

## بررسی وضعیت شادمانی به عنوان یکی از شاخص‌های سلامت روان در دانشجویان پرستاری

فاطمه شجاعی<sup>۱</sup>، سید میثم ابراهیمی<sup>۲</sup>، زهره پارسا یکتا<sup>۳</sup>، علیرضا نیکبخت نصرآبادی<sup>۴</sup>

### چکیده

**مقدمه:** از نظر روان‌شناسی شادمانی بر ابعاد روانی، اجتماعی، فرهنگی افراد جامعه تأثیر همه جانبه دارد. لذا توجه به شادمانی و نشاط به عنوان معیاری از وضعیت روانی دانشجویان که جزو نیروهای جوان و آینده‌ساز کشور هستند، بسیار مهم است. در این میان، بررسی وضعیت شادمانی دانشجویان پرستاری به دلیل ماهیت شغلی و مواجهه با تنش‌های متعدد موجود از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. این پژوهش با هدف تعیین میزان شادمانی دانشجویان پرستاری دانشکده پرستاری ابهر و همچنین بررسی ارتباط آن با متغیرهای سن، جنس، وضعیت تأهل، وضعیت مسکن، نمره معدل تحصیلی، ترم تحصیلی و تعداد اعضای خانواده انجام پذیرفت.

**روش:** این پژوهش به صورت روش مقطعی صورت گرفته و جامعه آماری مورد نظر را دانشجویان پرستاری دانشکده پرستاری ابهر در سال ۸۷-۸۶ تشکیل می‌داد. در این پژوهش پس از نمونه‌گیری برای تعیین وضعیت شادمانی دانشجویان از ابزار سنجش میزان شادمانی آکسفورد استفاده گردید. پس از کسب رضایت‌نامه کتبی، پرسشنامه مذکور میان ۷۵ نفر از دانشجویان توزیع شد که به علت عدم عودت ۱۱ مورد از پرسشنامه‌ها، نهایتاً ۶۴ نفر (۴۷=دختر، ۱۷=پسر) مورد بررسی قرار گرفتند. پس از جمع‌آوری داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS v.11.5 و آزمون‌های آماری توصیفی و استنباطی شامل تی‌مستقل و آنالیز واریانس یک طرفه، اطلاعات مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

**یافته‌ها:** تجزیه و تحلیل اطلاعات نشان داد که ۱۲/۷٪ دانشجویان از سطح شادمانی خیلی خوب، ۶۹/۸٪ قابل قبول و ۱۷/۵٪ از سطح پایین شادمانی برخوردار بودند. طبق نتایج مابین میزان شادمانی و جنسیت ( $p=0/7$ )، وضعیت تأهل ( $p=0/4$ ) و سن ( $p=0/2$ )، ارتباط معناداری وجود نداشت. اما بین میزان شادمانی و ترم تحصیلی ارتباط معناداری وجود داشت ( $p=0/01$ ).

**نتیجه‌گیری:** براساس یافته‌های این پژوهش درصد کمی از دانشجویان (۱۲/۷٪) سطح نشاط خیلی خوب داشته و در گروه‌های جدیدالورود و سال آخر پایین‌تر بود. لذا ضروری است که با بررسی این وضعیت اقدامات برنامه‌ریزی شده‌ای جهت ارتقا و حفظ شادمانی و به تبع آن بهبود سلامت روانی دانشجویان صورت پذیرد.

