

شادمانی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان میزان و عوامل موثر بر آن

نویسندگان: دکتر سید ابراهیم جعفری^۱، دکتر محمد رضا عابدی^۲، دکتر محمد جواد لیاقت‌دار^۱

خلاصه:

هدف مطالعه حاضر بررسی میزان شادمانی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان و عوامل موثر بر آن می باشد. برای نیل به این هدف دو سؤال و دو فرضیه مطرح گردید. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی و جامعه آماری شامل کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در سال تحصیلی ۸۲-۸۱ بود، تعداد دانشجویان پسر ۲۲۱۲ نفر و دانشجویان دختر ۳۸۷۶ نفر و در مجموع ۶۰۸۹ نفر بودند که از این تعداد ۱۶۱ نفر بر اساس روش نمونه گیری تصادفی طبقه‌ای متناسب با حجم به تفکیک جنسیت و دانشکده به عنوان نمونه انتخاب شدند. برای جمع آوری اطلاعات در این پژوهش از دو آزمون شادمانی "آکسفورد" و آزمون شادمانی "فوردایس" استفاده شد.

نتایج بدست آمده نشان داد میانگین شادمانی دانشجویان در آزمون آکسفورد ۲۵/۸۲ و در آزمون فوردایس ۳۱۰/۴۹ می باشد، همچنین نتایج نشان داد در بین عوامل شناختی- رفتاری عامل بیان احساسات بیشترین سهم را در تبیین شادمانی دانشجویان داشته است.

کلید واژه: شادمانی، دانشجویان علوم پزشکی، آزمون آکسفورد و فوردایس

مقدمه:

در اواخر قرن بیستم موضوع شادمانی و نشاط بشر به عنوان یکی از موضوعات مورد بررسی جامعه‌شناسان، روانشناسان و اقتصاددانان مطرح گردید. این موضوع جدیداً وارد حوزه علوم پزشکی نیز شده است. بسیاری از تحقیقاتی که تاکنون در زمینه شادمانی انجام شده است به کیفیت زندگی بشر مربوط می شوند. پژوهش راجع به کیفیت زندگی (Quality of life) از یک طرف به دنبال تعریف زندگی خوب است و از طرف دیگر این مطلب را مورد بررسی قرار می‌دهد که در عالم واقع به چه اندازه مفهوم زندگی خوب تحقق پذیر است. پس

می‌توان گفت که هدف واقعی این نوع پژوهش‌ها این است که راه‌هایی را برای زندگی بهتر بیابند، پژوهش‌های مربوط به کیفیت زندگی را می‌توان بخشی از قلمرو مهندسی اجتماع (Social engineering) دانست (۱). بدین ترتیب واژه کیفیت زندگی وارد ادبیات علوم اجتماعی گردید. این مفهوم در ابتدا بحث‌های زیادی به دنبال داشت. کیفیت زندگی به این مهم اشاره داشت که چیزی فراتر از رفاه مادی نیز وجود دارد که بشر باید به آن بپردازد (۲). شادمانی یکی از شش هیجان (Emotion) اساسی انسان

^۱ - استادیار گروه علوم تربیتی دانشگاه اصفهان

^۲ - استادیار گروه مشاوره دانشگاه اصفهان

را برای فراگیران فراهم سازد که بتوانند از نظر عاطفی، اجتماعی و جسمانی رشد شایسته و در خور داشته باشند (۱۱).

اولین پژوهش‌های گسترده پیمایشی که در آن از ابزارهای اندازه گیری شادمانی استفاده شد در دهه ۱۹۶۰ و در کشور آمریکا انجام گرفت. هدف این پژوهشها تعیین میزان سلامتی روانی مردم بود. در این زمینه، کتابهای زیادی نوشته شد که می توان به کتابهای گورین (G. Gurin, Y. Veroff & S. Feld) و همکاران (۱۹۶۰) با عنوان نگرش مردم آمریکا نسبت به سلامت روانی و برادبرن (N.M. Bradburn) (۱۹۶۹) تحت عنوان ساختار روانی اشاره کرد (۱۸). در آن زمان بررسی موضوع شادمانی سرلوحه پژوهش بین المللی کانتریل (H. Cantril) (۱۹۶۵) قرار گرفت، که هدف آن بررسی الگوی علایق مردم بود. در خلال دهه ۱۹۷۰ مطالعات مربوط به شاخص های اجتماعی آمریکا (American Social Indicators) با محوریت بررسی شادمانی مردم صورت گرفت. کمپل و همکاران (A. Campbell Social Indicators) در سال ۱۹۷۶ کتاب کیفیت زندگی آمریکایی و اندروز و ویتی (F. M. Andrews & S. Witty) شاخص های اجتماعی سلامتی را به رشته تحریر در آوردند که موضوع اصلی آنها میزان و چگونگی شادمانی مردم آمریکا بود. موضوع در کشورهای دیگر نیز مورد بررسی قرار گرفت. الادت (E. Allardt) در سال ۱۹۷۶ به بررسی کشورهای اسکاندیناوی از نظر ابعاد رفاه اجتماعی و میزان شادمانی آنان پرداخت. گلاتزر و زیف (W. Glatzer & Z. Zapf) نیز در سال ۱۹۸۴ پژوهشی راجع به کیفیت زندگی در آلمان غربی ترتیب دادند. در استرالیا نیز هدی و ویرینگ (B. Headly & A. Wearing) در سال ۱۹۹۲ اولین همایش بزرگ مقیاس طولی را با عنوان فهم شادمانی انجام دادند (۱۲).

