

ارتباط بین عزت‌نفس و شادکامی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک

بهمن توان، فرزانه جهانی*، محمد رفیعی

چکیده

مقدمه: یکی از ویژگی‌های شخصیت به هنجار که می‌تواند سطح شادکامی افراد را دستخوش تغییر کند، برخورداری از عزت‌نفس است. امروزه عزت‌نفس در ابعاد مختلف زندگی افراد اعم از تحصیل، شغل و محیط اجتماعی اهمیت روزافزونی یافته است. این پژوهش با هدف تعیین ارتباط بین عزت‌نفس و شادکامی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک در سال ۱۳۹۲ طراحی گردید.

روش‌ها: این پژوهش مقطعی در سال ۱۳۹۲ بر روی ۲۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک به روش نمونه‌گیری طبقه‌ای تصادفی صورت گرفت. اطلاعات توسط پرسشنامه عزت‌نفس روزنبرگ و پرسشنامه شادکامی آکسفورد جمع‌آوری گردید. داده‌ها با استفاده از آزمون‌های تی مستقل، آنالیز واریانس یک طرفه و ضریب همبستگی پیرسون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

نتایج: میانگین سنی افراد $21/01 \pm 3/55$ سال به دست آمد. نمره میانگین عزت‌نفس از مجموع نمره ده $5/53 \pm 4/43$ و میانگین نمره شادکامی از مجموع نمره ۸۷، $43 \pm 1/25$ بود. ضریب همبستگی پیرسون ارتباط آماری معناداری را بین نمره عزت‌نفس و شادکامی دانشجویان نشان داد ($p=0/0001$, $r=0/58$).

نتیجه‌گیری: نتایج مطالعه حاضر نشان داد عزت‌نفس و شادکامی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک در حد بالایی قرار دارد. همچنین به نظر می‌رسد عزت‌نفس بالا موجب افزایش شادکامی می‌گردد. برنامه‌ریزی‌های فرهنگی آموزشی می‌تواند عزت‌نفس و شادکامی دانشجویان را بهبود بخشد.

واژه‌های کلیدی: دانشجویان، عزت‌نفس، شادکامی، شاخص‌های بهزیستی

مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی / شهریور ۱۳۹۳؛ ۱۴(۶): ۴۷۴ تا ۴۸۲

مقدمه

است (۲). در تحقیقات زیادی ارتباط بین عزت‌نفس با مفاهیمی همچون افسردگی، احساس تنهایی و اضطراب به عنوان متغیرهای منفی و مفاهیمی چون احساس کارآیی، احساس توانمندی و پیشرفت تحصیلی به عنوان متغیرهای مثبت گزارش شده‌اند (۳ تا ۹).

شادکامی واژه‌ای است که معانی مختلفی چون لذت آنی و لذت طولانی مدت و همچنین لذت از کل زندگی را شامل می‌شود. هیجان مثبت و رضایت از زندگی؛ نبود هیجانات منفی، روابط مثبت با دیگران، هدفمند بودن زندگی، رشد شخصیتی، دوست داشتن دیگران و طبیعت شروط لازم برای رسیدن به شادکامی است (۱۰).

در مطالعات بسیاری به بررسی رابطه‌ی عزت‌نفس و شاخص‌های بهزیستی انسان همچون سلامت روانی و شادکامی پرداخته شده است. از جمله نتایج پژوهش

یکی از ویژگی‌های شخصیت بهنجار، برخورداری از عزت‌نفس است. عزت‌نفس عبارت است از درجه تصویب و تأیید و ارزشی که شخص نسبت به خود احساس می‌کند و یا قضاوتی که فرد نسبت به ارزش خود دارد (۱). محققان عقیده دارند عزت‌نفس که از عوامل تعیین‌کننده رفتار در انسان به شمار می‌رود، در مراحل مختلف زندگی متأثر از چگونگی ارتباط او با دیگران

* نویسنده مسؤول: فرزانه جهانی، کارشناس معاونت آموزش و تحقیقات، دانشگاه

علوم پزشکی اراک، اراک، ایران. Jahani@arakmu.ac.ir

بهمن توان (استادیار)، گروه معارف، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی اراک،

