

این مطالعه پیمایشی با هدف توصیف و تبیین رابطه بین سبک زندگی فراغتی و دینی با شادمانی اجتماعی دانش‌آموزان انجام شده است. جامعه آماری مطالعه، تمامی دانش‌آموزان دبیرستانی شهر جهرم بوده‌اند که ۴۰۰ نفر از آنها با روش نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای انتخاب شده‌اند. ابزار تحقیق، پرسشنامه‌ای مشتمل بر سه مقیاس شادمانی، سبک زندگی فراغتی و دینی بوده است. نتایج توصیفی پژوهش بیانگر آن است که میانگین نمره شادمانی دانش‌آموزان در سطح متوسط و رو به بالا است. دانش‌آموزان هر چه از سال‌های ابتدایی به سال‌های انتهایی دبیرستان می‌روند شادمانی‌شان کاهش و هر چه از طبقات پائین به سمت بالا، از سبک‌های دینداری جمع‌گرایانه به سمت فردگرایانه، از سبک‌های زندگی سنتی به سمت مدرن و از مدارس دولتی به غیردولتی می‌روند، شادمانی آنها افزایش می‌یابد. نتایج استنباطی نشان می‌دهد سبک زندگی فراغتی سنتی، سبک زندگی دینی جمع‌گرایانه، طبقه اجتماعی و درآمد خانواده با ابعاد شادمانی دانش‌آموزان رابطه دارند. در مجموع می‌توان نتیجه گرفت که یکی از منابع اساسی شادمانی، در ارتباطات اجتماعی نهفته است؛ از یک سو، ارتباطات گسترده و رضایت‌بخش و از سوی دیگر عضویت در اجتماعات انسانی و انجام فعالیت‌های جمعی - تفریحی یا مذهبی - می‌تواند شادمانی اجتماعی افراد و به تبع آن، جامعه را افزایش دهد، اما این متغیرها به تنهایی نمی‌توانند میزان بالایی از واریانس متغیر وابسته را تبیین کنند.

■ واژگان کلیدی:

شادمانی اجتماعی، سبک زندگی فراغتی، سبک زندگی دینی، دانش‌آموزان.

## رابطه سبک زندگی فراغتی و دینی با شادمانی اجتماعی

مورد مطالعه: دانش‌آموزان دبیرستانی شهر جهرم

### سعید کارگر

دانشجوی دکتری جامعه‌شناسی دانشگاه شیراز  
saeed\_kargar2009@yahoo.com

### محمد تقی ایمان

استاد جامعه‌شناسی دانشگاه شیراز  
iman@shirazu.ac.ir

### محمد تقی عباسی شوازی

استادیار جامعه‌شناسی دانشگاه شیراز  
mtabbasi@rose.shirazu.ac.ir

## مقدمه و طرح مسئله

در اواخر قرن بیستم نشاط و شادمانی<sup>۱</sup> بشر به‌عنوان یکی از موضوعات مهم مورد بررسی قرار گرفت، زیرا یکی از مشکلات جوامع، غفلت از شادی و نشاط و در نتیجه، افزایش بیماری‌های روانی از قبیل اضطراب و افسردگی بود. (فضل‌الهی و دیگران، ۱۳۸۹) شادی یکی از نیازهای اساسی انسان و لازمه زندگی اوست. نشاط و شادابی یکی از خلیات اساسی در زندگی فرد است و نقش مهمی در چارچوب حیات روانی و اجتماعی او بازی می‌کند. شادی، گمشده انسان معاصر در عصر پیشرفت‌های علمی و مادی است و مطلوب مشترک همه انسان‌هاست. برخی معتقدند اهمیت عمده زندگی، در شادی نهفته است و انگیزه اصلی انسان‌ها در همه زمان‌ها، چگونگی دستیابی و حفظ ارتقای آن است. (مظاهری، ۱۳۸۶) شادی، موجبات حفظ سلامت عاطفی، روانی، جسمی و امیدواری را فراهم می‌کند. (آل‌یاسین، ۱۳۸۰) اما در دنیای امروز علی‌رغم پیشرفت‌های چشمگیر در فناوری و تأمین آسایش انسان، احساس شادمانی وی افزایش نیافته است. (قطره‌ای، ۱۳۸۵: ۸) به‌زعم دورکیم اگر چه زندگی مدرن رفاه بیشتری برای انسان به ارمغان آورده است، اما ما نمی‌توانیم بگوییم، انسان امروز خوشبخت‌تر و سعادتمندتر از گذشته شده است. (معیدفرد، ۱۳۸۷: ۲۴۴) تحقیقات نشان می‌دهد افرادی که شاد هستند، احساس امنیت بیشتری می‌کنند، آسان‌تر تصمیم می‌گیرند و نسبت به کسانی که با آنها زندگی می‌کنند، بیشتر اظهار رضایت می‌کنند (مایرز<sup>۲</sup>، ۲۰۰۲: ۸۰ و پترسون<sup>۳</sup>، ۲۰۰۰: ۴۵) اینگلهارت (۱۳۷۳) در این زمینه اظهار می‌دارد که سطح پایین رضایت از زندگی و احساس خوشبختی، به‌گرایش‌های منفی نسبت به کل جامعه منجر و دوره‌های طولانی برآورده نشدن آرزوها و انتظارات، موجب ظهور نگرش‌های بدبینانه می‌شود که این بدبینی از نسلی به نسل دیگر منتقل می‌شود. نتایج تحقیقات دیگر نشان می‌دهند که شادمانی، صرف نظر از چگونگی کسب آن می‌تواند سلامت جسم، احساس امنیت، قدرت تصمیم‌گیری، روحیه مشارکتی، شرکت در جمع و میزان رضایت از زندگی را افزایش دهد. (مایرز، ۲۰۰۲) فقدان شادی و نشاط نیز در جامعه نتایج منفی بسیاری به‌دنبال دارد، که از آن جمله می‌توان به افسردگی، بدبینی، ارزیابی منفی رویدادها، بی‌علاقگی به کار و فقدان وجدان کاری، اعتیاد به مواد مخدر، ناهنجاری‌های اجتماعی، رواج خشونت

1. Happiness
2. Myers
3. Peterson

در روابط اجتماعی، طلاق و گرایش به فرهنگ بیگانه و غیر خودی اشاره نمود. (طاهریان، ۱۳۸۱: ۴) براساس دیدگاه جامعه‌شناختی، فقدان شادی و نشاط در جامعه ناشی از اتخاذ سبک جدید زندگی اجتناب‌ناپذیر است. (معیدفر، ۱۳۸۷)

با توجه به اینکه نوجوانان بخش قابل توجهی از زمان روزانه خود را تا سن ۱۸ سالگی در محیط‌های آموزشی می‌گذرانند، مدرسه نه تنها باید شاد باشد بلکه باید شادی را در نوجوانان دوچندان کند. مدرسه به‌عنوان مهم‌ترین جایگاه حضور نسل‌های آینده، باید محیطی سالم، پویا و شاداب باشد. (باس<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰) در این سال‌های مهم؛ رشد جسمی، روانی و اجتماعی وی رخ می‌دهد. رفتارها و نگرش‌های معلمان، دانش‌آموزان دیگر و روابط حاکم در مدرسه و حتی امکانات و فضای فیزیکی مدرسه تأثیر انکارناپذیری بر هویت‌یابی، شکوفایی استعدادها، پیشرفت تحصیلی، سلامت جسمی و روانی و شادمانی افراد دارد. تحقیقات حاکی از آن است که عوامل مرتبط با شادی در مدرسه را می‌توان به پنج دسته زیر تقسیم نمود؛ وضعیت فیزیکی و کالبدی، سبک مدیریتی، معلمان، روابط در مدرسه و امکانات آموزشی. (نصوحی دهنوی و دیگران، ۱۳۸۳) سرلوحه تعلیم و تربیت قرن جدید این است که «شوق زندگی کردن را به دانش‌آموزان بیاموزیم» پس باید معتقد باشیم که درحقیقت رشد پایدار ما در گرو شادی پایدار است و این شادی باید در مدارس ایجاد و مدیریت شود. (صباغیان، ۱۳۸۴) امروزه مباحثی چون آموزش و مدرسه مثبت<sup>۲</sup> و مدرسه شاد<sup>۳</sup> به‌عنوان رویکردهای جدیدی تلاش می‌کنند با ایجاد تغییرات و به‌کارگیری برخی استراتژی‌ها در نهادهای مثبتی چون آموزش و پرورش، خوشبختی، موفقیت، احساسات مثبت، تعاملات مثبت و سعادت را برای دانش‌آموزان در مدارس به ارمغان بیاورند که یکی از زیربنایی‌ترین اصول آنها شادکامی است. (سلیگمن<sup>۴</sup> و دیگران، ۲۰۰۹) شادکامی به فعالیت‌های دانش‌آموزان انگیزه می‌دهد، آگاهی آنها را بالا می‌برد، خلاقیت آنها را قوت می‌بخشد و روابط اجتماعی آنها را تسهیل می‌کند. بنابراین شادکامی کلید مهمی در سیستم آموزشی است. (طالب‌زاده‌ها و سمکان<sup>۵</sup>، ۲۰۱۱) همچنین با استفاده از روش‌های شادی‌بخش در جریان آموزش و برنامه‌ریزی آموزشی فراگیران، می‌توان علاوه بر ایجاد محیطی رضایت‌بخش برای دانش‌آموز، با بسیاری دیگر از مشکلات

1. Buss
2. Positive Education
3. Happy School
4. Seligman
5. Talebzadeha & Samkanb

از جمله میزان غیبت، دیرآمدگی، بی‌حوصلگی و کسالت در کلاس درس، امراض جسمی و روحی و در نهایت مسئله افت تحصیلی، مقابله شود و محیطی فراهم شود که امکانات فراگیری مؤثر دانش‌آموز در نظر گرفته شود. لذا توجه به تأثیر روش‌های شادی‌بخش در برنامه‌ریزی آموزشی دوره‌های مختلف تحصیلی ضروری به نظر می‌رسد. (کرافت، ۲۰۰۸) موفقیت و تأیید اجتماعی، ارتباطات اجتماعی و روابط دوستانه، خانواده، عشق و صمیمیت از جمله منابع و عوامل اجتماعی شادی هستند. آرگایل توسعه علمی و فرهنگی، تحصیلات، هنر و رسانه‌های جمعی، تفریح و نحوه گذراندن اوقات فراغت را از منابع و عوامل شادی ذکر می‌کند که دارای جنبه‌های روانی، جسمانی و اجتماعی و فرهنگی هستند.

علی‌رغم اهمیت و ضرورت شادمانی برای جوانان و نوجوانان (به‌ویژه دانش‌آموزان) به‌عنوان یک قاعده جهانی، از یک‌سو در سطح اجتماعی، رتبه ایران در حوزه شادمانی و نشاط پایین است. برای مثال براساس پژوهشی در سطح بین‌المللی از سال ۱۹۹۵-۲۰۰۵ سطح شادی رتبه ایران در بین ۹۵ کشور مورد مطالعه ۵۳-۵۱ بوده است. (ربانی و دیگران، ۱۳۹۰: ۳) از سوی دیگر و در سطح محیط‌های آموزشی، مطالعات متعددی که در سال‌های اخیر بر روی میزان و شیوع افسردگی در بین دانش‌آموزان انجام شده است حاکی از آن است که نشانه‌های افسردگی (خفیف تا شدید) در بین دانش‌آموزان دبیرستانی وجود دارد و تنها ۲۸/۸ درصد از دانش‌آموزان فاقد نشانه‌های افسردگی نیستند، ۱۱/۶ درصد افسردگی شدید و بقیه دارای سطوح میانی افسردگی هستند (منیرپور و دیگران، ۱۳۸۳) در مطالعه دیگری (صادقیان و دیگران، ۱۳۸۹) نرخ شیوع افسردگی در بین دختران دانشجو را ۸/۴۵ درصد ارزیابی می‌کنند و بنا بر گزارش وزارت بهداشت مدعی‌اند نرخ افسردگی در نوجوانان ۴۰ درصد است. همچنین در مطالعه‌ای که افسردگی در دانش‌آموزان عادی و تیزهوش مقایسه شده، نرخ شیوع افسردگی (خفیف تا شدید) دانشجویان تیزهوش (۶۱/۱ درصد) بیشتر از دانشجویان عادی (۴۲/۷ درصد) ارزیابی شده است. (ریاسی و دیگران، ۱۳۹۱) مطالعات همچنین حاکی از آن است که شیوع افسردگی در مدارس دولتی (۱۲/۲ درصد) بیش از غیردولتی (۴/۵ درصد) است و همراه با افزایش پایه تحصیلی افسردگی نیز افزایش می‌یابد. (دهشیری و دیگران، ۱۳۸۸ و جهانگشت و دیگران، ۱۳۹۵) در حالی که برخی از شاخصه‌های مدرسه شاد همراه است با کاهش درس‌ها، آموزش مهارت‌های زندگی، انجام فعالیت‌های شاد، محیط آموزشی زیبا، انجام کارهای گروهی، کاهش هر گونه استرس در دانش‌آموزان و.... (طالب‌زاده‌ها و

سمکان، ۲۰۱۱) به نظر می‌رسد هیچ برنامه مشخصی برای مقابله با شیوع افسردگی و یا ارتقا شادی و شادکامی در مدارس وجود ندارد.

اگر عواملی که می‌توانند شادی را در مدارس ارتقا دهند همچون، فعالیت‌های اجتماعی و گروهی، فعالیت‌های ورزشی، مهارت آموزی و... را مبنا قرار دهیم، خواهیم دید که مدارس در ایران چندان برنامه جدی برای ارتقا این شاخص‌ها ندارند. کلاس‌های درس همچنان به سبک سنتی، یک‌طرفه و مبتنی بر محفوظات اداره و ارزیابی می‌شود، فعالیت‌های ورزشی جدی گرفته نمی‌شود و آموزش مهارت‌های زندگی چندان اهمیت داده نمی‌شود. این عوامل همراه با فضای فیزیکی و کالبدی و محیط بهداشتی نامناسب مدارس (فاضلیان و عظیمی، ۱۳۹۳: ۴۱) و سبک مدیریت آمرانه (نصوحی دهنوی، ۱۳۸۳) مهم‌ترین عوامل کاهش شادابی دانش‌آموزان و مدارس است. اگر تنها شاخص فعالیت‌های ورزشی را به‌عنوان ارزان‌ترین و مؤثرترین عامل ایجاد شادی و اعتماد به نفس، کاهش استرس و افسردگی در مدارس در نظر بگیریم؛ مشخص می‌شود که نظام آموزشی و مدارس در ایران چندان اهمیتی به ورزش نمی‌دهند و در این راه با مشکلات ساختاری همچون کمبود معلم تربیت بدنی، عدم تخصص کافی، کمبود تجهیزات و... مواجه است. (افضل پور و دیگران، ۱۳۸۶) برای مثال طبق اعلام برخی رسانه‌ها سرانه فضای ورزشی در کشور ۲۴ سانتی‌متر و در استانی همچون البرز به‌نحوی فاجعه بار ۶/۴ سانتی‌متر است. (ایرنا، ۱۳۹۶) بر این اساس، فقدان شادی و شادکامی یکی از مسائل اساسی دانش‌آموزان و در محیط‌های آموزشی در ایران است.

گرچه شادمانی متأثر از عوامل متعددی است و اکثریت قریب به اتفاق مطالعات بر روی عوامل آموزشی و محیط مدارس توجه کرده‌اند، اما شادی و شادکامی می‌تواند به بسترهای اجتماعی و فرهنگی بیرون از مدرسه همچون سبک زندگی ارتباط داشته باشد. از این‌رو، پژوهش حاضر به مطالعه رابطه سبک زندگی فراغتی و دینی با شادمانی اجتماعی پرداخته است. بر این اساس، هدف اساسی تحقیق حاضر این است که میزان شادمانی در بین دانش‌آموزان مقطع متوسطه شهر جهرم را بررسی کند و ارتباط آن را با سبک زندگی فراغتی و دینی تبیین و مورد آزمون قرار دهد.