**کلید واژه‌ها:** شادمانی، نشاط، بهداشت روان، دانشجویان پرستاری

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۰/۱۱/۲۹

تاریخ دریافت: ۱۳۹۰/۶/۵

۱ - کارشناس ارشد پرستاری، عضو هیأت علمی دانشکده پرستاری ابهر، دانشگاه علوم پزشکی زنجان

۲ - کارشناس ارشد پرستاری، عضو هیأت علمی دانشکده پرستاری ابهر، دانشگاه علوم پزشکی زنجان (نویسنده مسؤول)

پست الکترونیکی: s.meisam.1361@gmail.com

۳ - دانشیار گروه پرستاری داخلی جراحی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران

۴ - دانشیار گروه پرستاری داخلی جراحی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران

## مقدمه

روان‌شناسان در اواخر قرن بیستم توجه به احساسات مثبت را آغاز نموده و از آن پس شادمانی به عنوان یکی از موضوعات مورد بررسی روان‌شناسان و جامعه‌شناسان، مطرح گردید و این موضوع وارد حوزه علوم پزشکی نیز گردید (۱). شادمانی در لغت به معنای شاد، خوشحال، بی‌غم، خوش و خرم زیستن بوده (۲) و جزو یکی از شش هیجان اصلی انسان (خشم، ترس، تنفر، تعجب، ناراحتی و شادمانی) می‌باشد (۳) و در واقع در حوزه روان‌شناسی یک هیجان مثبت محسوب می‌گردد (۲). افراد خشنود و با نشاط، به شرایط و اتفاقات به‌گونه‌ای مثبت‌تر و سازگارتر پاسخ می‌دهند و دارای سطح استرس کمتر، سیستم ایمنی قوی‌تر و ذهنی خلاق‌تر از افراد بی‌نشاط هستند (۴). به همین دلیل است که داشتن حس شادمانی می‌تواند سبب ارتقای سلامت روانی بشر گردد (۶۵). سلامت روان یکی از شاخص‌های مورد توجه سازمان جهانی بهداشت (WHO) است که در برگیرنده مفاهیمی مانند رضایت از خود و زندگی و بهزیستی است و با مفاهیمی چون عواطف مثبت، لذت، آرامش، نشاط و شادمانی همراه است (۷). با توجه به موارد فوق پرداختن به مقوله شادمانی از جهات دیگر نیز اهمیت دارد، زیرا حسی مسری است، یعنی شادمانی یک فرد می‌تواند در دیگران نیز تأثیر مثبت داشته، زندگی را دلپذیرتر و میزان رضایت از زندگی را بیشتر سازد (۸).

از نظر جامعه‌شناسی نیز شادمانی بر تمام ابعاد اجتماعی، سیاسی، فرهنگی و تربیتی تأثیر همه‌جانبه دارد. لذا همه کشورها سعی می‌کنند عناصر لازم را برای ایجاد حس شادمانی و یک محیط با نشاط فراهم کنند و جامعه را به سمت شاد زیستن سوق دهند (۹). شادمانی و نشاط برای تمامی آحاد جامعه مزیت‌هایی دارد، اما قشر دانشجویان به علت این که نیروی جوان و آینده‌ساز جامعه هستند، بیشتر مورد توجه پژوهشگران و روان‌شناسان بوده‌اند تا بلکه بتوانند بدین ترتیب راه‌کارها و روش‌های مناسبی جهت بررسی و به‌دنبال آن افزایش میزان شادمانی این قشر تأثیرگذار جامعه ارائه نمایند (۱۰). در ایران و سایر کشورها تحقیقات مختلفی جهت بررسی میزان شادمانی دانشجویان رشته‌های مختلف انجام شده است. فرانسیس و همکاران (۲۰۰۳) در پژوهشی در دانشگاه دورزبرگ، پرسشنامه شادمانی آکسفورد را به ۳۱۱ نفر دانشجوی

دختر و پسر دادند که بر اساس نتایج میانگین شادمانی پسران  $41/6$  و دختران  $43/1$  بوده و تفاوت معناداری بین دانشجویان دختر و پسر وجود نداشت (۱۱).

فرهادی و همکاران (۱۳۸۴) در پژوهشی در زمینه میزان نشاط و ارتباط آن با اعتماد به نفس دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی لرستان، پرسشنامه شادمانی آکسفورد را جهت تکمیل در اختیار ۱۵۰ نفر از دانشجویان قرار دادند. نتایج حاکی از آن بود که فقط  $18/7\%$  دانشجویان سطح شادمانی خیلی خوب داشتند (۱۲).