اراک، ایران. tavan@arakmu.ac.ir؛ دکتر محمد رفیعی (دانشیار)، گروه

آمارزیستی و اپیدمیولوژی، دانشگاه علوم پزشکی اراک، اراک، ایران.

rafiee@arakmu.ac.ir

تاریخ دریافت مقاله: ۹۲/۱۲/۲۱، تاریخ اصلاحیه: ۹۳/۴/۲۱، تاریخ پذیرش: ۹۳/۵/۱۵

با عوامل استرس‌زای بیشتر و لزوم سازگاری مناسب باید از عزت‌نفس و شادکامی بیشتری برخوردار باشند. از طرفی شهر اراک به دلیل دارا بودن مراکز صنعتی و کارخانه‌های متعدد یکی از شهرهای آلوده کشور محسوب می‌شود و ممکن است این آلودگی بر سلامت جسم و روان دانشجویان تأثیر بگذارد، از این رو با توجه به نقش عزت‌نفس و شادکامی در سلامتی جسم و روان دانشجویان و با عنایت به این مطلب که تاکنون پژوهشی با این هدف در دانشگاه علوم پزشکی اراک صورت نگرفته است، این مطالعه با هدف بررسی عزت‌نفس، شادکامی و ارتباط بین آنها در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک طراحی گردید.

روش‌ها

در این مطالعه مقطعی در سال ۱۳۹۲، تعداد ۲۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک به روش نمونه‌گیری تصادفی طبقه‌ای و براساس دسته‌بندی دانشجویان از نظر رشته تحصیلی انتخاب شدند. نمونه‌گیری بر اساس مطالعات قبلی و با استفاده از فرمول میانگین جامعه انجام شد. معیارهای ورود به مطالعه شامل دانشجویان مشغول به تحصیل و دور بودن از استرس و خستگی (به عنوان مثال در حال انجام آزمون‌های دانشگاهی نبودند و اینترنت‌ها در شیفت به سر نمی‌بردند) و معیار خروج عدم تمایل به شرکت در مطالعه بود. محققین با حضور در هر یک از کلاس‌های رشته‌های موردنظر پس از توضیح در مورد اهداف پژوهش و کسب رضایت از دانشجویان، پرسشنامه‌ها بین آنان توزیع گردید. جهت سنجش عزت‌نفس از پرسشنامه عزت‌نفس روزنبرگ و سنجش شادکامی از پرسشنامه شادکامی آکسفورد استفاده شد. هم‌چنین پرسشنامه‌ای نیز حاوی متغیرهایی مانند رشته تحصیلی، محل اقامت، وضعیت تأهل، سن و جنس تکمیل شد.

پرسشنامه عزت‌نفس روزنبرگ شامل ۱۰ سؤال با گزینه‌های موافقم و مخالفم است. شیوه نمره‌گذاری این مقیاس به این ترتیب است: پاسخ موافق به هر یک از

لیمبروسکی (Lybmirsky) نشانگر آن است که تجارب شادی افراد بستگی به احساس آنها در مورد خودشان دارد. افرادی که در خود احساس خودارزشی و حرمت نفس کمی نمایند، به طور معمول شادکام نیستند (۱۱). همچنین بایمستر (Baumeister) و همکاران بیان کردند، شادی از پیامدهای عزت‌نفس بالا است. بدین ترتیب که افراد با عزت‌نفس بالا از راهبردهای خودتنظیمی سازگارتری نسبت به افراد با عزت‌نفس پایین استفاده می‌کنند. این افراد برای جلوگیری از ایجاد خلل در توانایی‌شان، پاسخ‌های مؤثرتری به شکست می‌دهند که این امر به نوبه خود منجر به گزارش سطوح بالاتری از شادی در آنها می‌شود (۱۲). همچنین با توجه به تحقیق انجام گرفته عزت‌نفس با راهبردهای مقابله‌ای مثبت و سازنده، انگیزش بالا و عاطفه مثبت رابطه دارد (۱۳). عباسی و همکاران دریافته‌اند دانشجویان با عزت‌نفس پایین تمایل کمتری به تفکر انتقادی داشتند (۱۴). نتایج مطالعه ملک پور و همکاران نشان داد بین عزت‌نفس، سلامت عمومی و بدبینی رابطه معناداری وجود دارد (۱۵). پژوهش جنتی و همکاران نیز بیانگر وجود عزت‌نفس بالا در دانشجویان و رابطه معنادار بین عزت‌نفس و هوش هیجانی بود (۱۶).