### مروری بر پژوهش‌های پیشین

شادمانی اجتماعی و عوامل مؤثر بر آن در قالب تحقیقات متعددی در داخل و خارج کشور

مورد بررسی علمی قرار گرفته است. باس (۲۰۰۰)، در پژوهش خود مدیر شاداب، معلم شاداب و پر نشاط، مدرسه‌ای با کالبد نشاط‌آور، کلاس‌های سالم و تمیز و با فضایی مناسب برای یادگیری و برگزاری مراسم‌های شادی در شاداب‌سازی مدارس مؤثر می‌داند. به‌زعم لی‌کن<sup>۱</sup> (۱۹۹۹)، «تقویت عوامل اجتماعی- فرهنگی در مدارس از قبیل برگزاری کلاس‌های موزیک، برگزاری جشن‌ها همراه با شادی و سرور می‌تواند در شاداب‌سازی مدارس و فراهم کردن محیطی سالم به‌منظور یادگیری هر چه بهتر دانش‌آموزان مؤثر باشد». آرگایل و لو (۱۹۹۱)، در پژوهش خود با عنوان شادی و مشارکت نشان داده‌اند دانش‌آموزانی که از فعالیت‌های گروهی لذت برده‌اند، شادی بیشتری از خود نشان می‌دهند و برعکس. اکثر تحقیقات نشان می‌دهند که زندگی فعال اجتماعی مهم‌ترین عامل شادی است. (چانگ<sup>۲</sup>، ۲۰۰۹: ۸۴۴). راترینگ<sup>۳</sup> (۲۰۰۲)، عامل اصلی موفقیت دانش‌آموزان را شادمانی می‌داند. پریش و بت<sup>۴</sup> (۲۰۰۰)، یک مطالعه تطبیقی آموزشی تحت عنوان «شادمانی در مدرسه و موفقیت در مدرسه» انجام داده‌اند. در نتیجه این تحقیق مشاهده شد که در سطوح مختلف دانش‌آموزانی که خود یا معلمان آنها به شاد بودن آنها در محیط مدرسه اذعان داشته‌اند، آنهایی هستند که نسبت به معلمان و همکلاسی‌های خود رفتار محترمانه داشته و به بهترین وجه وظایف خود را انجام داده و روحیه همکاری دارند. در پژوهشی فلان<sup>۵</sup> (۱۹۹۸)، نشان داد، در مدارس که معلمان در امور مدرسه مشارکت بیشتری دارند، دانش‌آموزان دیدگاه و تصور بهتری نسبت به مدرسه و همچنین عشق به یادگیری و شادی بیشتری دارند. لیوبومیرسکی<sup>۶</sup> (۲۰۰۱)، معتقد است باید نگرش مثبت را در افراد پرورش داد؛ به‌خصوص در سطح مدارس زیرا، اگر دانش‌آموزان با نگرش‌های مثبت پرورش یابند، بسیاری از مشکلات آینده را که ممکن است بر آنها تأثیر منفی بگذارد به راحتی حل می‌کنند. اسکانیس<sup>۷</sup> (۲۰۱۳)، در تحقیقی با عنوان «تأثیر طبیعت بر روی خوشبختی ذهنی و شادی دانش‌آموزان دوره متوسطه در انگلستان و یونان» نشان داد که، مشارکت در ورزش در فضای باز، گشت و گذار در طبیعت، نگرش زیست محیطی و

1. Lykken
2. Chang
3. Raterink
4. Parish & Batt
5. Phelan
6. Lyubomirsky
7. Skianis

عوامل آب و هوایی در شادی دانش‌آموزان مؤثر است.

آرگایل و بندورا<sup>۱</sup> (۱۹۷۷)، معتقدند شرکت در فعالیت‌های اوقات فراغت میزان شادمانی را افزایش می‌دهد. (آرگایل، ۲۰۰۱) به‌زعم زاگرمین<sup>۲</sup> (۱۹۷۹)، فعالیت‌های اوقات فراغتی که با افزایش شعور و هیجان بیشتری همراه هستند نشاط‌آفرینی بیشتری دارند. مایرز (۲۰۰۰)، معتقد است ایمان مذهبی تأثیر زیادی بر میزان شادمانی دارد. از نظر گرلی<sup>۳</sup> (۱۹۷۵)، فعالیت‌های مذهبی دارای کارکردهایی هستند که نهایتاً موجب افزایش شادمانی فرد می‌گردد. به‌زعم کالدور<sup>۴</sup> (۱۹۹۴) افراد مذهبی نزدیک‌ترین دوستان خود را از میان افراد مذهبی انتخاب می‌کنند. های<sup>۵</sup> (۱۹۸۲)، می‌گوید ۶۱ درصد کسانی که در مراسم دینی شرکت می‌کنند احساس شادی و آرامش بیشتری دارند. کوپر و اورارک<sup>۶</sup> (۲۰۱۰)، نیز تحقیقی با عنوان «بررسی نشاط در بین ۳۱۲ دانش‌آموزان ابتدایی استرالیا»، انجام دادند، نتایج این پژوهش نشان داد، احساس دوستی، متعلقات و خوش‌بینی، شاخص‌های تأثیرگذار بر نشاط دانش‌آموزان بوده‌اند. هانا و مارسی<sup>۷</sup> (۱۹۸۷)، در تحقیقی با عنوان «ارتباط بین سرسختی روان‌شناختی در بین جوانان کانادا»، به این نتیجه رسیدند که سبک زندگی دینی با نشاط رابطه معناداری دارد. بیرد<sup>۸</sup> و دیگران (۲۰۰۰)، درباره «چهار عامل شادمانی و رابطه آنها با تعهد دینی» دریافتند که تعهد دینی، پیش‌بینی‌کننده شادمانی است. چانگ و فورنهام<sup>۹</sup> (۲۰۰۲)، در پژوهشی با عنوان «عوامل مؤثر بر شادمانی دانش‌آموزان» به این نتیجه رسیدند که تقویت اعتماد به نفس، افزایش تعداد دوستان و بهبود وضعیت تحصیلی دانش‌آموزان بر میزان شادمانی آنان می‌افزاید. (دریکوندی و دیگران، ۱۳۸۵: ۱۶) هالرو هادلر<sup>۱۰</sup> (۲۰۰۶)، در پژوهشی نشان دادند که روابط اجتماعی خوب و به هم پیوسته، بر شادی افراد جامعه اثر گذارند. نتایج پژوهش نصحی‌دهنوی و همکاران (۱۳۸۳)، در زمینه رابطه بین میزان شادمانی و عوامل آموزشگاهی نشان داد که بین میزان شادمانی دانش‌آموزان با کیفیت روابط آنها با مدیر مدرسه، دبیران، دبیر

1. Argyle & Bandura
2. Zakerman
3. Greely
4. Caldor
5. Hay
6. Cooper & O'Rourke
7. Hannah & Morrissey
8. Byrd
9. Furnham
10. Haler & Hadler

ورزش و مشاور مدرسه همبستگی معنادار وجود دارد. دریکوندی (۱۳۸۱)، طی پژوهشی با عنوان «عوامل مؤثر بر نشاط دانش‌آموزان مدارس راهنمایی پسرانه شهر اصفهان»، نتایج نشان داد مدیران و مربیان پرورشی عوامل روان‌شناختی، فیزیکی، اجتماعی، آموزشی، اقتصادی و سازمانی را در ایجاد نشاط دانش‌آموزان مؤثر می‌دانند. کجباف و همکاران (۱۳۹۰)، در پژوهشی با عنوان «رابطه سبک زندگی دینی با شادکامی در رضایت از زندگی دانشجویان شهر اصفهان» نشان دادند که سبک زندگی دینی و شادکامی با رضایت از زندگی دانشجویان و شادکامی همبستگی مثبت و معناداری دارند. مروری بر تحقیقات انجام‌شده در مقوله شادمانی دانش‌آموزان در داخل و خارج کشور به‌طور اعم و عوامل بازدارنده و مؤثر بر شادمانی دانش‌آموزان به‌طور خاص، نشان می‌دهد متغیرهایی که در این تحقیقات مورد آزمون قرار گرفته‌اند بیشتر به نقش عوامل آموزشی (سبک رهبری، روابط در مدرسه، امکانات مدرسه، فضای فیزیکی و کالبدی مدرسه، معلم شاداب، کلاس‌های تمیز، مدیر شاداب)، اوقات فراغت، باورهای دینی و همبستگی‌های اجتماعی، شبکه‌ها و حمایت‌های اجتماعی، عوامل اجتماعی فرهنگی (کلاس‌های موزیک، برگزاری جشن‌ها) بر شادمانی دانش‌آموزان پرداخته‌اند. آنچه در مقاله حاضر مطرح است، علاوه بر تأیید بسیاری از متغیرهای مورد مطالعه در پژوهش‌های دیگر، وارد کردن متغیرهای سبک زندگی فراغتی و دینی بر شادمانی دانش‌آموزان است. اما نقطه قوت تحقیق حاضر این است که پژوهشگر رابطه سبک زندگی فراغتی و دینی با شادمانی دانش‌آموزان را که در جامعه آماری فوق توجهی به آن نشده، به تفصیل مورد بررسی قرار داده است. وجوه اشتراک تحقیق حاضر با تحقیقات پیشین در بعد نظری استفاده از نظریات آرگایل است، که در تحقیق پورسعید (۱۳۹۳)، ایزدی و همکاران (۱۳۹۱) و فاضلیان و عظیمی (۱۳۹۳)، استفاده شده است. اما تفاوت تحقیق حاضر با تحقیقات پیشین در بعد نظری استفاده از دیدگاه جامعه‌شناختی نظریه دورکیم در کنار نظریه آرگایل می‌باشد.

### مبانی نظری پژوهش

شادمانی، در حوزه علمی از نیمه دوم قرن پیش به‌عنوان یک موضوع میان‌رشته‌ای مطرح شده و هر رشته‌ای، دیدگاه خاصی از شادمانی را گسترش داده است. جامعه‌شناسان آن را به‌عنوان یک وضعیت اجتماعی باز می‌شناسند و آن را دارای مبنایی اجتماعی



می‌دانند. (گالاتزر<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰: ۵۰۲). مطالعات جدید، بهزیستی ذهنی افراد (SWB) را مورد بررسی قرار می‌دهند. این مطالعات نشان می‌دهند که خوشبختی و رضایت از زندگی به‌طور مشابه باید در دسترس زنان، مردان، سیاه‌پوستان، سفیدپوستان، طبقه ثروتمند و طبقه کارگر باشند. (مایرز و داینر<sup>۲</sup>، ۱۹۹۵) برخی شادی را هدف وجود انسان می‌دانند و معتقدند که همه انسان‌ها به دنبال شادی هستند. (پاسکال<sup>۳</sup>، ۱۹۹۵: ۴۵) مارشال ریو<sup>۴</sup> (۱۳۷۴)، در تعریف شادی می‌نویسد: «شادی احساس مثبتی است که از حس رضایت‌مندی و پیروزی به دست می‌آید». لو و گیل‌مور<sup>۵</sup> معتقدند: شادی به معنای داشتن کیفیت مناسب روحی، برون‌گرایی و رعایت احترام، خشنودی و رضایت، ظهور عواطف و احساسات مثبت، تعادل حیاتی موزون و توانایی برای ایجاد یک زندگی لذت‌بخش، موفقیت، امید و آینده‌نگری و رهایی از بیماری و رنج‌های جسمانی و روانی است. (لو و گیل‌مور، ۲۰۰۴) در رویکرد روان‌شناسی در اصل بر فرایندهای ذهنی منجر به شادی یا ناشادی تأکید می‌شود. آرگایل (۲۰۰۱)، نشاط را عبارت از بودن در حالت خوشحالی و سرور و دیگر هیجانات مثبت، راضی بودن از زندگی خود و فقدان افسردگی، اضطراب و سایر هیجانات منفی می‌داند. از نظر آرگایل (۱۳۸۲)، برون‌گرایان به این دلیل بانشاط‌اند که ارتباط اجتماعی و فعالیت اجتماعی بیشتری دارند. لذت ناشی از ارتباطات اجتماعی یکی از مهم‌ترین عوامل شادمانی است. بین شادمانی و معاشرت رابطه نزدیکی وجود دارد، علت آن نیز می‌تواند ناشی از رضایت رفع نیازهای اجتماعی باشد. افراد شادمان نه تنها تعامل اجتماعی بیشتری با دیگران دارند، بلکه کیفیت ارتباطات آنها نیز بیشتر است. به نظر داینر شادمانی در واقع همان چیزی است که اکنون محققان این رشته آن را خوشبختی ذهنی<sup>۶</sup> می‌نامند. (داینر، ۲۰۰۰: ۱۳۸۲) داینر و ساه<sup>۷</sup>، شادی را دارای سه جزء اساسی می‌دانند که عبارت‌اند از: جزء شناختی<sup>۸</sup>، جزء عاطفی<sup>۹</sup> و هیجانی<sup>۱۰</sup> و جزء

1. Galatzer
2. Diener
3. Pascal
4. Marshall Reeve
5. Lu & Gilmure
6. Subjective Well-Being (SWB)
7. Suh
8. Cognition
9. Sentiment
10. Emotion

اجتماعی<sup>۱</sup>. جزء اجتماعی بیانگر گسترش روابط اجتماعی فرد با دیگران و به دنبال آن افزایش حمایت اجتماعی است. (داینر و ساه، ۱۹۹۷: ۱۹۵) به زعم برخی اندیشمندان ما به عنوان حیوانات اجتماعی، یک انگیزش قدرتمند در روابط نزدیک و احساس تعلق خاطر به دیگران داریم. ارتباطات انسانی از کودکی ما را به یکدیگر پیوند می‌دهد و در این اتصالات اجتماعی فواید و هزینه‌هایی وجود دارد. (مایرز، ۱۹۹۹) این جزء در حقیقت گرایش‌ها و تمایلات مثبت فرد به اجتماع را شامل می‌شود. آنچه بیش از همه ذهن نظریه پردازان حوزه جامعه‌شناسی را به خود مشغول کرده، تأثیر ساختارهای اجتماعی بر بروز هیجانات است. ماکس هالر و مارکز هادلر در بحث تأثیر ساختارها بر هیجانات و به طور خاص شادی، چهار حوزه مرتبط با هم را از یکدیگر متمایز می‌نمایند: شبکه‌ها و روابط اساسی (پایه‌ای) شخصی (بافت اجتماعی خرد)، همبستگی‌ها و وابستگی‌های اجتماعی - فرهنگی، نوع دوستی (بافت اجتماعی خرد)، مشارکت‌ها و موقعیت‌های شغلی و وضعیت پایگاه اجتماعی (بافت اجتماعی خرد)، بافت نهادی و کلان اجتماعی - سیاسی (بافت اجتماعی کلان). (هالر و هالدر<sup>۲</sup>، ۲۰۰۶: ۱۷۸ و داینر و لوکاس<sup>۳</sup>، ۲۰۰۰) زیمیل از اولین جامعه‌شناسانی است که به مسئله شادی توجه داشته است. از نظر زیمیل، شادی یک حالت کلی ذهن است که به توصیف شخصیت عاطفی انسان می‌پردازد. زیمیل شادی را انعکاس حرکت مستمر زندگی توصیف می‌کند که در ورطه زندگی می‌افتد. (زینگرل<sup>۴</sup>، ۲۰۰۰: ۴۶۶) موضع زیمیل در برابر شادی موضعی دوگانه است. از سویی نشاط را به عنوان یک هدف می‌نگرد که آدمی به دنبال آن است، از سویی دیگر شادی را کیفیت عمل و حالتی از ذهن می‌بیند که فرد در ارتباط با خودش دارد.