جعفری و همکاران نیز در راستای انجام پژوهشی در سال ۸۲-۱۳۸۱ در زمینه میزان شادمانی و نشاط دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان و میزان عوامل مؤثر بر آن، پرسشنامه آکسفورد را به ۶۰۸۹ دانشجوی دختر و پسر دادند و به این نتیجه رسیدند که میانگین سطح شادمانی دانشجویان در آزمون آکسفورد  $45/83$  است (۱).

فعالیت‌های پژوهشی انجام شده در جهان که به بخشی از آن‌ها اشاره شد نشان‌دهنده اهمیت این موضوع به ویژه در میان جوانان و دانشجویان می‌باشد که در این بین شناخت مشکلات و تنش‌های روحی دانشجویان پرستاری به دلیل اهمیت شغلی آن‌ها، قرار گرفتن در معرض تنش‌های روانی، سر و کار داشتن با جسم و روان انسان‌ها و بالاخره سنگینی حجم دروس، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. از سوی دیگر ترک تحصیل و افت تحصیلی دانشجویان پرستاری یکی از پیامدهای قابل انتظار مشکلات روحی و روانی دانشجویان است (۱۳). از این رو شاد بودن و شاد زیستن می‌تواند بسیاری از مشکلات روحی را حل کرده و سبب ایجاد انگیزه بیشتر در کار و تحصیل شود (۱۴). یکی از اهداف نظام‌های آموزشی فراهم کردن شرایط مناسب جهت حفظ و ارتقای سلامت فراگیران است و قدم اول در این مسیر شناخت وضعیت روانی موجود و مؤلفه‌های مرتبط با آن است. این پژوهش نیز با هدف تعیین میزان وضعیت شادمانی دانشجویان پرستاری دانشکده پرستاری اهر و همچنین بررسی ارتباط آن با متغیرهای سن، جنس، وضعیت تأهل، وضعیت مسکن، معدل تحصیلی، ترم تحصیلی و تعداد اعضای خانواده آن‌ها انجام پذیرفت. امید است با انجام این پژوهش گامی هر چند کوچک در راستای یافتن زمینه‌های ایجاد هر چه بهتر شادمانی و تقویت نشاط و سرزندگی در

محیط‌های دانشگاهی باشد تا بتوان با ارایه راه‌کارهایی مسؤولین را در ایجاد محیط آموزشی پر نشاط یاری کرد.

## روش مطالعه

این پژوهش به روش مقطعی و در سال ۸۷-۸۶ در دانشکده پرستاری ابهر انجام شد و جامعه آماری آن شامل دانشجویان این واحد بود. طی یک نمونه‌گیری و پس از کسب رضایت‌نامه کتبی پرسشنامه‌ای بین ۷۵ نفر از دانشجویان توزیع شد که به علت عدم عودت برخی از پرسشنامه‌ها نهایتاً ۶۴ نفر در این پژوهش مورد بررسی قرار گرفتند. ابزار مورد استفاده در این تحقیق، پرسشنامه شادمانی آکسفورد بود که توسط آرژیل و همکاران (۱۹۷۹) طراحی شده است. در میان پرسشنامه‌هایی که برای سنجش میزان شادمانی استفاده شده است، این ابزار جایگاه ویژه‌ای دارد و در تحقیقات متعددی از آن استفاده شده است (۱) و شامل ۲۹ سؤال چهار گزینه‌ای است که گزینه‌های آن بر اساس مقیاس لیکرت به ترتیب از ۰ تا ۳ نمره‌گذاری شده است، به طوری که در نهایت محدوده امتیازها بین (۰-۸۷) متغیر است. در این پرسشنامه امتیاز (۰-۲۸) مبین سطح شادمانی پایین، (۲۹-۵۷) قابل قبول و (۵۸-۸۷) میزان شادمانی خیلی خوب در نظر گرفته شده است. روایی صوری و محتوایی پرسشنامه به تأیید ده نفر از متخصصین امر رسید. به منظور بررسی پایایی پرسشنامه، علی‌پور و نوربالا در پژوهشی، تعداد ۱۰۱ دانشجوی کارشناسی دانشگاه علامه طباطبایی و شاهد تهران مورد آزمون قرار گرفتند و نتایج حاکی از آن بود که تمام موارد ۲۹ گانه پرسشنامه با نمره کل همبستگی بالایی دارند. آلفای کرونباخ ۰/۹۸ و پایایی تنصیفی ۰/۹۲ بوده و همچنین پایایی آزمون مجدد پس از ۳ هفته ۰/۷۹ محاسبه شده است (۱۵).