براساس نتایج مطالعات انجام شده بر روی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ایران، بین شادکامی دانشجویان با سن، جنس، رشته تحصیلی، دوره تحصیلی و محل سکونت رابطه معناداری مشاهده نشد (۱۷). در مطالعه دیگر انجام شده بر روی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی لرستان، ۱۹/۳ درصد از دانشجویان میزان شادکامی پایینی داشتند و بین میزان شادکامی با رشته تحصیلی ارتباطی وجود نداشت ولی با جنسیت دانشجویان ارتباط معنادار داشت (۱۸). در مطالعه دیگری که بر روی دانشجویان دانشگاه‌های اصفهان انجام شده است، میانگین نمره شادکامی دانشجویان $44/38 \pm 13/38$ (حدود متوسط) به دست آمد (۱۹).

دوران دانشجویی، دوره‌ای مهیج و پرچالش برای دانشجویان است. در طول این دوره کلیه دانشجویان به ویژه دانشجویان گروه علوم پزشکی به دلیل رویارویی

ارتباط بین دو متغیر و نرم افزار SPSS-16 استفاده شد. سطح معناداری مقدار کمتر یا مساوی در صدر نظر گرفته شد.

نتایج

تعداد ۲۰۰ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک در این مطالعه شرکت نمودند. میانگین سنی افراد ۲۱/۰۱±۳/۵۵ سال به دست آمد. تعداد ۶۷ نفر (۳۳/۵ درصد) پسر و ۱۳۳ نفر (۶۶/۵ درصد) دختر بودند. ۱۷ نفر (۸/۵ درصد) متأهل و ۱۸۳ نفر (۹۱/۵ درصد) مجرد بودند. محل سکونت ۹۱ نفر (۴۵/۵ درصد) منزل شخصی ۱۰۸ نفر (۵۴/۵ درصد) خوابگاه بود. تعداد ۲۷/۵ نفر (۲۵ درصد) رشته پزشکی، ۲۵ نفر (۱۲/۵ درصد) رشته پرستاری، ۲۶ نفر (۱۳ درصد) رشته مامایی، ۱۵ نفر (۷/۵ درصد) رشته دندانپزشکی، ۲۱ نفر (۱۰/۵ درصد) رشته بهداشت، ۴۴ نفر (۲۲ درصد) رشته پیراپزشکی و ۱۴ نفر (۷ درصد) رشته توانبخشی بودند.

میانگین نمره عزت نفس ۵/۵۳±۴/۴۳ بود. نمره بدست آمده در مطالعه حاضر نشانه عزت نفس بالا بود. میانگین نمره عزت نفس دانشجویان مورد بررسی براساس متغیرهای مورد بررسی در جدول ۱ نشان داده شده است. اختلاف آماری معناداری بین میانگین نمره عزت نفس در دانشجویان پسر و دختر وجود نداشت، هم چنین اختلاف میانگین عزت نفس دانشجویانی که در خوابگاه و منزل شخصی زندگی می کنند معنادار نبود. نتایج مطالعه حاضر نشان داد بین وضعیت تأهل با عزت نفس ارتباط آماری معناداری وجود ندارد.

عبارت های ۱ تا ۵ (+۱)؛ پاسخ مخالف به هر یک از عبارت های ۱ تا ۵ (-۱)؛ پاسخ موافق به هر یک از عبارت های ۶ تا ۱۰ (-۱) و پاسخ مخالف به هر یک از عبارت های ۶ تا ۱۰ (+۱) دریافت می کند. نمره بالاتر از صفر نشان دهنده عزت نفس بالا و نمره کم تر از صفر نشانه عزت نفس پایین است. نمره (+۱۰) نشانه عزت نفس خیلی بالا و نمره (-۱۰) نشانه عزت نفس خیلی پایین است. بنابراین هرچه نمره بالاتر باشد به همان اندازه عزت نفس بالاتر خواهد بود و برعکس. دامنه نمرات بین (-۱۰) و (+۱۰) قرار دارد (۲۰). در مطالعه انجام شده ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه ۰/۷۳ و پایایی آن ۰/۷۴ به دست آمده است (۲۱).

