیاد پرداخته شد. در این پژوهش با توجه به هدف تحقیق، موضوع مورد پژوهش، یعنی نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی به عنوان «مقوله هسته‌ای» انتخاب شد. بر این اساس، تمامی مقولات دیگر را می‌توان به نوعی زیرمجموعه این مقوله قرار داد و در ارتباط با این مقوله فرض کرد.



شکل ۱. کدهای به دست آمده از مرحله کدگذاری محوری (نگارندگان، ۱۳۹۹).

**۱- پدیده محوری:** از آنجایی که در این پژوهش «نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان» مورد مطالعه قرار گرفته است، پس از گردآوری داده‌ها و تحلیل آن‌ها در مرحله کدگذاری باز، خود به عنوان طبقه محوری انتخاب شد و مبنای کدگذاری محوری قرار گرفت.

**۲- عوامل علی:** در نتیجه تحلیل نظرات مشارکت‌کنندگان پژوهش، سه مقوله شناسایی شد که باعث ایجاد یا توسعه نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان شده است که شامل موارد زیر است.

**۱-۲- عوامل محیطی:** این عوامل عبارتند از: پیامدهای ناشی از دوره مدرنیته (شامل: آپارتمانی شدن زندگی اکثر افراد جامعه؛ کم‌حرکی کودکان و چاقی؛ مشغله زیاد خانواده‌ها؛ شیوع بازی‌های رایانه‌ای)؛ وجود تفاوت بین دانش‌آموزان شهری و روستایی (شامل: کم بودن آسیب‌های اجتماعی در روستا؛ کم بودن استرس و اضطراب در روستا؛ کم بودن مشکلات ارتباط خانوادگی در روستا؛ داشتن روابط اجتماعی بهتر کودکان روستایی؛ با نشاط بودن بچه‌های روستا نسبت به بچه‌های شهری).

**۲-۲- عوامل سازمانی:** این عوامل عبارتند از: مشارکت سیاسی (شامل: همکاری همه ارگان‌ها و سازمان‌ها برای شادابی و نشاط؛ توجه مسئولان شهری به بحث نشاط اجتماعی؛ رفاه اجتماعی؛ سیاست‌گذاری عمومی؛ سیاست‌های اجتماعی؛ برنامه‌ریزی

صحيح و اصولی از طرف دولتمردان)؛ تعاملات سازمانی (شامل: اجرائی نشدن قوانین مصوب؛ جلب مشارکت‌های مردمی برای کمک به مدارس؛ تعاملات بين معلم و دانش‌آموز؛ توجه مدارس به آرامش دانش‌آموز و خانواده؛ داشتن روابط خوب و لذت بخش بين همکاران).

**۲-۳- عوامل انگیزاننده:** این عوامل عبارتند از: مشارکت اجتماعی (شامل: نوع مدیریت در مدرسه؛ مشارکت دانش‌آموزان و معلمان در فعالیت‌های آموزشی و تربیتی؛ روابط اجتماعی؛ مشارکت دادن جوانان در کارها؛ عضویت در گروه‌های داوطلبانه؛ علاقه‌مند به کسب تجربه)؛ عوامل سوق‌دهنده (شامل: درونی بودن لذت نشاط؛ پیدا کردن حس خوب؛ داشتن اعتماد و اطمینان از آینده؛ هدفمند بودن در زندگی؛ موفقیت‌های دانش‌آموزان).

**۳- شرایط زمینه‌ای:** شرایط زمینه‌ای یا بسترهای حاکم که در ارتباط با وضعیت نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی در دانش‌آموزان مدارس متوسطه استان سمنان شناسایی شد و سلسله شرایط خاصی هستند که در آن فرآیندها و تعاملات برای اداره، کنترل و پاسخ به نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان صورت می‌گیرد، شامل ۳ مقوله به شرح ذیل است.

**۳-۱- بسترسازی فرهنگی:** این موارد عبارتند از: آموزش (شامل: آموزش به خانواده‌ها برای شناخت فرزندان در سنين مختلف؛ آموزش مهارت‌های ده‌گانه زندگی؛ آموزش به خانواده‌ها از طریق انجمن اولیاء و مربیان؛ آموزش ایجاد ارتباط صمیمانه و حفظ اسرار خانواده به والدین و فرزندان)؛ مهیا کردن بستر فرهنگی (شامل: حمایت خانواده؛ کار کردن در محیط سالم؛ با سواد بودن والدین؛ رعایت شرایط و ملاحظات فرهنگی و شهری؛ نگرش و عقاید خانواده‌ها؛ تأثیر دین‌داری و معنویات در شادی)؛ الگوبدیری (شامل: تقلید دانش‌آموزان از مربی و معلم خودشان؛ داشتن الگوی خوب؛ خلاقیت در اندیشه).

**۳-۲- بسترسازی امکانات و زیرساخت‌ها:** این موارد عبارتند از: ترغیب‌کننده بودن مبلمان شهری (شامل: بالا بردن تعداد و کیفیت کانون‌های فرهنگی؛ بهبود فضای شهری با گل و المان‌های زیبا؛ به‌کار بردن رنگ‌های شاد در فضای شهری؛ تأثیر رنگ و شکل مدرسه و چیدمان مدرسه بر نشاط دانش‌آموزان؛ استفاده از ترکیب رنگ‌ها، ترکیب اشکال برای القا حس خوب)؛ فراهم کردن شرایط و امکانات در سطح شهر (شامل: استفاده از کلاس‌های مختلف در خارج از مدرسه؛ تعمیم دادن نشاط در جامعه در صورت برآوردن نشدن آن در مدرسه؛ امکانات جامعه شهری؛ تناسب امکانات شهر با سن دانش‌آموزان؛ تناسب امکانات مدارس با ویژگی‌های دانش‌آموزان؛ امکانات

خانواده در ایجاد فضای اجتماعی مطلوب برای فرزندان؛ فراهم کردن امنیت در امکانات شهری (شامل: ایجاد فضاهای مهارت‌آموزشی سالم و ایمن در کنار هم‌سالانشان؛ توسعه باشگاه‌های ورزشی؛ امکان‌سازی برنامه‌های مفرح و سرگرمی‌های مناسب در جامعه با ایمنی کامل؛ همراهی خانواده‌ها و با جامعه شهری، شهرداری‌ها، مدارس جهت امکان‌سازی برنامه‌های مفرح این سن؛ هدف‌گذاری و تعیین قوانین درست برای حضور دانش‌آموزان متوسطه در مکان‌های مناسب تفریحی و ورزشی ایمن و مناسب با سن آن‌ها؛ ایجاد فضای مناسب برای گفت‌وگوهای سالم و سازنده مثل کافه کتاب).

**۳-۳- عوامل مؤثر در شاد کردن:** این موارد عبارتند از: رکن اصلی نشاط در خانواده (شامل: انتقال نشاط از والدین به فرزندان؛ انتقال نشاط از جامعه به خانواده؛ برخورداری جامعه از نشاط اجتماعی؛ برخورداری جامعه از سلامت روانی؛ ذاتی بودن نشاط در برخی شهرها مثل همدان؛ تأثیر برخی عقاید، اعتقادات و خصوصیات شهری در نشاط اجتماعی)؛ شاد کردن فضای شهری (شامل: توجه مسئولان شهری به بحث نشاط اجتماعی؛ به‌کار بردن رنگ‌های شاد در فضای شهری؛ مرتبط بودن همه عوامل مؤثر در شاد بودن فضای شهری؛ به‌وجود آوردن ورزش، تفریح و شادی در شهر؛ اجرای برنامه‌های شاد، برنامه‌های دسته‌جمعی و تفریحی)؛ روش‌های شاد کردن (شامل: شاد کردن فرزندان با ورزش؛ شاد کردن فرزندان با تغییر در رویه زندگی؛ شاد کردن فرزندان با لباس شاد پوشیدن).

**۴- شرایط مداخله‌گر:** شرایط مداخله‌گر به مثابه بستری است که باعث تخفیف یا تشدید پدیده مورد بررسی، یعنی نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان می‌شوند، شامل ۴ مقوله به شرح ذیل است.

**۴-۱- چالش‌های فردی:** این موارد عبارتند از: نوسانات عاطفی (شامل: نگرانی و افزایش تنش دانش‌آموز؛ اضطراب و ترس از امتحان؛ کم‌رویی و عدم اعتماد به نفس؛ پرخاشگری؛ ناامیدی و افسردگی؛ خودپنداره پایین؛ نداشتن هدف در زندگی)؛ نوسانات جسمانی (شامل: عدم آگاهی و شناخت کافی از تغییرات فیزیولوژیکی؛ تغذیه نامناسب؛ نداشتن سلامت جسمی و روحی؛ کاهش روحیه مشارکت‌جویی؛ عملکرد ضعیف داشتن؛ سرخوردگی و ناکامی در رسیدن به خواسته‌ها؛ مورد پذیرش نبودن در گروه هم‌سالان؛ نداشتن حس مفید و کارا بودن؛ تأثیر شرایط ناامن بر روان و رفتار دانش‌آموز؛ سردرگمی در هویت‌شناسی خودشان).

