

## احساس شادکامی دختران شهر ایلام و عوامل مرتبط با آن

مسعود الماسی

مری گروه علوم اجتماعی دانشگاه پیام نور

### چکیده

در راستای توجه به نشاط و شادی در جامعه، در این پژوهش احساس شادکامی دختران شهر ایلام و عوامل مرتبط با آن بررسی شد. روش پژوهش پیمایشی، بر اساس طرح مقطعی بود و اطلاعات مورد نیاز به وسیله توزیع پرسشنامه در میان ۳۷۰ نفر از دختران مجرد شهر ایلام گردآوری شد. یافته‌ها بیان‌کننده آن بود که پاسخگویان از میزان احساس شادکامی متوسطی بهره‌مند بودند و همبستگی بین متغیرهای مستقل رضایت از زندگی، سازگاری، خودباوری، امید به آینده، منظم بودن، پابندی به اعتقادات، هدفمندی و مقبولیت اجتماعی با متغیر وابسته معنادار و مستقیم و رابطه متغیر محرومیت نسبی با احساس شادکامی معنادار، اما معکوس بوده است. همچنین رابطه معناداری بین متغیر از خودبیگانگی با متغیر وابسته مشاهده نشد. تفسیر نتایج تحلیل رگرسیونی گام به گام نشان داد که متغیرهای رضایت از زندگی، سازگاری، مقبولیت، هدفمندی و خودباوری طی ۵ مرحله وارد معادله شدند و در نهایت بیش از ۷۳٪ از تغییرات متغیر وابسته یعنی احساس شادکامی را تبیین کردند.

### واژگان کلیدی

احساس شادکامی؛ خودباوری؛ دختران شهر ایلام؛ رضایت از زندگی؛ سازگاری؛ مقبولیت؛ هدفمندی

### مقدمه و بیان مسئله

امروزه پیشرفت هر جامعه، در گرو استفاده مناسب از نیروی انسانی آن است و یکی از مهم‌ترین اصول در حوزه مدیریت منابع انسانی، توجه به مقوله شادی و نشاط است. همچنین احساس نشاط و شادکامی، از مهم‌ترین راه‌های پیشگیری و برون‌رفت از اختلالات روحی و روانی، از ضروری‌ترین خواسته‌های فطری و نیازهای روانی بشر به شمار می‌رود که به دلیل تأثیرات عمده در سالم‌سازی و بهسازی جامعه، همواره ذهن او را به خود مشغول کرده است. این موضوع، اساسی‌ترین بحث انسانی برای تمام نسل‌ها و مرکزی‌ترین محرک اهداف بشری است که از یک سو انسان را برای زندگی بهتر و بازدهی بیشتر آماده می‌کند و از سوی دیگر به دلیل ویژگی مسری بودن آن، وابستگی‌های فرد را با محیط گسترده می‌کند. به این دلیل مادامی که افراد احساس شادی کنند، همواره در خدمت به جامعه بیشتر اهتمام می‌کنند (ربانی و همکاران، ۱۳۸۶: ۴۲).

احساس شادکامی را می‌توان ارزیابی مثبت مردم از زندگی خود تعریف کرد که به‌عنوان یکی از شاخص‌های اندازه‌گیری رضایت از زندگی استفاده می‌شود (وینهون<sup>۱</sup>، ۲۰۰۹: ۲۸۰). داینر<sup>۲</sup>، احساس شادکامی را ارزشیابی احساسی و شناختی افراد از زندگی خود می‌داند و اجزای شادی را رضایت از زندگی، وجود خلق و هیجان‌ات مثبت و خوشایند، نبود خلق و هیجان‌ات منفی و عوامل دیگری مانند خوش‌بینی، عزت نفس و احساس شکوفایی مطرح می‌کند. او ویژگی‌های افراد شادکام را داشتن دستگاه ایمنی قوی‌تر، و عمر طولانی‌تر، داشتن روابط اجتماعی بهتر و مفیدتر، مقابله مؤثرتر با موقعیت‌های سخت و دشوار، خلاقیت و موفقیت بیشتر و گرایش زیادتر برای کمک به دیگران معرفی می‌کند (ربانی و همکاران، ۱۳۸۶: ۴۷).

احساس شادکامی افراد در زندگی به عوامل متعددی وابسته است. توجه به تمام این عوامل، در واقع توجه به تمامی ارزش‌ها، خوبی‌ها و شایستگی‌هاست و کسانی که چنین عواملی را بشناسند، خواهند توانست شادتر زندگی کنند. در این میان، دختران به عنوان مادران فردا، از مهم‌ترین اقشار جامعه محسوب می‌شوند، که در صورت بهره‌مندی از شادی حقیقی در

- 
1. Veenhoven
  2. Diener



ذات و شخصیت خود، احتمال موفقیت خود را در تمامی شئون زندگی در زمان مجرد و حتی پس از طی این دوران و در زمان تأهل افزایش خواهند داد.

به‌رغم آنچه اشاره شد، شادی و شاد بودن از حلقه‌های گم شده در بین خانواده‌های ایلامی است و این امر زمینه‌ساز افسرده شدن فرزندان، و به‌ویژه دختران این استان شده است. در حال گذار بودن استان ایلام از مرحله سنت به مدرنیسم و رشد روز افزون مشکلات و مسائل ناشی از شرایط زندگی شهری، از جمله تضادها و تعارضات فرهنگی ناشی از شکاف بین نسلی، دختران و زنان این استان را با مسائل و چالش‌های متعددی همچون افسردگی، خودسوزی و... مواجه کرده که آسیب‌های جبران‌ناپذیری را در سطح فردی و اجتماعی به دنبال داشته است. بی‌تردید تقویت روحیه دختران ایلامی و بالا بردن سطح نشاط و شادابی در میان آن‌ها، علاوه بر پیشگیری از به‌وجود آمدن آسیب‌های مذکور، زمینه‌های رشد فکری و بالندگی ایشان را فراهم خواهد کرد. دستیابی به این مهم، اهمیت اجرای پژوهش‌های علمی متعدد، در ابعاد مختلف را نشان می‌دهد. بر این اساس و با توجه به فقدان پژوهش‌های علمی کافی در این زمینه در استان ایلام، مقاله حاضر در پی آن بود تا به بررسی احساس شادکامی دختران شهر ایلام و عوامل مرتبط با آن اقدام کند. نتایج این پژوهش، علاوه بر زمینه‌سازی برای اجرای پژوهش‌های بعدی در این خصوص، می‌تواند راهنمای نهادهای مسئول برای رفع مشکلات فوق باشد.

خسروی و چراغ‌ملایی (۱۳۹۱) در پژوهشی با عنوان «بررسی مقایسه‌ای تعهد اجتماعی، شادکامی و سلامت روان در دانش‌آموزان و دانشجویان با تأکید بر عامل جنسیت» نشان دادند افرادی که دارای سطح تعهد اجتماعی خودپسندانه یا لذت‌گرایانه هستند در مقایسه با افرادی که تا حدودی نسبت به سایر افراد تعهد اجتماعی دارند، اضطراب و بی‌خوابی، نارساکنش‌وری اجتماعی و افسردگی بیشتری را تجربه می‌کنند و از سلامت روان پایین‌تری بهره‌مند هستند. همچنین افرادی که تجارب شاد با شدت بالاتر را به‌عنوان منابع شادکامی خود معرفی کرده‌اند، از سلامت روانی بیشتری بهره‌مند هستند.