به زعم دور کیم بی‌هنجاری، شادمانی را کاهش خواهد داد. او می‌پنداشت که بی‌هنجاری در جوامع مدرن به موجب افزایش تحرک اجتماعی و همچنین تغییرات الزام‌آور، افزایش یافته و این به نوبه خود دارای پیامدهای منفی از جمله ناشادی و خودکشی است. (گالاتزر، ۲۰۰۴: ۵۰۵) دور کیم با تأکید بر نقش روابط و همبستگی اجتماعی در کاهش معضلات و مسائل اجتماعی، به این امر تأکید می‌کند که آن روابط، دست کم از دو طریق حاصل می‌شوند: الف. عضویت داوطلبانه در انجمن‌ها و مؤسسات؛ ب. عضویت در یک مجمع

1. Social
2. Haller & Hadler
3. Lucas
4. Zingerle

مذهبی یا مشارکت‌های مذهبی. سپس، به‌نحوه اثرگذاری آن روابط بر پدیده احساس شادی می‌پردازد و اضافه می‌کند که آن دو نوع رابطه به دو دلیل شادی را افزایش می‌دهند: ابتدا عضویت نظامی اجتماعی ایجاد می‌کند، به‌طوری که از آن طریق، فردگرایی مفرط و آنومی کنترل می‌شود و دوم اینکه ترکیبی متعالی - معنوی ایجاد می‌شود که از آن طریق، تجمع نیروهای اعتقادی و عملی انسان‌ها، به احساس جمعی<sup>۱</sup> برای فهم جنبه‌های مختلف زندگی مبدل می‌شود. (دورکیم، ۱۳۶۹)

سعادت و آسایش مورد نظر آگوست کنت، نقطه ارجاع نهایی پوزیتیویسم است. بینش کنت این بود که شادمانی نیازمند دانشی نظام‌مند از جهانی است که ما در آن زندگی می‌کنیم به‌ویژه در مورد اموری که می‌توانیم کم و بیش آن را تغییر دهیم. به‌طور کلی خوش‌بینی پوزیتیویسم با شادمانی پیوند خورده است: پس از چیره شدن بر بحران‌های اخیر، دوره اثبات‌گرایی بعدی، دوره شادمانی خواهد بود. (موسوی، ۱۳۹۲: ۵۰۳)

گیدنز بیان می‌کند که جامعه‌شناسان کلاسیک در مجموع بیشتر بر سویه روشن مدرنیته تأکید داشته و از پیامدهای عظیم مخاطره‌آمیز این عصر تا حد زیادی غافل بوده‌اند. گیدنز از عوامل تهدیدکننده شادمانی (تهدیدهای خشونت‌آمیز ناشی از صنعتی شدن جنگ؛ متزلزل شدن ریشه‌های اعتماد به نظام‌های انتزاعی، بی‌معنایی شخصی و احساس ناامنی و اضطراب وجودی) و عوامل تأمین‌کننده شادمانی (اعتماد همراه با احتیاط نسبت به نظام‌های انتزاعی؛ اعتماد و وانهی امور زندگی شخصی به‌دست نظام‌های تخصصی؛ دگردیسی صمیمیت و شکل‌گیری «رابطه ناب» انسان‌ها در عصر مدرنیته متأخر نام می‌برد. (گیدنز، ۱۳۸۵؛ به‌نقل از موسوی، ۱۳۹۲: ۱۳۴)

از دیگر سو، شادمانی انسان‌ها نمی‌تواند خارج از سبک‌های زندگی آنها باشد، خصوصاً آنکه امروزه سبک‌های زندگی بسیار مهم‌تر از طبقه در شکل‌دهی به هویت، منزلت و حتی وضعیت‌های ذهنی افراد، همچون احساس سعادت و شادمانی است. مفهومی که در آثار برخی از بنیانگذاران جامعه‌شناسی وجود دارد. در جریان رواج مصرف‌گرایی و امکان انتخاب و گزینش کالاها، افراد صاحب سبک زندگی<sup>۲</sup> شدند. نشانه‌های گسترش سبک زندگی حاصل از جامعه مصرفی را جامعه‌شناسانی چون ویلن، وبر و زیمل در اوایل قرن بیستم به‌تصویر کشیدند. سبک زندگی از دیدگاه زیمل، یکی از شیوه‌هایی است که افراد برای تعریف

1. Common Sense  
2. Life Style

هویت‌شان در ارتباط با جامعه توده‌ای جستجو می‌کنند. در حقیقت، ارتباط پیچیده بین سبک زندگی مدرن به‌عنوان یک شکل اجتماعی و جستجوی افراد برای کسب هویت شالوده بحث وی را تشکیل می‌دهند. وبلن<sup>۱</sup> (۲۰۰۴) در پی این مسئله بود که افراد چگونه منزلت اجتماعی کسب می‌کنند. به‌نظر وی، ثروت مهم‌ترین عامل کسب منزلت است که باید نمود خارجی داشته باشد و بهترین نمود آن مصرف تظاهری و نمایشی است. (وبلن ۲۰۰۴: ۵۲) و بر<sup>۲</sup> (۱۹۸۷) نخستین کسی بود که اصطلاح سبک زندگی را به‌کار برد. او بر مبنای تعریف چند بعدی خود از قشربندی اجتماعی و تأکید بر منزلت به‌عنوان یکی از ابعاد و مؤلفه‌های قشربندی، اصطلاح سبک زندگی را در ارتباط با این بعد به‌کار گرفت. (گوشبر، ۱۳۸۴: ۴۲) از نظر وبر (۱۹۸۷) تفاوت سبک زندگی تفاوت بین گروهی را ایجاد می‌کند و به برتری‌های منزلتی و طبقاتی مشروعیت می‌بخشد. گروه‌های منزلت از راه سبک‌های زندگی به گروه مرجع تبدیل می‌شوند و معیار قضاوت اجتماعی قرار می‌گیرند. (وبلن، ۲۰۰۴) بدین ترتیب از نظر وبر سبک زندگی پیوستگی بسیار نزدیکی با نوع اشتغال فرد دارد.

بورديو<sup>۳</sup> (۱۹۸۴) با بسط اندیشه‌های زیمل و وبر سبک زندگی را بازتاب منزلت اجتماعی در نظر می‌گرفت. وی به تحلیل انتخاب‌های سبک زندگی پرداخته و آن را از این جهت با اهمیت دانسته که تمایزات اجتماعی و ساختاری در دهه اخیر به‌گونه‌ای روزافزون از رهگذر صور فرهنگی بیان می‌شوند. وی در کتاب تمایز مشخص می‌سازد که چگونه گروه‌های اجتماعی خاص به‌ویژه طبقات خاص اقتصادی و اجتماعی، انواع کالاهای مصرفی، روش ارائه خوراک و غذا خوردن، لباس پوشیدن، آرایش کردن، مبلمان و تزئین داخلی منزل را به‌کار می‌گیرند تا روش مجزای زندگی خویش را مشخص کنند. به‌زعم او سبک زندگی همان فضایی است که کنشگران در ذیل آن می‌آموزند که چگونه زندگی کنند، چه چیز را ارجح بدانند و چه چیز را زیبا بشمارند. بورديو (۱۹۸۴) بیان می‌کند که افراد سبک زندگی خود را انتخاب می‌کنند، اما نه به‌صورت آزادانه. (نیازی، ۱۳۹۰: ۱۳۴) گیدنز (۲۰۰۶) بر این باور است که سبک زندگی کردارهایی هستند که به جریان عادی زندگی روزمره تبدیل شده‌اند. جریان‌هایی که در لباس پوشیدن، غذا خوردن، شیوه‌های کنش جلوه می‌کنند؛ چنین رفتارهایی بازتاب‌کننده هویت‌های شخصی، گروهی و اجتماعی است. وی از اشکال منتخبی از مصرف‌گرایی سخن می‌گوید که سبک زندگی افراد را

1. Veblen
2. Weber
3. Bourdieu

مشخص می‌کند و متضمن انتخاب انواع خاصی از غذا، پوشاک، مسکن، اتومبیل، عادات کاری، اشکال گوناگون تفریح یا اوقات فراغت و انواع دیگری از رفتار منزلت‌جویانه است. یکی از مؤلفه‌های سبک زندگی که می‌تواند بر شادمانی اثر بگذارد سبک زندگی فراغتی است. فعالیت‌های فراغت مجموعه‌ای از اشتغالات است که افراد، آن را پس از آزاد شدن از الزامات شغلی، خانوادگی و اجتماعی به‌منظور استراحت، تفریح، توسعه اطلاعات، آموزش غیر انتفاعی و مشارکت اجتماعی به‌کار می‌برند. (فکوهی، ۱۳۸۲) فعالیت‌های اوقات فراغت مدرن می‌توانند شادای بخش‌تر باشند، زیرا به‌نحوی نیازها و انتظارات اجتماعی بیشتری را برطرف می‌کنند و این امکان برای فرد به‌وجود می‌آورند که با افراد بیشتری در تعامل باشند در نتیجه موجب افزایش میزان شادی فرد می‌شوند. (میرشاه‌جعفری و دیگران، ۱۳۸۱: ۵۴) فعالیت‌های اوقات فراغت منبع بسیار خوبی برای ایجاد شادمانی هستند. شادی آفرینی فعالیت‌های اوقات فراغت را با استفاده از دو تئوری می‌توان توضیح داد. تئوری اول مربوط به انتخاب‌گر بودن انسان است. از آنجا که فعالیت‌های اوقات فراغت، فعالیت‌هایی است که فرد با توجه به علاقه خود و با آزادی عمل در مورد آنها تصمیم‌گیری می‌کند؛ این‌گونه فعالیت‌ها حتی وقتی که فرد را از نظر جسمانی آزار می‌دهند نیز موجب شادمانی او می‌شوند. به‌عنوان مثال می‌توان به ورزش بوکس و دوی ماراتون اشاره کرد. (هیلز و آرچیل<sup>۱</sup>، ۱۹۹۸) تئوری دیگر که نشاط‌انگیزی فعالیت‌های اوقات فراغت را تبیین می‌کند، تئوری انگیزش اجتماعی<sup>۲</sup> است. زیرا تمام فعالیت‌های اوقات فراغت با وجود تنوع و تفاوت‌هایی که با هم دارند، به‌نحوی نیازهای اجتماعی را برآورده می‌سازند. به‌عنوان مثال، شرکت در مسابقات ورزشی حمایت اعضای تیم و طرفداران آنها را به‌دنبال دارد و شرکت در کنسرت‌های موسیقی، می‌تواند حمایت گروه ارکستر و علاقه‌مندان به آن موسیقی را به همراه داشته باشد. تماشای تلویزیون نیز وقتی که در کنار دوستان یا خانواده باشد، به‌نوعی برای فرد حمایت ایجاد می‌کند. بندورا (۱۹۷۷) علاوه بر حمایت اجتماعی، شادی بخش بودن فعالیت اوقات فراغت را این‌گونه تفسیر می‌کند که وقتی افراد به این نوع فعالیت‌ها می‌پردازند، در حال انجام کاری هستند که می‌توانند آن را به‌خوبی انجام دهند یا لاقلاً تصور می‌کنند که توانایی انجام آن را دارند، بنابراین سعی می‌کنند هرچه بیشتر به این فعالیت‌ها بپردازند و نهایتاً بر میزان شادمانی آنها افزوده می‌شود.

1. Hills & Argyle  
2. Social Motivation

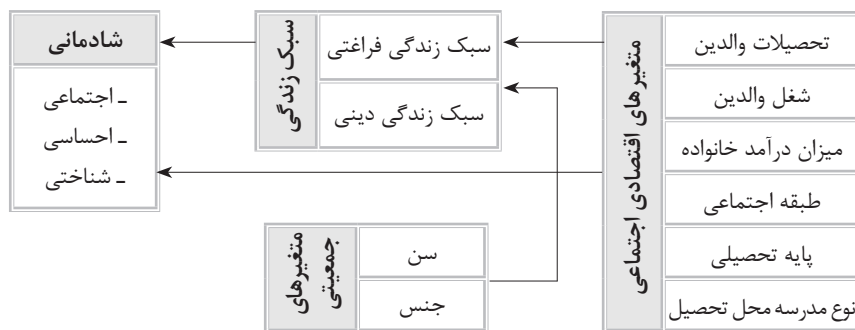
جدول ۱: چشم‌اندازهای نظری مورد استفاده در پژوهش

مفهوم	اندیشمند	نظریه
شادمانی اجتماعی	آرگایل	افراد بانشاط، ارتباط اجتماعی و فعالیت بیشتری دارند، بین شادمانی و معاشرت رابطه نزدیکی وجود دارد
	دورکیم	بی‌هنجاری، شادمانی را کاهش می‌دهد، روابط و همبستگی‌های اجتماعی و عضویت در انجمن‌های مذهبی باعث شادی می‌شود.
	کنت	سطح شادمانی در کشورهای توسعه‌یافته بالاتر است، آزادی شادی را افزایش می‌دهد، دوره اثبات‌گرایی بعدی دوره شادمانی است.
	زیمل	شادمانی از مشخصه‌های مدرنیته و پیوسته با آن است.
	گیدنز	از عوامل تأمین‌کننده و تهدیدکننده شادمانی انسان‌ها در مدرنیته متأخر سخن می‌گوید
	هالر و هادلر	نقش ساختارهای اجتماعی در شادمانی (شبکه‌های روابط، همبستگی‌ها و مشارکت‌های اجتماعی، نوع دوستی پیوندها و تعاملات اجتماعی، تعهد و مسئولیت‌پذیری اجتماعی، وابستگی‌ها و تعلق‌های اجتماعی)
	اینگلهارت	ارزش‌ها و احساسات رابطه تنگاتنگ و پیچیده دارند
	داینر و ساه	شادی دارای سه جزء شناختی، عاطفی و اجتماعی است. گسترش روابط اجتماعی، تمایلات مثبت فرد به اجتماع
	زیمل	ارتباط پیچیده بین سبک زندگی مدرن و هویت اجتماعی
	وبلن	ثروت مهم‌ترین عامل منزلت اجتماعی، افراد دارای شاغل مهم سبک زندگی خود را برتر می‌دانند.
سبک زندگی	وبر	رابطه بین سبک زندگی، طبقه اجتماعی، منزلت اجتماعی و مشاغل اجتماعی
	بورديو	سبک زندگی: مصرف انواع کالاهای مصرفی، بازتاب منزلت اجتماعی، روش غذا خوردن، لباس پوشیدن و... گروه‌های خاص
	گیدنز	سبک زندگی: رفتارها و الگوهای کنش، مجموعه خاصی از عملکردها، روش الگومند مصرف، ارزش‌گذاری محصولات فرهنگ مادی

از دیگر مؤلفه‌های سبک زندگی تأثیر گذار بر شادمانی، ایمان مذهبی است. از آنجا که فرد با ایمان دارای ارتباطات و اعتقادات معنوی است، کمتر احساس رهاشدگی، پوچی و تنهایی می‌کند. مایرز (۲۰۰۰) معتقد است ایمان مذهبی تأثیر زیادی بر میزان شادمانی دارد. ایمان مورد نظر مایرز ایمانی است که حمایت اجتماعی، هدف‌مندی، احساس پذیرفته شدن و امیدواری را برای فرد به‌ارمغان می‌آورد. هیلز و آرچیل (۱۹۹۸) در بیان این کارکردها به مواردی از جمله احساس اتصال با معبودی بسیار قدرتمند و

مقدس، عشق، برابری و احساس در جمع بودن اشاره می‌کنند. همچنین در مذاهب مختلف ایماژهایی<sup>۱</sup>، مثل آب، گرما، نور و آتش دیده می‌شود که به‌نظر هیلز و آرچیل توجه پیروان این مذاهب به این ایماژها و عناصر یادشده موجب افزایش شادمانی آنان می‌گردد. در زمینه تأثیر ایمان و فعالیت‌های مذهبی بر میزان شادمانی افراد، تحقیقات متعددی انجام شده است. های (۱۹۸۲) در تحقیق خود گزارش کرده است که ۶۱ درصد کسانی که در مراسم مذهبی شرکت می‌کنند، احساس آرامش و شادمانی می‌کنند. در پژوهش دیگری که توسط هالمان و همکاران (۱۹۸۷) انجام شد، این نتیجه به‌دست آمد که فعالیت‌های مذهبی از جمله حضور در کلیسا بر شادمانی افراد می‌افزاید. آنها در توجیه علت این امر به حمایت اجتماعی که حاصل شرکت در فعالیت‌های دسته جمعی است اشاره می‌کنند. ایمان مذهبی<sup>۲</sup> اهمیت به مذهب و سنت‌گرایی<sup>۳</sup> معمولاً به‌طور مثبتی با شادمانی همبستگی نشان داده‌اند. فعالیت‌های مذهبی جمع‌گرایانه باعث شادی بیشتری می‌شوند چون شبکه تعاملات فرد گسترده‌تر می‌شود، از تنهایی بیرون می‌آید و باعث شادی بیشتر او می‌شوند. اغلب مطالعات (کلمنته<sup>۴</sup> و سواتر<sup>۵</sup>، ۱۹۷۶؛ کاتلر<sup>۵</sup>، ۱۹۷۶؛ ادوارد و کلماک<sup>۶</sup>، ۱۹۷۳ و مک‌کلور و لودن<sup>۷</sup>، ۱۹۸۲) در مورد حضور در مساجد و کلیسا و شرکت در گروه‌های مذهبی و ارتباط آن با شادمانی رابطه مثبتی نشان داده‌اند. (سلطانی‌زاده، ۱۳۹۴)

۱۸۵



شکل ۱: مدل تحقیق

1. Images
2. Religious Faith
3. Traditionalism
4. Clemente & Suaer
5. Cutler
6. Edward & Klemmack
7. McClure & Loden

چارچوب نظری پژوهش در حوزه شادمانی نظریات آرگایل و دورکیم و در حوزه سبک زندگی نظریات گیدنر و بوردیو تشکیل می‌دهند. از نظر آرگایل (۱۳۸۲)، لذت ناشی از ارتباطات اجتماعی یکی از مهم‌ترین عوامل نشاط است. بین نشاط و معاشرت رابطه نزدیکی وجود دارد. افراد با نشاط نه تنها تعامل اجتماعی بیشتری با دیگران دارند، بلکه کیفیت ارتباطات آنها نیز بیشتر است. دورکیم با تأکید بر نقش روابط و همبستگی اجتماعی در کاهش معضلات و مسائل اجتماعی، به این امر تأکید می‌کند که آن روابط، دست‌کم از دو طریق حاصل می‌شوند: عضویت داوطلبانه در انجمن‌ها و مؤسسات و عضویت در یک مجمع مذهبی یا مشارکت‌های مذهبی. سپس، به‌نحوه اثرگذاری آن روابط بر پدیده احساس شادی می‌پردازد. بوردیو با تأکید بر مشارکت فرد در شبکه‌های اجتماعی معتقد است که سرمایه اجتماعی نوعی محصول اجتماعی است که ناشی از از تعاملات اجتماعی می‌باشد. (گروه مؤلفان، ۱۳۸۳)

۱۸۶

### فرضیات پژوهش

۱. بین سبک زندگی فراغتی و شادمانی اجتماعی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد.
۲. بین سبک زندگی فراغتی سنتی و شادمانی اجتماعی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد.
۳. بین سبک زندگی فراغتی مدرن و شادمانی اجتماعی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد.
۴. بین سبک زندگی دینی و شادمانی اجتماعی رابطه مثبت معنادار وجود دارد.
۵. بین سبک زندگی دینی فردگرایانه و شادمانی اجتماعی رابطه منفی و معنادار وجود دارد.
۶. بین سبک زندگی دینی جمع‌گرایانه و شادمانی اجتماعی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد.
۷. بین متغیرهای جمعیتی و شادمانی رابطه معنادار وجود دارد.
۸. بین متغیرهای اقتصادی - اجتماعی و شادمانی رابطه معنادار وجود دارد.