برادبرن و کاپلوتیز (N.M. Bradburn & D. Caplovits) (۱۹۶۵) با استفاده از یک پرسشنامه ۱۲ درجه‌ای، تحقیق مفصلی راجع به میزان شادمانی مردم ۴ منطقه از ایلینویز (Illinois) آمریکا انجام داده اند. آنها پژوهش خود را تحت عنوان گزارش هایی درباره شادمانی مطرح نموده اند. نتایج این پژوهش حاکی است که شادمانی حاصل تعادل بین عواطف مثبت و عواطف منفی است. از دیگر نتایج تحقیق آنها این است که فعالیت، مشارکت اجتماعی و موقعیت اجتماعی نسبت به عوامل محیطی، تاثیر بیشتری در افزایش شادمانی افراد دارند (۱۳).

فیلیس (D.L. Philips) (۱۹۶۷) تحقیقی را تحت عنوان

می باشد که عبارتند از خشم (Anger)، ترس (Fear)، تنفر (Disgust)، تعجب (Surprise)، ناراحتی (Sadness) و شادمانی (۳). مطالعه علمی مستلزم اندازه گیری دقیق است و اندازه گیری هیجان کار دشواری است لذا مطالعه علمی شادمانی نیز با دشواریهای روبرو است (۴).

شادمانی از دو دیدگاه هدونیزم (Hedonism) یا لذت جویی و دیدگاه شناختی حائز اهمیت است. در فلسفه هدونیزم با قدمت تاریخی چند هزار ساله آمده است که رفتار انسان همواره در جهت و به منظور کسب، حفظ و ازدیاد لذایذ زندگی و اجتناب از درد است. لذت و شادی در هر لحظه تنها عامل ارزشمندی است که فرد در جهت کسب آن گام بر می دارد (۵). لذت مورد نظر هدونیزم نتیجه درونداهای مربوط به حواس پنجگانه است و به همین دلیل در مکتب هدونیزم شادمانی فقط شامل حداکثر آثار مثبت حواس بینایی، شنوایی، لامسه، چشایی و بویایی است (۶). تئوری پردازان دیدگاه شناختی، شادی را احساسی می دانند که حاصل پیشرفت منطقی در جهت رسیدن به هدف می باشد (۷).

افلاطون در کتاب جمهوری به سه عنصر در وجود انسان اشاره می کند که عبارتند از قوه تعقل یا استدلال، احساسات و امیال. او شادمانی را حالتی از انسان می داند که بین این سه عنصر تعادل و هماهنگی وجود داشته باشد (۳). ارسطو شادمانی را عبارت از زندگی معنوی می داند (۸). جان لاک (John Locke) و جرمی بنتام (Jeremy Bentham) معتقدند که شادی مبتنی بر تعداد وقایع لذت بخش است (۸). آرچیل و همکاران (M. Argyle, M. Martin & J. Crossland) (۱۹۸۹) شادی را ترکیبی از وجود عاطفه مثبت، (Positive affect) و عدم وجود عاطفه منفی (Negative affect) و رضایت از زندگی (Satisfaction with life) می دانند (۹). جامع ترین و در عین حال عملیاتی ترین تعریف از شادمانی را وینهوون (۱۹۸۴) به دست می دهد: «شادمانی به درجه یا میزانی اطلاق می گردد که شخص درباره مطلوبیت کیفیت کل زندگی خود قضاوت می کند. عبارت دیگر شادمانی به این معنا است که فرد به چه میزان زندگی خود را دوست دارد» (۱۰).

با ورود به هزاره سوم انتظارات جامعه از دستگاه تعلیم و تربیت به گونه‌ای روزافزون افزایش می باید. در عصر حاضر فراگیران اکثر اوقات خود را به بعد از محیط خانواده در محیطهای آموزشی سپری می کنند. لذا نظام آموزشی فقط مسئولیت تدریس و انتقال مواد آموزشی و انباشتن اطلاعات در ذهن فراگیران را برعهده ندارد بلکه نظام آموزشی باید محیطی

کنستان تینوپل (۱۹۷۰) در مطالعه‌ای تحت عنوان بررسی برخی از عوامل هم بسته شادمانی دانشجویان کارشناسی دانشگاه راجستر آمریکا، با توزیع یک پرسشنامه ۱۰ درجه‌ای بین ۵۸۱ نفر از دانشجویان، به این نتیجه رسید که دانشجویان پسر در ابتدای تحصیل خود، از شادمانی کمتری برخوردارند. اما دختران شادمانی بیشتری از خود نشان می‌دادند. پس از طی دوره چهار ساله تحصیل، شادمانی پسران افزایش ولی شادمانی دختران کاهش یافت (۲۰).