منتظری و همکاران (۱۳۹۱) در پژوهشی نشان دادند علاوه بر عوامل اقتصادی-اجتماعی چون وضعیت اشتغال، سطح درآمد و شهر محل سکونت، درک افراد از سلامت خود، تأثیر فراوانی بر سطح شادکامی دارد. نتایج این مطالعه نشان داد بیشتر مردم ایران شادکامی خود را

در سطح متوسط ارزیابی می‌کنند.

امیری‌مجد و زری‌مقدم (۱۳۸۹) در پژوهشی با عنوان «رابطه شادکامی و رضایت زناشویی در بین زنان شاغل فرهنگی و خانه‌دار شهر اراک» نشان دادند که بین شادکامی و رضایت زناشویی در هر دو گروه زنان شاغل و خانه‌دار رابطه معنادار وجود دارد. همچنین میزان شادکامی و میزان رضایت زناشویی زنان خانه‌دار و شاغل تفاوتی نداشت.

دهدشتی‌لسانی و همکاران (۱۳۸۹) در «بررسی میزان شادکامی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز و رابطه آن با عملکرد تحصیلی آن‌ها» نشان دادند که شادکامی با جنسیت، وضعیت تأهل، وضعیت شغلی، میزان علاقه به رشته، مقطع تحصیلی، طبقه اقتصادی - اجتماعی، امید به یافتن شغل رابطه مثبت و معناداری دارد و متغیرهای امید به یافتن شغل، علاقه به رشته، شاغل بودن، جنسیت و طبقه اقتصادی - اجتماعی ۴۳٪ از واریانس شادکامی را تبیین می‌کنند.

هزارجریبی و آستین‌فشان (۱۳۸۸) در «بررسی عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی (با تأکید بر استان تهران)» به شناسایی عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی، به‌عنوان یکی از پارامترهای توسعه اجتماعی اقدام کرده‌اند. نتایج حاکی از آن بود که احساس نشاط ۱۸٪ از پاسخگویان در حد کم و بسیار کم، و ۲۸٪ در حد بالا بود. یافته‌ها بیان‌کننده متوسط بودن این احساس در بین اکثریت پاسخگویان است، به این معنی که ۵۴٪ احساس نشاط اجتماعی خود را در سطح متوسط ارزیابی کرده‌اند. نتایج رگرسیون چند متغیره نشان داد که سه متغیر امید به آینده، ارضای نیاز عاطفی و مقبولیت اجتماعی در مجموع توانسته‌اند ۵۳٪ از تغییرات متغیر نشاط اجتماعی را تبیین کنند که در این بین متغیر امید به آینده ۳۰٪ از تغییرات متغیر نشاط اجتماعی را تبیین کرده است.

کشاوری و وفاییان (۱۳۸۶) پژوهشی با عنوان «بررسی عوامل تأثیرگذار بر میزان شادکامی» انجام داده‌اند. برای این منظور ۴۵۳ نفر (۱۹۱ مرد و ۲۶۲ زن) از مردم شهر یزد به‌صورت تصادفی انتخاب شدند و با پرسشنامه شادکامی آزمون شدند. نتایج پژوهش، حاکی از آن بود که بین سن، جنس، تحصیلات، فعالیت هنری، فعالیت ورزشی و فعالیت مذهبی با شادکامی، رابطه مثبت و بین بیکاری و شادکامی، ارتباط منفی وجود داشت. همچنین بین سلامت جسمی و روانی، روابط اجتماعی و خانوادگی، خوش‌بینی نسبت به آینده و نگرش نسبت به شادی با



نمرات شادکامی، ارتباط مثبت وجود داشت.

عابدی، شوخی و تاجی (۱۳۸۷) در پژوهشی نشان دادند که بین ابعاد مختلف دینداری (اعتقادی، عاطفی، پیامدی، مناسکی) با میزان شادی دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه رابطه معنادار وجود دارد.

حمایت‌طلب، بزازان و لحمی (۱۳۸۲) در «مقایسه میزان شادکامی و سلامت روانی دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه‌های تهران و پیام‌نور» نشان دادند که گروه ورزشکار در مقایسه با گروه غیر ورزشکار، از عزت نفس، رضایت‌مندی، کارآمدی، خلق مثبت، سلامت روانی و به‌طور کلی شادکامی بالاتری بهره‌مند هستند.

فریتز و بیتون<sup>۱</sup> (۲۰۱۲) در پژوهشی به تبیین راز رابطه U شکل بین سن و شادکامی اقدام کردند. هو<sup>۲</sup> (۲۰۱۱) نشان داد که شادکامی دارای رابطه نزدیکی با احساس است و بر این اساس زنان در شاخص‌های مربوط به آن (عشق، بصیرت، بردباری و تعهد) رتبه بالاتری نسبت به مردان دارند. اوزتورک و موتلو<sup>۳</sup> (۲۰۱۰) شادکامی افراد در زندگی را مستلزم برقرار کردن ارتباط سالم با دیگران می‌دانند. پیرو<sup>۴</sup> (۲۰۰۶) در پژوهشی با عنوان «بررسی رابطه شرایط اقتصادی، اجتماعی با شادکامی و رضایت از زندگی» در ۱۵ کشور جهان نشان داد که سن، سلامت و وضعیت تأهل، با شادکامی و رضایت از زندگی رابطه دارند. همچنین همبستگی بین متغیر درآمد با رضایت از زندگی شدید و با شادکامی ضعیف بوده است. آدلر و فاگلی<sup>۵</sup> (۲۰۰۵) معتقد هستند که سپاسگزار بودن، شادکامی و رضایت از زندگی را افزایش می‌دهد و اظهار قدردانی و سپاسگزاری نسبت به دیگران، پیوندهای اجتماعی را استوار می‌کند. آن‌ها دریافتند که سپاسگزاری با رضایت از زندگی، عاطفه مثبت و عاطفه منفی رابطه دارد. گلاتزر<sup>۶</sup> (۲۰۰۰) نشان داد که تأثیر مثبت مذهب بر شادکامی، به‌واسطه این است که روابط اجتماعی افراد را توسعه می‌دهد.

1. Frijters & Beaton
2. Ho
3. Ozturk & Mutlu
4. Peiro
5. Adler & Fagley
6. Glatzer

از آنجایی که موضوع احساس شادکامی دو جنبه فردی و اجتماعی دارد، در این پژوهش از تلفیقی از نظریه‌های روان‌شناختی، جامعه‌شناختی و روان‌شناختی اجتماعی استفاده شد و فرضیه‌های اساسی پژوهش از این نظریه‌ها گرفته شد. بر اساس دیدگاه لذت‌گرایی<sup>۱</sup>، موجودات زنده برانگیخته می‌شوند تا به دنبال لذت باشند و از درد اجتناب کنند. لذت‌گرایی به طور معمول در چارچوب احساس‌هایی مفهوم‌سازی می‌شود که یا ناشی از تحریک دستگاه‌های حسی مختلف (بینایی، شنوایی، چشایی، بویایی و لامسه) است یا ناشی از بمباران حسی (برانگیختگی). بر اساس اصول لذت‌گرایی، احساس‌ها را می‌توان به صورت پیوستاری نمایش داد که عاطفه مثبت در یک انتها و عاطفه منفی در انتهای دیگر آن قرار دارد. شادی بالاترین سطح عاطفه مثبت است. شادی از نظر عصب‌شناختی به وسیله کاهش سریع سرعت شلیک عصبی فعال می‌شود. رهایی از درد جسمی، رهایی از نگرانی‌ها، حل کردن مسأله‌ای دشوار و پیروز شدن در رقابتی اضطراب‌انگیز، نمونه‌الگوی کاهش برانگیختگی عصب‌شناختی شادی است (ریو، ۱۳۸۹: ۲۳). بر اساس نظریه خواسته‌ها<sup>۲</sup>، خوشبختی به معنای دستیابی به خواسته‌ها است و زمانی که فرد خواسته خود را در قالب «دستیابی به شادی و رهایی از غم» تعریف می‌کند، نظریه خواسته‌ها، نظریه لذت‌گرایی را نیز در بر می‌گیرد. بر اساس نظریه خوشبختی و نشاط<sup>۳</sup>، نوع منبع برای خوشبختی و نشاط وجود دارد که عبارت هستند از لذایذ زندگی، دل‌بستگی‌های زندگی و کارهای مفید هدف‌مند. دو مورد اول سلیقه‌ای هستند و به برداشت شخصی فرد از وقایع و رویدادهای زندگی بستگی دارند، اما مورد سوم کارهایی است که به منظور دستیابی به ارزش‌ها انجام می‌شوند و هدفی فراتر از ارضای تمایلات فردی را دنبال می‌کنند. خوشبختی تلفیقی از سه مورد مذکور به شمار می‌رود و خوشبختی واقعی زمانی حاصل می‌شود که فرد به این سه منبع دست یابد (سلیگمن و رویزمن<sup>۴</sup>، ۲۰۰۳: ۸-۱). بر اساس نظریه دستیابی به ارزش‌ها<sup>۵</sup>، نشاط و خوشبختی یک احساس فردی نیست، بلکه واقعیتی مستقل از احساسات فردی است و عبارت است از دستیابی به چیزهایی که از نظر عموم واقعاً ارزشمند به حساب می‌آیند؛ مثلاً