### روش‌شناسی تحقیق

روش به‌کار رفته در این پژوهش، پیمایش است. جامعه آماری کلیه دانش‌آموزان پسر و دختر دبیرستانی مقطع متوسطه دوم شهرستان جهرم در سال تحصیلی جاری (۱۳۹۳-۱۳۹۴) می‌باشند. اندازه نمونه در جدول مورگان برای ۶۰۰۰ نفر ۳۶۱ نفر و برای ۷۰۰۰



نفر ۳۶۴ نفر است، اما برای دستیابی به برآوردی دقیق تر، اندازه نمونه به ۴۰۰ نفر افزایش یافت. نمونه‌گیری به روش تصادفی چندمرحله‌ای می‌باشد. ابزار سنجش، پرسشنامه‌ای مشتمل بر سه مقیاس شادمانی اجتماعی (بعد احساسی یازده گویه، بعد اجتماعی شش گویه، بعد شناختی نه گویه)، سبک زندگی فراغتی (بیست و هشت گویه)، سبک زندگی دینی (هشت گویه) است که براساس طیف ارزیابی پنج درجه‌ای لیکرت درجه‌بندی شدند. برای متغیر وابسته تحقیق (شادمانی اجتماعی) از پرسشنامه شادمانی آکسفورد استفاده شده است. برای متغیرهای مستقل تحقیق (سبک زندگی فراغتی و دینی) از پرسشنامه محقق ساخته استفاده شده است. تکنیک گردآوری اطلاعات مصاحبه حضوری می‌باشد و در روش اسنادی از تکنیک فیش برداری استفاده شده است. برای بررسی میزان دقت شاخص‌ها و گویه‌های مربوط به هر متغیر و سنجش اعتبار پرسشنامه‌ها، از اعتبار سازه<sup>۱</sup> به روش تحلیل عاملی<sup>۲</sup> استفاده گردید. نتایج آلفای کرونباخ و تحلیل عاملی متغیر شادمانی و سبک زندگی فراغتی و دینی در جداول ۲، ۳، ۴ و ۵ خلاصه شده است. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار spss استفاده شده است. همچنین از جداول توزیع فراوانی، ضریب همبستگی پیرسون، مقایسه میانگین‌ها، تحلیل واریانس، رگرسیون خطی، رگرسیون چندگانه و تحلیل مسیر جهت روابط بین متغیرها استفاده شده است.

جدول ۲: نتایج آلفای کرونباخ برای متغیرهای مستقل و وابسته تحقیق

متغیر	ضریب آلفا کرونباخ	تعداد گویه	سازه و ابعاد آن
شادمانی (مجموع ابعاد)	۰/۸۹۳	۲۱	
بعد شادمانی احساسی	۰/۸۳۹	۷	
بعد شادمانی اجتماعی	۰/۷۳۷	۵	
بعد شادمانی شناختی	۰/۸۴۳	۹	
سبک زندگی فراغتی (کل)	۰/۸۵۵	۲۸	
سبک زندگی فراغتی (بعد سنتی)	۰/۷۱۰	۹	
سبک زندگی فراغتی (بعد مدرن)	۰/۸۳۸	۱۲	
سبک زندگی دینی (کل)	۰/۸۴۷	۸	
سبک زندگی دینی (بعد فردی)	۰/۸۰۶	۳	
سبک زندگی دینی (بعد جمعی)	۰/۷۹۹	۵	

1. Construct Validity
2. Factor Analysis

جدول ۳: تحلیل عاملی مقیاس شادمانی (مجموع ابعاد)

ضریب آلفا	واریانس تبیین شده	مقدار ویژه	وزن عاملی	نوع عامل	سازه
۰/۸۳۹	۱۰/۴۴	۲/۲	۰/۱۵۵۷	احساسی	من انسان فوق العاده خوشحالی هستم.
			۰/۱۵۳۹		احساس می‌کنم آینده سرشار از امید و خوشحالی است.
			۰/۱۶۷۸		احساس می‌کنم زندگی سرشار از دلگرمی است.
			۰/۱۶۶۴		از وضعیتی که در آن هستم، احساس لذت فراوانی می‌کنم.
			۰/۱۶۶۲		همواره با احساس راحتی از خواب بیدار می‌شوم.
			۰/۱۶۶۹		همیشه وقتم را خوب تنظیم می‌کنم و می‌توانم هر کاری را به موقع انجام دهم.
			۰/۱۵۴۳		به‌طور کلی انسانی خوش‌بینم و وقایع و اتفاقات اطراف را با دیدی مثبت می‌نگرم.
۰/۷۳۷	۶/۵۹	۱/۴	۰/۱۵۳۴	اجتماعی	به انسان‌های دیگر علاقه داشته و آنها را دوست می‌دارم.
			۰/۱۶۵۶		من همیشه یک اثر مثبت و خوبی روی انسان‌های دور و برم می‌گذارم.
			۰/۱۷۲۴		فردی شوخ‌طبعم و همیشه با دیگران شوخی می‌کنم.
			۰/۱۷۷۰		همیشه می‌خندم و یا تبسم می‌زنم.
			۰/۱۵۲۹		دوست دارم در میهمانی‌ها و جشن‌ها شرکت کنم.
۰/۸۴۳	۳۱/۵۸	۶/۹	۰/۱۵۸۹	توسعه‌یافتگی	وقتی وضع فعلی خود را با گذشته مقایسه می‌کنید، تا چه حد بهتر شده و از این بابت چقدر رضایت دارید؟
			۰/۱۵۷۷		زمانی که وضع خودتان را با حالت ایده‌آل مقایسه می‌کنید، تا چه حد به آنچه که می‌خواسته‌اید، رسیده‌اید؟
			۰/۱۵۹۵		زمانی که وضع خودتان را با دیگران که هم ردیف شما بوده‌اند، مقایسه می‌کنید، تا چه حد از آنها جلوترید؟
			۰/۱۶۶۹		به‌طور کلی تا چه حد از مجموع زندگی خود راضی هستید؟
			۰/۱۵۳۶		به چه میزان از رشته تحصیلی‌تان، احساس رضایت می‌کنید و به آن عشق می‌ورزید؟
			۰/۱۶۸۷		تا چه حد از خانواده خود راضی هستید؟
			۰/۱۵۶۹		با توجه به شرایط موجود، احساس می‌کنید به چه میزان به اهدافی که در زندگی دارید می‌رسید؟
			۰/۱۷۲۴		تا چه حد از میزان و کیفیت تغذیه خود و خانواده‌تان راضی هستید؟
			۰/۱۵۸۹		از وضعیت مسکن خود تا چه حد احساس رضایت می‌کنید؟
۰/۹۰۶					

ضریب آلفا	واریانس تبیین شده	مقدار ویژه	وزن عاملی	نوع عامل	سازه
sig=۰/۰۰۰		df=۳۲۵		۳۱۳۰/۴	Bartlett
	۰/۸۹۳				ضریب آلفا کرانباخ کل مقیاس شادمانی
					جمع کل واریانس تبیین شده شادمانی توسط سه عامل
					۴۸/۶۱

نتایج تحلیل عاملی متغیر وابسته در جدول ۳ خلاصه شده است. براساس نتایج به دست آمده مقدار KMO<sup>۱</sup> برای کل ابعاد سازه شادمانی ۰/۹۰۶ است که بیانگر کیفیت اندازه نمونه است. به علاوه شاخص مجذور کای برای آزمون کرویت بارتلت<sup>۲</sup>،  $P < ۰/۰۰۰$  است که به لحاظ آماری معنی دار است و نشان می دهد بین متغیرها همبستگی وجود دارد. تحلیل عاملی مورد نظر از نوع تأییدی است و با توجه به ابعادی که برای هر سازه تعریف شده بود. تعداد عامل ها نیز به همان اندازه در نظر گرفته شد که عوامل و مؤلفه های مربوط به هر کدام، مشخص شده است. نظر به اینکه تحلیل عاملی تأییدی مورد استفاده قرار گرفت، گویه هایی که بار عاملی نداشتند یا با عواملی غیر از آنچه پیش بینی شده بود همبستگی داشتند، از مدل حذف شدند. در نتیجه تعداد کل گویه ها کاهش یافت. برای این منظور، نخست پرسشنامه اولیه شادمانی (۲۶ گویه) را ۴۰۰ آزمودنی که به طور تصادفی انتخاب شده بودند، تکمیل کردند. سپس با استفاده از روش آماری تحلیل عاملی، عبارت های نگرشی دارای همبستگی پایین حذف و فرم پرسشنامه کوتاه شده با ۲۱ عبارت نگرشی تدوین گردید. در مجموع در مقیاس شادمانی اجتماعی ۷ گویه، نسبت به آنچه در ابتدا طراحی شده بودند، حذف گردیدند، در مقیاس شادمانی اجتماعی عامل ها (احساسی، اجتماعی، شناختی) در مجموع ۴۸/۶۱ درصد از واریانس شادمانی اجتماعی را تبیین می کنند. به طوری که بعد احساسی ۱۰/۴۴، بعد اجتماعی ۶/۵۹ و بعد شناختی ۳۱/۵۸ از واریانس شادمانی اجتماعی را تعیین می کنند. مقدار آماری آلفای کرانباخ<sup>۳</sup> برای مقیاس شادمانی و سایر متغیرهای مستقل در جدول ۲ نشان داده شده است. پایایی محاسبه شده برای شادمانی در بعد احساسی ۰/۸۳۹، در بعد اجتماعی ۰/۷۳۷، در بعد شناختی ۰/۸۴۳ است و در مجموع ابعاد، ۰/۸۹۳ است.

1. Kaiser-Meyer-Olkin  
2. Bartlett's Test  
3. Cronbach's Alpha

جدول ۴: تحلیل عاملی مقیاس سبک زندگی فراغتی (مجموع ابعاد)

مقدار آلفا	واریانس تبیین شده	مقدار ویژه	وزن عامل	نوع عامل	سازه‌ها
۰/۷۱۰	۱۱/۴۸	۲/۵۲	۰/۴۸۰	سبک زندگی سنتی	رفت و آمد خانوادگی با اقوام و دوستان
			۰/۵۸۴		رفتن به پارک و مکان‌های تفریحی همراه با خانواده یا دوستان
			۰/۷۰۱		رفتن به سفرهای زیارتی داخلی همراه با خانواده یا دوستان
			۰/۵۸۸		رفتن به سفرهای زیارتی خارجی همراه با خانواده و یا دوستان
			۰/۵۸۱		رفتن به سفرهای تفریحی داخلی با خانواده یا دوستان
			۰/۵۱۵		مطالعه کتاب‌ها و مجلات تخصصی (در راستای رشته تحصیلی)
			۰/۴۳۹		گوش دادن به موسیقی سنتی ایرانی
			۰/۵۸۲		گوش دادن به برنامه‌های رادیو داخلی
			۰/۳۹۶		فعالیت در گروه‌های مقاومت و کانون‌های بسیج
۰/۸۳۸	۲۲/۹۴	۵	۰/۳۸۳	سبک زندگی مدرن	شرکت در مهمانی دوستانه مختلط (پارتنری)
			۰/۴۵۸		رفتن به کافی شاپ همراه با دوستان
			۰/۳۹۴		گوش دادن به موسیقی پاپ ایرانی (رضا صادقی، خواجه امیری، پاشایی و...)
			۰/۵۵۲		گوش دادن به موسیقی پاپ خارجی (سلن دیون، آدل و...)
			۰/۴۱۷		تماشای فیلم و سریال‌های ماهواره‌ای
			۰/۷۳۶		سرگرمی با کامپیوتر و اینترنت (عضویت و گفتگو در شبکه‌های اجتماعی، پرسه زدن در فضاهای مجازی، چت کردن و...)
			۰/۶۹۶		انجام بازی‌های رایانه‌ای، موبایلی و آنلاین
			۰/۷۴۱		عضویت و فعالیت در شبکه‌های اجتماعی اینترنتی (فیس‌بوک، کلوب و...)
			۰/۵۱۳		سر زدن به سایت‌های اینترنتی (خبری، علمی، سیاسی و...)
			۰/۷۵۲		دانلود بازی، فیلم، موسیقی و عکس از اینترنت
			۰/۵۷۲		تماشای برنامه‌های مد و فشن
			۰/۷۴۴		استفاده از فناوری‌های جدید تلفن همراه (واتس‌آپ، وایبر، تلگرام و...)
			۰/۸۴۱		
sig=۰/۰۰۰	df=۲۳۱	۲۴۲۷/۵۶		جهت درست بودن تفکیک عامل‌ها آزمون Bartlett	
۰/۸۵۵			ضریب آلفا کرانباخ کل مقیاس سبک زندگی فراغتی		
۳۴/۴۲			جمع کل واریانس تبیین شده شادمانی توسط دو عامل		

نتایج تحلیل عاملی سبک زندگی فراغتی در جدول ۴ خلاصه شده است. براساس نتایج به دست آمده مقدار KMO برای کل ابعاد سازه سبک زندگی فراغتی ۰/۸۴۱، که بیانگر کفایت اندازه نمونه است. به علاوه شاخص مجذور کای برای آزمون کرویت بارتلت،  $P < ۰/۰۰۰$  است که به لحاظ آماری معنی دار است و نشان می دهد بین متغیرها همبستگی وجود دارد. تحلیل عاملی مورد نظر از نوع تأییدی است. در مقیاس سبک زندگی فراغتی عاملها (سنتی، مدرن)، در مجموع ۳۴/۴۲ درصد از واریانس سبک زندگی فراغتی را تبیین می کنند. به طوری که بعد سنتی ۱۱/۴۸ درصد و بعد مدرن ۲۲/۹۴ درصد از واریانس سبک زندگی فراغتی را تعیین می کنند. مقدار آماره آلفای کرونباخ برای مقیاس سبک زندگی فراغتی در جدول ۲ نشان داده شده است. پایایی هر یک از ابعاد محاسبه شده که برای کل سبک زندگی فراغتی ۰/۸۵۵، سبک زندگی فراغتی سنتی ۰/۷۱۰ و سبک زندگی فراغتی مدرن ۰/۸۳۸ می باشد.