وسعت، تعداد و حجم قابل ملاحظه فعالیت‌های پژوهشی انجام شده در جهان که به بخشی از آنها اشاره شد نشان دهنده اهمیت موضوع شادمانی بویژه در میان جوانان و دانشجویان می‌باشد که در این خصوص در جامعه ما خلاء جدی احساس می‌شود انجام این پژوهش در راستای پر کردن این خلاء در پی یافتن میزان شادمانی در دانشگاه علوم پزشکی اصفهان و علل و عوامل اثرگذار بر آن می‌باشد به این امید که گامی هر چند کوچک در راستای یافتن زمینه‌های هر چه بهتر شادابی و بالندگی روانی دانشجویان و تقویت نشاط و سرزندگی در محیط‌های دانشگاهی باشد.

هدف اصلی پژوهش حاضر بررسی میزان شادمانی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان و عوامل موثر بر آن می‌باشد که در راستای تحقق این هدف دو سؤال و دو فرضیه به شرح زیر مطرح شده است.

سوالات پژوهش

میزان شادمانی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان چقدر است؟
سهم عوامل دموگرافیک و شناختی- رفتاری در شادمانی دانشجویان چقدر است؟

فرضیه‌های پژوهش

بین ویژگی‌های دموگرافیک و شادمانی دانشجویان رابطه وجود دارد.
بین عوامل شناختی- رفتاری و شادمانی دانشجویان رابطه وجود دارد.

روش

روش پژوهش حاضر توصیفی از نوع همبستگی است؛ جامعه آماری، کلیه دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

مشارکت اجتماعی و شادمانی انجام داد. ابزار او از یک پرسشنامه سه درجه‌ای تشکیل شده بود. جامعه آماری او شامل افراد بزرگسال شهر نیوهمشایر (new hamshire) آمریکا و حجم نمونه این پژوهش ۷۵۰ نفر بود نتیجه این پژوهش این بود که مشارکت اجتماعی موجب افزایش سطح شادمانی و سایر عواطف مثبت می‌گردد (۱۴). فیلیس (۱۹۶۷) پژوهشی تحت عنوان بررسی رابطه بهداشت روانی و مشارکت اجتماعی با شادمانی انجام داد. جامعه آماری این پژوهش جمعیت بزرگسالان شهر نیوهمشایر آمریکا و نمونه آن را ۴۳۰ نفر سالم و ۱۶۳ نفر که دارای مشکلات روانی بودند تشکیل داده بود، نتایج این تحقیق همبستگی قوی بهداشت روانی و مشارکتهای اجتماعی با میزان شادمانی افراد را نشان می‌دهد (۱۵).

کنستان تینوپل (A.Constantinopol) (۱۹۶۷) با بررسی سودمندی دانشکده از نظر دانشجویان کارشناسی دانشگاه راجستر (Rochester University) آمریکا که حجم نمونه آن ۲۵۳ نفر مرد و ۱۸۸ نفر زن تشکیل می‌داد، به این نتیجه دست یافت که شرکت کنندگان شاد، دانشکده را برای رسیدن به اهداف خود مفیدتر می‌دانند. البته رابطه علی این امر بررسی نشده است که آیا رسیدن به اهداف، دانشجویان را شاد می‌کند یا شاد بودن آنها موجب نگرش مثبت نسبت به دانشکده می‌شود (۱).

برادبری (B.R.Bradbury) (۱۹۶۷) ارتباط بزهکاری و اضطراب با برخی متغیرهای روان شناختی و جامعه شناختی در بین دانشجویان دانشگاه ایالتی تگزاس شمالی را بررسی کرد، نتایج این پژوهش که حجم نمونه آن ۳۱۳ نفر می‌باشد حاکی است که عدم شادی و نشاط یکی از عوامل بزهکاری و اضطراب می‌باشد (۱۷).

برادبرن (۱۹۶۹) با استفاده از یک پرسشنامه سه درجه‌ای، مطالعه‌ای تحت عنوان ساختار سلامت روانی انجام داد. جامعه آماری این پژوهش را تمام جمعیت شهرنشین آمریکا و حجم نمونه آن ۲۷۸۷ نفر تشکیل می‌دهد. نتایج این پژوهش نشان داد که عواطف مثبت و منفی مستقل از یکدیگر عمل می‌کنند و از دیگر نتایج این پژوهش این است که میزان درآمد، مشارکت اجتماعی، کسب تجارب جدید با شادی رابطه مستقیم دارند (۱۸). کوپر و همکاران (Harris Cooper et al) (۱۹۹۲) در پژوهشی تحت عنوان فعالیت اجتماعی و شادمانی به این نتیجه رسیده‌اند که فعالیت‌های اجتماعی (فعالیت‌های گروهی) با میزان نشاط افراد رابطه مستقیم دارد و هر چه تعداد فعالیت‌ها بیشتر باشد بر شادی افراد افزوده می‌شود (۱۹).

در سال تحصیلی ۸۲-۸۱ می باشد که تعداد دانشجویان پسر ۲۲۱۳ و دانشجویان دختر ۳۸۷۶ و در مجموع ۶۰۸۹ نفر بوده‌اند.