روش کار بدین ترتیب بود که پژوهشگر پس از بیان اهداف پژوهش و کسب رضایت کتبی از واحدهای مورد پژوهش و توضیح در مورد نحوه تکمیل پرسشنامه و تأکید بر محرمانه بودن اطلاعات، اقدام به جمع‌آوری داده‌ها نمود. سپس داده‌های به دست آمده توسط نرم‌افزار SPSS v.11.5 و با بهره‌گیری از آمار توصیفی، آزمون تی مستقل و آنالیز واریانس یک‌طرفه مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

## یافته‌ها

بررسی واحدهای مورد پژوهش در این تحقیق (جدول شماره ۱) نشان داد که ۷۳/۴۳٪ دانشجویان دختر، ۹۳/۷۵٪ مجرد، ۷۱/۸۷٪ غیر خوابگاهی، ۲۶/۵۶٪ ترم دوم تحصیلی، ۲۶/۵۶٪ ترم چهارم تحصیلی، ۵۶/۲۵٪ در رده سنی ۲۲-۲۱، و ۱۰/۹۳٪ معدل بالای ۱۷ داشته و در ۲۹/۷٪ دانشجویان تعداد اعضای خانواده ۵ نفر است. تحلیل اطلاعات به دست آمده نشان داد که میانگین (انحراف معیار) کلی میزان شادمانی و نشاط دانشجویان ۴۳/۰۸ (۳/۳) است به طوری که ۱۷/۵٪ دانشجویان از میزان شادمانی پایین، ۶۹/۸٪ شادمانی قابل قبول و ۱۲/۷٪ از میزان شادمانی خیلی خوب برخوردار بودند.

تجزیه و تحلیل اطلاعات با استفاده از آزمون تی زوجی نشان داد که بین میزان شادمانی و متغیرهای جنسیت ( $p=0/7$ )، وضعیت تأهل ( $p=0/4$ )، سن ( $p=0/2$ ) و وضعیت مسکن ( $p=0/8$ )، تفاوت معناداری وجود ندارد (جدول شماره ۱).

آزمون آنالیز واریانس یک طرفه نیز نشان داد که بین میزان شادمانی و ترم تحصیلی دانشجویان ( $p=0/01$ ) ارتباط معناداری وجود دارد (جدول شماره ۱).