- 
1. Hedonism Theory
  2. Desire Theory
  3. Authentic Happiness
  4. Seligman & Royzman
  5. Objectivist Theory



اگر کودکی خیابانی احساس خوشبختی و رضایت کند، ممکن است بر اساس نظریه لذت‌گرایی یا نظریه خواسته‌ها خوشبخت به حساب آید، اما بر اساس این نظریه، فردی خوشبخت قلمداد نمی‌شود (دارلینگ و استاینبرگ<sup>۱</sup>، ۱۹۹۳: ۱۱۳).

بر اساس دیدگاه محرومیت نسبی، انسان‌ها عموماً به مقایسه خود با دیگران اقدام می‌کنند و در این رابطه وقتی احساس فقر و بی‌عدالتی می‌کنند، واکنش‌های شدید عاطفی (مانند تعویض شغل، کارشکنی، خودکشی و...) انجام می‌دهند و وقتی این احساس به درجه بالای خود برسد، به احساس تضاد اجتماعی منتهی می‌شود و تعارضات شدیدی را در پی دارد (رفیع‌پور، ۱۳۷۸: ۴۵). محرومیت نسبی به‌عنوان تصور وجود تفاوت بین انتظارات ارزشی انسان‌ها و توانایی‌های ارزشی آن‌ها تعریف می‌شود. به‌عبارتی محرومیت نسبی به برداشت بازیگران از وجود اختلاف بین انتظارات ارزشی و توانایی‌های ارزشی تعریف می‌شود. انتظارات ارزشی، کالاها و شرایط زندگی هستند که مردم خود را مستحق آن‌ها می‌دانند. توانایی‌های ارزشی، کالاها و شرایطی هستند که مردم فکر می‌کنند در صورت داشتن ابزارهای اجتماعی می‌توانند آن‌ها را به‌دست آورند و حفظ کنند (گار، ۱۳۸۷).

وجود امید نسبت به خود، زندگی و آینده یکی از زمینه‌های اصلی و مهم در به‌وجود آمدن احساس شادکامی است. اسنایدر<sup>۲</sup> در نظریه خود، امید را به‌عنوان یک مشخصه ساختار شناختی، شامل باورهای مثبت یک شخص دربارۀ توانایی خود برای انجام دادن اهداف شخصی نشان داد (اسنایدر، ۲۰۰۲: ۲۴۹).

نگرش دینی یکی از موارد مؤثر بر شادکامی است که به‌عنوان حمایت‌کننده عاطفی و وسیله‌ای برای تفسیر مثبت رویدادهای زندگی قلمداد می‌شود. افراد با گرایش دینی و این عقیده که در جهان مقصد والایی وجود دارد، می‌توانند شادکامی خود را ارتقاء بخشند (دینر و همکاران، ۱۹۹۷).

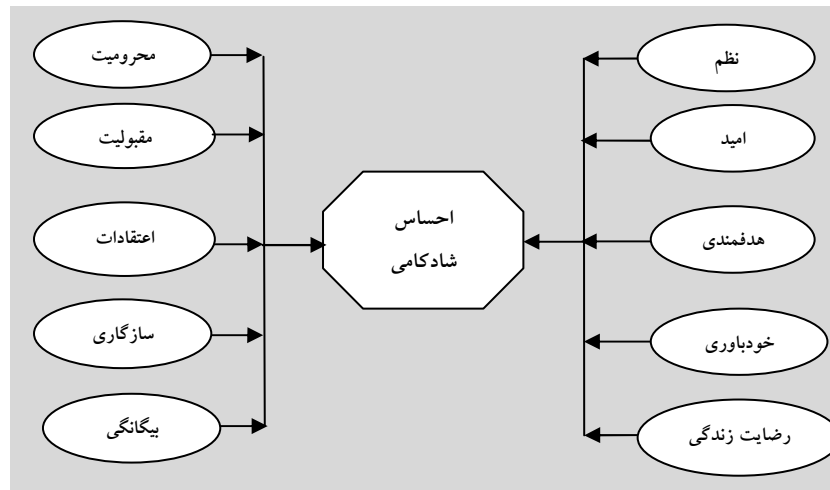
نظریه‌های اجتماعی که درباره بیگانگی مطرح شده‌اند تلویحاً در برگیرنده مقوله رضایت از زندگی و احساس شادی و نشاط هم هستند. به‌عبارت دیگر می‌توان احساس بیگانگی اجتماعی را تلویحاً به معنای تبیین نارضایتی و فقدان به‌روزی به شمار آورد. ملوین

1. Darling & Steinberg

2. Snyder

سپمن<sup>۱</sup> (۱۹۵۹) معتقد است ساختار بوروکراسی جامعه مدرن، شرایطی را ایجاد و ابقا کرده است که در آن، انسان‌ها از یک سو نمی‌توانند عواقب و نتایج رفتارهای خود را کنترل کنند و از سوی دیگر نحوه کنترل و مدیریت جامعه و سیستم پاداش‌دهی اجتماعی نیز به گونه‌ای است که فرد، بین رفتار خود و پاداش مأخوذ از سوی جامعه نمی‌تواند ارتباط برقرار کند و در چنین شرایطی، احساس انفعال و ازخودبیگانگی بر فرد مستولی می‌شود و او را به کنشی منفعلانه و غیرمشارکتی وا می‌دارد.

#### مدل نظری



فرضیه‌های پژوهش عبارت بودند از:

۱. افزایش میزان رضایت از زندگی باعث افزایش احساس شادکامی می‌شود.
۲. افزایش میزان خودباوری باعث افزایش احساس شادکامی می‌شود.
۳. افزایش میزان پایبندی به اعتقادات باعث افزایش احساس شادکامی می‌شود.
۴. افزایش میزان سازگاری باعث افزایش احساس شادکامی می‌شود.
۵. افزایش میزان مقبولیت اجتماعی باعث افزایش احساس شادکامی می‌شود.





۶. افزایش میزان هدف‌مندی باعث افزایش احساس شادکامی می‌شود.
۷. افزایش میزان امید به آینده باعث افزایش احساس شادکامی می‌شود.
۸. افزایش میزان منظم بودن باعث افزایش احساس شادکامی می‌شود.
۹. افزایش میزان احساس محرومیت نسبی باعث کاهش احساس شادکامی می‌شود.
۱۰. افزایش میزان از خود بیگانگی باعث کاهش احساس شادکامی می‌شود.