**۴-۲- چالش‌های خانوادگی:** این موارد عبارتند از: فقر فرهنگی خانواده‌ها (شامل: تحمیل باورها؛ ایجاد ترس و وحشت در فرد؛ نادیده گرفتن احساسات آن‌ها؛ امر و نهی

بیش از حد اولیاء؛ انتظارات نامعقول والدین؛ افزایش میزان توقعات؛ تحمیل اضطراب به فرزندان برای رقابت درسی با دوستان؛ عدم آگاهی و توانایی خانواده‌ها؛ عدم تعادل و توازن بین نیازهای آن‌ها با نگرش خانواده‌ها؛ فقر اقتصادی خانواده‌ها (شامل: پایین بودن میزان درآمد خانواده؛ چند شغله بودن والدین)؛ اختلافات خانوادگی (شامل: اعتیاد خانواده‌ها؛ طلاق‌های واقعی و عاطفی؛ اختلافات عمیق والدین؛ مقاومت خانواده‌ها در مقابل حقیقت افسردگی فرزندانشان و سطح نشاط پایین؛ کم‌رنگ شدن رفت و آمد خانوادگی و مسائل روانی و عاطفی بین خانواده‌ها).

**۳-۴- چالش‌های مدرسه:** این موارد عبارتند از: ناکارآمد بودن روش‌ها و شیوه‌های تربیتی رایج در آموزش و پرورش (شامل: تحقیر و تنبیه بدنی؛ شیوه‌های تدریس نامتناسب و غیرخلاقانه؛ برنامه‌های تحصیلی نامناسب؛ سیستم ارزشیابی نامناسب؛ استفاده از روش‌های منسوخ و عدم تسلط کافی برخی از دبیران بر مهارت‌های شنیداری و صحبت کردن و...؛ استفاده نکردن از اصطلاحات مثبت و شادی‌آفرین؛ شلوغی کلاس‌ها؛ برچسب‌زدن عجولانه به دانش‌آموزان؛ نبود طوفان فکری در سیستم آموزشی؛ آماده نکردن دانش‌آموزان برای حضور در جامعه؛ تحت تأثیر قرار گرفتن سیستم آموزشی بر اساس کنکور)؛ مسائل و مشکلات مالی و اداری (شامل: مرض مزمن کسری منابع در آموزش و پرورش؛ کاهش بودجه و منابع انسانی؛ پایین بودن حقوق و حق الزحمه معلم‌ها؛ ضوابط اداری بیش از حد؛ تعامل کم بین مدیر و معلم؛ محیط مدرسه و قوانین خشک مدرسه؛ پویا نبودن نظام آموزشی؛ پایین بودن سطح امکانات مدارس در زنگ ورزش؛ ساختمان مستهلک و قدیمی مدارس)؛ دغدغه‌های شغلی معلمین (شامل: نداشتن انگیزه و ذهن آرام در بین معلمان؛ مستهلک شدن نیروهای آموزشی در آموزش و پرورش؛ تبعیض درآمدی در بین معلمان؛ مشکلات اقتصادی معلمان و به تبع آن دنبال شغل دوم و سوم بودن؛ دغدغه‌های زیاد معلمان؛ عدم انعطاف برخی از دبیران؛ نداشتن اطلاعات و آگاهی معلم‌ها).

**۴-۴- چالش‌های جامعه:** این موارد عبارتند از: آشفتگی جامعه (شامل: ناامنی جامعه؛ افسرده شدن جامعه؛ رواج زندگی آپارتمانی؛ کم‌تحرك شدن کودکان؛ تضعیف روحیه نوجوانان؛ فرصت ندادن به جوانان برای عملیاتی کردن ایده‌های شان)؛ مسائل سیاسی جامعه (شامل: تبعیض بین فرهنگیان و دیگر کارمندان دولت؛ عدم توانایی در جذب منابع دولتی برای آموزش و پرورش؛ اجراء نشدن قوانین مصوب توسط دولت)؛ گسترش شبکه‌های اجتماعی (شامل: ایجاد شبهات عقیدتی در رسانه‌های مختلف؛ تأسیس شبکه‌های ماهواره‌ای فارسی‌زبان با حجم وسیع برنامه‌های مختلف بی‌محتوا مثل رواج بی‌بندوباری و تزلزل بنیاد خانواده؛ تضاد و تعارض بین شبکه اجتماعی مجازی

و واقعیت جامعه؛ افزایش آمار گیرنده‌های ماهواره؛ گسترش بازی‌های رایانه‌ای؛ عدم داشتن الگوی مناسب؛ مشکلات اقتصادی جامعه (شامل: مطلوب نبودن وضع مالی جامعه؛ پولی شدن فضاها و ورزشی؛ افزایش تورم در جامعه)؛ تغییر در ارزش‌گذاری‌های زندگی (شامل: تغییر نسل؛ تغییر علاقه‌مندی‌ها؛ تغییر ارزش‌ها).

**۵- راهبردها:** بیان‌گر رفتارها، واقعیت‌ها و تعاملات هدف‌داری هستند که تحت تأثیر شرایط مداخله‌گر و زمینه‌ای، حاصل می‌شوند. استراتژی‌های ایجاد شده برای کنترل، اداره و برخورد با هر پدیده، تحت شرایط مشاهده شده خاصی هستند. در این پژوهش نیز راهبردها شامل ۴ مقوله به شرح زیر هستند.

**۱-۵- راهبردهای آموزشی:** این موارد عبارتند از: تغییر شیوه آموزش در مدارس (شامل: استفاده از روش‌های فعال و نوین تدریس؛ برگزاری کلاس‌ها در فضای باز؛ آموزش ارزش‌های انسانی؛ استفاده از روش‌های ساده و جذاب در آموزش؛ آموزش روابط اجتماعی مناسب به دانش‌آموزان در کنار درس؛ آموزش سازگاری در زمان مشکلات و تغییرات)؛ آموزش کار گروهی (شامل: همکاری آگاهانه و مشارکت همه‌جانبه اولیاء با مدرسه و معلمان با دانش‌آموزان؛ برگزاری جلسات آموزش خانواده و شورای دبیران؛ جلب مشارکت‌های مردمی؛ برگزاری مسابقات و جشنواره‌ها).

**۲-۵- راهبردهای انگیزشی:** این موارد عبارتند از: توسعه مهارت روان‌شناختی (شامل: بهبود روابط انسانی و فضای عاطفی مدارس؛ توسعه روش‌های تشویق کلامی و غیرکلامی؛ تشویق دانش‌آموزان؛ روان‌شناسی رنگ‌ها در دوره‌های اول و دوم؛ ارزش‌گذاری فعالیت‌های دانش‌آموزان).

**۳-۵- راهبردهای یادگیری اجتماعی:** این موارد عبارتند از: افزایش مهارت‌های اجتماعی (شامل: خودآگاهی و خودشناسی؛ تقویت توانایی حل مسئله؛ تصمیم‌گیری؛ افزایش مسئولیت‌پذیری؛ برقراری ارتباط مؤثر و یادگیری مهارت ارتباط بین فردی؛ دوست‌یابی، نگه‌داری دوست؛ تقویت اعتماد به نفس و عزت نفس؛ شکل‌گیری شخصیت اجتماعی دانش‌آموزان در مدرسه؛ مهارت مدیریت خشم)؛ تقویت هم‌بستگی، هم‌فکری و هم‌دلی (شامل: افزایش ورزش‌های خاص گروهی؛ نقاشی همگانی؛ جشن‌های گروهی؛ شرکت در مراسم مذهبی)؛ تقویت کارگروهی (شامل: برگزاری اردوهای دورن‌مدرسه‌ای؛ روش حل مسئله گروهی؛ تشویق دانش‌آموزان برای شرکت در فعالیت‌های ورزشی و بازی‌های دسته‌جمعی؛ به‌عنوان یک استراتژی که برای کنترل، اداره و پاسخ به پدیده مورد بررسی اتخاذ می‌شوند، در نظر گرفته شده‌اند).

**۶- پیامدها:** پیامدها، نتیجه و حاصل فرآیندها و تعاملات هستند. در این نظریه و براساس مدل پارادایمی پژوهش، نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی



در دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان، پیامدهایی را به دنبال دارد و به عنوان نتیجه حاصل از این مدل در نظر گرفته شده است. این پیامدها در قالب مقوله به شرح زیر هستند.

**۱-۶- پیامدهای محسوس جسمانی و ظاهری:** این پیامدها عبارتند از: ارتقاء سلامت و تندرستی (شامل: افزایش حرکت و تحرک دانش‌آموز؛ رسیدن به قدرت و برتری؛ ارتقای بهداشت خانواده؛ توانمند کردن دانش‌آموزان؛ توسعه سلامت و آتیه فرزندان؛ تأثیر شادابی و نشاط بر ظاهر دانش‌آموزان)؛ ارتقای بهداشت خانواده (شامل: بهبود سیستم قلبی و عروقی؛ بهبود سیستم ایمنی و غدد درون‌ریز؛ پایین آمدن خطر بیماری‌های قلبی؛ بهبود سریع بیماری‌ها؛ افزایش طول عمر).