جدول ۱- میزان شادمانی دانشجویان بر اساس هر یک از متغیرها

نوع آزمون نتیجه آزمون	انحراف معیار	میانگین	تعداد (درصد)	متغیر	
				دختر	جنسیت
$t$ مستقل $p=0/7$	۲/۱ ۴/۵	۴۳/۸۷ ۴۲/۳	۴۷ (۷۳/۴۳) ۱۷ (۲۶/۵۶)	دختر پسر	جنسیت
$t$ مستقل $p=0/4$	۱۵/۷ ۱۰/۴	۴۳ ۵۰	۶۰ (۹۳/۷۵) ۴ (۶/۲۵)	مجرد متاهل	وضعیت تأهل
$t$ مستقل $p=0/8$	۱۱/۷ ۱۶/۸	۴۲/۹ ۴۳/۹۵	۱۸ (۲۸/۱۲) ۴۶ (۷۱/۸۷)	خوابگاهی غیر خوابگاهی	وضعیت مسکن
آنالیز واریانس یک طرفه $p=0/2$	۰/۴۷ -/۶ ۰/۷	۱/۷۳ ۱/۹۳ ۲/۲۵	۱۵ (۲۳/۴۳)	< ۲۰	سن
			۳۶ (۵۶/۲۵)	۲۱- ۲۲	
			۱۳ (۲۰/۳۱)	> ۲۳	
آنالیز واریانس یک طرفه $p=0/3$	-/۷ -/۷ -/۹۹	۲/۲۵ ۲/۳ ۱/۸۵	۱۸ (۲۸/۱۲)	< ۱۵	معدل
			۳۹ (۶۰/۹۳)	۱۷-۱۵	
			۷ (۱۰/۹۳)	> ۱۷	
آنالیز واریانس یک طرفه $p=0/07$	۲۰/۳ ۱۲/۰۵ ۱۱/۳۶ ۱۱/۷۵ ۱۵/۸	۴۸/۹ ۳۹/۷ ۴۸/۴ ۳۵/۱۴ ۴۷/۷۴	۹ (۱۴/۰۶)	۱	تعداد اعضای خانواده
			۱۰ (۱۵/۶۲)	۲	
			۱۰ (۱۵/۶۲)	۳	
			۱۶ (۲۵)	۴	
			۱۹ (۲۹/۷)	۵	
آنالیز واریانس یک طرفه $p=0/01$	۱۳/۳ ۱۱/۶ ۱۶/۴ ۱۶/۸	۳۷/۷ ۴۲/۲۸ ۵۳/۶۵ ۳۹/۸	۱۷ (۲۶/۵۶)	۲	ترم تحصیلی
			۱۸ (۲۸/۱۲)	۴	
			۱۷ (۲۶/۵۶)	۶	
			۱۲ (۱۸/۷۵)	۸	

## بحث

مطالعات انجام شده نشان می‌دهند که درصد قابل توجهی از دانشجویان (۱۷/۵٪) در معرض ابتلا به اختلال افسردگی هستند. لذا لازم است مسؤولین امر اقدامات لازم را به منظور جلوگیری از این اختلال و افزایش سطح شادمانی در میان دانشجویان انجام دهند.

در این پژوهش بین وضعیت نشاط و نوع جنسیت تفاوت معناداری وجود نداشت ( $p=0/7$ ) که با نتایج پژوهش‌های فرانسیس و همکاران (۲۰۰۳) و علی‌پور و نوربالا (۱۳۷۸) و بسیاری از پژوهش‌های مشابه دیگر هم‌خوانی دارد (۱۹ و ۱۵، ۱۱).

همچنین مانون و همکاران در آمریکا (۲۰۰۵) طی مطالعه‌ای بر روی ۱۵۱ دانش‌آموز نوجوان دختر و پسر، بیان کردند که تفاوت‌های جنسی تأثیری بر روی میزان شادمانی ندارد (۲۰).

تحقیقات دیگر نشان داده‌اند که میزان شادمانی در میان دانشجویان متأهل بالاتر از دانشجویان مجرد است (۱۲ و ۱) اما در این پژوهش بین میزان شادمانی و نشاط و وضعیت تأهل ارتباط معناداری وجود نداشت ( $p=0/4$ ) و البته از آنجایی که افراد متأهل درصد کمی (۶/۲۵٪) از