مفاهیم و متغیرهای پژوهش:

احساس شادکامی: به احساسات مثبت فرد و رضایت خاطر او از زندگی مربوط می‌شود (آرجیل<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱: ۸) که از طریق متغیرهایی مانند احساس سرزندگی، بهتر شدن وضعیت زندگی با گذشت زمان، روشن بودن آینده، راضی بودن از پیشامدها و روندهای زندگی، نتیجه دادن کارها و فعالیت‌ها، مقایسه زمان کنونی با دوران کودکی، احساس آرامش و... سنجیده می‌شود. در پژوهش حاضر برای سنجش احساس شادکامی از حاصل جمع نمرات طیفی مشتمل بر ۱۳ گویه استفاده شد. این گویه‌ها از پرسشنامه شادکامی آکسفورد اخذ شده‌اند. رضایت از زندگی: احساس رضایت از بازتاب توازن میان آرزوهای شخصی و وضعیت عینی فردی به وجود می‌آید (اینگلهارت، ۱۳۸۲: ۲۴۱). رضایت بر تجربه شناختی و داورانه‌ای دلالت دارد که به عنوان اختلاف ادراک شده بین آرزو و تحقق آرزو تعریف می‌شود. این تعریف طیفی را تشکیل می‌دهد که از ادراک کامروایی تا حس محرومیت را در بر می‌گیرد. این مفهوم با مفهوم خوشحالی ناظر بر تجربه عاطفی (هیجان‌ها و احساسات) تفاوت دارد (ازکمپ، ۱۳۸۶: ۶۹). در این مقاله برای سنجش رضایت از زندگی از حاصل جمع نمرات طیفی مشتمل بر ۵ گویه استفاده شد.

سازگاری: مفهوم سازگاری یا به عبارت بهتر راهبردهای کنار آمدن، بر اساس سه بعد بررسی می‌شود که عبارت هستند از: راهبرد احساس محور (زمانی که فرد با مشکلی مواجه می‌شود، در برابر مشکلات به صورت غیر منطقی و از روی احساسات عمل می‌کند)، راهبرد مشکل محور (فرد در برابر مشکلات و فشارها به صورت منطقی به دنبال راه حلی درست و منطقی در برابر آن مشکل است) و راهبرد اجتنابی (فرد راه حل مشکلات را به نیروهای

ماورائی محول می‌کند و معتقد است که حل مشکلات کار آن‌ها نیست، بلکه به‌دست نیروهای ماورائی حل می‌شود). متغیر سازگاری با جمع نمرات ۷ سؤال، بر روی طیف ۵ درجه‌ای لیکرت، در سطح کمی سنجش شده است.

- مقبولیت اجتماعی: مقبولیت اجتماعی بیان‌کننده ارزش، احترام و منزلتی است که برای یک فرد از سوی خانواده و جامعه در نظر گرفته می‌شود. در پژوهش حاضر برای سنجش مقبولیت اجتماعی از حاصل جمع نمرات طیفی مشتمل بر ۴ گویه استفاده شد.
- امید به آینده: امید در مفهوم روزانه‌اش، یک انتظار خوب برای آینده است. در دهه اخیر امید به عنوان یک مفهوم روان‌شناسی، به موضوع جذابی برای محققان علاقه‌مند به دریافت رابطه امید با شادکامی تبدیل شده است (وال ۱، ۲۰۰۶: ۳۹۳). در پژوهش حاضر برای سنجش امید از طیفی مشتمل بر ۷ گویه (اخذ شده از پرسشنامه میلر) استفاده شد.
- احساس محرومیت: محرومیت نسبی به عنوان تصور وجود تفاوت بین انتظارات ارزشی انسان‌ها و توانایی‌های ارزشی آن‌ها تعریف می‌شود. در این پژوهش احساس محرومیت نسبی بین دختران، در شاخص‌هایی چون امکانات رفاهی، قدرت و ارزش‌های بین اشخاص در طیفی مبتنی بر ۸ سؤال و در سطح کمی سنجیده شده است.
- از خود بیگانگی: به وضعیتی گفته می‌شود که افراد در آن، درباره دنیای اجتماعی که خود به دست آورده‌اند، اختیار خود را از دست می‌دهند و در نتیجه آن، خود را در یک محیط اجتماعی خصمانه، بیگانه می‌یابند (ستوده، ۱۳۸۹: ۵۲). بیگانگی اجتماعی می‌تواند به صورت احساس بی‌قدرتی، احساس بی‌معنی بودن، احساس بی‌هنجاری و... نمایان شود. در مقاله حاضر برای سنجش از خودبیگانگی از حاصل جمع نمرات طیفی مشتمل بر ۶ گویه استفاده شد.



### روش پژوهش

روش پژوهش، پیمایشی بر اساس طرح مقطعی<sup>۱</sup> بود. جامعه آماری، کلیه دختران مجرد (۲۵-۱۵ ساله) شهر ایلام بودند، که تعداد کل آنها با توجه به آمار سرشماری ۱۳۹۰ تقریباً ۱۰۰۰۰ نفر برآورد شده است. حجم نمونه آماری بر اساس فرمول کوکران، با فرض حداکثر واریانس  $p=q=0/5$  و  $d=0/95$  سطح اطمینان، ۳۷۰ نفر است. احتساب این مقادیر از واریانس و درصد خطا، در راستای کاهش احتمال خطا، افزایش حجم نمونه و در نتیجه تحت پوشش قرار دادن تعداد بیشتری از پاسخگویان انجام شده است.

$$n = \frac{t^2 pq}{d^2} = 370$$

$$1 + \frac{1}{N} \left( \frac{t^2 pq}{d^2} - 1 \right)$$

در اینجا  $t$  احتمال صحت در گفتار (برابر ۱/۹۶)،  $q$  فقدان وجود و  $P$  وجود صفت در نمونه،  $n$  جمعیت نمونه،  $N$  جامعه آماری و  $d$  (برابر ۰/۰۵) احتمال خطا است. اطلاعات مورد نظر در زمینه متغیرهای مستقل و وابسته، از طریق پرسشنامه محقق ساخته جمع‌آوری شد. برای بررسی اعتبار پرسشنامه، از اعتبار صوری (۶ نفر از اساتید رشته‌های علوم اجتماعی، روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه پیام‌نور) و روش آلفای کرونباخ استفاده شد. در این راستا، پرسشنامه اولیه، در میان ۳۰ نفر از افراد نمونه توزیع شد و پیش‌آزمون<sup>۲</sup> شدند، سپس گویه‌هایی که ضریب آلفای آنها کم‌تر از ۰/۷ بود، به‌عنوان گویه‌های ناپایا حذف و پرسشنامه نهایی تدوین شد (جدول ۱). توزیع پرسشنامه در میان نمونه آماری مورد مطالعه، با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انجام شد.