پرسشنامه شادکامی آکسفورد حاوی ۲۹ سؤال چهار گزینه ای است که گزینه های هر ماده از صفر تا سه نمره گذاری گردیده است و بدین ترتیب جمع نمرات مواد ۲۹ گانه از صفر تا ۸۷ امکان پذیر است. براساس دستورالعمل پرسشنامه، بالاترین نمره شادکامی ۸۷ و پایین ترین نمره صفر است. در بررسی انجام شده ضریب آلفای کرونباخ پرسشنامه بین ۰/۸۷ تا ۰/۹۲ به دست آمده است (۲۲). پس از تصویب طرح در شورای اخلاق با کد مصوب ۹۲-۱۵۸-۴ کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی اراک و رعایت تمام کدهای اخلاقی مصوب وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، پرسشنامه های دموگرافیک، عزت نفس و شادکامی با رضایت آگاهانه توسط دانشجویان تکمیل گردید. جهت تحلیل اطلاعات جمع آوری شده، از آزمون های تی دو گروه مستقل برای مقایسه میانگین ها بر اساس جنسیت، تأهل و محل سکونت، آنالیز واریانس یک طرفه جهت رشته تحصیلی و ضریب همبستگی پیرسون جهت

جدول ۱: مقایسه میانگین و انحراف معیار نمره عزت نفس براساس متغیرهای مورد بررسی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک در سال ۹۲

| متغیر مورد بررسی | میانگین و انحراف معیار | معناداری (P) | آماره آزمون |
|------------------|------------------------|--------------|-------------|
| جنس | مذکر مؤنث | ۰/۱۴۷ | t=۱/۴۵۷ |
| وضعیت تأهل | متأهل مجرد | ۰/۶۷۳ | t=۰/۴۲۳ |
| محل زندگی | شخصی | ۰/۲۹۸ | t=-۱/۰۴۴ |

| | | | |
|---------|-------|-----------|------------|
| | | ۵/۸۱±۴/۴۲ | خوابگاه |
| f=۱/۰۸۷ | ۰/۳۷۲ | ۶/۴۹±۳/۵۴ | پزشکی |
| | | ۵/۱۲±۵/۲۶ | پرستاری |
| | | ۴/۷۲±۴/۸۶ | مامایی |
| | | ۶/۱۳±۴/۵۶ | دندانپزشکی |
| | | ۵/۲۶±۴/۷۲ | بهداشت |
| | | ۴/۵۸±۴/۶۰ | پیراپزشکی |
| | | ۶/۵۳±۳/۹۶ | توانبخشی |

چنین اختلاف میانگین شادکامی دانشجویانی که در خوابگاه و منزل شخصی زندگی می‌کنند معنادار نبود. نتایج مطالعه حاضر نشان داد بین وضعیت تأهل با شادکامی ارتباط آماری معناداری وجود ندارد.

میانگین نمره شادکامی ۴۳±۱/۲۵ به دست آمد. میانگین نمره شادکامی دانشجویان مورد بررسی براساس متغیرهای مورد بررسی در جدول ۲ نشان داده شده است. اختلاف آماری معناداری بین میانگین نمره شادکامی در دانشجویان پسر و دختر وجود نداشت، هم