نتایج حاصل از این تحقیق نشان داد که میانگین شادمانی دانشجویان پرستاری دانشکده ابهر در آزمون آکسفورد ۴۳/۰۸ می‌باشد. مقایسه میانگین شادمانی دانشجویان این پژوهش به ترتیب با مطالعات علی‌پور و نوربالا (۱۵)، و عابدی و همکاران (۱۶) گویای نزدیک بودن یافته‌ها است (۴۳/۰۸) در مقابل به ترتیب ۴۵/۸ و (۴۴/۴). همچنین یافته‌های این پژوهش با پژوهش فرانسیس و همکاران (۲۰۰۳) که میانگین نشاط دانشجویان دانشگاه ورزبرگ را بر اساس آزمون آکسفورد ۴۱/۶ برآورد کردند، هم‌خوانی دارد (۱۱). با وجود این که بر اساس نتایج به دست آمده درصد قابل توجهی از دانشجویان از سطح شادمانی و نشاط قابل قبولی برخوردار بودند، اما توجه به این نکته ضروری است که میانگین میزان به دست آمده (۴۳/۰۸) با حداکثر سطح شادمانی ممکن (۸۷) فاصله زیادی دارد، و فقط ۱۲/۷٪ آنان میزان شادمانی خیلی خوبی داشتند. از طرفی کاپلان و همکاران شادمانی و نشاط پایین را معادل افسرده خوبی تلقی می‌کنند که شیوع آن در حدود ۳-۶٪ می‌باشد (۱۷ و ۱۸).

مشکلات موجود نسبت داد زیرا عرصه فعالیت شغلی برای آن‌ها مهیا نبوده و سبب ایجاد مشغولیت ذهنی فراوان و بروز ناامیدی و شادمانی پایین در آن‌ها شده است (۱۳).

### نتیجه‌گیری

به طور کلی بر اساس یافته‌های به دست آمده، درصد بسیار کمی از دانشجویان از سطح خشودی و نشاط خیلی خوب برخوردار بودند اما میزان آن در دانشجویان جدیدالورود و دانشجویان سال آخر پایین‌تر بوده است. لذا ضروری است که اقدامات برنامه‌ریزی شده‌ای جهت ارتقای بهداشت روان دانشجویان و حفظ آن در سطح مناسب در تمامی دوران تحصیلی اتخاذ گردیده و اقدامات لازم انجام گیرد. شاید بتوان با اقداماتی نظیر برگزاری کارگاه‌های آموزش مهارت‌های شاد زیستن، مهارت‌های ارتباطی زندگی و روش‌های حل مسأله سطح شادمانی دانشجویان را به عنوان یکی از اقشار پرجمعیت و تأثیرگذار جامعه افزایش داد. انجام مطالعاتی نظیر تحقیق حاضر با هدف شناخت وضعیت‌های پرخطر، غیرعادی و مشکل‌ساز در دانشجویان و به عنوان مبنایی برای اجرای برنامه‌های مقتضی می‌تواند در این مسیر مفید واقع گردد.

### تشکر و قدردانی

این مقاله از نتایج طرح پژوهشی شماره ۴۴۱ مصوب شورای پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی زنجان استخراج شده است که بدین وسیله از حمایت‌های مادی و معنوی آن معاونت محترم تشکر می‌گردد. همچنین از مساعدت اساتید گرانقدر جناب آقای رمضان فلاح و آقای دکتر کوروش امینی و نیز دانشجویان پرستاری که ما را در انجام این تحقیق یاری نمودند، نهایت تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

نمونه‌های پژوهش حاضر را تشکیل می‌دادند، این نتیجه آن چنان قابل تفسیر و تعمیم نمی‌باشد.

در این پژوهش بین میزان معدل درسی و سطح شادمانی ارتباط معناداری وجود نداشت ( $p=0/3$ )، که با نتایج تحقیق جعفری و همکاران (۱۳۸۲) همسویی دارد (۱) که شاید بتوان علت آن را وجود اختلاف نه چندان زیاد بین معدل دانشجویان این دانشکده قلمداد کرد (معدل  $60/93\%$  دانشجویان در محدوده ۱۷-۱۵).

در پژوهش حاضر بین متغیر سن و میزان شادمانی تفاوت معناداری وجود ندارد ( $p=0/2$ ) که با تحقیق انجام شده توسط جعفری و همکاران (۱۳۸۲) تطابق دارد (۱).