**۲-۶- پیامدهای محسوس روحی و روانی:** این پیامدها عبارتند از: پذیرش اجتماعی (شامل: حس مفید بودن یک فرد در جامعه؛ بالا رفتن عزت نفس و شکوفایی استعدادها؛ برخورداری از مقبولیت اجتماعی بالا؛ پایین آوردن فشار و استرس با موسیقی؛ افزایش امنیت خاطر فرد؛ افزایش پویایی و هیجان در فرد)؛ ارتقای سلامت روحی (شامل: افزایش لبخند زدن و تبسم؛ تقویت روحیه دانش‌آموزان؛ بالا بردن امید در دانش‌آموزان؛ افزایش اعتماد به نفس دانش‌آموزان؛ ریشه‌کنی هیجان‌های رنج‌آور؛ کاهش کینه‌توزی، دیگر آزاری و خودآزاری).

**۳-۶- پیامدهای محسوس رفتاری:** این پیامدها عبارتند از: افزایش کارایی و بهره‌وری (شامل: بهبود رفتارهای فردی دانش‌آموز؛ افزایش عملکرد دانش‌آموز؛ پیشرفت تحصیلی؛ بهبود فرآیند آموزشی)؛ شکوفایی اجتماعی (شامل: پیدا کردن دوستان جدید؛ بهبود روابط اجتماعی؛ افزایش علاقه‌مندی به مدرسه؛ افزایش شرکت در مراسم جمعی؛ شکوفا کردن توانایی‌های بالقوه)؛ کاهش آسیب‌های اجتماعی (شامل: کاهش میزان اعتیاد؛ کاهش انحرافات اخلاقی؛ کاهش جرم و جنایت؛ کاهش سرقت).

**۴-۶- بهبود کیفیت زندگی:** این پیامدها عبارتند از: رضایت فردی (شامل: سبک زندگی سالم؛ احساس خشنودی فردی؛ احساس بهزیستی و خوب بودن؛ رضایت از زندگی)؛ رضایت اجتماعی (شامل: رضایت شغلی؛ امنیت شغلی؛ امنیت اجتماعی)؛ افزایش کارایی و بهره‌وری).

## ۵. جمع‌بندی

دیدگاه مشارکت‌کنندگان پژوهش در ارتباط با موضوع نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی و عوامل اجتماعی مؤثر بر آن، منتج به مدلی کیفی شد که عوامل آن در ادامه بحث می‌شود.

چنان‌چه در نتایج بیان شد، عوامل علی شامل ۳ مقوله بود: (۱) عوامل محیطی؛ (۲) عوامل سازمانی؛ و (۳) عوامل انگیزاننده. در این راستا، نتایج تحقیق حاضر نشان داد که عوامل محیطی هم‌چون: پیامدهای ناشی از دوره مدرنیته و وجود تفاوت بین دانش‌آموزان شهری و روستایی و عوامل سازمانی هم‌چون: مشارکت سیاسی و تعاملات سازمانی می‌توانند بر نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان تأثیر بگذارند. نتایج این قسمت از پژوهش با یافته‌های تحقیق سجادیان و همکاران (۱۳۹۸) هم‌سو می‌باشد. در پژوهش سجادیان و همکاران (۱۳۹۸)، محیط طبیعی و زیست بوم در رتبه اول تأثیر بر نشاط اجتماعی قرار گرفته است؛ بنابراین، با توجه به شرایط موجود، بهتر است که فعالیت‌هایی مانند ورزش و فعالیت‌های تفریحی-بدنی به صورت انفرادی و گروهی در اوقات فراغت دانش‌آموزان هم از جانب خانواده‌ها و هم از طرف مدارس تقویت شود و بدین‌وسیله میزان وابستگی آن‌ها را به بازی‌های رایانه‌ای کمتر کنیم. در تحقیق سجادیان و همکاران (۱۳۹۸)، شاخص سیاسی-اداری نیز با رضایت از زندگی و نشاط اجتماعی افراد در ارتباط بود. به‌طور کلی می‌توان اظهار کرد، جوانان باید احساس کنند که فضای عمومی کشور در جهت توجه به خواسته‌ها، نیازها و آرزوهای آن‌ها حرکت می‌کند (محمدی و سحاقی، ۱۳۹۷: ۵۸)؛ از این‌رو، پیشنهاد می‌شود، همه ارگان‌ها و سازمان‌ها در سطح کشور که به‌نوعی با دانش‌آموزان در ارتباط هستند (به‌عنوان مثال: شهرداری، آموزش و پرورش، اداره ورزش و جوانان، دانشگاه‌ها و...)، در ایجاد شادی و نشاط آن‌ها همکاری همه‌جانبه داشته باشند. برنامه‌ریزی صحیح و اصولی از طرف دولتمردان صورت بگیرد؛ در عین حال در کنار این سیاست‌گذاری‌ها، قوانین مصوب نیز اجرایی شوند. تعاملات مثبت بین مدارس و والدین، بین معلمان و والدین، بین معلمان و مدیران، و بین معلمان و دانش‌آموزان ایجاد شود و با روابط خوب و لذت‌بخش میزان نشاط اجتماعی، رضایت و سلامت روانی دانش‌آموزان بالا رود. نتایج تحقیق حاضر هم‌چنین نشان داد که عوامل انگیزاننده هم‌چون: مشارکت اجتماعی و عوامل سوق‌دهنده می‌تواند بر نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان تأثیر بگذارد. این قسمت از نتایج با یافته‌های پژوهش ارجمندسیاه‌پوش و همکاران (۱۳۹۷)، اقدسی و همکاران (۱۳۹۵)، «چیا»<sup>۳۰</sup> و همکاران (۲۰۲۰)، هم‌سو می‌باشد. نتایج پژوهش ارجمندسیاه‌پوش و همکاران (۱۳۹۷)، نشان داد، بین اعتماد اجتماعی و نشاط اجتماعی رابطه‌ی معنی‌داری وجود دارد. از نظر اقدسی و همکاران (۱۳۹۵)، نیز رضایت از زندگی یکی از پیش‌گویی‌های سلامت روانی است. چیا و همکاران (۲۰۲۰)، نیز در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که دو مؤلفه مسئولیت اجتماعی و نشاط اجتماعی ارتباط نزدیکی

با هم دارند. با توجه به این قسمت از نتایج پیشنهاد می‌شود، نوع مدیریت در مدارس به گونه‌ای باشد که دانش‌آموزان احساس ترس و وحشت و اضطراب نداشته باشند. مشارکت دانش‌آموزان و معلمان در فعالیت‌های مختلف آموزشی و تربیتی بیشتر شود. به دانش‌آموزان مسئولیت‌های مختلفی در خانه و مدرسه محول کنیم و آن‌ها را تشویق به عضویت در گروه‌های اجتماعی و داوطلبانه نماییم. بدین‌گونه حس خوبی در آن‌ها ایجاد می‌شود که خود منشأ ایجاد نشاط اجتماعی و رضایت می‌باشد.

شرایط زمینه‌ای که در ارتباط با نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی در این پژوهش شناسایی شد، شامل ۳ مقوله (۱) بسترسازی فرهنگی؛ (۲) بسترسازی امکانات و زیرساخت‌ها؛ و (۳) عوامل مؤثر در شاد کردن بود. عوامل بسترسازی فرهنگی هم‌چون: آموزش، مهیا کردن بستر فرهنگی و الگوپذیری می‌تواند بر نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان تأثیر بگذارد. این قسمت از یافته‌ها با نتایج تحقیقات «مدبر» و همکاران، (۱۳۹۷)؛ شارما و ماله‌هوترا (۲۰۱۰) هم‌سو می‌باشد. نتایج پژوهش آن‌ها نشان داده است که معنویات، دین‌داری، ارزش‌ها، باورها و اعتقادات بر نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی افراد تأثیر دارد. نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که دین یکی از عوامل مهم و تأثیرگذار در سلامت روان انسان است. فرد دین‌دار خود را تحت حمایت و لطف همه‌جانبه خداوند، بزرگ‌ترین نیروی موجود می‌بیند و بدین‌ترتیب احساس اطمینان و آرامش و لذت معنوی عمیقی به وی دست می‌دهد (میرزائی و همکاران، ۱۳۹۷: ۲). «پولنر»<sup>۳۱</sup> (۱۹۸۹)، نیز در این راستا بیان می‌کند که تأثیر عمده رابطه با خداوند بر نشاط، غیرمستقیم و از طریق تقویت احساس نظم، قابل پیش‌بینی بودن امور و دادن معنای مذهبی به مشکلات زندگی است. بخش دیگر این یافته‌ها با نتایج تحقیق «هزارجریبی» و «آستین‌فشان» (۱۳۸۸) و «سویین‌یارد»<sup>۳۲</sup> و همکاران (۲۰۰۱) هم‌خوانی دارد. در تحقیق هزارجریبی و آستین‌فشان (۱۳۸۸)، طبقه اجتماعی و تحصیلات می‌توانند زمینه‌ای از رضایتمندی را در افراد به وجود آورند و منجر به نشاط شوند. در تحقیق سویین‌یارد و همکاران (۲۰۰۱) نیز حمایت خانوادگی و هم‌بستگی اجتماعی با نشاط اجتماعی و رضایت از زندگی در ارتباط است. شواهدی در دست است که هرچه افراد به لحاظ اجتماعی منزوی‌تر باشند (شبکه‌های روابط اجتماعی کمتر انشعاب یافته‌ای داشته باشند)، از سلامت روان کمتری برخوردار خواهند بود و بالعکس (کلانتری و همکاران، ۱۳۹۴: ۹۸)؛ بنابراین با توجه به این قسمت از یافته‌ها پیشنهاد می‌شود، کارگاه‌ها و جلسات آموزشی مختلفی برای والدین به منظور شناخت ویژگی‌های مختلف فرزندان در سنین مختلف از طرف آموزش و پرورش و متولیان امر برگزار شود. خانواده‌ها از دانش‌آموزان در زمینه‌های مختلف و (غیردرسی)