۱۹۱

جدول ۵: تحلیل عاملی مقیاس سبک زندگی دینی (مجموع ابعاد)

مقدار آلفا	واریانس تبیین شده	مقدار ویژه	وزن عامل	نوع عامل	سازه‌ها
۰/۸۰۶	۵۰/۸۶	۴	۰/۸۶۵	سبک زندگی دینی فردگرایانه	تماشای برنامه‌های مذهبی از تلویزیون
			۰/۷۰۶		انجام فعالیت‌های مذهبی در خانه به صورت فردی (قرآن خواندن، دعا خواندن، نماز خواندن، نماز شب، روزه گرفتن و...)
			۰/۸۳۱		گوش دادن به برنامه‌های مذهبی رادیو و سخنرانی‌ها
۰/۷۹۹	۱۱/۹۳	۰/۹۵۵	۰/۷۵۵	سبک زندگی دینی جمع‌گرایانه	کمک به نیازمندان مانند (دادن صدقه، زکات و...)
			۰/۷۴۷		حضور در مکان‌های زیارتی (امامزاده‌ها) و زیارت اهل قبور
			۰/۵۹۱		شرکت در نمازهای جماعت مسجد محله و مدرسه و نماز جمعه
			۰/۵۱۵		شرکت در جلسه دعا یا قرآن و یا سفره‌های مذهبی
			۰/۶۴۱		شرکت در مراسم سوگواری و روضه ایام محرم و رمضان
۰/۸۶۱			جهت متناسب بودن اندازه نمونه آزمون KMO		
sig = /۰۰۰	df = ۲۸	۱۲۷۹/۵۲۰		جهت درست بودن تفکیک عامل‌ها آزمون Bartlett	
۰/۸۴۷			ضریب آلفا کرانباخ کل مقیاس سبک زندگی دینی		
۶۲/۷۹			جمع کل واریانس تبیین شده شادمانی توسط دو عامل		

نتایج تحلیل عاملی سبک زندگی دینی در جدول ۵ خلاصه شده است. براساس نتایج به دست آمده مقدار KMO برای کل ابعاد سازه سبک زندگی دینی ۰/۸۴۷، که

بیانگر کفایت اندازه نمونه است. به علاوه شاخص مجذور کای برای آزمون کرویت بارتلت،  $P < 0/000$  است که به لحاظ آماری معنی دار است و نشان می‌دهد بین متغیرها همبستگی وجود دارد. تحلیل عاملی مورد نظر از نوع تأییدی است. در مقیاس سبک زندگی دینی عامل‌ها (فردگرایانه، جمع‌گرایانه)، در مجموع ۶۲/۷۹ درصد از واریانس سبک زندگی دینی را تبیین می‌کنند. به طوری که بعد فردگرایانه ۵۰/۸۶ و بعد جمع‌گرایانه ۱۱/۹۳ از واریانس سبک زندگی دینی را تعیین می‌کنند. مقدار آماری آلفای کرونباخ برای مقیاس سبک زندگی دینی در جدول ۲ نشان داده شده است. پایایی هر یک از ابعاد محاسبه شده که برای کل سبک زندگی دینی ۰/۸۴۷، سبک زندگی دینی فردگرایانه ۰/۸۰۶ و سبک زندگی دینی جمع‌گرایانه ۰/۷۹۹ می‌باشد.

۱۹۲

### تعریف متغیرها

**شادمانی:** متغیر وابسته این تحقیق، شادمانی می‌باشد که در واقع حاصل جمع متغیر شادمانی احساسی، شادمانی اجتماعی و شادمانی شناختی است. شادی را می‌توان رضایتمندی اجتماعی، روانی و جسمانی و یا رضایتمندی از جریان‌های زندگی تعریف کرد. (لو، ۲۰۰۱) وینهون (۱۹۸۸) جامع‌ترین و در عین حال عملیاتی‌ترین تعریف را از شادمانی ارائه می‌دهد. به نظر او، شادمانی به قضاوت فرد از درجه یا میزان مطلوبیت کیفیت کل زندگی‌اش اطلاق می‌گردد.

**سبک زندگی فراغتی:** مجموعه‌ای از اشتغالات است که افراد، آن را پس از آزاد شدن از الزامات شغلی، خانوادگی، اجتماعی و درسی به منظور استراحت، تفریح، توسعه اطلاعات، آموزش غیرانتفاعی و مشارکت اجتماعی به کار می‌برند. (فکوهی، ۱۳۸۲)

سبک زندگی دینی: بوردیو بر این باور است که سبک زندگی شامل اعمال طبقه‌بندی شده و طبقه‌بندی‌کننده فرد در عرصه‌هایی چون تقسیم ساعات شبانه‌روز، نوع تفریحات و ورزش، شیوه‌های معاشرت، آداب سخن گفتن، راه رفتن، نوع پوشش، نوع خوراک و... محسوب می‌شود. (بوردیو، ۱۳۸۴) سبک زندگی دینی مجموعه‌ای است از رفتارهای منبعث از دین که در زندگی روزمره نمود پیدا می‌کند. به عبارت دیگر عموم ادیان دارای نظام معنایی، آموزه‌ها، نهادها و ساختارهایی هستند که پیروان‌شان را در ایجاد سبک زندگی مبتنی بر آنها توانمند می‌کنند. این گونه سبک زندگی ناشی از فرهنگ دینی را می‌توان سبک زندگی دینی نامید. (مهدوی کنی، ۱۳۸۷: ۱۸۷)

## یافته‌های توصیفی

براساس نتایج توصیفی متغیرهای جمعیتی، از مجموع ۴۰۰ پاسخگو، میانگین سنی ۱۶/۷۵ سال و میانگین شادمانی در بین دختران ۸۹/۱۱ درصد و در بین پسران ۹۰ درصد است. میانگین شادمانی در بین دانش‌آموزان پایه اول ۹۵/۴۰ درصد، پایه دوم ۹۱/۰۵ درصد، سوم ۸۵/۶۶ درصد و چهارم ۸۷/۱۱ درصد می‌باشد. میانگین شادمانی در بین دانش‌آموزان دبیرستان‌های غیردولتی ۹۲/۹۳ درصد و دبیرستان‌های دولتی ۸۸/۸۲ درصد، می‌باشد. میانگین شادمانی افرادی که تحصیلات پدران آنها فوق‌لیسانس و دکتری می‌باشد به ترتیب ۹۴/۵۰ درصد و ۹۳/۷۵ درصد می‌باشد. پایین‌ترین میانگین شادی ۸۲/۱۴ درصد مربوط به دانش‌آموزانی است که پدران‌شان بی‌سوادند همچنین میانگین شادمانی افرادی که تحصیلات مادرشان فوق‌لیسانس و لیسانس می‌باشد به ترتیب ۹۵/۲۲ درصد و ۹۱/۳۲ درصد است. در آخر پایین‌ترین میانگین شادی ۸۱ درصد مربوط به دانش‌آموزانی است که مادرشان بی‌سوادند. میانگین شادمانی در بین دانش‌آموزان با پدران دارای شغل دولتی ۸۹/۹۰ درصد و غیردولتی ۸۹/۴۰ درصد می‌باشد. همچنین میانگین شادمانی در بین دانش‌آموزان با مادران دارای شغل خانه‌داری ۸۸/۳۹ درصد و شاغل ۹۴/۱۴ درصد می‌باشد. میانگین درآمد ماهیانه خانواده‌ها ۲۲۶۴۲۰۰ هزار تومان است.

میانگین شادمانی در بین دانش‌آموزان طبقات بالا ۹۷/۲۴ درصد، طبقات متوسط ۸۶/۵۵ درصد و طبقات پایین ۷۴/۵۵ درصد است. اما براساس نتایج توصیفی سازه‌های تحقیق، میانگین شادمانی اجتماعی برابر با ۸۹/۱۳ درصد، سبک زندگی فراغتی ۷۳/۵۰ درصد و سبک زندگی دینی برابر با ۲۲/۹۳ درصد است.

۱۹۳

جدول ۶: میانگین شادمانی متغیر وابسته و متغیرهای مستقل

متغیر	میانگین شادمانی
شادمانی (مجموع ابعاد)	۸۹/۵۸
بعد شادمانی احساسی	۲۳/۳۸
بعد شادمانی اجتماعی	۲۲/۵۲
بعد شادمانی شناختی	۳۱/۷۶
سبک زندگی فراغتی (کل)	۷۳/۴۳
سبک زندگی فراغتی (بعد سنتی)	۲۳/۳۸

متغیر	میانگین شادمانی
سبک زندگی فراغتی (بعد مدرن)	۳۳/۶۰
سبک زندگی دینی (کل)	۲۲/۹۵
سبک زندگی دینی (بعد فردی)	۷۰/۷۱
سبک زندگی دینی (بعد جمعی)	۱۵/۲۴

جدول ۷: توزیع درصدی و طبقه‌بندی پاسخگویان بر حسب متغیر وابسته و ابعاد آن

متغیر وابسته و ابعاد آن	پایین	متوسط	بالا	جمع کل	انحراف معیار	میانگین از ۱ تا ۵
شادمانی اجتماعی	۲۲/۶۴	۲۸/۱۷	۴۹/۲۱	۱۰۰	۲/۵۰	۳/۴۴
بعد احساسی	۳۱/۰۵	۲۸/۱۷	۴۰/۷۴	۱۰۰	۲/۰۲	۳/۲۰
بعد شناختی	۱۸/۶۶	۲۹/۳۱	۵۲/۱۵	۱۰۰	۱/۰۹	۳/۵۲
بعد اجتماعی	۱۳/۲۳	۲۶/۴۳	۶۰/۳۴	۱۰۰	۵/۵۳	۳/۷۴

۱۹۴

بر اساس نتایج جدول ۷ میزان شادمانی اجتماعی در بین ۲۲/۶۴ درصد از دانش‌آموزان در حد پایین، ۲۸/۱۷ درصد در حد متوسط و ۴۹/۲۱ درصد در حد بالا بوده است. شادمانی اجتماعی به سه بعد احساسی، شناختی و اجتماعی تقسیم شده است که نتایج آن در جدول قابل مشاهده است. میزان شادمانی احساسی در بین ۳۱/۰۵ درصد از دانش‌آموزان در حد پایین، ۲۸/۱۷ درصد در حد متوسط و ۴۰/۷۴ درصد در حد بالا بوده است. میزان شادمانی شناختی در بین ۱۸/۶۶ درصد از دانش‌آموزان در حد پایین، ۲۹/۳۱ درصد در حد متوسط و ۵۲/۱۵ درصد در حد بالا بوده است. اما میزان شادمانی اجتماعی در بین ۱۳/۲۳ درصد از دانش‌آموزان در حد پایین، ۲۶/۴۳ درصد در حد متوسط و ۶۰/۳۴ درصد در حد بالا بوده است.

جدول ۸: توزیع درصدی پاسخگویان بر حسب برخی متغیرهای مستقل و شادمانی اجتماعی

متغیرهای مستقل	پایین	متوسط	بالا	جمع کل	انحراف معیار	میانگین از ۱ تا ۵
سبک زندگی فراغتی	۵۰/۶۶	۱۹/۷۷	۲۹/۶۸	۱۰۰	۱/۳۰	۲/۶۱
سبک زندگی فراغتی سنتی	۵۰/۳۷	۲۰/۹۷	۲۶/۸۸	۱۰۰	۱/۲۱	۲/۵۹
سبک زندگی فراغتی مدرن	۴۷/۱۵	۱۸/۶	۳۵/۵۵	۱۰۰	۱/۴۱	۲/۷۹
سبک زندگی دینی	۳۸/۸۹	۳۱/۲۳	۲۹/۹۸	۱۰۰	۱/۱۹	۲/۶۱



متغیرهای مستقل	پایین	متوسط	بالا	جمع کل	انحراف معیار	میانگین از ۱ تا ۵
سبک زندگی دینی فردگرایانه	۴۹/۶۳	۲۸/۷۶	۲۱/۷۳	۱۰۰	۱/۲۰	۲/۵۶
سبک زندگی دینی جمع‌گرایانه	۳۲/۴۶	۳۲/۷۲	۳۴/۹۲	۱۰۰	۱/۱۹	۲/۶۴
طبقه	تعداد	انحراف معیار	میانگین شادمانی			
بالا	۶۲	۱۲/۲۲	۹۷/۲۴			
متوسط	۳۲۹	۱۲/۷۱	۸۶/۵۵			
پایین	۹	۱۶/۵۶	۷۴/۵۵			
جنسیت	تعداد	انحراف معیار	میانگین شادمانی			
دختر	۱۸۹	۲۱/۴۱	۸۹/۱۱			
پسر	۲۱۱	۱۳/۵۷	۹۰			

۱۹۵

براساس نتایج جدول ۸ میزان سبک زندگی فراغتی در بین ۵۰/۶۶ درصد از دانش‌آموزان در حد پایین، ۱۹/۷۷ درصد در حد متوسط و ۲۹/۶۸ درصد در حد بالا بوده است. سبک زندگی فراغتی به دو بعد سنتی و مدرن تقسیم شده است که نتایج آن در جدول قابل مشاهده است. میزان سبک زندگی دینی در بین ۳۸/۸۹ درصد از دانش‌آموزان در حد پایین، ۳۱/۲۳ درصد در حد متوسط و ۲۹/۹۸ درصد در حد بالا بوده است. سبک زندگی دینی به دو بعد فردگرایانه و جمع‌گرایانه تقسیم شده است که نتایج آن در جدول قابل مشاهده است. نتایج جدول نشان می‌دهد که میانگین شادمانی در طبقه اجتماعی بالا ۹۷/۲۴ درصد، طبقه متوسط ۸۶/۵۵ درصد و در بین طبقات پایین ۷۴/۵۵ درصد می‌باشد. همچنین میانگین شادمانی در بین پسران ۹۰ درصد و دختران ۸۹/۱۱ درصد می‌باشد.

### یافته‌های تحلیلی

#### رابطه بین سبک زندگی فراغتی و شادمانی اجتماعی

براساس نتایج جدول ۹، رابطه بین سبک زندگی فراغتی (کل) و شادمانی اجتماعی (کل) معنادار است. همچنین بررسی ابعاد شادمانی (احساسی، اجتماعی، شناختی) با ابعاد سبک زندگی فراغتی (سنتی، مدرن) نیز نشان می‌دهد، تنها رابطه بین شادمانی احساسی و سبک زندگی فراغتی مدرن، معنادار نیست.

جدول ۹: بررسی ارتباط بین سبک زندگی فراغتی و شادمانی اجتماعی

Sig	مقدار t	Sig	مقدار f	ضریب تعیین	ضریب همبستگی	میانگین	متغیرها
.۰/۰۰۰	۴/۹۲۲	.۰/۰۰۰	۲۴/۲۲۸	.۰/۰۵۷	.۰/۲۴۰	۷۳/۴۳	سبک زندگی فراغتی (کل)
						۸۹/۵۸	شادمانی اجتماعی (کل)
.۰/۰۰۸	۲/۶۶۳	.۰/۰۰۸	۷/۰۹۴	.۰/۰۱۸	.۰/۱۳۲	۳۵/۳۰	سبک زندگی فراغتی سنتی
						۲۳/۳۸	شادمانی احساسی
.۰/۰۰۰	۷/۰۵۹	.۰/۰۰۰	۴۹/۸۲۴	.۰/۱۱۱	.۰/۳۳۴	۲۳/۳۸	سبک زندگی فراغتی سنتی
						۲۲/۵۲	شادمانی اجتماعی
.۰/۰۰۰	۷/۸۴۶	.۰/۰۰۰	۶۱/۵۶۶	.۰/۱۳۴	.۰/۳۶۶	۲۳/۳۸	سبک زندگی فراغتی سنتی
						۳۱/۷۶	شادمانی شناختی
.۰/۸۸۱	-۱/۱۵۰	.۰/۸۸۱	.۰/۰۲۲	.۰/۰۰۰	.۰/۰۰۸	۳۳/۶۰	سبک زندگی فراغتی مدرن
						۳۵/۳۰	شادمانی احساسی
.۰/۰۰۰	۴/۶۴۵	.۰/۰۰۰	۲۱/۵۷۸	.۰/۰۵۱	.۰/۲۲۷	۳۳/۶۰	سبک زندگی فراغتی مدرن
						۲۲/۵۲	شادمانی اجتماعی
.۰/۰۰۶	۲/۷۵۳	.۰/۰۰۶	۷/۵۸۰	.۰/۰۱۹	.۰/۱۳۷	۳۳/۶۰	سبک زندگی فراغتی مدرن
						۳۱/۷۶	شادمانی شناختی

۱۹۶

رابطه بین سبک زندگی دینی و شادمانی اجتماعی

براساس نتایج جدول ۱۰، رابطه بین اوقات فراغت (کل) و شادمانی اجتماعی (کل) معنادار است. همچنین رابطه سبک زندگی دینی جمع‌گرایانه با همه ابعاد شادمانی اجتماعی معنی‌دار است، اما رابطه سبک زندگی دینی فردگرایانه با ابعاد شادمانی معنادار نیست.