1. Cross- sectional
2. Pre test

جدول ۱: ضریب آلفای کرونباخ مقیاس‌های پرسشنامه

طیف	بیگانگی	منظم بودن	سازگاری	هدف‌مندی	مقبولیت	احساس شادکامی
تعداد گویه	۶	۴	۷	۵	۴	۱۳
ضریب آلفا	۰/۷۳	۰/۷۲	۰/۸۱	۰/۸۴	۰/۷۵	۰/۸۱
طیف	پابندی به اعتقادات	رضایت‌اززندگی	امید	محرومیت	خودباوری	-
تعداد گویه	۴	۵	۷	۸	۷	-
ضریب آلفا	۰/۷۶	۰/۸۰	۰/۸۸	۰/۷۱	۰/۷۲	-

### یافته‌های پژوهش

بررسی یافته‌ها نشان داد که میانگین سنی پاسخگویان ۲۰ سال، میانه آن ۱۹ سال، بیشترین فراوانی سنی (نما) ۱۸ سال، پایین‌ترین ۱۸ سال و بالاترین آن، ۲۵ سال بود. در بررسی متغیر وابسته (احساس شادکامی) مشاهده شد که میانگین نمرات پاسخگویان از ۱۳ گویه این متغیر بر مبنای طیف لیکرت ۵ گزینه‌ای، ۳۷،۸۷ بود که در مقایسه با حداکثر میانگین ممکن یعنی ۶۵، مقدار پایینی است و با توجه به این مقادیر، پاسخگویان از میزان احساس شادکامی متوسطی بهره‌مند هستند. همچنین با توجه به جدول ۲ مشاهده می‌شود که میانگین نمرات پاسخگویان در هر یک از متغیرهای مستقل، در مقایسه با میانگین ممکن برای هر متغیر، میزان پایینی دارد. در ارزیابی فرضیه‌های مورد بررسی در این پژوهش، اطلاعات موجود در جدول ۲ بیان‌کننده آن است که همبستگی بین متغیرهای مستقل؛ رضایت از زندگی ( $r = 0/80$ )، سازگاری ( $r = 0/633$ )، خودباوری ( $r = 0/633$ )، امید به آینده ( $r = 0/584$ )، منظم بودن ( $r = 0/540$ )، پابندی به اعتقادات ( $r = 0/527$ )، هدف‌مندی ( $r = 0/491$ ) و مقبولیت اجتماعی ( $r = 0/384$ ) با متغیر وابسته، مستقیم، و در سطح ۹۹٪ معنادار است. به این صورت که هرچه میزان این متغیرها در میان پاسخگویان بالاتر و بیشتر باشد، میزان احساس شادکامی آن‌ها نیز افزایش می‌یابد. از سوی دیگر رابطه متغیر محرومیت نسبی ( $r = -0/255$ ) با احساس شادکامی در سطح ۹۹٪ معنادار، اما معکوس بوده است، به عبارت دیگر با افزایش احساس محرومیت نسبی در میان دختران، میزان احساس شادکامی آن‌ها کاهش یافته است. همچنین رابطه معناداری بین متغیر از خودبیگانگی با متغیر وابسته مشاهده نمی‌شود.



جدول ۲: آزمون فرضیه‌های پژوهش

فرضیه	فراوانی	میانگین	انحراف معیار	ضریب همبستگی	سطح معناداری
افزایش میزان رضایت از زندگی باعث افزایش احساس شادکامی می‌شود.	۳۷۰	۱۵۸۱	۴،۰۱	۰،۸۰۰**	۰،۰۰
افزایش میزان خودباوری باعث افزایش احساس شادکامی می‌شود.	۳۷۰	۲۳،۲۷	۵،۰۹	۰،۶۳۳**	۰،۰۰
افزایش میزان پابندی به اعتقادات باعث افزایش احساس شادکامی می‌شود.	۳۷۰	۱۱،۲۷	۳،۰۸	۰،۵۲۷**	۰،۰۰
افزایش میزان سازگاری باعث افزایش احساس شادکامی می‌شود.	۳۷۰	۹،۶۰	۲،۳۳	۰،۶۴۳**	۰،۰۰۰
افزایش میزان مقبولیت اجتماعی باعث افزایش احساس شادکامی می‌شود.	۳۷۰	۱۳،۹۶	۳،۰۳	۰،۳۸۴**	۰،۰۰
افزایش میزان هدف‌مندی باعث افزایش احساس شادکامی می‌شود.	۳۷۰	۱۷،۹۶	۴،۲۴	۰،۴۹۱**	۰،۰۰
افزایش میزان امید به آینده باعث افزایش احساس شادکامی می‌شود.	۳۷۰	۳۶،۱۲	۲۰،۳۰	۰،۵۸۴**	۰،۰۰۰
افزایش میزان منظم بودن باعث افزایش احساس شادکامی می‌شود.	۳۷۰	۱۳،۱۵	۲،۹۶	۰،۵۴۰**	۰،۰۰
افزایش میزان احساس محرومیت نسبی باعث کاهش احساس شادکامی می‌شود.	۳۷۰	۱۰،۷۶	۳،۲۲	-۰،۲۵۵**	۰،۰۰
افزایش میزان از خود بیگانگی باعث کاهش احساس شادکامی می‌شود.	۳۷۰	۱۴،۷۵	۴،۴۲	-۰،۰۶۹	۰،۲۶

\* معناداری در سطح ۰،۰۵ % \*\* معناداری در سطح ۰،۰۱ %

تفسیر نتایج تحلیل رگرسیونی چند متغیره گام به گام نشان داد که متغیرهای رضایت از زندگی، سازگاری، مقبولیت، هدف‌مندی و خودباوری طی ۵ مرحله وارد معادله شد و در نهایت با همبستگی ۰،۸۵۸ و ضریب تعیین ۰،۷۳۷، بیش از ۷۳٪ از تغییرات متغیر وابسته یعنی احساس شادکامی را تبیین کرده‌اند. در مجموع ارزیابی یافته‌ها نشان می‌دهد که مدل پژوهش حاضر از قدرت تبیین و پیش‌بینی بالایی بهره‌مند است (جدول ۳ و ۴).

جدول ۳: تحلیل چند متغیره برای پیش‌بینی متغیر وابسته

مرحله	R	R2	تغییرات R2	خطای استاندارد
اول	۰،۸۰۰	۰،۶۴۰	۰،۶۳۹	۵،۰۰۳۷۶
دوم	۰،۸۴۵	۰،۷۱۵	۰،۷۱۲	۴،۴۶۶۲۲
سوم	۰،۸۴۹	۰،۷۲۰	۰،۷۱۷	۴،۴۳۰۶۸
چهارم	۰،۸۵۲	۰،۷۲۶	۰،۷۲۲	۴،۳۹۲۸۰
پنجم	۰،۸۵۸	۰،۷۳۷	۰،۷۳۲	۴،۳۱۴۶۸

Constant=۷/۲۰۸      Sig=۰/۰۰۰

جدول ۴: عناصر درون معادله برای پیش‌بینی متغیر وابسته

نام متغیر	ضریب B	T	Sig T
رضایت از زندگی	۱،۲۹۴	۱۶،۵۰۱	۰،۰۰۰
سازگاری	۰،۸۲۳	۳،۷۹۲	۰،۰۰۰
مقبولیت	۰،۲۳۵	۲،۰۱۷	۰،۰۰۴
هدف‌مندی	-۰،۴۷۸	-۳،۸۱۴	۰،۰۰۰
خودباوری	۰،۴۵۳	۳،۲۳۵	۰،۰۰۰

معادله پیش‌بینی رگرسیون پنج متغیره با توجه به جدول ۴ برای پیش‌بینی میزان احساس شادکامی در میان نمونه مورد بررسی به صورت زیر است:

$$Y = (7/208) + (1/294 \times x_1) + (0/823 \times x_2) + (0/235 \times x_3) + (-0/478 \times x_4) + (0/453 \times x_5)$$

همچنین یافته‌های جدول ۵ نشان می‌دهد که متغیرهای پایبندی به اعتقادات، امید به آینده، محرومیت، منظم بودن و از خود بیگانگی خارج از معادله قرار گرفته‌اند. این مسئله به معنی کم اهمیت بودن متغیرهای مذکور نیست، بلکه از آنجا که در روش مرحله به مرحله، هدف انتخاب بهترین متغیر یا متغیرها برای پیش‌بینی است، این نتیجه به دلیل وجود همبستگی بین متغیرهای خارج از معادله با متغیرهای درون معادله به دست می‌آید.