جدول ۲: مقایسه میانگین و انحراف معیار نمره شادکامی براساس متغیرهای مورد بررسی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک در سال ۹۲

| متغیر مورد بررسی | میانگین و انحراف معیار | معناداری (P) | آماره آزمون |
|------------------|--|--------------|-------------|
| جنس | مذکر ۴۴/۳۲±۱۱/۹۷ مؤنث ۴۲/۳۳±۱۲/۸۲ | ۰/۲۸۹ | t=۱/۰۶۲ |
| وضعیت تأهل | متاهل ۴۲/۹۴±۱۴/۲۵ مجرد ۴۳±۱۲/۴۲ | ۰/۹۸۴ | t=-۰/۰۲۰ |
| محل زندگی | شخصی ۴۲/۶۳±۱۲/۱۵ خوابگاه ۴۳/۱۱±۱۲/۸۳ | ۰/۷۹۱ | t=-۰/۰۲۶۶ |
| رشته تحصیلی | پزشکی ۴۵/۶۳±۱۱/۶۸ پرستاری ۴۱/۳۲±۱۶/۰۸ مامایی ۴۴/۱۱±۱۴/۲۶ دندانپزشکی ۳۹/۳۳±۱۱/۹۵ بهداشت ۴۱/۵۲±۱۱/۰۶ پیراپزشکی ۴۰/۸۸±۱۱/۸۸ توانبخشی ۴۶±۹/۴ | ۰/۳۴۹ | f=۱/۱۲۵ |

جدول ۳: ارتباط بین سن، شادکامی و عزت نفس در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک در سال ۹۲

| متغیر (همبستگی پیرسون، سطح معناداری) | سن | شادکامی | عزت نفس |
|--------------------------------------|--------|---------|---------|
| سن | ۱ | ۰/۰۰۰۱ | ۰/۰۵۷ |
| شادکامی | ۰/۰۰۰۱ | ۱ | ۰/۴۳۸ |
| عزت نفس | ۰/۰۵۷ | ۰/۴۳۸ | ۱ |

است. بدین ترتیب که افراد با عزت نفس بالا از راهبردهای خودتنظیمی سازگارتری نسبت به افراد با عزت نفس پایین استفاده می‌کنند. این افراد برای جلوگیری از ایجاد خلل در توانایی‌شان، پاسخ‌های مؤثرتری به شکست می‌دهند که این امر به نوبه خود منجر به گزارش سطوح بالاتری از شادی در آنها می‌شود (۱۲).

میانگین نمره عزت نفس در مطالعه حاضر حاکی از آن است که عزت نفس دانشجویان مورد بررسی در سطح بالایی قرار دارد. در مطالعه انجام شده توسط جنتی و همکاران با استفاده از پرسشنامه عزت نفس کوپر اسمیت میانگین نمره عزت نفس دانشجویان $35/86 \pm 7/11$ با حداقل نمره ۱۸ و حداکثر نمره ۴۹ به دست آمد، در این مطالعه ۹۱ درصد دانشجویان از عزت نفس بالایی برخوردار بودند (۱۶). نتایج مطالعه قاسم‌نژاد و همکاران نیز نشان‌دهنده بالابودن عزت نفس دانشجویان مورد مطالعه بود (۲۷) که با مطالعه حاضر همسو است. احتمال می‌رود موفقیت در کنکور و ورود به دانشگاه باعث تقویت عزت نفس افراد می‌شود.

نتایج پژوهش حاضر بیانگر آن است که بین عزت نفس و جنسیت اختلاف آماری معناداری وجود ندارد. امیرپور (۲۸)، کشاورز و همکاران (۲۹) نیز در پژوهش خود به نتایج مشابهی رسیدند، بدین معنی که تفاوت معناداری بین شادکامی و عزت نفس اجتماعی در دو جنس دیده نشد. اما در مطالعه قاسم‌نژاد و همکاران بین عزت نفس با جنس و رشته تحصیلی اختلاف آماری معناداری مشاهده گردید (۲۷). در مطالعه تمنایی‌فر و همکاران، عزت نفس در دانشجویان دختر به طور معناداری بیش‌تر از دانشجویان پسر بود (۳۰). در تحقیق میرزایی علویجه و همکاران، نیز میان عزت نفس و جنسیت اختلاف معناداری مشاهده گردید به نحوی که زنان دارای عزت نفس بیش‌تری نسبت به مردان بودند (۳۱). دلیل این تفاوت می‌تواند ناشی از تفاوت در حجم نمونه، ابزار و... مطالعات مختلف باشد.