جدول ۱۰: بررسی ارتباط بین سبک زندگی دینی و شادمانی اجتماعی

Sig	مقدار t	Sig	مقدار f	ضریب تعیین	ضریب همبستگی	میانگین	متغیرها
.۰/۰۰۱	۳/۴۲۷	.۰/۰۰۱	۱۱/۷۴۷	.۰/۰۲۹	.۰/۱۶۹	۲۲/۹۵	سبک زندگی دینی (کل)
						۸۹/۵۸	شادمانی اجتماعی (کل)
.۰/۰۹۰	۱/۷۰۰	.۰/۰۹۰	۲/۸۹۲	.۰/۰۰۷	.۰/۰۸۵	۷/۷۱	سبک زندگی دینی فردگرایانه
						۳۵/۳۰	شادمانی احساسی

Sig	مقدار t	Sig	مقدار f	ضریب تعیین	ضریب همبستگی	میانگین	متغیرها
۰/۳۹۴	۰/۸۵۴	۰/۳۹۴	۰/۷۲۹	۰/۰۰۲	۰/۰۴۳	۷۰/۷۱	سبک زندگی دینی فردگرایانه
						۳۲/۵۲	شادمانی اجتماعی
۰/۲۶۱	۱/۱۲۵	۰/۲۶۱	۱/۲۶۵	۰/۰۰۳	۰/۰۵۶	۷۰/۷۱	سبک زندگی دینی فردگرایانه
						۳۱/۷۶	شادمانی شناختی
۰/۰۰۵	۲/۷۹۳	۰/۰۰۵	۷/۸۰۱	۰/۰۱۹	۰/۱۳۹	۱۵/۲۴	سبک زندگی دینی جمع‌گرایانه
						۳۵/۳۰	شادمانی احساسی
۰/۰۰۸	۲/۶۴۶	۰/۰۰۸	۷/۰۰۱	۰/۰۱۷	۰/۱۳۱	۱۵/۲۴	سبک زندگی دینی جمع‌گرایانه
						۳۲/۵۲	شادمانی اجتماعی
۰/۰۰۰	۳/۵۲۳	۰/۰۰۰	۱۲/۴۰۸	۰/۰۳۰	۰/۱۷۴	۱۵/۲۴	سبک زندگی دینی جمع‌گرایانه
						۳۱/۷۶	شادمانی شناختی

۱۹۷

### ارتباط متغیرهای جمعیتی و شادمانی اجتماعی دانش‌آموزان

بررسی ارتباط هشت متغیر سن، جنس، پایه تحصیلی، نوع مدرسه، تحصیلات والدین، شغل والدین، درآمد خانواده و طبقه اجتماعی با شادمانی اجتماعی دانش‌آموزان (مجموع ابعاد) که نتایج آن در جداول شماره ۱۱ و ۱۲ آمده، نشان می‌دهد رابطه سن، پایه تحصیلی، درآمد خانواده، طبقه اجتماعی با شادمانی اجتماعی دانش‌آموزان معنادار است و طی آن بالاترین میزان شادمانی متعلق به دانش‌آموزان پایه اول تحصیلی و پایین‌ترین مربوط به دانش‌آموزان سوم دبیرستان می‌باشد، همچنین افراد طبقه بالا میانگین شادمانی بیشتری دارند و افراد طبقه پایین کمترین میزان شادمانی را دارند.

جدول ۱۱: بررسی ارتباط بین سن و درآمد خانواده با شادمانی اجتماعی دانش‌آموزان (مجموع ابعاد)

Sig	مقدار t	Sig	مقدار f	ضریب تعیین	ضریب همبستگی	میانگین	متغیرهای جمعیت‌شناختی و ابعاد آن
۰/۰۰۳	-۲/۹۹۸	۰/۰۰۳	۸/۹۸۸	۰/۰۳۰	۰/۱۷۰	۸۹/۱۳	شادمانی (مجموع ابعاد)
						۱۶/۷۵	سن
۰/۰۰۰	۵/۵۵۶	۰/۰۰۰	۳۰/۸۸۶	۰/۰۷۲	۰/۲۶۹	۸۹/۰۲	شادمانی (مجموع ابعاد)
						۲۴۶۴۲۰۰	درآمد خانواده

جدول ۱۲: بررسی ارتباط بین جنسیت، نوع مدارس، شغل والدین، پایه تحصیلی، طبقه اجتماعی و تحصیلات والدین با شادمانی (مجموع ابعاد)

Sig	Df	t مقدار	میانگین شادمانی	تعداد	متغیرهای جمعیت‌شناختی و ابعاد آن	
۰/۶۱۵	۳۹۸	-۰/۵۰۳	۸۹/۱۱	۱۸۹	جنسیت	
			۹۰	۲۱۱	دختر	پسر
۰/۰۷۲	۳۹۸	۱/۸۰۶	۸۸/۸۲	۳۲۶	نوع مدارس	
			۹۲/۹۳	۷۴	دولتی	غیر دولتی
۰/۷۹۹	۳۹۸	۰/۲۵۵	۸۹/۹۰	۱۳۲	شغل پدر	
			۸۹/۴۲	۲۶۸	دولتی	غیردولتی
۰/۰۰۸	۳۹۸	-۲/۶۵۵	۸۸/۳۹	۳۱۷	شغل مادر	
			۹۴/۱۴	۸۳	خانه‌دار	شاغل
Sig	Df	f مقدار	میانگین شادمانی	تعداد		
۰/۰۰۰	۳	۶/۲۰۳	۹۵/۴۰	۹۳	پایه تحصیلی	
			۹۱/۰۵	۹۳	اول	دوم
			۸۵/۶۶	۱۰۳	سوم	پیش‌دانشگاهی
			۸۷/۱۱	۱۱	کل	
			۸۹/۵۸	۴۰۰		
۰/۰۰۰	۵	۹/۶۲۹	۹۷/۲۴	۶۲	طبقه اجتماعی	
			۸۶/۵۵	۳۲۹	بالا	متوسط
			۷۴/۵۵	۹	پایین	کل
			۸۹/۵۸	۴۰۰		
۰/۳۰۵	۷	۱/۱۹۴	۸۲/۱۴	۲۱	تحصیلات پدر	
			۸۹/۱۵	۲۹۰	بی‌سواد	دیپلم و زیر دیپلم
			۹۰/۳۶	۷۵	فوق دیپلم و لیسانس	فوق لیسانس و دکتری
			۱۴/۷۷	۱۴	کل	
			۸۹/۵۸	۴۰۰		
۰/۱۹۱	۷	۱/۴۳۲	۸۱	۶	تحصیلات مادر	
			۸۸/۲۴	۲۴۴	بی‌سواد	دیپلم و زیر دیپلم
			۹۰/۴۳	۱۱۸	فوق دیپلم و لیسانس	فوق لیسانس و دکتری
			۹۷/۶۶	۳۲	کل	
			۸۹/۵۸	۴۰۰		

تبیین شادمانی اجتماعی بر حسب مجموع متغیرهای مستقل (به روش گام به گام) همان‌طور که در جدول ۱۳ مشاهده می‌شود، براساس نتایج جدول، قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده شادمانی اجتماعی (کل) سبک زندگی فراغتی سنتی است. این متغیر به‌تنهایی ۰/۰۹۹ از واریانس شادمانی اجتماعی را تعیین می‌کند. در مرحله دوم با ورود درآمد خانواده به مدل، ضریب تعیین به ۰/۱۲۷ می‌رسد که نشان می‌دهد درآمد خانواده ۰/۰۲۸ به قدرت پیش‌بینی افزوده است. در مرحله سوم با اضافه شدن پایه تحصیلی به مدل، ضریب تعیین به ۰/۱۵۲ رسیده است، به عبارت دیگر این متغیر ۰/۰۲۵ به قدرت پیش‌بینی افزوده است. در مرحله چهارم با اضافه شدن سبک زندگی دینی جمع‌گرایانه به مدل ضریب تعیین به ۰/۱۶۴ رسیده است. به عبارت دیگر با ورود این متغیر ۰/۰۱۲ به قدرت پیش‌بینی افزوده است. در مرحله پنجم با اضافه شدن طبقه اجتماعی بالا به مدل ضریب تعیین به ۰/۱۷۲ رسیده است. به عبارت دیگر با ورود این متغیر ۰/۰۰۸ به قدرت پیش‌بینی افزوده است. با این تفصیل پنج متغیر سبک زندگی فراغتی سنتی، درآمد خانواده، پایه تحصیلی، سبک زندگی دینی جمع‌گرایانه و طبقه اجتماعی بالا به ترتیب قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده‌های شادمانی اجتماعی (مجموع ابعاد) هستند و قادرند ۰/۱۷۲ از تغییرات شادمانی اجتماعی (کل) را تبیین کنند.

۱۹۹

جدول ۱۳: تبیین شادمانی اجتماعی (کل) بر حسب مجموع متغیرهای مستقل

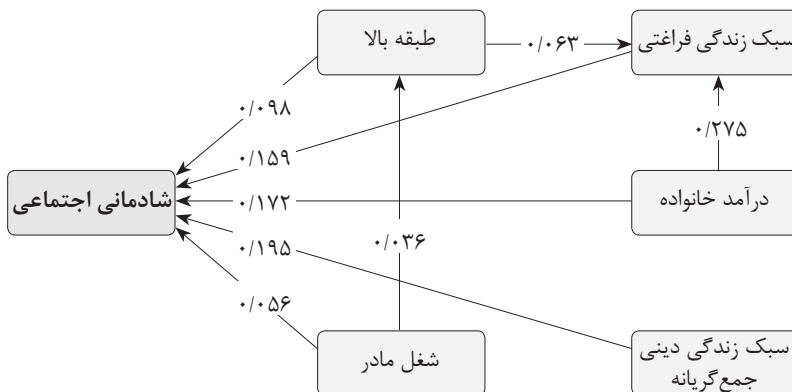
مرحله	پیش‌بینی‌کننده‌ها	B	Beta	مقدار t	Sig	R	R <sup>۲</sup>	f	Sig
اول	سبک زندگی فراغتی سنتی	۰/۹۲۳	۰/۳۱۴	۶/۵۹۰	۰/۰۰۰	۰/۳۱۴	۰/۰۹۹	۴۳/۴۲۴	۰/۰۰۰
دوم	سبک زندگی فراغتی سنتی	۰/۸۲۵	۰/۲۸۱	۵/۸۵۳	۰/۰۰۰	۰/۳۵۶	۰/۱۲۷	۲۸/۶۱۹	۰/۰۰۰
	درآمد خانواده	۱/۸۲۶	۰/۱۷۰	۳/۵۴۲	۰/۰۰۰				
سوم	سبک زندگی فراغتی سنتی	۰/۷۹۹	۰/۲۷۲	۵/۷۳۵	۰/۰۰۰	۰/۳۹۰	۰/۱۵۲	۲۳/۵۱۳	۰/۰۰۰
	درآمد خانواده	۱/۷۴۶	۰/۱۶۲	۳/۴۲۹	۰/۰۰۱				
	پایه تحصیلی	-۲/۵۱۶	-۰/۱۵۹	-۳/۴۲۷	۰/۰۰۱				

Sig	f	R'	R	Sig	مقدار t	Beta	B	پیش‌بینی‌کننده‌ها	مرحله
۰/۰۰۰	۱۹/۲۸۵	۰/۱۶۴	۰/۴۰۵	۰/۰۰۰	۴/۵۸۸	۰/۲۳۰	۰/۶۷۷	سبک زندگی فراغتی سنتی	چهارم
				۰/۰۰۰	۳/۷۳۶	۰/۱۷۸	۱/۹۰۸	درآمد خانواده	
				۰/۰۰۱	-۳/۲۶۵	-۰/۱۵۱	-۲/۳۸۹	پایه تحصیلی	
				۰/۰۱۷	۲/۳۹۸	۰/۱۱۸	۰/۴۷۰	سبک زندگی دینی جمعی	
۰/۰۰۰	۱۶/۳۲۲	۰/۱۷۲	۰/۴۱۵	۰/۰۰۰	۴/۴۶۷	۰/۲۲۴	۰/۶۵۸	سبک زندگی فراغتی سنتی	پنجم
				۰/۰۰۰	۳/۵۶۹	۰/۱۷۰	۱/۸۲۲	درآمد خانواده	
				۰/۰۰۱	-۳/۳۳۵	-۰/۱۵۴	-۲/۴۳۳	پایه تحصیلی	
				۰/۰۱۲	۲/۵۲۴	۰/۱۲۴	۰/۴۹۴	سبک زندگی دینی جمعی	
				۰/۰۴۹	۱/۹۷۵	۰/۰۹۲	۹/۴۷۷	طبقه اجتماعی بالا	

۲۰۰

### تحلیل مسیر

به‌منظور تعیین تأثیرات مستقیم و غیر مستقیم متغیرهای مستقل بر شادمانی اجتماعی (کل) از تحلیل مسیر استفاده شده است که نتایج آن به شرح نمودار زیر است.



شکل ۳: تحلیل مسیر شادمانی اجتماعی

جدول ۱۴: مجموع تأثیرات مستقیم و غیرمستقیم متغیرهای مستقل بر متغیر وابسته

جمع اثر مستقیم و غیرمستقیم	اثر غیرمستقیم		اثر مستقیم		متغیر مستقل
	سطح معنی داری	ضریب بتا	سطح معنی داری	ضریب بتا	
۰/۱۵۹	-	-	۰/۰۰۱	۰/۱۵۹	سبک زندگی فراغتی
۰/۱۹۵	-	-	۰/۰۰۰	۰/۱۹۵	سبک زندگی دینی
۰/۰۵۷	۰/۹۵۴	۰/۰۰۱	۰/۲۶۲	۰/۰۵۶	شغل مادر
۰/۱۰۸	۰/۲۱۴	۰/۰۱	۰/۰۳۸	۰/۰۹۸	طبقه اجتماعی بالا
۰/۱۷۲	-	-	۰/۰۰۱	۰/۱۷۲	درآمد خانواده
اثر کلی: ۰/۶۹۱					
F=۱۰/۹۸۲	R <sup>2</sup> =۰/۱۷۰	R=۰/۴۱۰	Sig=۰/۰۰۰		

۲۰۱

براساس نتایج جدول ۱۴ سبک زندگی فراغتی، سبک زندگی دینی، درآمد خانواده فقط به صورت مستقیم بر شادمانی دانش آموزان تأثیر دارند و مقدار آن برای سبک زندگی فراغتی ۰/۱۵۹، سبک زندگی دینی ۰/۱۹۵ و درآمد خانواده ۰/۱۷۲ می باشد. اما تأثیر طبقه بالا بر شادمانی به صورت مستقیم ۰/۰۹۸ و به صورت غیرمستقیم ۰/۰۱ است. تأثیر شغل مادر بر شادمانی به صورت مستقیم ۰/۰۵۶ و به صورت غیرمستقیم ۰/۰۰۱ است.

### نتیجه گیری

براساس یافته های تحقیق، میانگین شادمانی اجتماعی (مجموع ابعاد) در بین دانش آموزان بر روی مقیاسی با دامنه ۱۳۰-۲۶ و میانگین واقعی ۷۸ برابر با ۸۹/۱۳ درصد است. این یافته با نتایج پژوهش جعفری و همکاران (۱۳۸۷) انطباق دارد و آن را تأیید می کند. به علاوه شادمانی احساسی دانش آموزان بر روی مقیاسی با دامنه ۵۵-۱۱ برابر با ۳۴/۸۴ درصد، شادمانی اجتماعی بر روی مقیاسی با دامنه ۳۰-۶ برابر با ۲۲/۵۸ درصد و شادمانی شناختی بر روی مقیاسی با دامنه ۹-۱ برابر با ۳۱/۷۶ درصد است. این امر بیانگر این است که میانگین شادمانی اجتماعی در بین دانش آموزان و همه ابعاد آن در سطح متوسط رو به بالا است که حتی از میانگین شادمانی دانش آموزان در پژوهش نوحی دهنوی و همکاران (۱۳۸۳) و علی پور و نوربالا (۱۳۷۸) بالاتر است.