جدول ۵: متغیرهای خارج شده از جدول به روش گام به گام

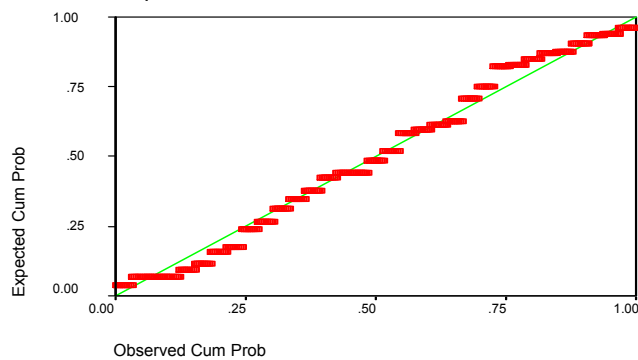
Sig T	T	Beta	همبستگی جزئی	متغیر وارد شده
۰،۲۲۶	-۱،۲۱۴	-۰،۰۵۵	-۰،۷۰۵	پابندی به اعتقادات
۰،۶۵۸	-۰،۴۴۳	-۰،۰۲۸	-۰،۰۲۸	امید به آینده
۰،۲۳۷	۱،۱۸۵	۰،۰۴۳	۰،۰۷۴	محرومیت
۰،۸۹۸	۰،۱۲۸	۰،۰۰۶	۰،۰۰۸	منظم بودن
۰،۹۸۹	۰،۰۱۴	-۰،۰۰۱	۰،۰۰۱	از خود بیگانگی

برای اندازه‌گیری چند همخطی<sup>۱</sup> در متغیرهای مستقل از دو روش ارزش تحمل<sup>۲</sup> و عامل تورم واریانس استفاده شد. در نمودار ۱ نقاطی که روی قطر قرار دارند گویای این است که احتمال تجمعی مشاهده شده با احتمال تجمعی مورد انتظار یکی است. در واقع هر چقدر نقاط حول قطر بیشتر تجمع کنند، می‌توان متغیر وابسته را دقیق‌تر پیش‌بینی کرد. همان‌طور که در نمودار زیر ملاحظه می‌شود، وابستگی بین متغیر وابسته و سایر متغیرها وجود دارد. این نمودار نشان می‌دهد که این خط تا چه اندازه با واقعیت منطبق است. اگر خط کاملاً برآزنده باشد، هر مورد احتمال تجمعی مشاهده شده باید با احتمال تجمعی مورد انتظار هم اندازه باشد و نقطه روی خط ۴۵ درجه بیفتد، ولی ملاحظه می‌شود که نقاط از خط انحراف دارند و اکثراً در دو طرف پراکنده هستند.

1. Multicollinearity
2. Tolerance Value

Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual

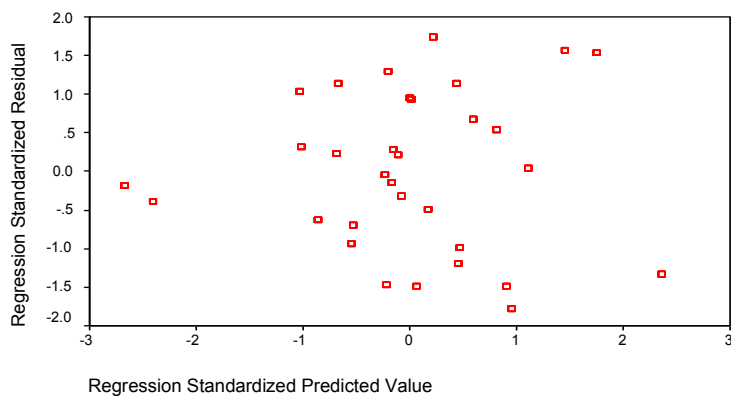
Dependent Variable: NESHAT.E



نمودار ۱: وجود رابطه بین متغیر وابسته (احساس شادکامی) و متغیرهای مستقل

Scatterplot

Dependent Variable: NESHAT.E



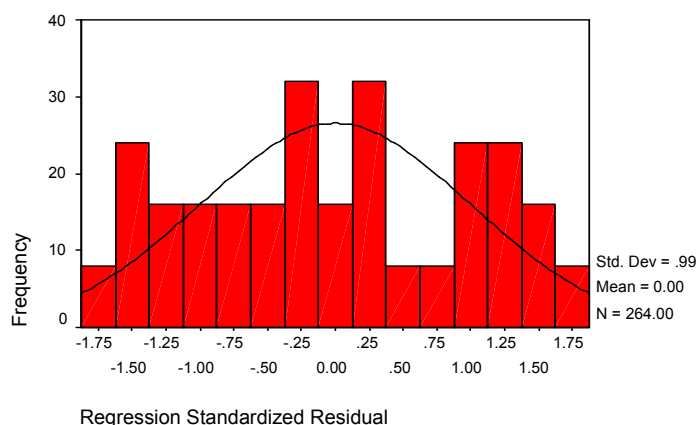
نمودار ۲: نمودار پراکنش باقیمانده‌ها در مقابل پیش‌بینی برای ارزیابی مدل نهایی





## Histogram

Dependent Variable: NESHAT.E



نمودار ۳: توزیع نرمال باقیمانده‌های استاندارد شده

### بحث و نتیجه‌گیری

دختران به سبب نقش حیاتی که در فرزندآوری، تجدید نسل و تربیت نسل بعدی پیش‌روی دارند، از مهم‌ترین اقشار جامعه محسوب می‌شوند، که در صورت بهره‌مندی از احساس شادکامی واقعی، احتمال موفقیت خود را در تمامی شئون زندگی افزایش خواهند داد. تقویت روحیه دختران و بالا بردن سطح نشاط و شادابی آنها، علاوه بر ایجاد زمینه‌های رشد فکری و بالندگی ایشان، از به‌وجود آمدن آسیب‌های ناشی از فقدان توجه به شادی و نشاط در دوران جوانی جلوگیری خواهد کرد. شادی و شاد بودن از حلقه‌های گم شده در میان دختران ایلامی است که این امر موجب افسرده شدن و گرایش آنها به سمت مسائلی چون خودسوزی شده است. در این راستا در مقاله حاضر به بررسی میزان احساس شادکامی دختران شهر ایلام و عوامل مرتبط با آن اقدام شد.