در مطالعه حاضر بین عزت نفس و رشته تحصیلی اختلاف آماری معناداری مشاهده نشد. در مطالعه جنتی نیز بین عزت نفس و رشته‌های مختلف تحصیلی اختلاف آماری

نتایج حاکی از آن است که بین شادکامی و عزت نفس ارتباط آماری معناداری وجود دارد ($r=0/58$ ، $p=0/0001$). نتایج همبستگی پیرسون ارتباط آماری معناداری را بین سن و شادکامی و عزت نفس نشان نداد. (جدول ۳).

بحث

هدف مطالعه حاضر تعیین ارتباط بین عزت نفس و شادکامی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک بود. نتایج مطالعه حاضر نشان داد که ارتباط آماری معناداری بین عزت نفس و شادکامی وجود دارد و هرچه قدر نمره عزت نفس بالاتر باشد، دانشجویان از شادکامی بیش‌تری برخوردار می‌باشند. به نظر می‌رسد عزت نفس مهم‌ترین عامل پیشگویی‌کننده شادمانی و افسردگی است (۲۳). مطالعات انجام شده قبلی نشان داده‌اند که عزت نفس مهم‌ترین عامل شادکامی است (۲۴). اما تئوری که بیان نماید شادکامی منجر به ایجاد عزت نفس می‌گردد وجود ندارد (۲۵). نتایج مطالعه انجام شده در سال ۲۰۱۴ بر روی دانشجویان رشته پرستاری در کره نیز ارتباط معناداری را بین عزت نفس، افسردگی و حالات مختلف خشم (سرکوبی خشم، اظهار خشم و کنترل خشم) را نشان داد (۲۶). در نتایج پژوهش ملکی و همکاران که بر روی ۱۱۰ دانش‌آموز دبیرستانی پسر انجام شد، نیز ارتباط معناداری بین عزت نفس، شادکامی و افسردگی یافت شد، بدین معنی که بین عزت نفس و شادکامی همبستگی مثبت و بین عزت نفس و افسردگی همبستگی منفی وجود داشت (۲۳). در مطالعه جنتی و همکاران نیز بین هوش هیجانی و عزت نفس رابطه آماری معناداری مشاهده گردید (۱۶) همچنین قاسم‌نژاد و همکاران نیز به نتایج مشابهی دست یافتند (۲۷). ملک‌پور و همکاران رابطه مثبت و معناداری بین عزت نفس و سلامت روان گزارش نمودند (۱۵). در تبیین این یافته می‌توان گفت که از آنجا عزت نفس درجه تایید و ارزشمندی است که شخص نسبت به خود احساس می‌کند بنابراین کسی که عزت نفس بالایی دارد به طور معمول احساس شادکامی بیش‌تری خواهد داشت. همچنین بایمستر (Baumeister) و همکاران بیان کردند، شادی از پیامدهای عزت نفس بالا

پرستاری اندکی بیش‌تر از سایر دانشکده‌ها بوده است (۳۳).

از نقاط قوت این مطالعه می‌توان به این نکته اشاره نمود که در مطالعه حاضر برخلاف سایر مطالعات انجام شده، از پرسشنامه عزت‌نفس روزنبرگ جهت سنجش عزت‌نفس دانشجویان استفاده گردید.

از محدودیت‌های این طرح می‌توان به این نکته اشاره داشت که این مطالعه فقط بر روی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک انجام شده و تعمیم نتایج این مطالعه برای دانشجویان سایر دانشگاه‌ها باید با احتیاط صورت پذیرد. همچنین از آنجا که ممکن است برخی از افرادی که حاضر به شرکت در مطالعه نبوده‌اند از شادکامی کم‌تری برخوردار بودند لذا نمره شادکامی دانشجویان مورد مطالعه احتمالاً دچار بیش برآوردی شده است. مقایسه شادکامی و عزت‌نفس دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی با سایر دانشگاه‌های غیرپزشکی در مطالعات بعدی پیشنهاد می‌گردد.