نمونه و روش نمونه‌گیری

برای انتخاب نمونه با توجه به دو متغیر دانشکده و جنسیت از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای متناسب با حجم استفاده شد. به این ترتیب که پس از تعیین تعداد کل دانشجویان شاغل به تحصیل در دانشگاه و دانشکده‌ها، با تقسیم تعداد دانشجویان هر دانشکده بر تعداد کل دانشجویان دانشگاه نسبت دانشجویان هر دانشکده محاسبه گردید. نهایتاً با توجه به حجم نمونه، نسبت دانشجویان هر دانشکده و همچنین نسبت دانشجویان دختر و پسر هر دانشکده نمونه نهائی تعیین شد. در جدول (۱) تعداد افراد نمونه آماری به تفکیک دانشکده آمده است.

جدول ۱: فراوانی و درصد نمونه آماری به تفکیک دانشکده محل تحصیل

دانشکده	فراوانی	درصد
پزشکی	۶۹	۴۲/۸۵
دندانپزشکی	۱۷	۱۰/۵۵
داروسازی	۱۴	۸/۶۹
بهداشت	۲۰	۱۲/۴۲
پرستاری	۲۵	۱۵/۵۲
مدیریت و اطلاع‌رسانی	۱۰	۶/۲۱
توانبخشی	۶	۳/۷۲
جمع	۱۶۱	۱۰۰

ابزار پژوهش

برای جمع‌آوری اطلاعات در این پژوهش از دو آزمون استفاده شد. آزمون شادمانی "آکسفورد" و آزمون شادمانی "فوردایس". در زیر به اختصار به معرفی هر کدام از این آزمون‌ها پرداخته می‌شود.

۱- آزمون شادمانی آکسفورد: برای اندازه‌گیری شادمانی شیوه‌های گوناگونی به کار برده شده است. این شیوه‌ها طیف گسترده‌ای دارد که در یک سوی آن قضاوت دوستان و معلمان و در سوی دیگر آن پرسشنامه‌های خودسنجی قرار دارند. در بین پرسشنامه‌هایی که برای سنجش شادمانی استفاده شده

است پرسشنامه شادمانی آکسفورد جایگاه ویژه‌ای دارد. این پرسشنامه در چندین پژوهش استفاده شده است (۲۱). ابزار مذکور در سال ۱۹۸۹ توسط "آرجیل و لو" تهیه شده است. چون آزمون "بک" یکی از موفق‌ترین مقیاس‌های افسردگی بوده است، "آرجیل" پس از رایزنی با "بک" بر آن شد تا جملات مقیاس "بک" را معکوس کند (۲۲). فرم نهایی پرسشنامه آکسفورد ۲۹ ماده دارد که ۲۱ ماده آن از آزمون "بک" اقتباس شده و بقیه مواد توسط "آرجیل" به آن اضافه شده است. پایایی آزمون را "آرجیل و همکاران" با ضریب آلفای کرونباخ، ۰/۹ گزارش کرده‌اند (۲۲). پایایی این ابزار را "والیان" (۱۹۹۳) پس از سه هفته با روش بازآزمایی ۰/۸۳ محاسبه کرده است. او نتیجه‌گیری کرده است که پایایی پرسشنامه آکسفورد از پرسشنامه سلامت عمومی و افسردگی "بک" بیشتر است (۱۲). در ایران آزمون آکسفورد توسط علی پور و نوربالا (۱۳۷۸) ترجمه شده و درستی برگردان آن توسط هشت متخصص تأیید شد. روایی صوری پرسشنامه نیز به تأیید ده متخصص رسیده است. به منظور بررسی پایایی و روانی پرسشنامه، در پژوهش علیپور و نوربالا (۱۳۷۸) ۱۰۱ دانشجوی کارشناسی دانشگاه‌های علامه طباطبائی و شاهد تهران مورد آزمون قرار گرفتند. نتایج حاکی از آن بود که تمام مواد ۲۹ گانه پرسشنامه با نمره کل، همبستگی بالایی دارند. آلفای کرونباخ ۰/۹۸ و پایایی تنصیفی ۰/۹۲ بوده و همچنین پایایی بازآزمایی پس از ۳ هفته ۰/۷۹ محاسبه شده است (۲۲).

لازم به توضیح است که در آزمون آکسفورد ۲۹ ماده وجود دارد و هر ماده شامل چهارگویه است. نمره گویه‌ها به ترتیب از صفر تا سه می‌باشد. بدین ترتیب، هر پاسخگو می‌تواند حداکثر نمره ۸۷ (۳×۲۹) و حداقل نمره صفر را بدست آورد.

۲- پرسشنامه شادمانی "فوردایس": پرسشنامه شادمانی فوردایس شامل ۴۵ سؤال است که در آن هر سه سؤال به یک متغیر شناختی و یا رفتاری مربوط است. در واقع پرسشنامه مذکور، ۱۴ متغیر شناختی و رفتاری را مورد ارزیابی قرار می‌دهد. سه سؤال پرسشنامه نیز شادمانی کلی را اندازه‌گیری می‌کند. این پرسشنامه در پژوهش حاضر به منظور سنجش متغیرهای شناختی و رفتاری مرتبط با شادمانی مورد استفاده قرار گرفته است. یک متغیر دیگر به نام "بیان احساسات" نیز به آن اضافه شده است. این متغیر در پژوهش عابدی (۱۳۸۱) با میزان شادمانی همبستگی بالایی داشت و به این ترتیب ۱۵ متغیر شناختی و رفتاری با این پرسشنامه بررسی شد. متغیرهای شناختی و رفتاری مورد سنجش بوسیله این

در مورد نتایج جدول (۲) دو نکته قابل ذکر است: اول آنکه در آزمون آکسفورد نمرات افراد بین صفر تا ۸۱ و در آزمون فوردایس بین صفر تا ۴۸۰ می باشد. دوم آنکه اگر چه هر دو آزمون آکسفورد و فوردایس از ابزار های سنجش شادمانی هستند، آزمون آکسفورد شادمانی کلی را می سنجد در حالیکه آزمون فوردایس علاوه بر سنجش کلی شادمانی عوامل موثر در آن را نیز بررسی می نماید.

همانطور که در جدول (۱) مشاهده می شود در بین دانشجویان دانشکده های دانشگاه علوم پزشکی، دانشجویان دانشکده های پزشکی و پرستاری شادترین و دانشجویان دانشکده توان بخشی ناشادترین دانشجویان هستند. تذکر این نکته لازم است که تعداد دانشجویان دانشکده توان بخشی کم است و کم بودن تعداد این افراد نیز می تواند در نتیجه موثر باشد.

۲- سهم عوامل شناختی- رفتاری و دموگرافیک در میزان شادمانی دانشجویان چقدر است؟

برای تعیین سهم عوامل شناختی - رفتاری و دموگرافیک بر شادمانی از تحلیل رگرسیون استفاده شد. در این تحلیل نمره آزمون شادمانی آکسفورد به عنوان متغیر وابسته و نمره عوامل زیر بعنوان متغیر مستقل قلمداد شده است: سن، معدل، مدت تحصیل، فعالیت، روابط اجتماعی، از بین بردن احساسات منفی، خوش بینی، بیان احساسات، سطح توقعات پائین، خود بودن، صمیمیت، برنامه ریزی، توجه به زمان حال، اولویت دادن به شادی، خلاقیت، دوری از نگرانی، پرورش شخصیت سالم، پرورش شخصیت اجتماعی و شادمانی کلی. نتیجه کلی رگرسیون به روش ورود برای بررسی رابطه شادمانی و عوامل شناختی- رفتاری و دموگرافیک در جدول (۳) آمده است. نتیجه گویای این است که رابطه معنادار است.

جدول ۳: تحلیل رگرسیون برای بررسی رابطه بین شادمانی و عوامل شناختی- رفتاری و دموگرافیک

معنی داری	F	میانگین مجزورات	df	میانگین مجزورات	
...	۱۶/۷۸	۱۰۴۶/۹۳	۱۸	۱۸۸۴۴/۸۲	رگرسیون
		۶۲/۳۷	۱۴۳	۸۹۱۹/۱۷	باقیمانده
			۱۶۱	۲۷۷۶۴	کل

پرسشنامه عبارتند از: فعالیت، روابط اجتماعی، از بین بردن احساسات منفی، خوش بینی، بیان احساسات، سطح توقعات پائین، خود بودن، صمیمیت، برنامه ریزی، توجه به زمان حال، اولویت دادن به شادی، خلاقیت، دوری از نگرانی، پرورش شخصیت سالم، و پرورش شخصیت اجتماعی. این آزمون شامل چهل و هشت گویه است که دامنه نمرات هر گویه از صفر تا ده می باشد. بدین ترتیب، هر پاسخگو می تواند حداکثر نمره ۴۸۰ و حداقل نمره صفر را بدست آورد.

روش تجزیه و تحلیل داده ها: به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از جداول فراوانی و درصد، میانگین و انحراف معیار، نمودار، رگرسیون چندگانه، آزمون تحلیل مانوا با استفاده از برنامه کامپیوتری SPSS استفاده شده است.

نتایج:

در پژوهش حاضر دو سوال و دو فرضیه مطرح شد. یافته های بدست آمده در مورد سوالات و فرضیات به شرح ذیل آمده است:

۱) میزان شادمانی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان چقدر است؟
نتایج حاصل از آزمون شادمانی به تفکیک دانشکده در جدول (۲) آمده است.

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار نمرات شادمانی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان به تفکیک دانشکده

دانشکده	آزمون	میانگین	انحراف معیار	تعداد
پزشکی	آکسفورد	۴۷/۲۷	۱۲/۱۹	۶۹
	فوردایس	۳۰۴/۱۵	۷۱/۳۰	۶۹
دندانپزشکی	آکسفورد	۴۴/۷۰	۱۴/۱۰	۱۷
	فوردایس	۳۰۳/۵۰	۷۷/۵۳	۱۷
داروسازی	آکسفورد	۴۴/۱۴	۱۳/۱۳	۱۴
	فوردایس	۳۰۳/۷۸	۸۳/۶۹	۱۴
بهداشت	آکسفورد	۴۴/۱۴	۱۳/۱۳	۱۴
	فوردایس	۳۰۲/۷۸	۸۳/۶۹	۱۴
پرستاری	آکسفورد	۴۸/۶۸	۱۱/۲۷	۲۵
	فوردایس	۳۴۳/۲۰	۵۱/۴۵	۲۵
مدیریت و اطلاع رسانی	آکسفورد	۴۳/۱۰	۱۸/۱۸	۱۰
	فوردایس	۴۱۳/۲۰	۱۰۷/۷۱	۱۰
توانبخشی	آکسفورد	۳۶/۶۶	۲۳/۹۱	۶
	فوردایس	۲۶۶/۶۶	۹۸/۳۰	۶
کل	آکسفورد	۴۵/۸۳	۱۳/۱۵	۱۶۱
	فوردایس	۳۱۰/۴۹	۷۳/۵۰	۱۶۱

جدول ۶: ضریب همبستگی ساده (پیرسون) بین عوامل شناختی- رفتاری و شادمانی

ردیف	عامل	ضریب همبستگی	معنی داری
۱	فعالیت	۰/۴۴	...
۲	روابط اجتماعی	۰/۵۴	...
۳	از بین بردن احساسات منفی	۰/۴۵	...
۴	خوش بینی	۰/۵۷	...
۵	بیان احساسات	۰/۶۵	...
۶	سطح توقعات پایین	۰/۴۱	...
۷	خود بودن	۰/۴۱	...
۸	صمیمیت	۰/۴۸	...
۹	برنامه ریزی	۰/۵۳	...
۱۰	توجه به زمان حال	۰/۴۶	...
۱۱	اولویت دادن به شادی	۰/۴۳	...
۱۲	خلاقیت	۰/۴۹	...
۱۳	دوری از نگرانی	۰/۵۱	...
۱۴	پرورش شخصیت سالم	۰/۵۱	...
۱۵	پرورش شخصیت اجتماعی	۰/۳۸	...
۱۶	شادمانی کلی	۰/۵۶	...

برای تعیین رابطه شادمانی با متغیرهای سن و معدل از ضریب همبستگی ساده (پیرسون) استفاده شد که به ترتیب همبستگی ۰/۱۹ و ۰/۱۱ بدست آمد. همبستگی بین سن و شادمانی معنادار ولی همبستگی بین معدل و شادمانی معنادار نیست. برای تعیین رابطه بین شادمانی و سایر متغیرهای دموگرافیک از تحلیل آنوا استفاده شد. نتایج در جدول (۷) آمده است.

همانطور که در جدول فوق مشاهده می شود، بین شادمانی و هیچکدام از متغیرهای دموگرافیک بجز تاهل رابطه وجود ندارد. بررسی میانگین شادمانی افراد مجرد و متاهل نشان می دهد که میانگین شادمانی افراد مجرد ۴۵/۳۷ و افراد متاهل ۴۹ است. بنابراین می توان گفت میزان شادمانی دانشجویان متاهل بیشتر از شادمانی دانشجویان مجرد است.

در مرحله بعد از تحلیل رگرسیون به شیوه گام به گام استفاده شد تا با تعیین ضرایب بتا معلوم شود میزان رابطه عوامل شناختی رفتاری و دموگرافیک با شادمانی چقدر است. نتایج در جدول (۴) آمده است.

جدول ۴: تحلیل رگرسیون گام به گام و تعیین ضرایب بتا برای بررسی تاثیر هر یک از عوامل شناختی- رفتاری و دموگرافیک بر شادمانی

عوامل	B	S	T	معناداری
بیان احساسات	۰/۵۷	۰/۱۱	۵/۱۲	...
پرورش شخصیت سالم	۰/۵۶	۰/۱۰	۵/۳۸	...
دوری از نگرانی	۰/۴۹	۰/۰۷	۶/۳۴	...
شادمانی کلی	۰/۴۵	۰/۱۰	۴/۲۱	...

در جدول (۵) سهم عوامل شناختی- رفتاری در شادمانی دانشجویان آمده است. همانطور که در این جدول مشهود است، بیان احساسات ۴۴ درصد از واریانس شادمانی را تبیین می کند.

جدول ۵: ترتیب اهمیت عوامل با توجه به R سهم خالص هر متغیر

رتبه	عامل	R معادله	R سهم خالص هر متغیر	معنی داری
۱	بیان احساسات	۰/۴۴	۰/۴۴	...
۲	پرورش شخصیت سالم	۰/۵۲	۰/۰۸	...
۳	دوری از نگرانی	۰/۵۸	۰/۰۶	۰/۰۰۱
۴	شادمانی کلی	۰/۶۲	۰/۰۴	۰/۰۰۱

فرضیه اول: بین میزان شادمانی دانشجویان و عوامل شناختی- رفتاری همبستگی وجود دارد.

در جدول (۶) همبستگی شادمانی دانشجویان در آزمون آکسفورد و عوامل شناختی - رفتاری آمده است. همانطور که در جدول مشهود است همه عوامل شناختی- رفتاری با شادمانی همبستگی معناداری دارند.

فرضیه دوم: بین میزان شادمانی دانشجویان و عوامل دموگرافیک (سن، معدل، وضعیت تاهل، جنسیت، سال ورود، محل سکونت و نوبت تحصیلی) رابطه وجود دارد.

جدول ۷: نتایج تحلیل آنوای مربوط به رابطه بین شادمانی و عوامل دموگرافیک

عوامل	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	معنی داری	ضریب ایما	قدرت پیش بینی
جنسیت	۱۳۱/۰۴	۱	۵۲۷۱۶/۰۶	۰/۷۳	۰/۳۹	۰/۰۰۶	۰/۱۳
وضعیت تاهل	۸۲۱/۵۶	۱	۸۲۱/۵۶	۴/۵۹	۰/۰۳	۰/۰۳	۰/۵۶
نیمسال تحصیلی دانشجوی	۱۲۶۴/۴۴	۷	۱۸۰/۶۳	۱/۰۰۹	۰/۴۲	۰/۰۵	۰/۴۲
محل زندگی (خوابگاهی یا غیرخوابگاهی)	۰/۱۵۸	۱	۰/۱۵۸	۰/۰۰۱	۰/۹۷	...	۰/۰۵
نوبت تحصیلی (شبانه یا روزانه)	۰/۲۷	۱	۰/۲۷	۰/۰۰۲	۰/۹۶	...	۰/۰۵

بحث و نتیجه گیری

نتایج بدست آمده نشان داد میانگین شادمانی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در آزمون آکسفورد و فوردایس به ترتیب ۴۵/۸۳ و ۳۱۰/۴۹ می باشد. این در حالیست که حداکثر نمره‌ای که می توانستند بدست آورند به ترتیب ۸۷ و ۴۸۰ بوده است. نتایج بدست آمده با پژوهش‌های فرانسیس و همکاران (۲۰۰۳) فرانسیس (۱۹۹۸) و علیپور و همکاران (۱۳۷۸) همخوانی دارد (۲۲ و ۲۳ و ۲۴). در ضمن میزان شادمانی دانشجویان متاهل بیشتر از دانشجویان مجرد است. این یافته با نتایج تحقیق باس (۲۰۰۰) دال بر اینکه حتی اگر متغیرهای سن و درآمد نیز کنترل شوند باز میزان شادمانی افراد متاهل بیشتر از افراد مجرد است همخوانی دارد (۲۵).

نتایج بدست آمده نشان داد تنها چهار عامل بیشترین سهم را در میزان شادمانی دانشجویان داشته اند. این عوامل به ترتیب عبارتند از بیان احساسات، پرورش شخصیت سالم، دوری از نگرانی و شادمانی کلی. در این میان مهمترین عامل "بیان احساسات" است که توانسته است به تنهایی ۴۴ درصد از واریانس شادمانی را تبیین کند.

نکته دیگری که از نتایج پژوهش حاضر بدست آمده است سهم اندک عوامل دموگرافیک در تبیین شادمانی می باشد که این نتیجه با یافته های لیوبومیرسکی (۲۰۰۱) همخوانی دارد (۲۶). میزان همبستگی بین عوامل شناختی رفتاری و شادمانی بین ۰/۲۸ تا ۰/۶۵ در نوسان بود ولی تمام این همبستگی ها معنی دار بود. این نتایج با یافته های حاصل از تحقیق هیلز و همکاران (۲۰۰۱) همخوانی دارد (۲۷).

با توجه به نتایج این پژوهش می توان پیشنهاداتی به شرح زیر ارائه کرد:

۱- اختصاص بالاترین سهم به عامل "بیان احساسات" ایجاد می کند در قالب برنامه های فرهنگی از قبیل تقویت تشکل های دانشجویی، برگزاری تریبون‌های آزاد، برگزاری جلسات پرسش و پاسخ زمینه‌های لازم برای "بیان احساسات" دانشجویان فراهم آید.

۲- با توجه به سهم قابل ملاحظه عامل "پرورش شخصیت" در این زمینه لازم است دانشگاه ها از طریق تقویت فعالیت‌های مشاوره ای و رونق بخشیدن به مراکز مشاوره در دانشگاه‌ها سالم سازی شخصیتی را بیشتر از گذشته مورد توجه قرار دهند.

۳- با توجه به اهمیت عامل "دوری از نگرانی" پیشنهاد می شود از طریق راه‌اندازی کارگاه‌های آموزشی مختلف به ارتقاء میزان آگاهی دانشجویان در خصوص تاثیر عامل فوق‌الذکر پرداخته شود تا با سهم کردن و مشارکت جدی خود دانشجویان بتوان به شکل مطلوبتری دست یابی به شادمانی بیشتر را میسر ساخت.

۴- با توجه به شادمانی بیشتر دانشجویان متاهل چنانچه بتوان هم در فرهنگ عمومی جامعه و هم در چارچوب‌های دانشگاهی زمینه‌های تسهیل امر ازدواج دانشجویان فراهم شود می توان به شکل شایسته تری زمینه های شادمانی بیشتر دانشجویان را فراهم آورد.

این مقاله از نتایج طرح تحقیقی شماره ۸۲۰۱۰۱ مصوب شورای پژوهشی دانشگاه اصفهان استخراج شده که بدین وسیله از حمایت‌های مادی و معنوی آن معاونت محترم تشکر می‌گردد.