فرضیه‌های اساسی پژوهش از نظریه‌های روان‌شناختی، جامعه‌شناختی و روان‌شناختی اجتماعی گرفته شده است. روش پژوهش، پیمایش بر اساس طرح مقطعی و حجم نمونه آماری بر اساس فرمول کوکران، ۳۷۰ نفر بود. اطلاعات مورد نظر در زمینه متغیرهای مستقل و

وابسته، از طریق توزیع پرسشنامه خودساخته، به شیوه تصادفی ساده جمع‌آوری شد. برای بررسی اعتبار پرسشنامه، از اعتبار صوری و تکنیک آلفای کرونباخ استفاده شده است. ارزیابی یافته‌ها نشان‌دهنده آن بود که میانگین، میانه و نمای سنی پاسخگویان به ترتیب ۲۰، ۱۹ و ۱۸ سال است. میانگین نمره اخذ شده ۳۷،۸۷ بیان‌کننده آن است که پاسخگویان از میزان احساس شادکامی متوسطی بهره‌مند هستند. همچنین میانگین نمرات اخذ شده توسط پاسخگویان برای هر یک از متغیرهای مستقل، در مقایسه با میانگین ممکن برای هر متغیر، از میزان پایینی بهره‌مند بوده است. انتظارات سنتی والدین از فرزندان از یک سو و فرایند جهانی شدن و شیوه‌های زندگی متفاوت و ایده‌های نو پیش‌روی زنان از سوی دیگر، نوعی شکاف نسلی در میان والدین و دختران ایجاد کرده، که در کنار محدودیت‌های فرهنگی و فرهنگ سنتی حاکم بر منطقه، حضور دختران در عرصه اجتماع را محدود کرده است. این محدودیت‌ها از جمله دلایل اخذ چنین نمراتی توسط نمونه مورد بررسی است. دختران از یک طرف به سبب این محدودیت‌ها، اختیار کم‌تری برای شرکت در گروه‌ها و برقراری ارتباط با غریبه‌ها - حتی از جنس خود- دارند، از سوی دیگر با به‌کارگیری ابزارهای مدرن همچون ماهواره، اینترنت و تلویزیون‌های دیجیتالی، با شیوه‌هایی نو از زندگی آشنا می‌شوند و آن‌ها را با شیوه‌های سنتی مرسوم خود مقایسه می‌کنند. بی‌آیند این مقایسه، دگرگونی هویت آن‌ها است. این دگرگونی، محتوا و سوگیری نوینی دارد که بر اساس آن، آن‌ها در پی انکار یا تعدیل هویت‌های پیشین می‌افتند و به سبب کنترل از سوی خانواده، با نوعی دوگانگی و تعارض مواجه و دچار مسائل و مشکلات متعددی از جمله افسردگی و در نهایت خودسوزی می‌شوند. در ارزیابی فرضیه‌های مورد بررسی، اطلاعات موجود، در تأیید نظر وینهوون (۲۰۰۹)، امیری‌مجد و زری‌مقدم (۱۳۸۹) بیان‌کننده آن است که بین میزان رضایت از زندگی و احساس شادکامی دختران همبستگی شدید و مستقیم وجود دارد. به این صورت که هرچه رضایت دختران از زندگی بیشتر باشد، احساس شادکامی آن‌ها نیز افزایش می‌یابد. به عبارت دیگر دخترانی که دارای درجه احساس شادکامی و نشاط بیشتری هستند، از زندگی خود احساس رضایت بیشتری دارند.

بر اساس نظریه دستیابی به ارزش‌ها، نشاط و خوشبختی یک احساس فردی نیست، بلکه واقعیتی مستقل از احساسات فردی است و عبارت است از دستیابی به چیزهایی که از نظر



عموم واقعاً ارزشمند به حساب می‌آیند. نتایج آزمون فرضیه‌ها نشان‌دهنده آن است که ارزش‌هایی چون مقبولیت اجتماعی و خودباوری با احساس شادکامی پاسخگویان همبستگی بالایی داشته‌اند. به عبارت دیگر پاسخگویانی که به خودباوری و اعتماد به نفس بیشتری رسیده باشند، از درجه احساس شادکامی بالاتری بهره‌مند هستند. همچنین در تأیید نتایج پژوهش هزارجریبی و آستین‌فشان (۱۳۸۸)، آزمون فرضیه‌ها نشان می‌دهد که هرچه مقبولیت اجتماعی افراد بیشتر باشد، میزان احساس شادکامی آن‌ها نیز افزایش می‌یابد.

نگرش دینی یکی از موارد مؤثر بر شادکامی است که به‌عنوان حمایت‌کننده عاطفی و وسیله‌ای برای تفسیر مثبت رویدادهای زندگی قلمداد می‌شود. افراد با گرایش دینی و این عقیده که در جهان مقصد والایی وجود دارد، می‌توانند شادکامی خود را ارتقاء بخشند. نتایج پژوهش حاضر در تأیید نتایج پژوهش‌های داینر و همکاران (۱۹۹۷)، (گلاتزر، ۲۰۰۰)، عابدی، شوخی و تاجی (۱۳۸۷)، کشاورز و وفاییان (۱۳۸۶) نشان می‌دهد که پایبندی به اعتقادات با احساس شادکامی رابطه مستقیم دارد و افراد معتقد، احساس شادکامی بالایی دارند.

بر اساس نظریه خوشبختی و نشاط، انجام‌دادن کارهای مفید و هدف‌مند یکی از منابع سه‌گانه برای خوشبختی و نشاط است. کارهای مفید و هدف‌مند، به‌منظور دستیابی به ارزش‌ها انجام می‌شوند و هدفی فراتر از ارضای تمایلات فردی را دنبال می‌کنند. یافته‌های پژوهش حاکی از رابطه مستقیم و معنادار بین دو متغیر منظم بودن و هدف‌مندی در زندگی، با متغیر وابسته یعنی احساس شادکامی است. همچنین یافته‌ها نشان می‌دهند افرادی که توانایی بیشتری در سازگاری با محیط از خود نشان داده‌اند، دارای احساس شادکامی بیشتری نیز بوده‌اند.

وجود امید نسبت به خود، زندگی و آینده یکی از زمینه‌های اصلی و مهم در به‌وجود آمدن احساس شادکامی است. اسنایدر (۲۰۰۲) در نظریه خود، امید را به‌عنوان یک مشخصه ساختار شناختی، شامل باورهای مثبت یک شخص درباره توانایی خود برای انجام دادن اهداف شخصی معرفی کرد. نتایج پژوهش حاضر همگام با پژوهش‌های دهدشتی‌لسانی و همکاران (۱۳۸۹)، هزارجریبی و آستین‌فشان (۱۳۸۸)، کشاورز و وفاییان (۱۳۸۶) بین امید به آینده و احساس شادکامی رابطه مستقیم و معناداری را نشان داده است.

همان‌گونه که اشاره شد بر اساس دیدگاه محرومیت نسبی، انسان‌ها عموماً به مقایسه خود با دیگران اقدام می‌کنند و در این رابطه وقتی احساس فقر و بی‌عدالتی می‌کنند، واکنش‌های

شدید عاطفی انجام می‌دهند و وقتی این احساس به درجه بالای خود برسد، به احساس تضاد اجتماعی می‌انجامد و تعارضات شدیدی را در پی دارد که به کاهش احساس شادکامی و نشاط برای فرد منجر خواهد شد. ارزیابی یافته‌ها نشان می‌دهد که رابطه متغیر محرومیت نسبی با احساس شادکامی معنادار و معکوس بوده است، به عبارت دیگر با افزایش احساس محرومیت نسبی در میان دختران، میزان احساس شادکامی آن‌ها کاهش یافته است.

در پایان تفسیر نتایج تحلیل رگرسیونی چند متغیره گام به گام نشان داد که متغیرهای رضایت از زندگی، سازگاری، مقبولیت، هدف‌مندی و خودباوری طی ۵ مرحله وارد معادله شده و بیش از ۷۳٪ از تغییرات احساس شادکامی را تبیین کرده‌اند که بیان‌کننده قدرت تبیین و پیش‌بینی بالای مدل پژوهش بود.