نتیجه‌گیری

نتایج مطالعه حاضر نشان داد عزت‌نفس و شادکامی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک در حد بالایی قرار دارد. همچنین به نظر می‌رسد عزت‌نفس بالا موجب افزایش شادکامی می‌گردد، لذا برنامه‌ریزی‌های فرهنگی آموزشی جهت ارتقای عزت‌نفس و متعاقب آن شادکامی دانشجویان پیشنهاد می‌گردد.

قدردانی

این طرح مصوب شورای پژوهش دانشگاه علوم پزشکی اراک به شماره ۱۰۲۶ و کد اخلاق ۴-۱۵۸-۹۲ می‌باشد. بدینوسیله از معاونت محترم پژوهشی، اعضای محترم شورای پژوهش و اخلاق دانشگاه علوم پزشکی اراک و کلیه دانشجویانی که در انجام این تحقیق ما را یاری نمودند سپاس‌گزاری می‌گردد.

معناداری مشاهده نشد (۲۰). در پژوهش حاضر، دانشجویان رشته‌های توانبخشی و پیراپزشکی به ترتیب دارای بیش‌ترین و کم‌ترین نمره عزت‌نفس بودند، در پژوهش میرزایی علویجه و همکاران دانشجویان دانشکده بهداشت دارای بیش‌ترین عزت‌نفس و دانشجویان دانشکده پزشکی و داروسازی دارای کم‌ترین عزت‌نفس بودند (۳۱).

در خصوص وضعیت تأهل بین افراد مجرد و متأهل، نمره عزت‌نفس تفاوت آماری معناداری نداشت. در پژوهش قاسم‌نژاد و همکاران نیز تفاوت آماری معناداری بین عزت‌نفس در افراد مجرد و متأهل گزارش نشد (۲۷) که با مطالعه حاضر در یک راستا است.

در خصوص شادکامی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی اراک، در کل میانگین نمره شادکامی دانشجویان در سطح بالایی به دست آمد. در مطالعه انجام شده توسط ظهور و همکاران، میانگین نمره شادکامی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی ایران در شهر تهران نیز در سطح بالا به دست آمد (۱۷). در مطالعه انجام شده توسط شریفی و همکاران نیز میانگین نمره شادکامی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی کاشان در سال ۱۳۸۶، در حد بالا گزارش شد (۳۲) که در راستای مطالعه حاضر می‌باشد. در مطالعه حاضر، میانگین نمره شادکامی دانشجویان باسن، جنس، محل سکونت، وضعیت تأهل و رشته‌های مختلف تحصیلی رابطه آماری معناداری نداشت، در مطالعه ظهور و همکاران نیز همین موارد تأیید شده بود (۱۷). در مطالعه شریفی و همکاران نیز بین محل زندگی، سن، وضعیت تأهل، دوره تحصیلی، نوع دانشکده و شادکامی ارتباط معناداری دیده نشد، اما میانگین نمره شادکامی در پسرها بیش‌تر از دخترها گزارش شده بود (۳۲). میانگین نمره شادکامی در مطالعه حاضر در دانشجویان رشته‌های توانبخشی بیش‌تر از سایر رشته‌ها بود. بالا بودن نمره شادکامی دانشجویان دانشکده توانبخشی می‌تواند به این خاطر باشد که این دانشکده‌ها به تازگی تأسیس گردیده است. در مطالعه انجام شده توسط جعفری و همکاران در اصفهان نیز میانگین نمره شادکامی در دانشجویان رشته