نتایج استنباطی حاکی از آن بود که، با افزایش اوقات فراغت، شادمانی دانش آموزان

افزایش می‌یابد. این یافته، با نتایج پژوهش آرگایل (۲۰۰۱)، بندورا (۱۹۷۷)، زاگرن (۱۹۷۹)، کروثر<sup>۱</sup> (۲۰۰۸)، گرمیلین (۲۰۰۳)، تالبوت (۲۰۰۳)، زرنیک<sup>۲</sup> (۲۰۰۱)، دریکوندی (۱۳۸۱)، راینسون (۲۰۰۳)، لی کن (۱۹۹۹)، اصول شادمانی فوردایس (۱۹۹۷)، گنجی و همکاران (۱۳۸۷) که معتقدند فعالیت‌های اوقات فراغت شادی بخش است انطباق دارد و آنها را تأیید می‌کند.

از سوی دیگر، این یافته تحقیق با چارچوب تئوریک تحقیق همسو می‌باشد و نظریه آرگایل را تأیید می‌کند. آرگایل معتقد است فعالیت‌های اوقات فراغت از جمله شرکت در برنامه‌های مذهبی، ورزش و ارتباط اجتماعی بر شادمانی تأثیر مثبت دارد. (آرگایل، ۲۰۰۱) به عبارت دیگر داشتن روابط رضایت بخش در فعالیت‌های اوقات فراغت عامل مهمی در سرزندگی و شادکامی دانش‌آموزان است. مطالعات برادبورن (۱۹۶۵) نیز نشان می‌دهد توانایی ایجاد روابط صمیمانه با دیگران و ایفای مناسب نقش‌های واقعی خود در قبال مردم، همسر، والدین، فرزندان، خویشاوندان، دوستان، همسایگان و همکاران از منابع اصلی رضایت از زندگی و شادی‌اند. دولان<sup>۳</sup> و همکاران (۲۰۰۸) نیز نشان داده‌اند که در آمیختن با مردم و ارتباطات اجتماعی با شادی رابطه دارد. به‌زعم وینهوون و کالمیجن (۲۰۰۵) روابط اجتماعی بر شادی تأثیر دارد. بدین ترتیب، می‌توان گفت روابط اجتماعی و روابط گروهی، سرچشمه‌ای برای شادی و شادکامی است. هنگامی که افراد منافع مشترک پیدا می‌کنند و متحد می‌شوند، نه تنها به دلیل دفاع از آن منافع، بلکه به دلیل نفس اتحاد با یکدیگر از لذت همدلی و یگانگی با دیگران بهره‌مند می‌شوند و احساس شادمانی و رضایت از زندگی در، آنها به‌وجود می‌آید. (خوش‌فر و دیگران، ۱۳۹۰)

همچنین نتایج حاکی از آن است که سبک زندگی دینی جمعی و مجموع سبک‌های زندگی دینی با شادمانی دانش‌آموزان رابطه مستقیم و مثبت دارد. این یافته با نتایج پژوهش مایرز (۲۰۰۰)، گرلی (۱۹۷۵)، کالدور (۱۹۹۴)، های (۱۹۸۲)، کشاورز و وفائیان (۱۳۸۶)، حیدری‌رفعت و عنایتی نوین‌فر (۱۳۸۹)، بیرد و همکاران (۲۰۰۰)، بارون (۲۰۰۶)، هانا و مارسی (۱۹۸۷)، هالمان و همکاران (۱۹۸۷)، کیم و همکاران (۲۰۰۴)، قمری (۱۳۸۹) و بیرامی و همکاران (۱۳۸۸)، انطباق دارد و آنها را تأیید می‌کند.

همچنین این یافته با نظریه دور کیم که چارچوب نظری تحقیق را تشکیل می‌دهد

1. Crowther  
2. Zernike  
3. Dolan



و معتقد است شرکت در یک اجتماع دینی یا مشارکت‌های دینی باعث شادی افراد می‌شود، همخوانی دارد. به‌زعم دورکیم، روابط و همبستگی اجتماعی که از طریق عضویت داوطلبانه در انجمن‌ها و مؤسسات و عضویت در یک مجمع مذهبی یا مشارکت‌های مذهبی به‌دست می‌آید، بر احساس شادی افراد اثر می‌گذارد. باورهای مذهبی با تبیین همه‌جانبه‌ای که از حیات و مجموعه هستی برای دینداران فراهم می‌کنند و آرامش خاطری که برای معتقدان به‌همراه می‌آورند، بسیاری از احساسات منفی را از بین برده و روحیه نشاط و شادی را افزایش می‌دهند. آموزه‌های دینی با تأکید بر خواست و مشیت پروردگار، گذرا و فانی بودن زندگی و به‌تبع مشکلات، منع یأس و نومیدی و نسبت دادن آن به شیطان، امیدواری به رحمت و لطف خداوند و ده‌ها آموزه عملی دیگر، علاوه‌بر آنکه تحمل مشکلات را برای فرد مؤمن آسان می‌کنند، همواره او را به آینده امیدوار و خوشبین نگه داشته و از این طریق نشاط و شادکامی او را افزایش می‌دهند. اما باید توجه داشت که این تنها باورهای دینی نیستند، بلکه عضویت و فعالیت در یک اجتماعی مذهبی می‌تواند احساس رضایت‌بخش، مورد حمایت قرار گرفتن و حمایت کردن را ارتقا داده و منجر به افزایش شادکامی شود. این یافته از آن جهت مهم است که در تقابل با نظرات افرادی است که معتقدند دین و دینداری و مناسک دینی، یکی از عوامل افسردگی و دلمردگی افراد در جامعه ایران است. نکته مهم در این میان تمایز دو سبک زندگی دینی جمع‌گرایانه و فردگرایانه است، که سبک زندگی دینی فردگرایانه با شادمانی رابطه معناداری نداشته و این سبک زندگی جمع‌گرایانه که در قالب اجتماعات دینی سنتی تحقق می‌یابد شادکامی را ارتقا می‌دهد. لذا، تنها سرگرمی و تفریح نیست که شادکامی را ارتقا می‌دهد بلکه در اجتماع بودن، ارتباطات حمایتگر داشتن، داشتن معنای زندگی که در اجتماعات دینی می‌توان یافت نیز می‌تواند شادکامی را ارتقا دهد. تبیین شادمانی اجتماعی بر حسب مجموع متغیرهای مستقل نشان می‌دهد قوی‌ترین پیش‌بینی‌کننده شادمانی اجتماعی سبک زندگی فراغتی سنتی است و در مجموع پنج متغیر سبک زندگی فراغتی سنتی، درآمد خانواده، پایه تحصیلی، سبک زندگی دینی جمع‌گرایانه و طبقه اجتماعی بالا توانسته‌اند ۰/۱۷۲ از تغییرات شادمانی اجتماعی را تبیین کنند. گرچه هدف اصلی این مطالعه بررسی چگونگی و میزان رابطه متغیرهای خاص و مشخصی همچون سبک زندگی فراغتی و دینی با شادکامی اجتماعی بوده است، اما این یک واقعیت است که بخش قابل‌توجهی از واریانس متغیر وابسته را تبیین

نکرده‌اند. این نتیجه حاکی از آن است که مطالعاتی که با هدف ارائه مدلی برای تبیین حداکثری شادکامی در بین دانش‌آموزان انجام می‌شوند باید مجموعه گسترده‌تری از عوامل و مؤلفه‌ها را مد نظر قرار دهند. از یک‌سو، به نظر می‌رسد عوامل جامعه‌شناختی همچون سبک زندگی توان محدودی برای تبیین شادکامی که متغیری روانی - اجتماعی است دارند. بنابراین در نظر گرفتن متغیرهای دیگری همچون سرمایه و شبکه اجتماعی افراد، نوع ارتباطات و حمایت‌های دریافتی می‌تواند سطح تبیین را افزایش دهد. (هالر و هادلر، ۲۰۰۶) از سوی دیگر، غفلت از متغیرهای روان‌شناختی می‌تواند دلیلی برای میزان تبیین پایین شادکامی باشد. متغیرهایی همچون اعتماد به نفس، احساسات و نگرش مثبت که در تحقیقات قبلی (دریکوندی و دیگران، ۱۳۸۵: ۱۶) به آن اشاره شده است می‌تواند محققین را به این هدف نزدیک کند. از سوی دیگر، چون جامعه آماری مطالعه دانش‌آموزان بوده‌اند، گروهی که بخش قابل توجهی از وقت و دغدغه‌های آنها را مدرسه و مسائل آن به خود اختصاص می‌دهد، نقش متغیرهای محیط آموزشی همچون مدرسه شاد، کیفیت روابط با معلمان و مدیران آموزشی، کلاس‌های تمیز و نشاط‌آور، فعالیت‌های جمعی و ورزشی در قالب رویکرد مدرسه مثبت (باس، ۲۰۰۰ و سلیگمن و دیگران، ۲۰۰۹) باید مد نظر قرار گیرد.

ذکر این نکته نیز اهمیت دارد که تحقیقات کمی نظریه‌محور هستند و استفاده از نظریه در این نوع از مطالعات برای تبیین پدیده‌های اجتماعی زمانی از روایی بالایی برخوردار است که مؤلفه‌های آن نظریه در جامعه مورد مطالعه فعال باشد و بتواند کنش‌های اجتماعی را هدایت و رهگیری کند، در غیر این صورت توانایی بالایی در تبیین واریانس خصیصه مورد مطالعه در آن بستر اجتماعی نخواهد داشت. در چنین حالتی، مطالعات کیفی که بتواند فهم و درکی عمیق از آن پدیده اجتماعی (شادکامی) ارائه دهد و عوامل و دلایل پدیده‌های اجتماعی را آشکار سازد مورد نیاز است.

اگر بخواهیم راهکارهایی برای افزایش نشاط اجتماعی و شادمانی در بین دانش‌آموزان ارائه دهیم، در کلی‌ترین سطح باید به راهکارها و مکانیزم‌هایی اندیشید که دانش‌آموزان را درگیر فعالیت‌های جمعی فعالیت‌های تفریحی، آموزشی و مذهبی کند. برای این منظور، هر اقدامی که بتواند موجب افزایش سطح تعاملات اجتماعی دانش‌آموزان شود، مفید است. دامنه چنین اقداماتی می‌تواند از گسترش کاربری‌های تفریحی و فراغتی در سطح مدارس تا برگزاری انواع گردهمایی‌ها و جشن‌ها برای دانش‌آموزان در مناسبت‌های خاص

(اعیاد ملی و مذهبی، تولد ائمه معصوم<sup>(ع)</sup>، شب یلدا و...)، برگزاری نماز جماعت، مسابقات ورزشی، قرآن، نهج البلاغه و فعالیت‌های تفریحی عمومی و... در نوسان باشد. در راستای افزایش شادمانی دانش‌آموزان همچنین لازم است فعالیت‌های اوقات فراغت و فعالیت‌های دینی جمع‌گرایانه بیش از پیش مورد توجه قرار گیرد. دستگاه‌های فرهنگی جامعه همچون آموزش و پرورش، دانشگاه‌ها، رسانه‌های جمعی، شهرداری‌ها، مساجد و... می‌توانند با فراهم کردن سازوکارهای افزایش شادمانی در جامعه و مدارس، به رفع یا تسکین یکی از دغدغه‌های اساسی دانش‌آموزان پاسخ مثبت دهند.

با توجه به تأثیر سبک زندگی فراغتی سنتی (دید و بازدید با اقوام، دوستان و سفرهای تفریحی و زیارتی با خانواده و...) بر شادمانی، به نظر می‌رسد امروزه با فرسایش سرمایه اجتماعی که ناشی از کم شدن دید و بازدیدها و مراودات در بین خانواده‌ها، گروه‌های دوستی، همسالان و گروه‌های محله‌ای و ورزشی می‌باشد، در مدارس باید به این مهم توجه بیشتری شود و با برگزاری برنامه‌های مختلف ضمن تقویت تعاملات دانش‌آموزان زمینه‌های همبستگی و شادی آنان را فراهم کنند.

همچنین با توجه به تأثیر فعالیت‌های دینی جمع‌گرایانه بر شادمانی دانش‌آموزان، انجام مطالعاتی عمیق‌تر بین سبک‌های دینداری و شادمانی، اصلاح باورهای فرهنگی در مورد شادی کردن جوانان و به‌ویژه دانش‌آموزان پیشنهاد می‌شود.

## منابع

۱. آرگایل، میشل. (۱۳۸۲). **روان‌شناسی شادی**. مسعود گوهری‌انارکی؛ مهرداد کلانتری؛ فاطمه بهرامی؛ حمید نشاط دوست و محسن پالاهنگ، اصفهان: انتشارات جهاد دانشگاهی.
۲. آل‌یاسین، میترا. (۱۳۸۰). شادی و نشاط در محیط مدرسه. **نشریه تربیت**. شماره ۱.
۳. افضل‌پور، محمداسماعیل؛ محمود زرنگ و جعفر خوشبختی. (۱۳۸۶). ارزشیابی وضعیت اجرای درس تربیت بدنی پایه‌های اول و دوم مدارس ابتدایی استان خراسان جنوبی. **فصلنامه پژوهش در علوم ورزشی**. سال چهارم. شماره ۱۶.
۴. ایزدی، صمد؛ سهیلا هاشمی و لیلا برزمنی. (۱۳۹۱). بررسی عوامل مؤثر در شاداب‌سازی مدارس از دیدگاه دانش‌آموزان و اولیای مدرسه: با تأکید بر توسعه فرهنگی. **فصلنامه توسعه اجتماعی - فرهنگی**. دوره ۱. شماره ۱.
۵. اینگلهارت، رونالد. (۱۳۷۳). **تحول فرهنگی در جامعه پیشرفته صنعتی**. مریم وتر. تهران: انتشارات کویر.
۶. بیرامی، منصور؛ تورج هاشمی؛ پروانه علائی و وحیده عبدالهی. (۱۳۸۹). عوامل جمعیت‌شناختی، دینداری با تکیه بر اسلام و عملکرد خانواده در پیش‌بینی شادکامی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی دانشگاه تبریز. **تحقیقات علوم رفتاری**. دوره ۹. شماره ۱.
۷. بیرو، آلن. (۱۳۷۵). **فرهنگ علوم اجتماعی**. باقر ساروخانی. تهران: انتشارات کیهان.
۸. پورسعید، زهرا. (۱۳۹۳). **بررسی رابطه سرمایه اجتماعی و نشاط (مطالعه موردی: جوانان ۱۸-۲۹ سال شهر شیراز)**. پایان‌نامه کارشناسی ارشد جامعه‌شناسی دانشگاه شیراز.
۹. حیدری‌رفت، ابوذر و علی عنایتی نوری‌فر. (۱۳۸۹). رابطه بین نگرش دینی و شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه تربیت مدرس. **مجله روان‌شناسی و دین**. سال سوم. شماره چهارم.
۱۰. جهانگشت، خدیجه؛ شهلا اسیری؛ صدیقه پاک‌سرشت و احسان کاظم‌نژاد لیلی. (۱۳۹۵). فراوانی نشانه‌های افسردگی و عوامل مرتبط با آن در دانش‌آموزان. **پرستاری و مامایی جامع‌نگر**. سال ۲۵. شماره ۸۱.
۱۱. خبرگزاری ایرنا. (۱۳۹۶). **سراانه فضای ورزشی مدارس البرز پایین‌تر از میانگین کشوری**. تاریخ بازدید ۱۳۹۶/۹/۲۰ در وب‌سایت <http://www.irna.ir/fa/news/82660842>
۱۲. خوش‌فر، غلام‌رضا؛ حیدر جانعلیزاده؛ فاطمه اکبرزاده و حمید دهقانی. (۱۳۹۰). تأثیر سرمایه اجتماعی بر شادی جوانان شهر بابلسر. **فصلنامه علمی پژوهشی رفاه اجتماعی**. سال سیزدهم. شماره ۵۱.
۱۳. دریکوندی، هدایت‌اله. (۱۳۸۱). **بررسی عوامل نشاط‌انگیز در دانش‌آموزان مدارس راهنمایی شهر اصفهان از نظر مدیران و مربیان پرورشی**. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه اصفهان.
۱۴. دریکوندی، هدایت‌اله، ابراهیم میرشاه‌جعفری و محمدرضا عابدی. (۱۳۸۵). **بررسی عوامل**

روان‌شناختی، اجتماعی و اقتصادی مؤثر بر شادمانی دانش‌آموزان از نظر مدیران و مربیان پرورشی. ماهنامه دانشگاه شاهد. سال سیزدهم. شماره ۲۱.