نتایج این پژوهش تفاوت معناداری بین میزان نشاط و تعداد اعضای خانواده نشان نداد ( $p=0/07$ ) ولی جعفری و همکاران به نقل از فرانسیس (۱۶۲۵) بیان می‌کنند که پیوند با دوستان و اعضای خانواده که ما می‌توانیم صمیمیت خود را با آن‌ها تقسیم کنیم دو اثر می‌تواند داشته باشد: شادمانی را دو برابر می‌کند و اندوه و غصه را به نصف تقلیل می‌دهد. همان‌طور که در جدول شماره ۱ مشاهده می‌شود بین شادمانی و هیچ‌کدام از متغیرهای دموگرافیک به جز ترم تحصیلی ( $p=0/01$ ) ارتباط معناداری وجود ندارد. یافته‌ها نشان می‌دهد که میانگین میزان شادمانی و نشاط در دو گروه دانشجویان جدیدالورود (۳۷/۷) و دانشجویان سال آخر (۳۹/۸) به طور معناداری پایین‌تر بوده است ( $p=0/01$ ) که شاید بتوان علت شادمانی از پایین در ترم‌های اول و دوم را به ناآگاهی دانشجویان از رشته‌های تحصیلی و عدم برآورده شدن انتظارات آنان از رشته قبولی نسبت داد و همین‌طور شاید بتوان علت شادمانی پایین در ترم‌های آخر را به محدودیت‌های موجود در محیط کاری فعلی، کمبود فرصت‌های استخدامی، رقابت‌های فشرده برای اشتغال به کار، نگرانی در مورد شرایط ازدواج و ضرورت کار در شیفت‌های مختلف و سایر

### منابع

- 1 - Jafari E, Liaghatdar M, Abedi M. Happiness and its degree of effective factors in students of the Isfahan Medical Sciences University. *Teb va Tazkieh*. 2004; 54: 15-23.
- 2 - Sarfejou A. Islamic viewpoint about happiness and mirthfulness. *Hambastegi*. 2005; 1: 23-30.
- 3 - Stewart ME, Watson R, Clark A, Ebmeier KP, Deary IJ. A hierarchy of happiness? Mokken scaling analysis of the Oxford Happiness Inventory. *Personality and Individual Differences*. 2010; 48: 845-848.
- 4 - Mohanty MS. Effects of positive attitude on happiness and wage: Evidence from the US data. *Journal of Economic Psychology*. 2009; 30: 884-897.