حمایت بکنند و آن‌ها را بیشتر با معنویات مانوس نمایند. نتایج هم‌چنین نشان داد که عوامل بسترسازی امکانات و زیرساخت‌ها هم‌چون: ترغیب‌کننده بودن مبلمان شهری، فراهم کردن شرایط و امکانات در سطح شهر و فراهم کردن امنیت در امکانات شهری و هم‌چنین عوامل مؤثر در شاد کردن هم‌چون: رکن اصلی نشاط در خانواده، شاد کردن فضای شهری و روش‌های شاد کردن می‌توانند بر نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان تأثیر بگذارند. نتایج این قسمت از پژوهش با یافته‌های تحقیق «پیرو»<sup>۳۳</sup> (۲۰۰۶)؛ «کیوسلوسکی»<sup>۳۴</sup> (۲۰۰۲) و «نیستانی» و همکاران (۱۳۹۶)، هم‌سو می‌باشد. از نظر کیوسلوسکی (۲۰۰۲)؛ کمیت و کیفیت امکانات آموزشی بر میزان نشاط و نحوه عملکرد دانش‌آموزان مؤثر است. از نظر پیرو (۲۰۰۶)؛ نیز ورزش، فعالیت‌ها، تمرین‌ها و مسابقات ورزشی بر شادی و نشاط دانش‌آموزان بسیار مؤثر می‌باشد؛ بنابراین با توجه به این قسمت از یافته‌ها پیشنهاد می‌شود، کمیت مبلمان شهری در فضای شهری افزایش پیدا کند و کیفیت آن‌ها نیز بهبود یابد. فضای شهری و مدرسه با اِلمان‌های زیبا تزئین شوند؛ رنگ‌های شاد در فضای شهری استفاده شود تا همه این موارد حس خوبی را برای دانش‌آموزان القاء نمایند. هم‌چنین، پیشنهاد می‌شود امکانات مختلف ورزشی به صورت رایگان یا با هزینه بسیار کم برای استفاده دانش‌آموزان در مدارس و خارج از مدارس فراهم شود. فضاهای مهارت آموزشی سالم و ایمن ایجاد شود. هم‌چنین بهتر است که هم خود دانش‌آموزان در افزایش میزان نشاط خود تلاش داشته باشند؛ هم خانواده‌ها با ایجاد تغییر در رویه نامناسب زندگی منجر به ایجاد شادی و نشاط در خود و فرزندان شوند؛ و هم برنامه‌هایی مانند برنامه‌های دسته‌جمعی، تفریحی و شاد توسط مسئولین شهری برگزار شود که منجر به نشاط همه افراد در شهر شود.

شرایط مداخله‌گری که در ارتباط با نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی در این پژوهش شناسایی شد، شامل ۴ مقوله<sup>۱</sup> (چالش‌های فردی؛ ۲) چالش‌های خانوادگی؛ ۳) چالش‌های مدرسه؛ و ۴) چالش‌های جامعه بود. چالش‌های فردی هم‌چون: نوسانات عاطفی و نوسانات جسمانی و چالش‌های خانوادگی، مانند: فقر فرهنگی خانواده‌ها، فقر اقتصادی خانواده‌ها و اختلافات خانوادگی می‌توانند بر نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان تأثیر بگذارند. این قسمت از یافته‌ها با نتایج تحقیق «ضیاءپور» و همکاران (۲۰۱۸) و «لومباس» و همکاران (۲۰۱۹)، پلتز و همکاران (۲۰۲۰)، «ژانگ»<sup>۳۵</sup> و همکاران (۲۰۱۹)، «اولادیپو»<sup>۳۶</sup> و همکاران (۲۰۱۲)، هم‌سو می‌باشد. از نظر ضیاءپور و همکاران (۲۰۱۸) خصوصیات شخصیتی، سلامت جسمانی و روانی، پیوندهای عاطفی، اعتماد به نفس بالا، داشتن حمایت‌های اجتماعی

در ارتباط با نشاط اجتماعی و سلامت روانی هستند. در پژوهش لومباس و همکاران (۲۰۱۹)، نیز ارتقاء جو روانی مثبت و بهزیستی روان‌شناختی و نیز فضای مثبت در کلاس منجر به نشاط اجتماعی دانش‌آموزان می‌شود. با توجه به این قسمت از یافته‌ها و با اشاره به یافته‌های تحقیق «بروفائرتز» و همکاران (۲۰۱۸)، که در مطالعات خود گزارش نمودند، مشکلات روحی و روانی دانش‌آموزان در سال‌های اول نوجوانی بسیار شایع است؛ پیشنهاد می‌شود، از دانش‌آموزان بخواهیم که مثبت‌نگر باشند و افکار منفی را از خود دور کنند. در این صورت زندگی رضایت‌بخش‌تر و امیدوارانه‌تری خواهند داشت. هم‌چنین پیشنهاد می‌شود، والدین و معلمان اهمیت امتحانات و ارزشیابی‌ها را برای دانش‌آموزان شرح دهند و میزان اضطراب، استرس و ترس دانش‌آموزان از امتحانات و ارزشیابی‌ها را به حداقل برسانند. پیشنهاد می‌شود، به دانش‌آموزان هم در منزل و هم در مدارس مسئولیت داده شود تا حس مفید و کارا بودن در آن‌ها تقویت شود. اولادپو و همکاران (۲۰۱۲)، در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که، کنترل والدین و کارکرد خانواده، و تعارض والد-نوجوان در میزان نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان مؤثر است. از نظر پلتز و همکاران (۲۰۲۰)، نیز مسائل مالی، امنیت مالی، میزان درآمد و رفاه خانواده بر نشاط دانش‌آموزان تأثیر بسیاری دارد. فرهنگ خانواده‌ها و رشد اخلاقی نیز عاملی بود که از نظر ژانگ و همکاران (۲۰۱۹)، بر نشاط اجتماعی افراد مؤثر می‌باشد. با توجه به این قسمت از یافته‌ها پیشنهاد می‌شود، اولیاء از امر و نهی بیش از حد بپرهیزند و انتظارات نامعقولی از دانش‌آموزان نداشته باشند و با وجود مشغله‌های زیاد والدین، سعی کنند تا رفت و آمدهای خانوادگی را بیش از پیش رونق دهند.

چالش‌های مدرسه هم‌چون: ناکارآمد بودن روش‌ها و شیوه‌های تربیتی رایج در آموزش و پرورش، مسائل و مشکلات مالی و اداری و دغدغه‌های شغلی معلمان و چالش‌های جامعه هم‌چون: آشفتگی جامعه، مسائل سیاسی جامعه، گسترش شبکه‌های اجتماعی، مشکلات اقتصادی جامعه و تغییر در ارزش‌گذاری‌های زندگی نیز می‌توانند بر نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان تأثیر بگذارند. به‌طور کلی می‌توان اظهار کرد که بعد از محیط خانواده، مدرسه مهم‌ترین کانونی است که فرد باورها، ایده‌ها، اعتقادات، شخصیت و گرایش‌های متنوع خود را در آن شکل می‌دهد (نیستانی و همکاران، ۱۳۹۶: ۳). بنابراین، پیشنهاد می‌شود، شیوه‌های تدریس مناسب و خلاقانه از طرف معلمان اجراء شود؛ سیستم ارزشیابی مناسبی تدوین شود؛ در کلاس درس از شیوه‌های مشارکتی و طوفان فکری استفاده شود و مدرسه شکل پویایی داشته باشد و قوانین خشک آن از بین برود و امکانات مناسب

ورزشی و آموزشی به خصوص برای مقطع متوسطه دوم فراهم شود. به طور کلی، در نظریه اقتصادی، اعتقاد بر این است که شرایط زندگی، به ویژه رشد درآمد، بر شادی اثر پایداری دارد (فضل‌الهی و همکاران، ۱۳۸۹: ۹۱). «زیمرن» و «کاتون»<sup>۳۷</sup> (۲۰۰۵)، نیز در پژوهش خود به این نتیجه دست یافتند که عوامل اقتصادی، درآمد، ثروت و توسعه اقتصادی بر میزان نشاط و سلامت روانی افراد تأثیر می‌گذارند. از این نظر بهتر است که تبعیضات در جذب منابع دولتی برای آموزش و پرورش نسبت به سایر ارگان‌ها از بین برود؛ حمایت‌های بیشتری از طرف دولت برای آموزش و پرورش از جنبه‌های مختلف زیرساختی و مالی صورت بگیرد و فضاهای ورزشی بیشتری تأسیس شود تا دانش‌آموزان با حداقل هزینه از این امکانات و فضاها استفاده نمایند.

به کارگیری راهبردهای انگیزشی هم‌چون: توسعه مهارت روان‌شناختی، به کارگیری راهبردهای آموزشی هم‌چون: تغییر شیوه آموزش در مدارس و آموزش کار گروهی و به کارگیری راهبردهای یادگیری اجتماعی هم‌چون: افزایش مهارت‌های اجتماعی، تقویت هم‌بستگی، هم‌فکری و هم‌دلی و تقویت کارگروهی در دستیابی به وضعیت مطلوب نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان مؤثر می‌باشند. محیط فیزیکی بر احساسات و چگونگی ارتباط بر دیگران تأثیر دارد. مدرسه زیبا و جذاب زمینه را برای یادگیری و شکوفایی استعدادها تسهیل می‌کند و مدرسه نامناسب نیز شوق و اشتیاق در دانش‌آموزان را به حداقل می‌رساند و امکان پویایی و بالندگی را کاهش می‌دهد (ایزدی و همکاران، ۱۳۹۱: ۹۳). این قسمت از یافته‌ها با نتایج تحقیقات «لی‌کن»<sup>۳۸</sup> (۱۹۹۹)، هم‌سو می‌باشد. لی‌کن (۱۹۹۹)، معتقد است که تقویت عوامل اجتماعی و فرهنگی در مدارس از قبیل برگزاری کلاس‌های موسیک، برگزاری جشن‌ها همراه با شادی و آموزش والدین برای شاداب‌سازی محیط منزل می‌تواند در شاداب‌سازی مدارس و فراهم کردن محیطی سالم به منظور یادگیری هرچه بهتر دانش‌آموزان مؤثر باشد. از نظر «دشتی» و «آذربایجانی» (۱۳۹۱)، روش‌های تدریس فعال و مشارکتی دانش‌آموزان را به فراگرفتن مشتاق‌تر و کلاس را پرجاذبه‌تر می‌کند. «حبیبی‌پور» و همکاران (۱۳۸۶)، نیز در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که موسیقی ملایم، تأثیر مثبتی بر کاهش پرخاش‌گری فیزیکی، پرخاش‌گری کلامی و در کل خشم دانش‌آموزان دارد. آموزش مهارت‌های زندگی نیز عامل دیگری است که در پژوهش «عاشوری» و همکاران (۱۳۹۴)؛ اشاره شده است که بر سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان تأثیر مثبتی دارد. نتایج حاصل از پژوهش چیا و همکاران (۲۰۲۰)، نیز نشان داده است که مسئولیت اجتماعی و نشاط اجتماعی ارتباط نزدیکی با هم دارند. از نظر «آیتو» و همکاران (۲۰۱۹)، نیز ورزش و شادی مناسب امکان فعالیت جسمی و

بدنی را برای دانش‌آموزان فراهم می‌کند و منجر به شور و نشاط آن‌ها می‌شود. بنابراین پیشنهاد می‌شود، روابط انسانی و فضای عاطفی مدارس بهبود پیدا کند و از رنگ‌های شاد و مناسب در منازل و مدارس استفاده شود. از روش‌های فعال و نوین در مدارس برای تدریس استفاده شود؛ روابط اجتماعی مناسب به دانش‌آموزان در کنار درس آموزش داده شود؛ سازگاری با مشکلات و تغییرات در مدارس و در خانواده برای دانش‌آموزان آموزش داده شود. اولیاء با مدرسه و معلمان با دانش‌آموزان همکاری آگاهانه و مشارکت همه‌جانبه‌ای داشته باشند؛ مسابقات و جشنواره‌های مختلف و فعالیت‌هایی مانند: ورزش، نقاشی، جشن‌ها، اردوها، حل مسأله، بازی و... به صورت گروهی در مدارس برای ایجاد و بهبود نشاط اجتماعی دانش‌آموزان برگزار شود.

براساس نتایج این پژوهش، نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان در وضعیت موجود و مطلوب آن می‌تواند پیامدهای محسوس جسمانی و ظاهری هم‌چون: ارتقاء سلامت و تندرستی و ارتقای بهداشت خانواده، پیامدهای محسوس روحی و روانی مانند: پذیرش اجتماعی و ارتقای سلامت روحی، پیامدهای محسوس رفتاری هم‌چون: افزایش کارایی و بهره‌وری، شکوفایی اجتماعی و کاهش آسیب‌های اجتماعی را داشته باشد و منجر به بهبود کیفیت زندگی هم‌چون: رضایت فردی و رضایت اجتماعی شود. این قسمت از یافته‌ها با نتایج پژوهش «طاهریان» و همکاران (۱۳۹۳) و «آنلی» و «کارسلی»<sup>۳۹</sup> (۲۰۱۰)، «بوهم» و «لیوبومیرسکای»<sup>۴۰</sup> (۲۰۰۷)، حیدری ساریان و یاری حصار (۱۳۹۶)، «یعقوبیان»<sup>۴۱</sup> و همکاران (۲۰۱۳)، «شریف‌زاده» و همکاران (۱۳۹۶)، هم‌سو می‌باشد. افراد شاد از نظر ذهنی و فیزیکی نسبت به دیگران عملکرد بهتری دارند (طاهریان و همکاران، ۱۳۹۳: ۱۰۰) و احساس نشاط و شادابی در زندگی علاوه بر این‌که انرژی حرکت به سمت هدف را به انسان می‌دهد، از بروز احساس پوچی جلوگیری می‌کند و احساسات منفی مثل: افسردگی، اضطراب، ترس، خشم، نفرت و غم را از بین می‌برد (آنلی و کارسلی، ۲۰۱۰: ۷۲۶). افراد شاد مهارت‌های ارتباطی بین شخصی بالاتری دارند (بوهم و لیوبومیرسکای، ۲۰۰۷: ۱۰۲)، زندگی برای آن‌ها خوشایند است و اشتیاق برای پرداختن به فعالیت‌های اجتماعی نیز دارند (حیدری ساریان و یاری حصار، ۱۳۹۶: ۴۲). شادی و نشاط یکی از عوامل بسیار مؤثر در توسعه اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی و سیاسی است و موجب کاهش نابسامانی خانوادگی، طلاق، افزایش میل و رغبت تحصیلی، دل به کار دادن و افزایش تولید است (یعقوبیان و همکاران، ۲۰۱۳: ۶۹). به‌طور کلی، نشاط اجتماعی افراد می‌تواند زمینه ورود جوامع به فرآیندهای توسعه‌یافتگی را فراهم نماید و جوامع را در این مسیر موفق کند (شریف‌زاده و همکاران، ۱۳۹۶: ۱۷۷)؛ بنابراین، با توجه به تأثیرات بسیار مثبت نشاط اجتماعی، سلامت روانی

و رضایت از زندگی بر ویژگی‌های جسمانی و ظاهری، روحی و روانی، رفتاری و بهبود کیفیت زندگی دانش‌آموزان، این ضرورت احساس می‌شود که باید توجه بیشتری به این موضوع، به خصوص در بین دانش‌آموزان شود و باید از طریق روش‌ها و ترفندهای مختلف میزان نشاط اجتماعی آن‌ها را بالا برد.

## ۶. بحث و نتیجه‌گیری

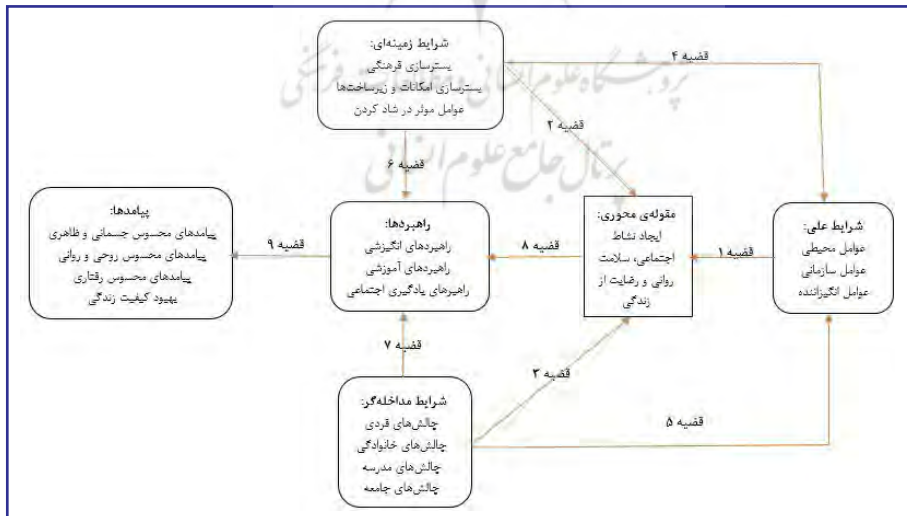
بر پایه مؤلفه‌های مدل پارادایمی که شرح داده شد، می‌توان قضایای زیر را مطرح کرد (شکل ۲).

**قضیه ۱:** عوامل محیطی، عوامل سازمانی، و عوامل انگیزاننده، شرایط علی برای ایجاد نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی در دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان هستند.

**قضیه ۲:** عوامل مرتبط با بسترسازی فرهنگی، بسترسازی امکانات و زیرساخت‌ها، و عوامل مؤثر در شاد کردن، شرایط زمینه‌ای و بسترساز برای ایجاد نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی در دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان هستند.

**قضیه ۳:** عوامل مرتبط با چالش‌های فردی، خانوادگی، مدرسه و جامعه، شرایط مداخله‌گر برای ایجاد نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی در دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان هستند.

**قضیه ۴:** برخی از شرایط زمینه‌ای مانند: بسترسازی فرهنگی، بسترسازی امکانات و



شکل ۲. گزاره‌های حکمی یا قضایای پژوهش (نگارندگان، ۱۳۹۹).



زیرساخت‌ها، و عوامل مؤثر در شاد کردن، در ایجاد شرایط علی مؤثر در نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی در دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان نقش دارند.

**قضیه ۵:** برخی از شرایط مداخله‌گر مانند: چالش‌های فردی، چالش‌های خانوادگی، چالش‌های مدرسه و چالش‌های جامعه، در ایجاد شرایط علی مؤثر در نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی در دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان نقش دارند.

**قضیه ۶:** به‌کارگیری راهبردهای لازم برای رسیدن به وضعیت مطلوب نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی در دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان با عوامل زمینه‌ای (بسترسازی فرهنگی، بسترسازی امکانات و زیرساخت‌ها، و عوامل مؤثر در شاد کردن) در ارتباط هستند.

**قضیه ۷:** به‌کارگیری راهبردهای لازم برای رسیدن به وضعیت مطلوب نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی در دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان با عوامل مداخله‌گر (چالش‌های فردی، چالش‌های خانوادگی، چالش‌های مدرسه و چالش‌های جامعه) در ارتباط هستند.

**قضیه ۸:** اقدامات در حوزه‌های مختلف (راهبردهای انگیزشی، راهبردهای آموزشی و راهبردهای یادگیری اجتماعی) از راهبردهای موردنظر برای رسیدن به وضعیت مطلوب نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی در دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان هستند.

**قضیه ۹:** بهره‌گیری از نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی در دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان، پیامدهای محسوس جسمانی و ظاهری، پیامدهای محسوس روحی و روانی، پیامدهای محسوس رفتاری، و بهبود کیفیت زندگی را به دنبال خواهد داشت.

چنانچه در شکل ۲ مشاهده می‌شود، نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان با عوامل علی، عوامل زمینه‌ای و عوامل مداخله‌گر مختلفی روبه‌رو است؛ اگرچه این عوامل به‌طور مستقیم بر روی وضعیت مطلوب نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان اثر می‌گذارند (قضیه ۱، ۲ و ۳)؛ به‌نظر می‌رسد که عوامل زمینه‌ای و مداخله‌گر، علاوه بر این به خاطر تأثیرگذاری بر عوامل علی (قضیه ۴ و ۵) اهمیت دوچندان داشته باشد. به‌عبارت دیگر، رسیدن به وضعیت مطلوب نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی در دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان، بیش از هر چیز نیازمند رفع موانع

زمینه‌ای و مداخله‌گر است تا بدین ترتیب نقش عوامل علی که تقریباً در حوزه‌هایی مشابه با موانع زمینه‌ای و مداخله‌گر شناسایی شده‌اند، کم‌رنگ‌تر شود. رفع این عوامل زمینه‌ای و مداخله‌گر نیازمند به‌کارگیری راهبردهای انگیزشی، راهبردهای آموزشی و راهبردهای یادگیری اجتماعی است که با این شرایط زمینه‌ای و مداخله‌گر و وضعیت موجود منطبق باشد (قضیه ۶، ۷ و ۸) تا بتواند به بهبود شرایط موجود کمک کند. در نهایت به‌کارگیری این راهبردها که برای نشاط اجتماعی، سلامت روانی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان مقطع متوسطه استان سمنان اتخاذ می‌شود، می‌تواند پیامدهایی را برای گروه‌های ذی‌نفع به دنبال داشته باشد (قضیه ۹).

### سپاسگزاری

این مقاله برگرفته از طرح استانی به شماره قرارداد ۲۱۱/۰۱/۳۴۳، (کارفرما: اداره کل ورزش و جوانان استان سمنان. مجری طرح: دانشگاه صنعتی شاهرود)، مصوب در شورای برنامه‌ریزی و توسعه استان سمنان است. نویسندگان این مقاله از کارفرما برای حمایت مالی از انجام این پژوهش قدردانی می‌نمایند. بدین وسیله، نویسندگان از تمامی صاحب‌نظران و متخصصانی که در انجام این پژوهش همکاری داشتند، تشکر و قدردانی به عمل می‌آورند.

### پی‌نوشت

1. Diener and Suh
2. Reuters
3. Bazaruto-Gomez
4. Mahmoudi
5. Sheng and Zhu
6. Ziapour
7. Guven and Sorensen
8. Ito
9. Sharma and Malhotra
10. Lombas
11. Bruffaerts
12. Uysal
13. Salama-Younes
14. Oishi
15. Norman Brad Burn
16. David Caplovitz
17. Basu & Thomas
18. Tanner-Smith
19. Chang
20. Sharma and Malhotra
21. World health organization
22. Oswalt

23. McManus & Gunnell
24. Peltz
25. Cvetkovski
26. Williams
27. Cacioppo
28. Lardier
29. Kim
30. Chia
31. Pollner
32. Swinyard
33. Peir'o
34. Kioslosky
35. Zhang
36. Oladipo
37. Zimmerman & Katon
38. Lykken
39. Anli & Karsli
40. Boehm & Lyubomirsky
41. Yaghoubian

## کتابنامه

- ارجمندسیاه‌پوش، اسحق؛ رضایور، داریوش؛ و حسن پورافرینه، خدیجه، (۱۳۹۷). «بررسی میزان نشاط اجتماعی نوجوانان تحت پوشش کمیته امداد امام خمینی رحمته‌الله علیه شهر پلدختر و عوامل اجتماعی مؤثر بر آن». فصلنامه توسعه اجتماعی (توسعه انسانی سابق)، شماره ۱۳ (۲)، صص: ۱۶۲-۱۴۷.
- افشانی، سیدعلیرضا، (۱۳۹۲). «بررسی میزان نشاط اجتماعی در بین جوانان یزدی و عوامل مرتبط با آن». مجله تحلیل اجتماعی، شماره ۶۹ (۴)، صص: ۲۷-۱.
- اقدسی، محمدتقی؛ محمدزاده، حسن؛ و قوامی، اکبر، (۱۳۹۵). «ارتباط بین شور و اشتیاق به فعالیت بدنی و رضایت از زندگی دانش‌آموزان پسر: رویکرد دوگانه اشتیاق». دوفصلنامه پژوهش در مدیریت ورزشی و رفتار حرکتی، شماره ۶ (۱۴)، صص: ۶۶-۵۴.
- امیرظاهری، امیرمسعود؛ و فخاریان، منا، (۱۳۹۵). «نقش سرمایه اجتماعی در شادی جوانان، مورد مطالعه: دانشجویان دانشکده روان‌شناسی و علوم اجتماعی تهران مرکز». مطالعات جامعه‌شناسی، شماره ۹ (۳۳)، صص: ۲۴-۷.
- ایزدی، صمد؛ هاشمی، سهیلا؛ و برزمینی، لیلا، (۱۳۹۱). «بررسی عوامل مؤثر در شاداب‌سازی مدارس از دیدگاه دانش‌آموزان و اولیای مدرسه: با تأکید بر توسعه فرهنگی». فصلنامه مطالعات توسعه اجتماعی-فرهنگی، شماره ۱ (۱)، صص: ۱۱۸-۹۰.
- پرینچی، معصومه؛ دلاور، علی؛ فرخی، نورعلی، (۱۳۹۸). «نقش سلامت روان در رفتارهای خلاقانه دانش‌آموزان شهر تهران». نشریه ابتکار و خلاقیت در علوم انسانی، شماره ۸ (۴)، صص: ۱۷۰-۱۵۳.

- جاودان سیرت، توران؛ و ماردپور، علیرضا، (۱۳۹۷). «بررسی رابطه ادراک از ابعاد الگوهای ارتباطی خانواده و هوش اخلاقی با نشاط اجتماعی در دانش‌آموزان دبیرستانی». *مجله پژوهش سلامت*، شماره ۴ (۱)، صص: ۸-۱.
- حاجی‌زاده میمندی، مسعود؛ و ترکان، رحمت‌اله، (۱۳۹۴). «بررسی میزان و عوامل فرهنگی اجتماعی مرتبط با نشاط اجتماعی (مورد مطالعه: دانشجویان دانشگاه یزد)». *مطالعات جامعه‌شناختی شهری*، شماره ۵ (۱۶)، صص: ۸۶-۵۹.
- حبیبی‌پور، مجید؛ حبیبی‌پور، حمید؛ حبیبی‌پور، مریم؛ و رجایی، علیرضا، (۱۳۸۶). «تأثیر موسیقی غیرکلامی ایرانی بر کاهش پرخاشگری دانش‌آموزان پسر دوره راهنمایی». *فصلنامه روان‌شناسی و علوم تربیتی*، شماره ۳ (۱۰)، صص: ۵۰-۴۵.
- حیدری‌ساربان، وکیل؛ و یاری‌حصار، ارسطو، (۱۳۹۶). «عوامل مؤثر در بهبود نشاط اجتماعی از دیدگاه روستاییان، مطالعه موردی: شهرستان اردبیل». *فصلنامه برنامه‌ریزی منطقه‌ای*، شماره ۷ (۲۵)، صص: ۵۴-۴۱.
- دستورانی، محمد؛ (۱۳۹۷). «گزارش مدیر کل آموزش و پرورش استان سمنان». *خبرگزاری شبستان*، ۱۸/۰۶/۱۳۹۷، کد خبر: ۷۲۶۷۰.
- دشتی، مرتضی؛ آذربایجانی، محمدعلی، (۱۳۹۱). «عوامل مؤثر بر شادابی و نشاط دانش‌آموزان از نظر دانش‌آموزان دبیرستان‌های استان ایلام». *مجله مدیریت و رفتار سازمانی در ورزش*، شماره ۱ (۲)، صص: ۶۰-۵۱.
- رضادوست، کریم؛ فاضلی، عبدالله؛ و مقتدایی، فاطمه، (۱۳۹۳). «بررسی عوامل اجتماعی مؤثر بر میزان نشاط در استان خوزستان». *فصلنامه توسعه اجتماعی (توسعه انسانی سابق)*، شماره ۸ (۴)، صص: ۴۶-۲۹.
- زارعی‌توپخانه، محمد؛ مرادیانی، سیده‌خدیجه؛ چراغیان، حدیث؛ و جان‌بزرگی، مسعود، (۱۳۹۸). «مقایسه رضایت از زندگی، امید و عملکرد تحصیلی دانش‌آموزان مرتبط و غیرمرتبط با جنس مخالف». *روان‌شناسی و دین*، شماره ۱۲ (۳)، شماره: ۸۴-۷۳.
- زکی، محمدعلی، (۱۳۸۶). «اعتباریابی مقیاس چندبعدی رضایت از زندگی دانش‌آموزان». *مجله روان‌پزشکی و روان‌شناسی بالینی ایران*، شماره ۱۳ (۱)، شماره: ۵۷-۴۹.
- سجادیان، ناهید؛ نعمتی، مرتضی؛ و دامن‌باغ، صفیه، (۱۳۹۹). «شناسایی اولیت بندی عوامل مؤثر بر نشاط شهری در اهواز». *پژوهش‌های راهبردی مسائل اجتماعی ایران*، شماره ۱ (۹)، پیاپی ۲۸، صص: ۱۱۲-۷۹.
- سلطانی‌زاده، محمد؛ و خسروی، ژیللا، (۱۳۹۲). «پیش‌بینی رضایت از زندگی

- براساس هوش هیجانی و نشانه‌های روانی در دانش‌آموزان دختر مقطع متوسطه». فصلنامه پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی، شماره ۴ (۴)، صص: ۱۶۳-۱۷۹.
- شریف‌زاده، حکیمه‌السادات؛ میرمحمدتبار، سیداحمد؛ و عدلی‌پور، صمد، (۱۳۹۶). «بررسی عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی در ایران، فراتحلیلی از تحقیقات موجود». راهبرد فرهنگ، شماره ۴۰، صص: ۱۸۰-۱۵۹.
- طاهریان، حسین؛ فیض، داود؛ و حیدرخانی، زهرا، (۱۳۹۳). «عوامل مدیریتی و سازمانی مؤثر بر شادی و نشاط در دانشگاه‌ها و تأثیر آن‌ها بر تولید علم». فصلنامه پژوهش و برنامه‌ریزی در آموزش عالی، شماره ۷۲، صص: ۹۹-۱۱۶.
- عاشوری، جمال؛ جلیل‌آبکنار، سیده‌سمیه؛ و عاشوری، محمد، (۱۳۹۴). «بررسی تأثیر آموزش شناختی رفتاری بر سلامت روان دانش‌آموزان با اختلال یادگیری شهرستان‌های تهران در سال تحصیلی ۱۳۹۲-۱۳۹۱». مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی ایلام، شماره ۲۳ (۳)، صص: ۱-۱۱.
- عنبری، موسی؛ و حقی، سمیه، (۱۳۹۳). «بررسی عوامل فردی و اجتماعی مؤثر بر نشاط اجتماعی زنان، مورد مطالعه: زنان مناطق شهری و روستایی شهرستان دلیجان». جامعه‌شناسی کاربردی، شماره ۲۵ (۵۳)، صص: ۱-۲۶.
- غفاری، غلامرضا؛ و شیرعلی، ابراهیم، (۱۳۹۵). «بررسی وضعیت نشاط اجتماعی در بین شهروندان و رابطه آن با احساس امنیت اجتماعی (نمونه موردی: جوانان ۲۹-۱۸ ساله شهر تهران)». فصلنامه علمی و پژوهشی مطالعات امنیت اجتماعی، شماره ۴۵، صص: ۳۳-۵۷.
- فضل‌الهی، سیف‌اله؛ جهانگیراصفهانی، نرگس؛ و حق‌گویان، زلفا، (۱۳۸۹). «سنجش میزان و عوامل مؤثر بر شادی دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران». روان‌شناسی و دین، شماره ۳ (۴)، صص: ۱۰۸-۸۹.
- کلانتری، عبدالحسین؛ حسینی‌زاده‌آرانی، سیدسعید؛ سخایی، ایوب؛ و امامعلیزاده، حسین، (۱۳۹۴). «انزوا و سلامت: بررسی ارتباط میان انزوای اجتماعی و سلامت روان شهروندان +۱۸ سال تهران با عطف توجه به نقش میانجیگرانه حمایت اجتماعی». دوفصلنامه پژوهش‌های جامعه‌شناسی معاصر، شماره ۴ (۶)، صص: ۸۹-۱۱۶.
- محمدی، علی؛ سحاقی، حکیم، (۱۳۹۷). «نقش ارتقای سطح امید، مشارکت و نشاط اجتماعی با تمرکز بر جامعه نخبگان کشور در پیشگیری از اعتیاد». فصلنامه سلامت اجتماعی و اعتیاد، شماره ۵ (۱۷)، صص: ۵۷-۹۴.
- مدبر، سیف‌اله؛ صدری‌دمیرچی، اسماعیل؛ و محمدی، نسیم، (۱۳۹۷). «پیش‌بینی سلامت روان دانش‌آموزان براساس باورهای دینی، خودکارآمدی تحصیلی و

- رشد اخلاقی». نشریه روان‌شناسی مدرسه، شماره ۷ (۴)، صص: ۱۵۴-۱۴۰.
- میرزائی، حسین؛ میرزائی، مجتبی؛ و فتحی، لاله. (۱۳۹۷). «بررسی ارتباط بین ابعاد دینداری و سرمایه روان‌شناختی (مورد مطالعه دانشجویان دانشگاه تبریز)». دوفصلنامه پژوهش‌های جامعه‌شناسی معاصر، شماره ۷ (۱۲)، صص: ۲۱-۱.
- نبوی، عبدالحسین؛ رضادوست، کریم؛ و صالحی، نجمه، (۱۳۹۴). «بررسی تأثیر عوامل اجتماعی و روانی بر احساس نشاط (مورد مطالعه: دانش‌آموزان ۱۶ تا ۱۸ ساله شهر اهواز)». جامعه‌شناسی کاربردی، شماره ۲۶ (۵۹)، صص: ۲۲-۱.
- نیستانی، فریبا؛ اسماعیلی‌شاد، بهرنگ؛ و سلیمانپورعمران، محبوبه، (۱۳۹۶). «مطالعه نظری پیرامون مؤلفه‌های ساختاری و محتوایی مدارس با نشاط». پویا در آموزش علوم انسانی. شماره ۲ (۸)، صص: ۱۸-۱.
- نیکنام، کریم؛ غباری‌بناب، باقر؛ و حسن‌زاده، سعید، (۱۳۹۶). «اثر بخشی آموزش حل مسأله خلاقانه بر رضایت از زندگی و سازگاری اجتماعی دانش‌آموزان پسر تیزهوش». نشریه توانمندسازی کودکان استثنایی، شماره ۸ (۴)، صص: ۱۱۹-۱۰۵.
- نیکنام، کریم؛ غباری‌بناب، باقر؛ و حسن‌زاده، سعید، (۱۳۹۸). «تأثیر آموزش حل مسأله خلاقانه بر خلاقیت و رضایت از زندگی دانش‌آموزان پسر تیزهوش». فصلنامه سلامت روان کودک، شماره ۶ (۲)، صص: ۲۱۷-۲۰۶.
- هزارجریبی، جعفر؛ و آستین‌فشان، پروانه، (۱۳۸۸). «بررسی عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی (با تأکید بر استان تهران)». جامعه‌شناسی کاربردی، شماره ۲۰ (۳۳)، صص: ۱۱۹-۱۴۶.
- ولی‌پور، احمد؛ بالویی‌جامخانه، عزت‌الله؛ و سقایی، سحر، (۱۳۹۲). «بررسی و مقایسه تأثیر آموزش مهارت‌های زندگی بر میزان رضایت از زندگی دانش‌آموزان». فصلنامه تحقیقات مدیریت آموزشی، شماره ۴ (۴)، صص: ۵۶-۳۹.