۱۵. دورکیم، امیل. (۱۳۶۹). **تقسیم کار اجتماعی**. باقر پرهام. تهران: کتاب‌سرای بابل.

۱۶. دهشیری، غلامرضا؛ محمود نجفی؛ منصوره شیخی و مجتبی حبیبی عسگرآبادی. (۱۳۸۸). بررسی مقدماتی ویژگی‌های روان‌سنجی پرسشنامه افسردگی کودکان (CDI). **فصلنامه خانواده‌پژوهی**. دوره ۵. شماره ۱۸.

۱۷. ربانی، علی؛ رسول ربانی و محمد گنجی. (۱۳۹۰). رویکرد جامعه‌شناختی به احساس شادمانی سرپرستان خانوار در شهر اصفهان. **مجله مسائل اجتماعی ایران**. سال دوم. شماره ۱.

۱۸. ریاسی، حمیدرضا؛ مرضیه مقرب؛ مهنوش صالحی ابرقوئی؛ عمادالدین حسن‌زاده طاهری و محمدمهدی حسن‌زاده طاهری. (۱۳۹۱). مقایسه افسردگی دانش‌آموزان عادی و تیزهوش شهرستان بیرجند؛ مراقبت‌های نوین. **فصلنامه علمی - پژوهشی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند**. ۹(۲).

۱۹. صادقیان، غفت؛ مهناز مقدری‌کوشا و سمیرا گرجی. (۱۳۸۹). بررسی وضعیت سلامت روانی دانش‌آموزان دختر دبیرستانی شهر همدان در سال تحصیلی ۱۳۸۸-۱۳۸۷. **مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی همدان**. دوره هفدهم. شماره ۳.

۲۰. صباغیان، زهرا. (۱۳۸۴) مدرسه و تقویت نشاط و امید به زندگی. **ماهنامه پیوند**. شماره ۳۰۹ و ۳۱۰ و ۳۱۱.

۲۱. طاهریان، م. (۱۳۸۱). چرا شادی از جامعه رخت بر بسته است. **روزنامه اعتماد**. ۱۳۸۱/۱۰/۲۱.

۲۲. عباسی، ناهید. (۱۳۸۳). **بررسی عوامل مؤثر بر نشاط و شادی دانش‌آموزان از دیدگاه دبیران و دانش‌آموزان دبیرستان‌های شهر اصفهان در سال تحصیلی ۸۳-۱۳۸۲**. پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه اصفهان.

۲۳. علی‌پور، احمد و احمدعلی نوربالا. (۱۳۷۸). بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه تهران. **اندیشه و رفتار**. سال پنجم. شماره ۱ و ۲.

۲۴. فاضلیان، پوراندخت و صابر عظیمی. (۱۳۹۳). بررسی دیدگاه معلمان در مورد چگونگی شاداب‌سازی مدارس با توجه به استانداردهای کالبدی طراحی فضاهای آموزشی. **پژوهشنامه تربیتی**. شماره ۲۹.

۲۵. فضل‌الهی، سیف‌اله؛ نرگس جهانگیر اصفهانی و زلفا حق‌گویان. (۱۳۸۹). **سنجش میزان و عوامل مؤثر بر شادی دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران**. **فصلنامه علمی پژوهشی روان‌شناسی و دین**. ۳(۴).

۲۶. فکوهی، ناصر و فرشته انصاری. (۱۳۸۲). اوقات فراغت و شکل‌گیری شخصیت فرهنگی (مطالعه موردی: دبیرستان دخترانه شهر تهران). **نامه انسان‌شناسی**. شماره ۴.

۲۷. قطره‌ای، فرشته. (۱۳۸۵). بررسی رابطه شادکامی (نشاط) و کیفیت عوامل آموزشی در دوره ابتدایی مدارس شهر تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه تربیت معلم.
۲۸. قمری، محمد. (۱۳۸۹). بررسی رابطه دینداری و میزان شادمانی در بین دانشجویان به تفکیک جنسیت و وضعیت تأهل. روان‌شناسی و دین. سال سوم. شماره ۳.
۲۹. کشاورز، امیر و محبوبه وفاپیان. (۱۳۸۶). بررسی عوامل تأثیرگذار بر میزان شادکامی. روان‌شناسی کاربردی. دوره دوم. شماره ۵.
۳۰. کجاف، محمدباقر؛ پریناز سجادیان؛ محمد کاویانی و حسن انوری. (۱۳۹۰). رابطه سبک زندگی اسلامی با شادکامی در رضایت از زندگی دانشجویان شهر اصفهان. مجله روان‌شناسی و دین. سال چهارم شماره ۴.
۳۱. گروه مؤلفان. (۱۳۸۳). بررسی مسائل اجتماعی ایران. تهران: دانشگاه پیام‌نور.
۳۲. گنجی، محمد. (۱۳۸۷). تحلیل عوامل جامعه‌شناختی مؤثر بر میزان احساس شادی سرپرستان خانوار در شهر اصفهان. پایان‌نامه دکتری جامعه‌شناسی دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه اصفهان.
۳۳. گوشبر، فرهاد. (۱۳۸۴). طبقه و سبک زندگی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد علوم اجتماعی دانشگاه تهران.
۳۴. گیدنز، آتونی. (۱۳۸۵). تجدد و تشخیص، جامعه و هویت شخص در عصر جدید. ناصر موفقیان. تهران: نشر نی.
۳۵. مارشال ریو، جان. (۱۳۷۴). انگیزش و هیجان. یحیی سیدمحمدی. تهران: نشر ویرایش.
۳۶. مظاهری، ناهید. (۱۳۸۶). بررسی رابطه بین نگرش دینی، سبک‌های مقابله‌های (کارآمد و ناکارآمد) و شادکامی دانش‌آموزان دوره پیش دانشگاهی منطقه ۹ شهر تهران. پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته راهنمایی و مشاوره دانشگاه الزهرا.
۳۷. معیدفر، سعید. (۱۳۸۷). جامعه‌شناسی مسائل اجتماعی ایران. همدان: انتشارات نور علم.
۳۸. منیرپور، نادر؛ رخساره یزدان‌دوست؛ محمدکاظم عاطف وحید؛ علی دلاور و هلن خوشفی. (۱۳۸۳). ارتباط ویژگی‌های جمعیت‌شناسی با میزان شیوع افسردگی در دانش‌آموزان دبیرستانی. فصلنامه علمی - پژوهشی رفاه اجتماعی. سال چهارم. شماره ۱۴.
۳۹. موسوی، سید محسن. (۱۳۹۲). شادمانی، رویکردهای نظری و یافته‌های تجربی. تهران: انتشارات سینا.
۴۰. مهدوی‌کنی، محمدسعید. (۱۳۸۷). مفهوم سبک زندگی و گستره آن در علوم اجتماعی. نشریه تحقیقات فرهنگی ایران. دوره اول. شماره ۱.
۴۱. میرشاه جعفری، ابراهیم؛ رضا عابدی و هدایت‌الله دریکوندی. (۱۳۸۱). شادمانی و عوامل مؤثر

بر آن. تازه‌های علوم شناختی. سال ۴. شماره ۳.

۴۲. نصحی دهنوی، محمود؛ سید احمد احمدی و محمدرضا عابدی. (۱۳۸۳). رابطه بین شادمانی و عوامل آزمایشگاهی دانش‌آموزان دبیرستانی. دانش و پژوهش در روان‌شناسی؛ دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان اصفهان. شماره ۱۹ و ۲۰.

۴۳. نیازی، محسن. (۱۳۹۰). رابطه بین سبک زندگی و میزان هویت ملی؛ مطالعه موردی: شهروندان شهر کاشان در سال ۱۳۸۹. فصلنامه انجمن ایرانی مطالعات فرهنگی و ارتباطات. سال هفتم. شماره ۲۴.

44. Argyle, M. (2001). *The Psychology of Happiness*. London: Routledge.

45. Argyle, M & L. Lu. (1990). The Happiness of Extraverts. *Personality and Individual Differences*. No. 11.

46. Argyle, M. & A. Bandura. (1977). Self-Efficacy: toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*. No. 84.

47. Bandura, A. (1977). Self – Efficacy: toward a Unifying Theory of Behavioral Change. *Psychological Review*. No. 84.

48. Baroun, K. (2006). Relations among Religiosity, Health, Happiness, and Anxiety for Kuwaiti Adolescents. *Psychol Rep*. Vol. 99. No. 3.

49. Bourdieu, P. (1984). *Distinction: A Social Critique of the Judgements of Taste*. London: Routledge & Kagan Paul.

50. Bradburn, N. M. & D. Caplovitz. (1965). *Report of Happiness*. Chicago: Aldine Publishing Company.

51. Buss, D. (2000). The Evolution of Happiness. *American Psychological*. 55(1).

52. Byrd, K. R.; D. Lear. & S. Schwenka. (2000). Mysticism as a Predictor of Subjective Well-Being. *International Journal for the Psychology of Religion*. 10(4).

53. Chang, W. C. (2009). Social Capital and Subjective Happiness in Taiwan, International. *Journal of Social Economics*. Vol. 36. No 8.

54. Cheng, H. & A. Furham. (2002). *Personality, Self Steem, and Demographic Predictions of Happiness and Depress Lon*. www. Elsevier Science. L.td.

55. Cooper, M. & J O'rouke. (2010). Lucky To Be Happy: A Study of Happiness in Australian Primary Students. *Australian Journal of Educational & Developmental Psychology*. Vol. 10. No. 1.

56. Crowther, G. (2008). Inspection Report: Broadgate Primary School, 23 April, Ofsted Raising Improving Lives. No. 107874. Yorkshire. United Kingdom.

57. Diener, E. & E. M. Suh. (1997). Measuring Quality of Economic Life. *Social Indicators Research*. No. 40.

58. Diener, E.; L. C. L. Gohm; E. Suh. & S. Oishi. (2000). Similarity of the Relations Between Marital Status and Subjective Well-Being Across Cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. Vol. 31. No. 4.

59. Diener, E. D. & R. Lucas. (2000). Explanation Differences in Social Levels of Happiness. *Journal of Happiness Studies*. No. 1.

60. Dolan, P. & T. Peasgood. & M. White. (2008). Do We Really Know What Makes Us Happy? a Review of the Economic Literature on the Factors Associated with Subjective Well-Being. *Journal of Economic Psychology*. No. 29.

61. Fordyce, M. (1997). *Educating for Happiness*. Retrieved. [Http://www.gethappy.net/](http://www.gethappy.net/)

- quebec.htm.
62. Galatzer, W. (2000). Happiness: Classic Theory in the Light of Current Research. *Journal of Happiness Studies*. No. 1.
63. Galatzer, W. (2004). Happiness: Classic Theory in the Light of Current Research. *Journal of Happiness Studies*. No. 1.
64. Giddens, A. (2006). *Modernity and Individuality, Community and Identity in the Modern Era*. Translated by Naser Movafaqyan. Tehran: Ney Publication.
65. Greely, A. M. (1975). Sociology of Paranormal. in P. Hills & M. Argyle (Eds.). *Musical and Religious Experiences and Their Relationship To Happiness*.
66. Gremlin, B. (2003). Students Satisfied. From: <http://www.cwra.edu/orgs/observer/opro3/index/head01.html>.
67. Haller, H. & M. Hadler (2006). How Social Relations and Structures Can Produce Happiness and Unhappiness. *Social Indicators Research*. No. 75.
68. Halman, L.; F. Heunk. & R. Demoor. (1987). *A Study into the Values of the Dutch in a European Context*. Tilburg: Tilburg University Press.
69. Hannah, T. & M. Craig. (1987). Correlates of Psychological Hardiness in Canadian Adolescents. *The Journal of Social Psychology*. Vol. 127. No. 4.
70. Hay, D. (1982). *Exploring Inner Space*. Harmondsworth: Penguin.
71. Hills, P. & M. Argyle. (1998). Musical and Religious Experiences and Their Relationship To Happiness. *Personality and Individual Differences*. No. 25.
72. Kaldor, P. (1994). *Winds of Change*. Homebush West. Nsw: Anzea.
73. Kim, Y. M. & Others, (2004). Spirituality and Affect: A Function of Changes in Religious Affiliation. *Journal of Family Psychology*. Vol. 13. No. 3.
74. Kraft, M. (2008). Delegation von Preiskompetenzen an den Verkaufsaußendienst, Eine empirische Analyse ausgewählter Determinanten und Gestaltungsmöglichkeiten. Wiesbaden. P. 36.
75. Lu, L. (2001). Understanding Happiness: A Look into the Chinese Folk Psychology. *Journal of Happiness Studies*. No. 2.
76. Lu, L. & R. Gilmour. (2004). Culture and Conception of Happiness: Individual Oriented and Social Oriented and Swb. *Journal of Happiness Studies*. No. 5.
77. Lykken, D. (1999). *Happiness: What Studies on Twins Show Us about Nature and Happiness Set Point*. New York, Ny: Golden Books.
78. Lyubomirsky, S. (2001). Why Are Some People Happier Than Others?. *Psychologist*. 56(3).
79. Myers, D. G. (1999). Close Relationships and Quality of Life. in D. Kahneman; E. Diener. & N. Schwartz (Eds.). *Well-Being: the Foundations of Hedonic Psychology*. New York: Russell Sage.
80. Myers, D. G. (2000). The Funds, Friends, and Faith of Happy Peopl. *American Psychologist*. Vol. 55. No. 1.
81. Myers, D. G. (2002). *Happiness and Health*. <http://abcolical.go.com>.
82. Myers, D. & E. Diener (1995). Who Is Happy. *Psychological Science*. Vol. 6. No. 1.
83. Parish, J. G.; T. S. Parish. & S. Batt. (2000). *School Happiness and School Success: An Investigation Across Multiple Grade Levels*. <eric#:ed448902>.
84. Pascal, L. B. (1995). *Pense, Es A.j. Krailsheimer, Trans*. London, England: Penguin Books. (Orginal Work Published).
85. Peterson, C. (2000). The Future of Optimism. *American Psychologist*. 55(1).
86. Phelan, R. J. J. (1998). *The Relationship between Student and Teacher Perception of the Organization Climate of Their School*. <http://www.lib.umi.com/dissertations/previwe>.
87. Raterink, G. V. (2002). Why Do some Student?. *American School Board Journal*. V189



- N2 P31 Feb 2002. <edric: ej640874>.
88. Robinson, J. (2003). *Happiness Comes First: Desire to Help Others Leads Grads to Careers in Non-Profit Sector*. The Halifax Herald Limited.
89. Seligman, M. E. P.; R. M. Ernst; J. Gillham; K. Reivich. & M. Linkins. (2009). Positive Education: Positive Psychology and Classroom Interventions. *Oxford Review of Education*. Vol. 35. No. 3.
90. Skianis, V. (2013). *The Influence of Nature on Secondary School Students Subjective Well-Being in England and Greece*. Phd Thesis, the London School of Economics and Political Science (Lse).
91. Talbott, E. & J. Fleming. (2003). The Role of Social Contexts and Special Education in the Mental Health Problems of Urban Adolescents. *The Journal of Special Education*. Vol. 37. Issue. 2.
92. Talebzadeha, F. & M. Samkanb. (2011). Happiness for Our Kids in Schools: A Conceptual Model. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. No. 29.
93. Veblen, T. (2004). *The Theory of the Leisure Class*. by Translated Farhangarshad. Tehran: Nashreney. *Persian*.
94. Veenhoven, R. (1988). *Data Book of Happiness*. Reidel Publishing Company.
95. Veenhoven, R. & W. Kalmijn. (2005). Inequality Adjusted Happiness in Noation. *Journal of Happiness Studies*. No. 6.
96. Zernike, K. (2001). *The Harvard Guide to Happiness*. from: <http://www.astro.washington.edu/Agueros/Teaching/08 Edbook.html>.
97. Zingerle, A. (2000). Simmel on Happiness. *Journal of Happiness Studies*. No. 1.
98. Zuckerman, M. (1979). *Sensation Seeking*. Hillsdle. Nj: Erlbaum.