- 5 - Easterlin RA. Life cycle happiness and its sources Intersections of psychology, economics, and demography. *Journal of Economic Psychology*. 2006; 27: 463-482.
- 6 - Bjornskov C. Healthy and happy in Europe? On the association between happiness and life expectancy over time. *Social Science & Medicine*. 2008; 66: 1750-1759.
- 7 - Alipour A, Nourbala A, Ezhehei J, Motieyan H. Happiness and body immunology performance. 2000; 4(15): 219-233.
- 8 - Abedi M. Study of fordice behavioural-cognitvial education efficacy on happiness, anxiety, depression and social relations in Isfahan university students. *Hand book of Isfahan university research artiches, Isfahan university research assistance*. 2004.
- 9 - Navabakhsh F, Alibakhsh S. Arak private university student's standpoints towards behaviour psychoactive in Iran. *Journal of sociology*. 2004; 6: 81-96.
- 10 - Buss DM. The Evolution of Happiness. *Am Psychol*. 2000; 55(1): 15-23.
- 11 - Francis J, Zibertz HGG, Lewise CA. The relationship between religion and happiness among German students. *Pastoral Psychology*. 2003; 51: 278.
- 12 - Farhadi A, Javaheri F, Gholami Y, Farhadi P. The amount of mirthfulness and its relation with self reliance in students of Lorestan university of medical sciences. *The Quarterly Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2005; 7(25-26): 57-62.
- 13 - Faghihi A. Young man and mental tranquilizer and problems of consultation and treatment with Islamic attitude. 1<sup>st</sup> ed, Tehran: Research institute of district and university; 2003: 340-341.
- 14 - Lee F, Graham AV. Students Perception of medial school stress and their evaluation of a wellness elective. *Med Edu*. 2001; 35: 652-659.
- 15 - Alipour A, Nourbala A. Examination of the reliability and validity of the oxford happiness inventory among students of Tehran universities. *Iranian of Psychiatry and Clinical Psychology*. 1999; 5(1,2): 640.
- 16 - Abedi M, Mirshah Jafari E, Liaghatdar M. Standardization of the oxford happiness inventory in students of Isfahan University. *Iranian of Psychiatry and Clinical Psychology*. 2006; 12(45): 95-100.
- 17 - Kaplan H, Saduk B. *Handbook of psychiatry, behavior sciences and clinical psychiatry*. (Translated by: Rafiei H, Rezaei F). 2 nd volumes, 1<sup>st</sup> ed. Arjmand Publications; 1999.
- 18 - *Statiscal guide and mental disorder diagnis, America Psichiarty Assosiation* (Translated by: Naeenian H, Maddahi E, Biabangard E). 2 nd vol. ethical disorder section. 1 st ed. Tehran. 1995.
- 19 - Francis LJ, Brown LB, Lester D, Philipchalk R. Happiness as stable extraversion: A cross-cultural examination of the reliability and validity of the Oxford Happiness Inventory among students in the U.K., U.S.A., Australia, and Canada. *Personality and Individual Differences*. 1998; 24(2): 167-171.
- 20 - Manon NE, Yarcheski A. Happiness as Related to Gender and Health in Early Adolescents. *Clinical Nursing Research*. 2005; 14(2): 175-190.

## The study of nursing students' happiness as a mental health index

Shojaei<sup>1</sup> F (M.Sc.) - Ebrahimi<sup>2</sup> SM (M.Sc.) - Parsa Yekta<sup>3</sup> Z (Ph.D) - Nikbakht Nasrabadi<sup>4</sup> A (Ph.D).

**Introduction:** Psychologists and Sociologists believe that happiness affects the psychological, social, educational and cultural dimensions of all individuals. So to pay attention to this issue as an indicator of students' mental health is very important. Therefore, assessment of nursing students' happiness is very important because they are encountered to multiple stresses and tensions. The aim of this study was to investigate the happiness status of Abhar's nursing students and also its correlation with sex, age, marriage, educational course, and the number of family members.

**Methods:** This descriptive-analytical study was conducted between 2007-2008 in Abhar School of nursing. In this study the Iranian version of Oxford Happiness Inventory was used to measure the students' happiness status. After providing written informed consent questionnaires were distributed among 75 samples and finally 64 students (17=male, 47=female) were measured. Then, the collected data were analyzed using descriptive statistics and appropriate tests like independent-t and one-way ANOVA, by SPSS software version 11.5.

**Results:** Data analysis showed that 17.5% of students had low level of happiness, 69.8% reasonable level and 12.7% were very happy. There was no significant association between the level of happiness and gender ( $P=0.7$ ), marital status ( $P=0.4$ ) and age ( $P=0.2$ ). But, there was significant relationship between happiness and educational terms ( $P=0.01$ ).

**Conclusion:** Based on this study only 12.7% of students were very happy and two groups of junior and senior students were less cheerful. So, it is necessary to consider appropriate plans and interventions to improve and retain the happiness of nursing students in the acceptable levels and thus improve their mental health.

**Key words:** Happiness, mental health, nursing students

1 - Abhar School of Nursing, Zanjan University of Medical Sciences, Zanjan, Iran

2 - Corresponding author: Abhar School of Nursing, Zanjan University of Medical Sciences, Zanjan, Iran  
e-mail: s.meisam.1361@gmail.com

3 - Associate Professor, Nursing and Midwifery Faculty, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran

4 - Associate Professor, Nursing and Midwifery Faculty, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran