

بررسی احساس شادکامی و عوامل موثر بر آن در بین مددجویان بهبودی شهرستان رشت

مجید حسینی نثار

کارشناس ارشد پژوهشگری علوم اجتماعی، دانشگاه تهران
hoseini.fm@gmail.com (مسئول مکاتبات)

صغری شب افروزان

کارشناس ارشد علوم ارتباطات اجتماعی، دانشگاه آزاد اسلامی واحد دماوند
shadi_afroz2012@yahoo.com

چکیده

مقدمه و هدف پژوهش: بررسی میزان شادکامی مددجویان برای سازمان بهزیستی و خصوصاً ارزیابی ادواری از زندگی افرادی که از خدمات حمایتی و توانبخشی بهزیستی بهره‌مند شده‌اند با توجه به مأموریت‌ها و اقدامات این سازمان در جامعه، کاملاً ضروری است. این پیمایش نیز در همین راستا انجام شده است. پس از مرور دیدگاه‌های مختلف، به ویژه، با تأکید بر دیدگاه‌های نابرابری آدامز، نظریه محرومیت نسبی گار و نظریه پیامدهای مدرنیته گیدنز، فرضیه‌ها تدوین شد.

روش پژوهش: این تحقیق با استفاده از روش پیمایش و پرسشنامه شادکامی آکسفورد با کمی اصلاح، در بین مددجویان بهزیستی شهرستان رشت به صورت نمونه‌گیری احتمالی ساده انجام شد و مراجعه کنندگان به واحدهای مختلف مددکاری بهزیستی و مراکز تحت نظر اداره بهزیستی شهرستان رشت، مورد بررسی قرار گرفتند.

یافته‌ها: نتایج نشان می‌دهد ۵۸،۱ درصد از نمونه‌ها شادکامی متوسط دارند. ۲۲،۱ درصد شادکامی کم و ۱۹،۸ درصد، شادکامی زیاد دارند. برای تحلیل چند متغیری، از تحلیل رگرسیون استفاده شده است که بر اساس آن سه متغیر تحقیق در ارتباط همزمان با متغیر شادکامی، معنا دار بوده‌اند که شامل ارضاء نیازها، همبستگی اجتماعی و احساس امنیت است. حدود ۶۰ درصد از تغییرات متغیر شادکامی، توسط متغیرهای مذکور تبیین می‌شود.

نتیجه‌گیری: احساس شادکامی در زندگی اگر چه تا حد زیادی بستگی به شرایط فردی دارد، اما تأثیر عوامل اجتماعی، به ویژه ارضاء نیازها، همبستگی اجتماعی و احساس امنیت در افزایش و یا کاهش آن بسیار زیاد است
واژگان کلیدی: احساس شادکامی، ارضاء نیازها، همبستگی اجتماعی، احساس امنیت

۱ - مقدمه

واقع خود نشانه‌ای از نگرش‌های مثبت نسبت به جهان و محیطی که فرد را فرا گرفته و در آن زندگی می‌کند، می‌باشد. شادکامی در زندگی، احساس خوشبختی، اعتماد متقابل و احساس تعهد، همه در یک دسته فرهنگی قرار دارند و نشانه نگرش فرد به خود و جهان پیرامونی هستند. سطح پایین شادکامی اجتماعی به گرایش‌های منفی نسبت به جامعه مربوط می‌شود. شاید دلیل عمده این شرایط، وضعیتی است که جامعه از جهت تحقق اهداف و ایجاد امنیت ناشی از تحقق آن برای فرد در پی می‌آورد. احساس امنیت ناشی از ارضاء نیازها و تحقق اهداف، از جمله عوامل اساسی است که شادکامی در زندگی را در بین افراد جامعه گسترش می‌دهد.

شادکامی یکی از خلیقات اساسی در زندگی فرد است و نقش مهمی در چارچوب حیات روانی و اجتماعی او بازی می‌کند. شادکامی عبارت از چگونگی داوری فردی درباره نحوه گذران زندگی است، این نوع داوری متأثر از ادراکات شخصی فرد و تجربه احساسات و عواطف مثبت است که بر سبک تبیین، قضاوت و تصمیم‌گیری او اثر می‌گذارد. عواملی که شادکامی را به وجود می‌آورند عبارتند از: احساس رضایتمندی از زندگی و فقدان عواطف منفی همچون افسردگی و لذت بردن از وقایع می‌باشد که از علل تاثیرگذار بر برقراری اصول بهداشت روانی و خوشبختی است و بر فضای شناختی و رشد آن اثر می‌گذارد. شادکامی یکی از ابعاد اصلی تجربه بوده و معمولاً در پی ایجاد پاسخ‌های مطلوب است که کارکرد مناسبی به جای می‌گذارند. (سلیگمن^۲، ۲۰۰۳).

۲ - طرح مساله

براساس نتایج پژوهش‌های انجام شده در زمینه خوشبختی و شادکامی از نظر ۵۰ درصد مردم «احساس شادکامی» مهمترین مسئله زندگی به شمار می‌رود

مفهوم شادکامی در طول سال‌های اخیر مورد علاقه روانشناسان، جامعه‌شناسان و متخصصان بهداشت قرار گرفته است. مطالعات نشان می‌دهد که جامعه‌شناسی و روان‌شناسی قرن بیستم بر عوامل منفی (مثل آسیب‌ها و نابهنجاری‌های اجتماعی) و هیجانات منفی مانند: افسردگی و اضطراب تمرکز یافته است تا بر هیجانات مثبتی مانند: شادی و شادکامی اجتماعی اқشار مختلف جامعه. به عبارتی دیگر، تعریف و منظور سلامت فردی و اجتماعی مترادف با فقدان مشکلات در جامعه و بیماری‌های روانی و اجتماعی بوده است؛ در حالی که از دهه ۱۹۸۰ به بعد در تعریف سلامت تغییر و تحول بسیاری پدید آمده است و متون مرتبط با روان‌شناسی سلامت و جامعه‌شناسی تنها به جنبه‌های منفی و رفع آثار منفی در افراد و جامعه محدود نمی‌شود، همانطور که در تعریف سازمان بهداشت جهانی به سلامت از جنبه مثبت آن تاکید شده است و فردی واجد سلامت شناخته می‌شود که به لحاظ زیستی، روانی و اجتماعی از شرایط معینی برخوردار باشد. ویژگی مهم روانی که فرد واجد سلامت می‌بایست از آن برخوردار باشد، احساس شادکامی و احساس رضامندی عمومی از زندگی که شامل خود و دیگران در حوزه‌های مختلف خانواده، شغل و ... است (مایرز و دینر^۱، ۱۹۹۵).

احساس شادکامی در زندگی اگر چه تا حد زیادی بستگی به شرایط فردی دارد، اما تأثیر عوامل اجتماعی در افزایش و یا کاهش آن بسیار مؤثر است. جامعه از سویی به وجود آورنده شرایطی است که می‌تواند فرد را به سوی تحقق اهداف و آرزوهای فردی سوق دهد و از سوی دیگر زمینه ساز تحقق فضایی است که فرد می‌تواند به کنش متقابل و ارتباط با هموعانی که باعث ایجاد آرامش، امنیت و اطمینان خاطر وی برای یک زندگی مناسب باشند، مبادرت ورزد. شادکامی در زندگی، ترکیبی است از شرایط فردی و اجتماعی، و در

مشغول کرده است. از مهم‌ترین نکاتی که در این زمینه مطرح است. چگونگی حصول شادمانی، تقویت آن و عوامل تأثیرگذار بر دستیابی به این نیاز حیاتی است. شخصیت، عزت نفس، اعتقادات مذهبی، سرمایه اجتماعی، فعالیت‌های اوقات فراغت و ... از جمله عواملی هستند که پژوهش‌ها نشان می‌دهد بر این پدیده تأثیر به‌سزائی دارند.

بررسی میزان شادکامی مردم برای سازمان بهزیستی و خصوصاً ارزیابی ادواری از زندگی افرادی که از خدمات حمایتی و توانبخشی بهزیستی بهره‌مند شده‌اند با توجه به مأموریت‌ها و اقدامات این سازمان در جامعه، کاملاً ضروری است. در واقع بهزیستی باید هر سال نسبت به ارزیابی شادکامی و انجام پیمایش‌های سالانه بپردازد تا از این طریق، بتواند آسیب‌ها را شناسایی و در جهت بهزیستی هرچه بیشتر، قدم بردارد.

۳- سوال‌های تحقیق

۳-۱- سوال اصلی

۱- عوامل موثر بر شادکامی در بین مددجویان اداره بهزیستی شهرستان رشت، کدامند؟

۳-۲- سوالات فرعی

۱- میزان احساس شادکامی در بین مددجویان بهزیستی شهرستان رشت چگونه است؟

۲- ارضاء نیازها بر احساس شادکامی در بین مددجویان بهزیستی شهرستان رشت چه تأثیری دارد؟

۳- همبستگی اجتماعی بر احساس شادکامی در بین مددجویان بهزیستی شهرستان رشت چه تأثیری دارد؟

۴- احساس امنیت بر احساس شادکامی در بین مددجویان بهزیستی شهرستان رشت چه تأثیری دارد؟

(آرجیل^۳، ۲۰۰۱: ۴۷-۴۶ و هزار جریبی و صفری شالی، ۱۳۸۷: ۵۱). آمارهای پایگاه داده شادمانی در جهان (۲۰۰۵-۱۹۹۵) نشان می‌دهد ایران با نمره ۵۱ از ۱۰۰، جزو کشورهای متوسط از لحاظ شادی و در ردیف کشورهایی چون فیلیپین، هند، لهستان و کره جنوبی قرار دارد (موسوی، ۱۳۸۷).

همان‌طور که «ازکمپ» تأکید می‌کند: این دست مطالعات از مهم‌ترین ابزارهای تصمیم‌گیری‌های دولتی است (ازکمپ، ۱۳۸۵: ۶۶). در جوامع پیشرفته صنعتی که دولت از جمله اهداف خود را ارتقاء کیفیت زندگی مردم و فراهم آوردن زمینه‌های بهروزی مردم می‌خواند، چنین تحقیقاتی لازمه ارزیابی دولت از عملکرد خود و وقوف بر عوامل نارضایتی مردم و تلاش برای زدودن یا کاهش آنهاست. از همین رو از اواسط دهه ۱۹۶۰ که بررسی کیفیت زندگی مردم و سنجش میزان احساس خوشبختی و شادکامی مردم در این جوامع پا گرفته است، دولت‌ها قویاً از انجام مرتب این سنجش‌ها چه به صورت مقطعی و چه به صورت طولی و سالانه حمایت کرده، در سیاست‌گذاری‌ها و برنامه‌ریزی‌های اجتماعی خود به یافته‌ها و نتایج آن تحقیقات تمسک می‌جویند.

از سال ۲۰۰۰ به بعد در نگاه سازمان ملل برای تعیین سطح توسعه یافتگی کشورها متغیرهای شادکامی، امید به آینده، خشنودی و رضامندی افراد جامعه نیز به عنوان یک متغیر کلیدی وارد محاسبات شده است، به این صورت که اگر مردم یک جامعه احساس شادکامی، خشنودی و رضامندی نکنند، نمی‌توان آن جامعه را توسعه یافته (به ویژه در حوزه توسعه اجتماعی) قلمداد نمود.

شادمانی و نشاط به عنوان یکی از مهم‌ترین نیازهای روانی بشر، به دلیل تأثیرات عمده‌ای که بر شکل‌گیری شخصیت آدمی و در یک کلام مجموعه زندگی انسان دارد، همیشه ذهن انسان را به خود

۴- اهداف تحقیق

۴-۱- **هدف کلی:** با توجه به مساله تحقیق و پرسش‌های مربوط به آن، هدف اصلی بررسی عوامل موثر بر احساس شادکامی در بین مددجویان بهزیستی شهرستان رشت است.

۴-۲- اهداف اختصاصی:

- ۱- بررسی میزان احساس شادکامی در بین مددجویان بهزیستی شهرستان رشت
- ۲- بررسی تاثیر ارضاء نیازها بر احساس شادکامی در بین مددجویان بهزیستی شهرستان رشت است.
- ۵- بررسی تاثیر همبستگی اجتماعی بر احساس شادکامی در بین مددجویان بهزیستی شهرستان رشت است.
- ۴- بررسی تاثیر احساس امنیت بر احساس شادکامی در بین مددجویان بهزیستی شهرستان رشت است.

۵- چارچوب نظری

آرجیل (۲۰۰۱) در تعریف خود از شادکامی به بررسی‌های زمینه‌یابی که بر روی نمونه‌های فراوانی انجام شده اشاره می‌کند و معتقد است که شادکامی شامل سه جز است: ۱- حالت خوشحالی یا سرور (هیجان‌ات مثبت)، ۲- راضی بودن از زندگی و ۳- فقدان افسردگی و اضطراب (عوامل منفی). در این تعریف مجموعاً عواطف مثبت و منفی را که اموری درونی می‌باشند، در نظر گرفته و در بعد بیرونی نیز به رضایت از زندگی اشاره دارد.

عملیاتی‌ترین تعریف شادمانی را وینهوون (۲۰۰۶) ارائه می‌دهد. به نظر او، شادمانی به قضاوت فرد از درجه یا میزان مطلوبیت کیفیت کل زندگی اطلاق می‌گردد. به عبارت دیگر شادمانی به این معناست که فرد چه‌قدر زندگی خود را دوست دارد.

از سال ۱۹۶۰ پژوهش‌های مربوط به شادمانی افزایش یافت و سازمان‌های مختلفی به بررسی شادمانی پرداختند (آرجیل، ۲۰۰۱). در این پژوهش‌ها سه جهت‌گیری اساسی را می‌توان مشخص کرد: ۱- در برخی از آن‌ها سنجش میزان شادمانی و تهیه ابزارهایی برای سنجش شادمانی هدف اصلی بوده است. ۲- در برخی پژوهش‌ها که بیش‌تر مورد توجه بوده، بررسی عوامل مؤثر بر شادمانی مدنظر قرار گرفته است و ۳- در گروهی شیوه‌های افزایش شادمانی ارزیابی شده‌اند. حجم وسیعی از پژوهش‌های نظری و تجربی، در سال‌های معاصر به تبیین این سازه و همچنین علل و پیامدهای آن پرداخته‌اند (چنگ و فرنهام، ۲۰۰۳). در این راستا، تاثیر عواملی همچون تیپ‌های شخصیتی، (مثلاً چنگ و فرنهام ۲۰۰۳؛ استوارات، ابمیر و دیری، ۲۰۰۵)، عوامل فرهنگی (ترایان‌دیس، ۲۰۰۰ به نقل از کار، ۲۰۰۴؛ لو و همکاران، ۲۰۰۱)، ویژگی‌های جمعیت شناختی (چنگ و همکاران، ۲۰۰۳) جهت‌گیری مذهبی (لوئیس، مالتبی وری، ۲۰۰۵) و برجسته‌تر از همه، نقش اهداف (شلدون و لیمبوسکی، ۲۰۰۴) بر احساس خوشبختی و شادی مورد مطالعه قرار گرفته است. البته، حجم این تحقیقات در مقایسه با مطالعات انجام شده در زمینه افسردگی، بسیار ناچیز است.

در تحلیل مفهوم شادی، نظریه پردازان عمدتاً به دو مولفه شناختی و هیجانی اشاره داشته‌اند؛ مولفه شناختی بیشتر دلالت بر رضایت از زندگی و مولفه هیجانی بیشتر بر حالاتی نظیر خندیدن و شوخ طبعی و همچنین تعادل بین هیجان‌ات مثبت و منفی، دلالت دارد (آرجیل، ۲۰۰۱؛ سلیگمن، ۲۰۰۳).

علل بروز نابهنجاری در رفتار شادی را می‌توان از دیدگاه دورکیم، مرتون و ساترلند به شرح زیر توضیح داد: ادوین ساترلند معتقد است در جامعه‌ای که از خرده فرهنگ‌های گوناگون تشکیل شده است، برخی محیط‌های اجتماعی عملاً مشوق فعالیت‌های غیرقانونی

پنداشتی بروز نماید که براساس میزان سرمایه‌گذاری و تلاش، پاداش و نتیجه‌ای که عایدش شده در مقایسه با دیگران عادلانه و منصفانه نیست، دچار احساس محرومیت نسبی شده و این امر باعث بروز نارضایتی و احساس کسالت و عدم شادکامی در دو سطح فردی و اجتماعی می‌شود (گار، ۱۳۸۸: ۲۷).

یکی از دیدگاه‌های مرتبط با شادکامی، **نظریه گیدنز** در خصوص مدرنیته و پیامدهای آن است. گیدنز معتقد است مدرنیته، احتمال خطر را در بعضی حوزه‌ها کاهش داده است، اما خطرات و ناامنی‌های دیگری را جایگزین آن کرده است. از عوامل تهدیدکننده شادمانی از نظر گیدنز عبارت است از: ۱- تهدیدهای خشونت-آمیز ناشی از صنعتی شدن جنگ؛ ۲- متزلزل شدن ریشه‌های اعتماد به نظام‌های انتزاعی؛ ۳- احساس ناامنی و اضطراب وجودی. (۱۳۹۰: ۱۵۶-۱۴۸).

۶- روش تحقیق:

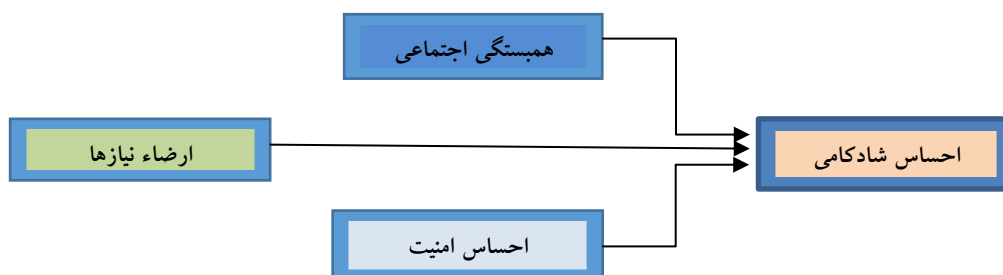
پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی و روش گردآوری داده‌ها توصیفی پیمایشی و از شاخه مطالعات میدانی به شمار می‌آید. تحقیق حاضر از این نظر کاربردی است که نتایج آن برای سازمان‌های فرهنگی استان گیلان قابل استفاده است. و از این جهت توصیفی است که دخالتی در متغیرها و مؤلفه‌ها انجام نگرفته است. همچنین در این تحقیق روش تحلیل آماری نیز همبستگی است.

و نابهنجار می‌شوند، در صورتی که در محیط‌های دیگر چنین نیست. افراد شاید در حالت عادی رفتار نابهنجار نداشته باشند اما تحت تاثیر گروه همسالان، دست به رفتارهای غیرقانونی و شادی‌های نابهنجار می‌زنند.

مرتون از مفهوم بی‌هنجاری که برای اولین بار توسط امیل دورکیم مطرح گردید برای طرح تئوری خود استفاده می‌نماید. دورکیم، مفهوم بی‌هنجاری را برای توضیح بحران هنجاری در جوامع امروزی طرح کرد، براین اساس معیارها و هنجارهای سنتی بی‌آنکه توسط هنجارهای جدیدی جایگزین گردند، تضعیف می‌شوند. از نظر مرتون، هرگاه شکاف بزرگی میان آرزوها و فرصت‌ها وجود داشته باشد، فشارهایی در جهت فعالیت‌های نابهنجار و کجروی‌ها وجود دارند. بدین ترتیب میتوان نتیجه گرفت اگر افراد جامعه از آرزوهایشان در جهت دستیابی به شادی‌ها منع شوند و این فرصت از آن‌ها گرفته شود صورت‌های نابهنجار شادی شکل می‌گیرد (حسینی نثار و شب افروزن، ۱۳۹۴: ۴۱-۲۹).

مرتون، پنج واکنش ممکن نسبت به تنش میان ارزش‌ها و هنجارهای اجتماعی پذیرفته شده و وسایل محدود دستیابی به آن‌ها تشخیص می‌دهد: ۱- هم‌نوایی، ۲- بدعت‌گذاران ۳- شعائرگرایان ۴- انزواگرایان ۵- شورش

نظریه محرومیت نسبی: براساس دیدگاه محرومیت نسبی، فرد به مقایسه خود با افراد دیگر و گروه مرجع دست می‌زند و دوست دارد که شرایط مشابه با آنها را داشته باشد و اگر در نتیجه مقایسه برای فرد، چنین



شکل ۱: مدل تحقیق

۷- جامعه آماری، حجم نمونه و شیوه نمونه گیری

حجم جامعه آماری شامل کلیه مددجویان اداره بهزیستی شهرستان رشت به تعداد ۵۰۰۰ نفر است. در این تحقیق، با توجه به حجم جامعه آماری (کلیه مددجویان اداره بهزیستی شهرستان رشت) و موضوع تحقیق، حجم نمونه با استفاده از روش مناسب، به شرح فرمول زیر محاسبه می شود. ۲۱۲ نمونه مورد نیاز با کمی افزایش به دلیل احتیاط بیشتر به ۲۲۲ نمونه رسید.

$$n = \frac{NT^2 S_2}{Nd^2 + t^2 s^2} = 212$$

۵۰۰۰ = حجم جامعه آماری (N)

۰/۳۸ = واریانس در مطالعات قبلی (s^2)

۱/۹۶ = مقدار ضریب احتمال (T)

۰/۰۵ = سطح اطمینان معناداری (D^2)

روشی که پژوهشگر در این تحقیق برای نمونه گیری به کار برده است، نمونه گیری احتمالی تصادفی ساده است. بدین صورت که از مددجویان مراجعه کننده به واحد مددکاری بهزیستی شهرستان رشت و مراکز تحت نظر بهزیستی به صورت احتمالی خواسته شد پاسخگوی سوالات باشند.

۸- فرضیه ها

- ۱- بین ارضاء نیازها و احساس شادکامی در بین مددجویان بهزیستی شهرستان رشت رابطه وجود دارد.
- ۲- بین همبستگی اجتماعی و احساس شادکامی در بین مددجویان بهزیستی شهرستان رشت رابطه وجود دارد.
- ۳- بین احساس امنیت و احساس شادکامی در بین مددجویان بهزیستی شهرستان رشت رابطه وجود دارد.

۹- تعریف عملیاتی متغیرهای تحقیق

همبستگی اجتماعی: همبستگی در فرهنگ علوم اجتماعی این چنین تعریف شده است؛ احساس مسوولیت متقابل بین چند نفر یا چند گروه است که از آگاهی و اراده برخوردار باشند. همچنین همبستگی می تواند شامل پیوندهای انسانی و برادری بین انسانها به طور کلی و یا حتی وابستگی متقابل حیات و منافع بین آنها باشد (بیرو، ۱۳۸۰). برای سنجش متغیر بالا از ۱۲ گویه براساس طیف لیکرت استفاده شده است.

فرهنگ بر نیازها: $n = \frac{NT^2 S_2}{Nd^2 + t^2 s^2} = 212$ فرهنگ آکسفورد نیاز این گونه تعریف شده است: شرایطی که در آن وجود شیئی یا عملی که انسان فاقد آن است، ضرورت پیدا می کند. در واقع هرگونه احساس کج روی و نقصان جسمی، روحی و روانی است که فرد را برای جبران یا رفع آن به فعالیت وا می دارد. نیاز یک حالت کمبود یا نقصان در موجود زنده است و سائق به انرژی یا تمایل حاصل از نیاز گفته می شود (سیف، ۱۳۶۸: ۳۴۰). متغیر «ارضاء نیازها» به وسیله گویه های زیر براساس طیف پنج قسمتی لیکرت مورد سنجش قرار گرفت: ۱- میزان تأمین زندگی، ۲- میزان توانایی و تأمین مایحتاج زندگی، ۳- ارضاء نیاز تفریحی، ۴- تأمین نیازهای بهداشتی، ۵- فاصله بین نیاز و توانایی در برآورده کردن آن.

احساس امنیت: احساس امنیت مستلزم توانایی در حفظ آنچه که شخص دارد و حصول اطمینان از تداوم برخورداری از آن در آینده می باشد (لوتانز، ۱۳۷۲: ۳۲، نقل از صفدری، ۱۳۷۴). این متغیر نیز با ۵ گویه، تعریف عملیاتی شده است.

احساس شادکامی

شادکامی عبارت است از مقدار ارزش مثبتی که یک فرد برای خود قایل است. این سازه دو جنبه کلی دارد: یکی عوامل عاطفی که نمایانگر تجربه هیجانی

دوستانشان را براساس یک مقیاس ده درجه‌ای از شادکامی درجه‌بندی کنند که همبستگی میان این درجه‌بندی و پرسشنامه شادکامی آکسفورد، $0/43$ بود. بررسی والیان (۱۹۹۳) نیز همبستگی $0/64$ و $0/49$ را میان درجه‌بندی دوستان و نمره پرسشنامه شادکامی آکسفورد گزارش کرده است.

در بررسی عملی این تحقیق نیز ضرایب پایایی زیر برای تک تک متغیرها به دست آمد که همگی در حد قابل قبولی هستند. از پرسشنامه استاندارد شادکامی آکسفورد که شامل ۲۹ سوال است فقط سوال بیست و هفتم که مربوط به بعد انرژی مثبت بود، از مجموعه حذف شد و بیست و هشت گویه باقی ماند. برای سنجش متغیرهای مستقل نیز از پرسشنامه محقق ساخته استفاده شد که ضرایب آلفای کرونباخ آن‌ها در جدول زیر ملاحظه می‌شود:

جدول ۱: پایایی متغیرهای تحقیق

متغیر	تعداد سوالات	ضریب آلفای کرونباخ
شادکامی	۲۸	۰/۹۰
رضایت از زندگی	۱۳	۰/۷۵
رضایت خاطر	۵	۰/۷۴
حرمت خود	۵	۰/۹۱
خلق مثبت	۳	۰/۹۰
انرژی مثبت	۲	۰/۷۷
ارضای نیازها	۶	۰/۸۵
همبستگی اجتماعی	۱۲	۰/۸۵
احساس امنیت	۴	۰/۷۷

۱۲- یافته‌های تحقیق

در این بخش، ابتدا یافته‌های توصیفی و سپس داده‌های به دست آمده در قالب فرضیه‌های مطرح شده در تحقیق، مورد بررسی قرار می‌گیرد. ابتدا روابط دو متغیره و سپس روابط چند متغیره، مورد آزمون قرار می‌گیرد. در روابط دو متغیره، برای آزمون فرضیه‌های تحقیق از آزمون معناداری همبستگی پیرسون در سطح سنجش فاصله‌ای استفاده می‌شود و برای آزمون روابط

شادی، سرخوشی، خشنودی و سایر هیجان‌های مثبت است و دیگری ارزیابی شناخت رضایت از قلمروهای زندگی (علی پور و آگاه هریس، ۱۳۸۶). ابزار مورد استفاده در این پژوهش، پرسشنامه شادکامی آکسفورد (OHI) خواهد بود. این پرسشنامه ۲۹ گویه دارد و دارای پنج بعد رضایت از زندگی، رضایت خاطر، حرمت خود، خلق مثبت و انرژی مثبت است.

۱۰- ابزار تحقیق

هر پژوهش علمی برای بررسی نظام‌مند مسایل مورد مطالعه خود نیاز به یک روش منظم مورد تایید دارد. انتخاب روش مطالعه از بین روش‌های متعدد موجود براساس ماهیت موضوع تحقیق، گستردگی موضوع و محدودیت‌های موجود صورت می‌گیرد. در این تحقیق با توجه به پیمایشی بودن آن، از پرسشنامه جهت گردآوری اطلاعات استفاده می‌شود. بدین ترتیب که پرسش‌نامه‌ها پس از تهیه و گذراندن مرحله‌ی پیش آزمون جهت تعیین اعتبار و روایی آن در میان جامعه آماری مورد نظر توزیع و پس از جمع‌آوری اطلاعات، پرسش‌نامه‌ها کدگذاری و اطلاعات به منظور تجزیه و تحلیل وارد کامپیوتر می‌شوند.

۱۱- اعتبار و پایایی ابزار اندازه‌گیری

پرسشنامه شادکامی آکسفورد در سال ۱۹۸۹ توسط آرچیل و لو تهیه شده است. آرچیل و همکاران پایایی پرسشنامه آکسفورد را به کمک ضریب آلفای کرونباخ $0/78$ و پایایی بازآزمایی آن را طی هفت هفته، گزارش کرده اند.

در پژوهشی که توسط علی پور و نوربالا (۱۳۷۸: ۵۸) صورت گرفت اعتبار و پایایی پرسشنامه تأیید شده است.

برای بررسی اعتبار این پرسشنامه، آرچیل، مارتین و کروسلند^۱ (۱۹۸۹) از دانشجویان خواستند تا

که ۵۲/۹ درصد خلق مثبتشان در حد متوسط است. ۳۴/۴ درصد خلق مثبتشان در حد زیاد و ۱۲/۷ درصد در حد کم می‌باشد.

انرژی مثبت، پنجمین بعد از شادکامی است که با دو گویه مورد بررسی قرار گرفته است، جدول و نمودار زیر نشان می‌دهد که ۶۹ درصد انرژی مثبتشان در حد متوسط است. ۱۸ درصد انرژی مثبتشان در حد کم و ۱۳ درصد در حد زیاد می‌باشد.

از ترکیب ابعاد پنج گانه مذکور، شاخص احساس شادکامی به دست آمده است که با ۲۸ گویه اندازه گیری شده است. بر اساس داده‌های به دست آمده، ۵۸/۱ درصد شادکامی متوسط دارند. ۲۲/۱ درصد شادکامی کم و ۱۹/۸ درصد، شادکامی زیاد دارند.

ارضای نیازها یکی از متغیرهای مستقل این تحقیق است که با طرح شش سوال، مورد سنجش قرار گرفته است. ۷۳ درصد از نمونه‌ها ارضای نیازهایشان در حد کم انجام می‌شود. ۲۵/۴ درصد نیازهایشان در حد متوسط برآورده می‌شود و فقط ۱/۶ درصد از نمونه‌ها، ارضای نیازهایشان در حد زیاد اتفاق می‌افتد.

بر اساس جدول زیر، ۷۴/۲ درصد از نمونه‌ها از **همبستگی اجتماعی** متوسطی برخوردارند. ۲۲/۵ درصد همبستگی زیاد و ۳/۳ درصد همبستگی کمی دارند. این متغیر با ۱۲ گویه سنجیده شده است.

چندمتغیره، از آزمون رگرسیون چند متغیره به روش اینتر استفاده می‌شود.

۱۲-۱- یافته‌های توصیفی

رضایت از زندگی، یکی از ابعاد شادکامی آکسفورد است که در این تحقیق با ۱۳ گویه مورد سنجش قرار گرفته است. بر اساس جدول و نمودار زیر، ۵۵ درصد از مددجویان میزان رضایتشان از زندگی، متوسط است. ۲۶/۵ درصد رضایت کمی از زندگی دارند و ۱۸/۵ درصد، رضایت زیادی از زندگی دارند.

دومین بعد از شادکامی، **رضایت خاطر** است که با طرح ۵ گویه سنجیده شد. یافته‌ها نشان می‌دهد که ۵۶/۳ درصد از مددجویان مورد بررسی رضایت خاطرشان در حد متوسط است. ۲۲/۱ درصد رضایت زیاد و ۲۱/۶ درصد هم رضایت خاطرشان کم می‌باشد.

حرمت خود، سومین بعد از شادکامی است که با طرح ۵ گویه مورد سنجش قرار گرفته است. سنجش این متغیر گویای آن است که ۵۷/۲ درصد حرمت متوسطی را برای خود قایل هستند. ۲۶/۱ درصد حرمت از خودشان در حد زیاد و ۱۶/۷ درصد در حد کم می‌باشد.

خلق مثبت

چهارمین بعد از شادکامی است که با سه گویه سنجیده شده است، سنجش این متغیر گویای آن است

جدول ۲: توزیع فراوانی و درصدی ابعاد احساس شادکامی

شادکامی	انرژی مثبت	خلق مثبت	حرمت خود	رضایت خاطر	رضایت از زندگی	پاسخ‌ها						
درصد فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی	درصد فراوانی						
۲۲/۱	۴۹	۱۸	۳۳	۱۲/۷	۲۴	۱۶/۷	۳۷	۲۱/۶	۴۸	۲۶/۵	۵۹	کم
۵۸/۱	۱۲۹	۶۹	۱۲۷	۵۲/۹	۱۰۰	۵۷/۲	۱۲۷	۵۶/۳	۱۲۵	۵۵	۱۲۲	متوسط
۱۹/۸	۴۴	۱۳	۲۴	۳۴/۴	۶۵	۲۶/۱	۵۸	۲۲/۱	۴۹	۱۸/۵	۴۱	زیاد
۱۰۰	۲۲۲	۱۰۰	۱۸۴	۱۰۰	۱۸۹	۱۰۰	۲۲۲	۱۰۰	۲۲۲	۱۰۰	۲۲۲	جمع

جدول ۳: توزیع فراوانی و درصدی متغیرهای مستقل

پاسخ ها	ارضاء نیازها		همبستگی اجتماعی		احساس امنیت	
	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد	فراوانی	درصد
کم	۱۴۱	۷۳	۷	۳/۳	۱۳۰	۵۸/۶
متوسط	۴۹	۲۵/۴	۱۵۸	۷۴/۲	۷۵	۳۳/۸
زیاد	۳	۱/۶	۴۸	۲۲/۵	۱۷	۷/۷
جمع	۱۹۳	۱۰۰	۲۱۳	۱۰۰	۲۲۲	۱۰۰

فرضیه اول: بین ارضاء نیازها و احساس شادکامی در بین مددجویان بهزیستی شهرستان رشت رابطه وجود دارد.

بر اساس جدول زیر، بین ارضاء نیازها به عنوان متغیر مستقل و احساس شادکامی به عنوان متغیر وابسته، رابطه کاملاً معنادار (با احتمال ۹۹ درصد) وجود دارد. این رابطه مثبت و ضریب همبستگی پیرسون، معادل ۰/۶۱۰ است. به این معنا که با ارضاء هر چه بیشتر نیازها، بر میزان شادکامی مددجویان اضافه می‌شود. ضریب تعیین نشان می‌دهد که ۳۷ درصد از تغییرات شادکامی توسط ارضاء نیازها تبیین می‌شود.

فرضیه دوم: بین همبستگی اجتماعی و احساس شادکامی در بین مددجویان بهزیستی شهرستان رشت رابطه وجود دارد.

بر اساس جدول زیر، بین همبستگی اجتماعی به عنوان متغیر مستقل و احساس شادکامی به عنوان متغیر وابسته، رابطه کاملاً معنادار (با احتمال ۹۹ درصد) وجود دارد. این رابطه مثبت و ضریب همبستگی پیرسون، معادل ۰/۷۰۱ است. به این معنا که هرچه همبستگی اجتماعی بیشتر می‌شود، بر میزان شادکامی مددجویان اضافه می‌شود. ضریب تعیین نشان می‌دهد که ۴۹ درصد از تغییرات شادکامی توسط متغیر همبستگی اجتماعی، تبیین می‌شود.

یکی از متغیرهای مهم در این تحقیق، احساس امنیت است که با طرح چهار سوال در این تحقیق، مورد سنجش قرار گرفته است. نکته مهم این است که درصد قابل توجهی یعنی ۵۸/۶ درصد از مددجویان، احساس امنیتشان کم است. ۳۳/۸ درصد احساس امنیتشان در حد متوسط است و ۷/۷ درصد، احساس امنیتشان زیاد است.

۱۲-۲- یافته‌های تحلیلی

یافته‌های تحلیلی شامل دو قسمت، یکی تحلیل روابط دو به دو بین متغیرها و دیگری، روابط همزمان چند متغیر با هم می‌شود.

۱۲-۲-۱- تحلیل دو متغیره

همان گونه که قبلاً مطرح شد، سه فرضیه در این تحقیق وجود دارد. با توجه به این که پیش شرط استفاده از آزمون همبستگی پیرسون این است که متغیرهای مستقل و وابسته در سطح سنجش فاصله‌ای باشند و دارای توزیع نرمال باشند، که در این تحقیق نیز این گونه است، بنابراین، از آزمون همبستگی پیرسون استفاده می‌شود. معناداری این آزمون اگر کمتر از ۰/۰۵ باشد، بیانگر وجود رابطه است. ضریب همبستگی پیرسون، بیانگر شدت رابطه بین متغیرها است.

جدول ۴: آزمون رابطه همبستگی ارضاء نیازها با احساس شادکامی

احساس شادکامی	همبستگی پیرسون	ضرب تعیین	معناداری	تعداد
	۰/۶۱۰	۰/۳۷	۰/۰۰۰	۲۲۲

جدول ۵: آزمون رابطه همبستگی اجتماعی با احساس شادکامی

احساس شادکامی	همبستگی پیرسون	ضرب تعیین	معناداری	تعداد
	۰/۷۰۱	۰/۴۹	۰/۰۰۰	۲۲۲

در چندین متغیر دیگر، پیش بینی کنیم. در واقع رگرسیون چند متغیری، گسترش این اصل است که یک متغیر را بر اساس چندین متغیر دیگر، پیش بینی کنیم. پس با استفاده از رگرسیون چند متغیری می‌توان به آزمون مدل در این تحقیق، پرداخت.

همان طور که در جدول شماره ۷ ملاحظه می‌شود مجموع مربعات رگرسیون در مدل، بیشتر از مجموع مربعات باقی مانده است و میانگین مربعات برای رگرسیون نیز که از تقسیم مجموع مربعات رگرسیون بر درجه آزادی به دست آمده است، به طور قابل ملاحظه ای، بزرگتر از میانگین مربعات باقی مانده می‌باشد. این نکته به این معنا است که در این مدل تفاوت معناداری بین این دو وجود دارد.

جدول شماره ۸ روابط چند متغیره را نشان می‌دهد که بر اساس آن رابطه ۳ متغیر پیش بین، با یک متغیر ملاک به نام شادکامی بررسی می‌شود. در این مدل رگرسیونی که، بر اساس مقدار معناداری برای متغیرها، می‌توان حکم به وجود رابطه بین هر سه متغیر پیش بین و ملاک داد. معناداری رابطه هر سه متغیر با شادکامی در سطح ۹۹ درصد احتمال صحت است از

فرضیه سوم: بین احساس امنیت و احساس شادکامی در بین مددجویان بهزیستی شهرستان رشت رابطه وجود دارد.

بر اساس جدول زیر، بین احساس امنیت به عنوان متغیر مستقل و احساس شادکامی به عنوان متغیر وابسته، رابطه کاملاً معنادار (با احتمال ۹۹ درصد) وجود دارد. این رابطه مثبت و ضریب همبستگی پیرسون، معادل ۰/۵۴۰ است. به این معنا که هرچه احساس امنیت، بیشتر می‌شود، بر میزان شادکامی مددجویان اضافه می‌شود. ضریب تعیین نشان می‌دهد که ۲۹ درصد از تغییرات شادکامی توسط متغیر احساس امنیت، تبیین می‌شود.

۲-۲-۱۲- تحلیل چندمتغیره

جداول بعدی، ارتباط بین متغیرهای مستقل (پیش بین) و وابسته (ملاک) تحقیق را که بر اساس رگرسیون چند متغیره خطی به روش چندگانه توام (Enter) انجام شده است، به طور همزمان نشان می‌دهد. رگرسیون چند متغیری، روشی آماری است که اجازه می‌دهد نمره یک فرد یا گروه را در یک متغیر بر اساس نمره‌های او

جدول ۶: آزمون رابطه احساس امنیت با احساس شادکامی

احساس شادکامی	همبستگی پیرسون	ضرب تعیین	معناداری	تعداد
	۰/۵۴۰	۰/۲۹	۰/۰۰۰	۲۲۲

جدول ۷: جدول آزمون اف (آنوا)

مدل ۱	مجموع مربعات	درجه آزادی	میانگین مربع	مقدار اف	معناداری
رگرسیون	۶۱/۳۲۵	۳	۲۰/۴۴۲	۱۰۹/۳۰۳	۰/۰۰۰
باقی مانده	۴۰/۷۷۰	۲۱۸	۰/۱۸۷	-	-
جمع	۱۰۲/۰۹۶	۲۲۱	-	-	-

جدول ۸: بررسی میزان تأثیر متغیرهای مستقل بر شادکامی مددجویان

مدل ۱	ضرایب غیراستاندارد		ضرایب استاندارد		مقدار تی	معناداری
	ضریب بی	خطای استاندارد	بتا			
عدد ثابت	۰/۴۸	۰/۱۷۵	-	۰/۲۷۴	۰/۷۸۵	
ارضای نیازها	۰/۲۴۴	۰/۰۵۷	۰/۲۴۴	۴/۲۷۴	۰/۰۰۰	
همبستگی اجتماعی	۰/۵۸۷	۰/۰۵۹	۰/۴۹۹	۹/۹۰۱	۰/۰۰۰	
احساس امنیت	۰/۱۵۳	۰/۰۴۴	۰/۱۹۰	۳/۵۲۰	۰/۰۰۱	

می‌تواند فرد را به سوی تحقق اهداف و آرزوهای فردی سوق دهد و از سوی دیگر زمینه ساز تحقق فضایی است که فرد می‌تواند به کنش متقابل و ارتباط با هم‌نوعانی که باعث ایجاد آرامش، امنیت و اطمینان خاطر وی برای یک زندگی مناسب باشند، مبادرت ورزد. شادکامی در زندگی، ترکیبی است از شرایط فردی و اجتماعی و در واقع، نشانه‌ای از نگرش‌های مثبت نسبت به جهان و محیطی که فرد را فرا گرفته و در آن زندگی می‌کند، می‌باشد.

بررسی میزان شادکامی مردم برای سازمان بهزیستی و خصوصاً ارزیابی ادواری از زندگی افرادی که از خدمات حمایتی و توانبخشی بهزیستی بهره مند شده اند با توجه به مأموریت‌ها و اقدامات این سازمان در جامعه، کاملاً ضروری است. در واقع بهزیستی باید هر سال نسبت به ارزیابی شادکامی و انجام پیمایش‌های سالانه بپردازد تا از این طریق، بتواند آسیب‌ها را شناسایی و در جهت بهزیستی هرچه بیشتر، قدم بردارد. این پیمایش نیز در همین راستا انجام شده است.

۵۲ درصد از مددجویان مورد بررسی سرپرست خانوار نیستند و ۴۸ درصدشان سرپرست خانوار هستند. ۲۹،۳ درصد از مددجویان، تعداد اعضای

نظر میزان و شدت رابطه نیز به ترتیب همبستگی اجتماعی با ضریب بتای ۰/۴۹۹ قوی‌ترین رابطه را با شادکامی دارد. سپس ارضای نیازها با ضریب بتای ۰/۲۴۴ و در آخر، احساس امنیت با کمترین ضریب بتا که معادل ۰/۱۹۰ است.

بر اساس جدول زیر، مقدار ضریب همبستگی چندگانه معادل ۰/۷۷۵ است که رابطه نسبتاً قوی بین متغیرهای پیش بین و ملاک را نشان می‌دهد. همچنین با توجه به مقدار R^2 می‌توان گفت که حدود ۶۰ درصد از تغییرات متغیر شادکامی توسط متغیرهای مذکور تبیین می‌شود. ضریب تعیین نیز ۰/۶۰۱ شده که مقدار قابل توجهی است و نشان می‌دهد بخش زیادی از تغییرات احساس شادکامی، به وسیله متغیرهای سه گانه ارضای نیازها، همبستگی اجتماعی و احساس امنیت، تبیین می‌شود.

۱۳- نتیجه گیری و پیشنهادها

مفهوم شادکامی در طول سال‌های اخیر مورد علاقه روانشناسان، جامعه‌شناسان و متخصصان بهداشت قرار گرفته‌است. احساس شادکامی در زندگی اگر چه تا حد زیادی بستگی به شرایط فردی دارد، اما تأثیر عوامل اجتماعی در افزایش و یا کاهش آن بسیار مؤثر است. جامعه از سویی به وجود آورنده شرایطی است که

جدول ۹: خلاصه مدل (ضرایب همبستگی رگرسیون)

مدل	ضریب همبستگی پیرسون	ضریب تعیین	ضریب تعیین تعدیل یافته	خطای استاندارد ارزیابی
۱	۰/۷۷۵	۰/۶۰۱	۰/۵۹۵	۰/۴۳۲۴۶

خانواده شان ۳ نفر است. ۲۷/۸ درصدشان ۴ نفره، ۲۱،۲ درصد ۵ نفره، ۱۰/۸ درصد دو نفره، ۸/۶ درصد ۶ نفره و ۱/۴ درصد ۱ نفره هستند. ۵۷/۲ درصد از نمونه‌ها مجرد، ۲۵/۷ درصد متأهل و ۱۷/۱ درصد در گزینه سایر قرار می‌گیرند.

۵۸،۱ درصد شادکامی متوسط دارند. ۲۲/۱ درصد شادکامی کم و ۱۹/۸ درصد، شادکامی زیاد دارند. ۷۳ درصد از نمونه‌ها ارضاء نیازهایشان در حد کم است. ۲۵/۴ درصد، نیازهایشان در حد متوسط ارضاء می‌شود و ۱/۶ درصد، ارضاء نیازهایشان در حد زیاد است. ۷۴/۲ درصد از نمونه‌ها از همبستگی اجتماعی متوسطی برخوردارند. ۲۲/۵ درصد همبستگی زیاد و ۳/۳ درصد همبستگی کمی دارند. درصد قابل توجهی یعنی ۵۸/۶ درصد از مددجویان، احساس امنیتشان کم است. ۳۳/۸ درصد احساس امنیتشان در حد متوسط است و ۷/۷ درصد، احساس امنیتشان قوی است.

بر اساس نتایج تحقیق، سه متغیر در ارتباط همزمان با متغیر شادکامی، معنادار بوده اند که شامل همبستگی اجتماعی، ارضاء نیازها و امید به آینده است. مقدار ضریب همبستگی چندگانه معادل ۰/۷۷۵ است که رابطه نسبتاً قوی بین متغیرهای پیش بین و ملاک را نشان می‌دهد. همچنین با توجه به مقدار R^2 می‌توان گفت که حدود ۶۰ درصد از تغییرات متغیر شادکامی توسط متغیرهای مذکور تبیین می‌شود.

نبود شادکامی عوارض متعدد روانی، اجتماعی، اقتصادی و حتی سیاسی را در پی دارد. عدم امید به آینده و کسالت، موجب کناره گیری فرد از اجتماع، افسردگی و انزوای اجتماعی می‌شود که این عوامل خود کاهش فعالیت و کارایی را به دنبال دارند همچنین ناامیدی در بعد فردی موجب از بین رفتن نیرو و اراده لازم برای نیل به اهداف می‌شود.

افراد ناامید نسبت به توانایی‌های خود باور نداشته و از آینده تصویری نامطلوب دارند و به همین سبب

سرخورده و منفعل می‌شوند از آنجا که بخشی از شخصیت افراد غیر قابل تغییر بوده و ناشی از مسائل ژنتیکی می‌باشد و بخشی از شخصیت افراد ناشی از شرایط خانواده و اجتماع می‌باشد، می‌توان بر شخصیت افراد تأثیر گذاشت، و بر احساس شادی و شادکامی او افزود. در خصوص بالا بردن میزان شادکامی اجتماعی لازم است که فعالیت‌های متنوعی در حوزه‌های مختلف فردی، خانوادگی و اجتماعی صورت گیرد، بدین ترتیب با توجه به یافته‌های تحقیق، موارد زیر را به ترتیب از بعد فردی روانشناختی تا بعد کلان اقتصادی و اجتماعی می‌توان مطرح نمود:

۱- توجه خانواده و خصوصاً والدین به مسائل و نیازهای روحی و عاطفی فرزندان

والدین باید به این امر توجه داشته باشند که فقط نباید به فکر نیازهای فیزیولوژیک بچه‌های خود (مثل غذا، خوراک، پوشاک، مسکن و...) باشند، بلکه آنها باید به مسائل عاطفی بچه‌های خود توجه ویژه داشته باشند و روزانه و یا هفتگی ساعاتی را برای صحبت و مشورت با فرزندان اختصاص دهند. می‌توان نتیجه گرفت که همه مشکلات صرفاً اقتصادی نبوده، بلکه ارتباط نزدیک اعضای خانواده با یکدیگر و تعامل آنها موجب احساس تعلق بیشتر فرزندان به خانواده و کاهش آسیب‌های اجتماعی می‌شود که در نهایت احساس شادکامی را افزایش می‌دهد.

۲- برنامه ریزی در جهت شادکامی مردم و اجرای برنامه‌های شاد و مفرح اجتماعی توسط نهادهای ذیربط

مطالعات انجام شده درباره احساس شادکامی و خوشبختی، نشان می‌دهد که شرکت در فعالیت‌های اجتماعی در بوجود آوردن احساس شادی افراد تأثیر بسزایی دارد. فوردریس (۲۰۰۰) بیش از ۳۰ مورد

از افراد جامعه، شادی یک ضد ارزش محسوب می‌شود. از این رو لازم است که فضای مناسب و مثبت در جامعه برای احساس شادی در بین جوانان بوجود آید.

۵- رعایت عدالت توزیعی از سوی مسوولان و آگاه شدن مردم به حقوق شهروندی خود

دولت و مسئولین با بهره‌گیری حداکثری و بهینه از امکانات موجود، می‌توانند با اشتغال‌زایی، کاهش اختلاف طبقاتی و برقراری عدالت اجتماعی از مشکلات اقتصادی مردم بکاهند و در نتیجه بر احساس شادکامی اجتماعی بیفزایند.

۶- تلاش مسوولان مربوطه در بالا بردن احساس امنیت روانی و اجتماعی در بین مردم

از این رو باید خاطر نشان ساخت که امنیت دارای ابعاد تفاوتی می‌باشد و لازم است که مردم از کمترین‌های امنیت در حوزه جانی، مالی و آزادی بیان برخوردار باشند و اما جدا از مسائل فعلی امنیت، اطمینان داشتن از توانایی تأمین زندگی در سالهای پیری و از کارافتادگی، اطمینان داشتن از این که فرد می‌تواند در موقع بیماری از امکانات پزشکی و درمانی مطلوب بهره‌مند شود، از جمله مسائلی هستند که زمینه امنیت روانی افراد را فراهم می‌کنند در مجموع عملکرد بهینه سازمانهای انتظامی، رفاهی و تأمین اجتماعی می‌تواند در تأمین امنیت روانی افراد جامعه نقش مهمی ایفا کند.

منابع و مأخذ

ازکمپ، استوارت. (۱۳۸۵) روانشناسی اجتماعی کاربردی، ترجمه: فرهاد ماهر، تهران: به نشر، چاپ چهارم.
بیرو، آلن (۱۳۸۰) فرهنگ علوم اجتماعی، ترجمه باقر ساروخانی، تهران: کیهان، چاپ چهارم.

پژوهش را ذکر کرده است که نتایج آنها مؤید این ادعاست. بنابراین برگزاری برنامه‌های شاد اجتماعی مانند برگزاری اردو، جشن، نم‌ایش، مسابقات ورزشی در فرهنگسراها، مدارس، شهرداری‌ها، باشگاه‌های ورزشی و غیره می‌تواند باعث شود افراد جامعه بیشتر از زندگی خود لذت ببرند و احساس شادی کنند.

۳- فراهم آوردن امکانات ورزشی در محلات مختلف شهرستان

ضعف امکانات تفریحی بطور اعم و امکانات ورزشی بطور اخص، همواره زمینه ساز پیامدها و تبعات منفی خواهد بود، چرا که نبود و یا ضعف چنین امکاناتی، موجب آن خواهد شد تا برخی از نوجوانان و جوانان بیشتر زمان فراغت خویش را بجای فعالیت‌های مناسب به لحاظ اجتماعی صرف فعالیت‌های غیرسازنده همچون پرسه زدن در خیابانها نمایند که این امر ثمر چندانی در رشد و بالندگی فرد و در نهایت جامعه نخواهد داشت. پس بر طبق این نتیجه، می‌توان گفت که فراهم کردن امکانات ورزشی در محلات، مدارس، دانشگاهها و سایر اماکن عمومی یکی از عوامل مهم در گذران اوقات فراغت تمام نوجوانان و جوانان بطور اخص و همه افراد جامعه به صورت اعم است و مسئولین مربوطه باید به این مهم، توجه جدی داشته باشند.

۴- اصلاح باورهای فرهنگی در مورد شادی کردن جوانان و زنان

در فرهنگ ما، بسیاری از مردم شاد بودن و شادی کردن را علی‌الخصوص برای زنان امری ناپسند و به عبارت دیگر سرخوشی می‌دانند، به نظر می‌رسد که برخی باورهای سنتی به این امر دامن می‌زند در فرهنگ ما ضرب‌المثل‌ها بی‌مانند خنده بی‌جا، گریه می‌آورد وجود دارد که غمگین بودن را تشویق و شاد بودن را نکوهش می‌کند. در حقیقت به اعتقاد عده‌ای

- cognitive factor, stress and emotion, 10 (9), 173-187.
- Argyle, M. (2001) *The psychology of Happiness*. London .Rutledge.
- Car, A (2004). *Positive Psychology, The science of happiness and human strengths*. New York: BrunnerRoutledge Let.
- Cheng, H. Furnham , A. (2003). "Personality, self-esteem, and Demographic predictions of Happiness and Depression". *Personality and individual Differences*. 34: 921-942.
- Lewis, C. A. , Maltby, J. Day, L. (2005). "Religious Orientation, Religious Coping and Happiness Among UK Adults". *Personality and Individual Differences*. 38: 1193-1202.
- Lu, L (2001) "understanding happiness: a look into the chinese Folk sychology", *Journal of Happiness Studies*, 2, 407-432. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1013944228205>.
- Myers, D. G. (2000). "The Friends and Faith of Happy people", *American Psychologist*, 55 (1):56-57.
- Myers, D.G & Diener, E (1995). Who is happy? , *Psychological sciences*, 6: 10-19.
- Seligman E. p. (2003). *Happiness: The three traditional theories*. <http://www.authentic happiness. Org/news/news6.html>
- Seligman, M. (2004). "Authentic: Using the New Positive Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment". New york: free press.
- Sheldon, K. M & Elliot, A. J (1999) "Goal Striving, Need Satisfaction and Longitudinal Well-being: The Self-concordance Model, *journal of personality and social Psychology* ", 76: 482-497.
- Sheldon, K. M. Lybomirsky S. (2004). "Achieving Sustainable New Happiness: Prospects, Practice and Prescriptions". In P. A, Linley, & S. Joseph. *Positive Psychology in practice*. John Wily. Hoboken, New Jersey.
- Veenhoven, R. (2006). *Newdirection in the Study of Happiness*, Retrieved October 2006, from <http://www.Veenhoven.Fsw.eur.nl>.
- چلبی، مسعود؛ موسوی، سید محسن (۱۳۸۷) «بررسی جامعه‌شناختی عوامل مؤثر بر شادمانی در سطح خرد و کلان، دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه شهید بهشتی» مجله جامعه‌شناسی ایران، دوره ۹، شماره ۱-۲: ۵۷-۳۴.
- حسینی نثار، مجید؛ شب افروزان، صغری (۱۳۹۴) سرمایه اجتماعی در جامعه آنومیک (از نظریه تا سنجش) تهران: وانییا.
- صفدری، سلمان. (۱۳۷۴) «رضایت اجتماعی و عوامل مؤثر بر آن»، پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشکده ادبیات، دانشگاه شهید بهشتی.
- علی پور، احمد ؛ آگاه هریس، مژگان (۱۳۸۶) «اعتبار و روایی فهرست شادکامی آکسفورد در ایرانیها»، روانشناسی تحولی، دوره ۳ (تابستان)، ش ۱۲: ۲۹۸-۲۷۸.
- علی پور، احمد؛ نوربالا، احمد علی، (۱۳۷۸) «بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه‌های تهران» اندیشه و رفتار، سال پنجم، شماره ۱ و ۲: ۵۵-۶۶.
- گار، تد رابرت (۱۳۸۸) چرا انسان‌ها شورش می‌کنند؟ ترجمه علی مرشدی زاد، تهران: پژوهشکده مطالعات راهبردی.
- گیدنز، آنتونی (۱۳۹۰) ترجمه محسن ثلاثی، تهران: نشر مرکز، چاپ ششم.
- هزار جریبی، صفر؛ آستین فشان، پروانه (۱۳۸۸) «بررسی عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی با تاکید بر استان تهران» جامعه‌شناسی کاربردی، سال بیستم، شماره ۱، پیاپی ۳۳: ۱۴۶-۱۱۹.
- هزار جریبی، صفر ؛ صغری شالی، رضا (۱۳۸۹) «پژوهش بررسی مفهوم شادکامی اجتماعی و عوامل مؤثر بر آن» فصلنامه برنامه ریزی رفاه و توسعه اجتماعی، شماره سوم: ۷۲-۳۱.
- Argyle, M, Martin, M, & Lu, L (1995). *Testing for stress and happiness: the rol of social and*

یادداشت‌ها

¹ Myers & Diener² Seligman³ Argyle⁴ Validity⁵ Reliability⁶ Cross land