- Anli, I. & Karsli, T. A., (2010). "Perceived parenting style, depression and anxiety in a Turkish late adolescent population". *Innovation and creativity in Education*, No. 2(2), Pp: 724– 727.

- Basu, R. & Thomas, M. D., (2019). "What Makes College Students Happy? A Day Reconstruction Study". In: *Perspectives on Happiness* (Pp: 29-40), Brill Rodopi.

- Bazurto-Gomez, N.; Torres, J. C.; Gutierrez, R.; Chamorro, M.; Bulger, C., Hernandez, T. & Guerra-Gomez, J. A., (2018). "An Information

Visualization Application Case to Understand the World Happiness Report”. In: *Iberoamerican Workshop on Human-Computer Interaction*, Pp: 44-56.

- Boehm, K. J. & Lyubomirsky, S., (2007). “Does happiness promote career success?”. *Journal of Career Assessment*, No. 16(1), Pp: 101-116.

- Bruffaerts R.; Mortier P.; Kiekens, G.; Auerbach. R. P.; Cuijpers, P.; Demyttenaere, K.; Green, J. G.; Nock, M. K. & Kessler, R. C., (2018). “Mental health problems in college freshmen: Prevalence and academic functioning”. *J Affect Disord*, No. 1 (225), Pp: 97-103.

- Cacioppo, M.; Pace, U. & Zappulla, C., (2013). “Parental Psychological Control, Quality of Family Context and Life Satisfaction among Italian Adolescents”. *Child Indicators Research*. No. 6(1), Pp: 179-91.

- Chang, W. C., (2009). “Social capital and subjective happiness in Taiwan”. *International Journal of Social Economics*, No. 36(8), Pp: 844-868.

- Chia, A.; Kern, M. L. & Neville, B. A., (2020). *CSR for Happiness: Corporate determinants of societal happiness as social responsibility*. Business Ethics: A European Review.

- Cvetkovski, S.; Jorm, A. F. & Mackinnon, A. J., (2019). “An analysis of the mental health trajectories of university students compared to their community peers using a national longitudinal survey”. *Studies in Higher Education*, No. 44(1), Pp: 185-200.

- Guven, C. & Sørensen, B. E., (2012). “Subjective well-being: Keeping up with the perception of the Joneses”. *Social Indicators Research*, No. 109(3), Pp: 439-469.

- Ito, E.; Walker, G. J.; Mitas, O. & Liu, H., (2019). “Cultural similarities and differences in the relationship between types of leisure activity and happiness in Canadian, Chinese, and Japanese university students”. *World Leisure Journal*, No. 61(1), Pp: 30-42.

- Kim, Y.; Kim, B.; Hwang, H. S. & Lee, D., (2020). “Social media and life satisfaction among college students: A moderated mediation model of SNS communication network heterogeneity and social self-efficacy on satisfaction with campus life”. *The Social science journal*, No. 57(1), Pp: 85-100.

- Kioslosky, J. L., (2002). *Happiness, How are environ-ment effects our well-being and performance?*. 03/05/1383, from <http://www.Clearing house Mwsc.edu. Manuscripts /292 asps>.

- Lardier Jr, D. T.; Lee, C. Y. S.; Rodas, J. M.; Garcia-Reid, P. & Reid, R. J., (2020). "The Effect of Perceived College-Related Stress on Depression, Life Satisfaction, and School Satisfaction: The Coping Strategies of Hispanic College Students From a Hispanic Serving Institution". *Education and Urban Society*, 0013124519896845.

- Lombas, A. S.; Jiménez, T. I.; Arguís-Rey, R.; Hernández-Paniello, S.; Valdivia-Salas, S. & Martín-Albo, J., (2019). "Impact of the Happy Classrooms Programme on Psychological Well-being, School Aggression, and Classroom Climate". *Mindfulness*, Pp: 1-19.

- Lykken, D., (1999). *Happiness: What Studies on twins show us about nature and happiness set point*. New York, NY: Golden Books.

- Mahmoudi, A.; Mahmoudi, F.; Shamsaei, M.; Raesi Shahraki, H. & Kakaeei, H., (2019). "Determination of the Level of Happiness among Students of Shiraz University of Medical Sciences, Iran". *Journal of Research in Medical and Dental Science*, No. 7(2), Pp: 52-56.

- McManus, S. & Gunnell, D., (2020). "Trends in mental health, non-suicidal self-harm and suicide attempts in 16–24-year old students and non-students in England, 2000–2014". *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, No. 55(1), Pp: 125-128.

- Oishi, S.; Graham, J.; Kesebir, S. & Galinha, I. C., (2013). "Concepts of happiness across time and cultures". *Personality and social psychology bulletin*, No. 39(5), Pp: 559-577.

- Oladipo, S. E.; Olapegba, P. O. & Ogunronbo, S., (2012). *Impact of Social Support and Family Status on Adolescents Satisfaction with Life*. Pper presented at the Intenational Conference of Psychologists. South Africa. July 23-27.

- Oswalt, S. B.; Lederer, A. M.; Chestnut-Steich, K.; Day, C.; Halbritter, A. & Ortiz, D., (2020). "Trends in college students' mental health diagnoses



and utilization of services, 2009–2015”. *Journal of American College Health*, No. 68(1), Pp: 41-51.

- Peir’o, P., (2006). “Happiness, satisfaction and socio-economic conditions: Some international evidence”. *The Journal of Socio- Economics*. No. 35, Pp: 348–365.

- Peltz, J. S.; Bodenlos, J. S.; Kingery, J. N. & Rogge, R. D., (2020). “The role of financial strain in college students’ work hours, sleep, and mental health”. *Journal of American College Health*, No. 69(6) Pp: 1-8.

- Pollner, M., (1989). “Divine Relations, Social Relations and well-being”. *Journal of Health and Social Behavior*, No. (30), Pp: 92-104.

- Salama-Younes, M., (2011). “Positive mental health, subjective vitality and satisfaction with life for French physical education students”. *World Journal of Sport Sciences*, No. 4(2), Pp: 90-97.

- Sharma, A. & Malhotra, D., (2010). “Social-psychological correlates of happiness in adolescents”. *European Journal of Social Sciences*, No. 12(4), Pp: 651-61.

- Sheng, Y. & Zhu, C., (2019). “Research on the Influencing Factors and Improving Path of Contemporary College Students' Happiness”. In: *3<sup>rd</sup> International Conference on Culture, Education and Economic Development of Modern Society* (ICCESE 2019). Atlantis Press.

- Swinyard, W.; Kau, A. & Phua, H., (2001). “Happiness, Materialism and Religion Experience in the USA and Singapore”. *Journal of Happiness studies*, Pp: (2), Pp: 13-32.

- Tanner-Smith, E. E.; Finch, A. J.; Hennessy, E. A. & Moberg, D. P., (2019). “Effects of recovery high school attendance on students’ mental health symptoms”. *International Journal of Mental Health and Addiction*, No. 17(2), Pp: 181-190.

- Uysal, R.; Satici, S. A.; Satici, B. & Akin, A., (2014). “Subjective vitality as mediator and moderator of the relationship between life satisfaction and subjective happiness”. *Educational Sciences: Theory and Practice*, No. 14(2), Pp: 489-497.

- Williams, A., (2010). "Spiritual therapeutic landscapes and healing: A case study of St. Anne de Beaupre, Quebec, Canada". *Social Science & Medicine*. No. 70(10), Pp: 1633-1640.
- World health organization. (2001). *The world health report*. Health system: Geneva.
- Yaghoubian, F.; Kajbafm, M. & Ghamarani A., (2013). "Effectiveness of group training on knowledge and practice of religious duties and its relationship with students' happiness". *J Nurs Educ*, No. 2(3), Pp: 68-77.
- Zhang, X.; Yeung, T. S.; Yang, Y.; Chandra, R. M., Dana Wang, L.; Sukhmani, K.; Bal, S. K. & Zhu, Y., (2019). "Cross-cultural approaches to mental health challenges among students". *The Massachusetts General Hospital Guide to Depression*, 10.1007/978-3-319-97241-1\_6.
- Ziapour, A.; Khatony, A.; Jafari, F. & Kianipour, N., (2018). "Correlation of Personality Traits with Happiness among University Students". *Journal of Clinical & Diagnostic Research*. No. 12(4), Pp: 26-29.
- Zimmerman, F. J. & Katon, W., (2005). "Socioeconomic status, depression disparities, and financial strain: what lies behind the income-depression relationship?". *Health Economic. Chi Chester*, No. 14(12), Pp: 1197.