## منابع

- ازکمپ، استوارت (۱۳۸۶). *روان‌شناسی اجتماعی کاربردی*. چاپ دوم. ترجمه فرهاد ماهر. تهران: به‌نشر.
- امیری‌مجد، مجتبی و فاطمه زری‌مقدم (۱۳۸۹). «رابطه شادکامی و رضایت زناشویی در بین زنان شاغل فرهنگی و خانه‌دار شهر اراک». *فصلنامه علوم رفتاری دانشگاه آزاد اسلامی واحد / بهر، سال دوم*. شماره ۴. تابستان. صص ۲۱-۹.
- اینگلهارت، رونالد (۱۳۸۲). *تحول فرهنگی در جامعه پیشرفته صنعتی*. ترجمه مریم وتر. تهران: کویر.
- حمایت‌طلب، رسول، بزازان، صدیقه و ریحانه لحمی (۱۳۸۲). «مقایسه میزان شادکامی و سلامت روانی دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه‌های تهران و پیام‌نور». *فصلنامه علمی - پژوهشی حرکت*. شماره ۱۸. زمستان. صص ۱۴۰-۱۳۱.
- خسروی، زهره و لیلا چراغ‌ملایی (۱۳۹۱). «بررسی مقایسه‌ای تعهد اجتماعی، شادکامی و سلامت روان در دانش‌آموزان و دانشجویان با تأکید بر عامل جنسیت». *فصلنامه علمی - پژوهشی مطالعات اجتماعی - روانشناختی زنان*. سال ۱۰. شماره ۱. بهار. صص ۳۶-۷.
- دهدشتی‌لسانی، معصومه، آهن‌کوب‌نژاد، محمدرضا، ممبنی، ایمان و سیدعلیرضا علوی (۱۳۸۹). «بررسی میزان شادکامی در دانشجویان دانشگاه شهید چمران اهواز و رابطه آن با عملکرد تحصیلی آن‌ها». *پژوهشکده جهاد دانشگاهی خوزستان: طرح پژوهشی*.
- ربانی، رسول، ربانی، علی، عابدی، محمدرضا و محمد گنجی (۱۳۸۶). «فرهنگ و شادی: رویکردی نظری و تجربی در زندگی روزمره سرپرستان خانوار در شهر اصفهان». *فصلنامه علمی - پژوهشی مطالعات فرهنگی و ارتباطات*. سال ۳. شماره ۸. صص ۷۸-۴۱.
- رفیع‌پور، فرامرز (۱۳۷۸). *آنومی یا آشفتگی اجتماعی*. تهران: سروش.
- ریو، جان مارشال (۱۳۸۹). *انگیزش و هیجان*. چاپ پانزدهم. ترجمه یحیی سیدمحمدی. تهران: ویرایش.
- ستوده، هدایت‌الله (۱۳۸۹). *آسیب‌شناسی اجتماعی و جامعه‌شناسی انحرافات*. چاپ بیست و یکم. تهران: آوای نور.
- عابدی، احمد، شوخی، علیرضا و مریم تاجی (۱۳۸۷). «رابطه بین ابعاد دینداری با شادی

- دانش‌آموزان دختر دوره متوسطه شهر اصفهان». *دوفصلنامه علمی- پژوهشی مطالعات اسلام و روانشناسی*. سال اول. شماره ۲. بهار و تابستان. صص ۴۵-۵۸.
- کشاوری، امیر و محبوبه وفا بیان (۱۳۸۶). «بررسی عوامل تأثیر گذار بر میزان شادکامی». *فصلنامه علمی- پژوهشی اندیشه و رفتار (روانشناسی کاربردی)*. دوره دوم. شماره ۵. پاییز. صص ۵۱-۶۲.
- گار، تدرابرت (۱۳۸۷). چرا انسان‌ها شورش می‌کنند؟. چاپ سوم. ترجمه علی مرشدی‌زاد. تهران: پژوهشکده مطالعات راهبردی.
- منتظری، علی، امیدواری، سپیده، آذین، سیدعلی، آیین پرست، افسون، جهانگیری، کتایون، صدیقی، ژیلا و همکاران (۱۳۹۱). «میزان شادکامی مردم ایران و عوامل مؤثر بر آن». *فصلنامه پایش*. سال یازدهم. شماره چهارم. مرداد- شهریور. صص ۴۶۷-۴۷۵.
- هزارجریبی، جعفر و پروانه آستین‌افشان (۱۳۹۰). «بررسی عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی (با تأکید بر استان تهران)». *فصلنامه علمی- پژوهشی جامعه‌شناسی کاربردی*. سال بیستم. شماره ۳۳. بهار. صص ۱۱۹-۱۴۶.
- Adler, Mitchel G. & Fagley, Nancy S. (2005). Appreciation: Individual differences infinding value and meaning as a unique predictor of subjective well-being. *Journal of personality*, Vol 73, Issue 1, pp: 79-114.  
<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1467-6494.2004.00305>.
- Argyle, Michael (2001). *The Psychology of Happiness*. London: Routledge.
- Darling, Nancy, & Steinberg, Laurence.(1993). Parenting style as context: an integrative model. *Psychological Bulletin*, Vol 113, No 3, pp:487-496.  
<http://www.oberlin.edu/faculty/ndarling/lab/psychbull.pdf>
- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S.(1997). Recent Finding on subjective well being. *Indiana Journal of Clinical Psychology*, 24. pp:25-41.  
<http://medind.nic.in/imvw/imvw9527.html>
- Frijters, Paul & Beaton, Tony(2012). The mystery of the U-shaped relationship between happiness and age. *Journal of Economic Behavior & Organization*, Vol 82, Issues 2-3, pp: 525-542.  
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0167268112000601>
- Glatzer, Wolfgang(2000). happiness: classic theory in the light of Current research. *journal of happiness studies*. Vol 1, Issue 4, pp: 501-511.  
<http://link.springer.com/article/10.1023%2FA%3A1011550727571?LI=true>
- Ho, Lok Sang(2011). Hong Kong's happiness indices: What they tell us about LIFE?, *The Journal of Socio-Economics*. Volume 40, Issue 5, October, Pages



564–572.

(<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1053535711000448>)

Ozturk, Abdulkadir & Tansu Mutlu(2010). The Effectiveness of Social Skills Training on Students' Levels of Happiness. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. Volume 9, Pages 1772–1776.

(<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042810025036>)

Peiro, Amado(2006).Happiness, satisfaction and socio-economic conditions: Some international evidence. *The Journal of Socio-Economics*.Volume 35, Issue 2, April 2006, Pages 348–365.

(<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1053535705001733>)

Seligman, Martin E. P. & Ed Royzman(2003). Happiness: The Three Traditional Theories.

(<http://www.authentic happiness.sas.upenn.edu/newsletter.aspx?id=49>)

Snyder, C. R (2002). Hope theory: Rain bows in the mind. *Sychological Inquiry*. Vol 13, No 4, pp: 249-275.

(<http://www.jstor.org/discover/10.2307/1448867?uid=3738280&uid=2129&uid=2&uid=70&uid=4&sid=21101557413381>)

Seeman, Melvin(1959). On the meaning of Alienation, *American Sociological Review*.Vol 24, No 6, pp: 783-791.

(<http://www.jstor.org/stable/2088565>)

Valle, Michael F. & Huebner, Scott E. & Shannon, Suldo M. (2006). An analysis of hope as a psychological strength. *Journal of school psychology*.Vol 44, Issue 5, pp: 393-406.

<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022440506000355>

Veenhoven, Ruut(2009). Medidas de la Felicidad Nacional Bruta. *Intervencion Psicosocial* [online]. Vol 18, No 3, pp. 279-299.

(<http://scielo.isciii.es/pdf/inter/v18n3/v18n3a08.pdf>)

Almasi\_57@yahoo.com

مسعود الماسی

عضو هیئت علمی و مدیرگروه علوم اجتماعی دانشگاه پیام‌نور استان ایلام و دانشجوی دکترای جمعیت‌شناسی دانشگاه تهران. سوابق و علایق ایشان عموماً در زمینه جمعیت‌شناسی و مسائل و آسیب‌های اجتماعی است.