References:

- Veenhoven R. "Advances in understanding happiness". *French Reve Quebecoise psychologic*. 1997, 18, pp. 29-74.
- Heady B., Veenhoven R. Wearing A. "Top-down versus bottom-up: Theories of subjective well-being". *Social Indicators Research*, 1991 24, pp. 81- 100.
- Dickey M. *The pursuit of Happiness*. <http://www.Dickey.Org/happy>. 1999.
- Kalat J. W. *Introduction to psychology*. 4th ed. Brooks/ Cole publishing Company. Pacific Grove. 1996.
- Cornelius R.R. *The science of emotion research and tradition in the psychology of emotion*. Upeer saddle River, NJ: prentice Hall. 1996
- Dunavold P. A. *Happiness, Hope, and optimism*. California State University. <http://www.csun.edu/~vcpsyoooh/students/happy>. 1997.
- Franken R. E. *Human Motivation*, 3rd ed. Belmont, CA: Brooks/ Cole publishing Company. 1994.
- آیزنک، م. همیشه شاداب باشید، ترجمه ز. چلونگر. ز. تهران: انتشارات نسل نو اندیش. ۱۳۷۸
- Argyle M. Martin M Crossland J. Happiness as a function of personality and social encounters". In J.P. Forgas & J. M. Innes (Eds), *Recent advances in social psychology: An International perspective*. North Holland: Elsevier. 1989 (pp. 189- 203)..
- Veenhoven R. *Data Book of Happiness*. New York: Reidel publishing company. 1984
- Smith C. Rocliff. L. *The Classroom*. <http://www.educ.utas.edu.au/conferences/ed4comf99/stand-C/mitrock.htm>.
- Argyle M. *The Psychology of happiness*. London: Routledge. 2001.
- Bradburn N. M. Caplovitz D. *Reports on Happiness*. Chicago: Aldine publishing company. 1965.
- Philips D: L. "Social Participation and happiness". *The American Journal of Sociology*. 1967, 72(5), 479- 488.
- Philips D. L. "Mental health status, social participation and happiness". *Journal of health and social Behaviour*, 1967, 18, pp. 285- 291
- Constantinople M. "Perceived instrumentality of the college as a measure of attitudes toward college". *Journal of personality and social sychology*. 1967, 5. pp. 196- 201.
- Bradbury B. R. *A study of guilt and anxiety as related to certain psychological and Sociological variables*. Unpublished doctoral dissertation, Denton, Texas USA. 1967
- Bradburn N. M. *The structure of psychological well- bering*. Chicago: Aldine publishing company. 1969
- Cooper H. Okamura L. Gurka V. Social activity and subjective Well- being". *Personality and Individual Differences*. 1992, 13. (5). pp. 573- 583.
- Constantinople A. "Some correlaters of average level of happiness among collega students". *Developmental psychology*. 1970 2(3), 447 (brief report).
- عابدی، م. بررسی اثر بخشی آموزش شناختی- رفتاری فوردایس بر شادمانی، اضطراب، افسردگی و روابط اجتماعی دانشجویان دانشگاه اصفهان. خلاصه مقالات و سخنرانیهای چهارمین هفته پژوهش دانشگاه اصفهان. اصفهان: معاونت پژوهشی دانشگاه اصفهان. ۱۳۷۸.
- علی پور، ا و نوربالا، ا. بررسی مقدماتی و پایایی و روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاههای تهران. فصلنامه اندیشه و رفتار. سال پنجم، شماره های ۱ و ۲. ۱۳۷۸.
- Francis L. J. Ziebertz H. G. Lewis C. A. "The relationship between religion and happiness amonge German students". *Pastoral psychology*, 2003, 51(4), 273-381.
- Francis L.J, Lester. D. Philip chalk R. Happiness as stable extraversion: Across examination of the reliability and validity of the Oxford Happiness Inventory among students in the UK, USA, Australia and Canada. *Personality and Individual Differences*. 1998, 24(2), pp. 164- 171.
- Buss D. M. "The Evolution of happiness". *American psychologist*. No. 2000, 55, pp 15-53.
- Lyubomirsky S. "Why are some people happier than others". *American psychologist*. 2001, No. 56, pp. 239- 249.
- Hills P. Argyle M. "Emotional Stability as a Major dimension of happiness". *Personality and individual difference*. 2001, No. 31, pp. 1357 -1364..



Abstract

Happiness and its Degree of Effective Factors in Students of the Isfahan Medical Sciences University

Authors: Jafari ,E¹. Abedi,M.R². Liaghatdar,M.J.¹

The aim of this study was to determine the degree of happiness and its effective factors in students of the Isfahan University of Medical Sciences. The population of this study consisted of all 6080 students in the Isfahan University of Medical Sciences for the academic year 2002-2003. From this population, 161 students were selected using stratified random sampling. The method of the research was descriptive and the instruments were the Oxford and Fordyce Happiness Inventories. The results indicated that the mean of happiness scores in the Oxford Inventory was 45.83 and in the Fordyce Inventory, the mean was 310.49. The results also showed that among cognitive-behavioral factors the “expression of feelings” played the greatest rate in determining the happiness of the of students.

Key Words:*Happiness, Medical Sciences Student, Oxford and Fordyce Inventory*

1 - Assestant Professor in Isfahan University of Medical Sciences.
2 - Assestant Professor in Isfahan University of Medical Sciences