منابع

1. Smith EE, Fredrickson B, Loftus G, Nolen-Hoeksema S. Atkinson and Hilgard's introduction to psychology. 14thed. New York: Wadsworth; 2003.
2. Heydarpour S, Dokaneheifard F, Bahari S. [Taesire amouzeshe moharathaye bargharariye ertebate moaser bar afzayeshe ezatenafs va kaheshe kamrouyiye maelolane jesmi-harakatiye ostane Tehran]. Noeavarihaye modiriyate amouzeshe (Andishehaye taze dar oloume raftari). 2008; 3(4): 41-52. [Persian]
3. Beer J, Beer J. Burnout and stress, Depression and self-esteem of teachers. Psychol Rep 1992; 71(3 Pt 2): 1331-6.
4. Tashakkori A, Thompson VD. Gender, self-perception and self-evaluation in depression: a factor analysis study among Iranian college students. Personality and Individual Differences. 1998; 10(3): 341-54.
5. Philpot VD, Holliman WB, Madonna S. Self-statements, locus of control, and depression in predicting self-esteem. Psychol Rep. 1995; 76(3 Pt 1): 1007-10.
6. Mathews DB, Barbara L. Anxiety: a component of self-esteem. Elementary School Guidance and Counseling. 1989; 24(2): 153-9.
7. Cooper-Smith S. SEI, self-esteem inventory. Palo-Alto: Consulting Psychologists Press; 1981.
8. Filozof EM, Albertin HK, Jones CR, Steme SS, Myers L, McDermott RJ. Relationship of adolescent self-esteem to selected academic variables. J Sch Health. 1998; 68(2): 68-72.
9. Mullis AK, Mullis RL. Vocational interests of adolescents: relationships between self-esteem and locus of control. Psychol Rep. 1997; 81(3 Pt 2): 1363-71.
10. Cheng H, Furnham A. Personality, self – esteem and demographic predictions of happiness and depression. Personality and Individual Differences. 2003; 34(6): 921-942.
11. Lybmirsky S, Tkach C, Dimatteo MR. What are the Differences between Happiness and Self-esteem?. Social Indicators Research. 2006; 78: 363-404.
12. Baumeister RF, Campbell JD, Krueger JI, Vohs KD. Does high Self-esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, or Healthier Lifestyles?. Psychological Science in the Public Interest. 2003; 4(1): 1-44.
13. Shope JT, Copeland LA, Maharg R, Dielman TE, Butchart AT. Assessment of Adolescent Refusal Skills in an Alcohol Misuse Prevention Study. J Health Educ Q. 1993; 20(3): 373-390.
14. Abbasi P, Sepahi V, Khoshay A, Iranfar Sh, Timareh M. [Critical thinking disposition and its relationship with Self-Esteem in Pre-Clinical and Clinical Medical Students of Kermanshah University of Medical Sciences]. Iranian Journal of Medical Education. 2013; 13(6): 498-508. [Persian]
15. Malekpour M, Banihashemian K. Relationship between General Health, Pessimism, and Self Esteem in College Students of Shiraz University of Medical Sciences with Father and Martyr Father. Journal of Isfahan Medical School. 2011; 28(120): 9-18.
16. Janati Y, Musavi A, Azimi Lolaty H, Fani Saberi L, Hamta A, Feyzi S, et al. [Investigating emotional intelligence and Self-esteem level among nursing and midwifery Students of Mazandaran University of Medical Sciences in 2010]. Journal of Mazandaran University of Medical Sciences. 2012; 21(1): 254-261. [Persian]
17. Zohoor A, Fekri A. [University students happiness at Faculty of Management and Medical Information Sciences, Iran University and Medical Sciences, Tehran, Iran]. Journal of Sabzevar School of Medical Sciences. 2004; 11(1): 54-57. [Persian]
18. Farhadi A, Javaheri F, Gholami YB, 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. [Persian]
19. Abedi MR, Jafari EM, Liaghat MJ. [Standardization of the Oxford happiness inventory in students of Isfahan University]. Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology (Andeesheh Va Raftar). 2006; 12(2): 95-100. [Persian]
20. Bayrami M, Malekirad A, Hashemi T, Mansouri N. [Psychological tests]. Tehran: Nikmaleki; 2010. [Persian]
21. Alizadeh T, Farahani MN, Shahraray M, Alizadegan Sh. [The relationship between self-esteem and locus of control with infertility related stress of no related infertile men and women]. Journal of Reproduction & Infertility. 2005; 6(2): 204-194. [Persian]

22. Alipour A, Agahheris M. [Reliability and validity of the Oxford happiness inventory among Iranians]. *Journal of Iranian Psychologists*. 2007; 3(12): 287-98. [Persian]
23. Malekiha M, Abedi MR. Personality, Self-esteem predictors of happiness and depression among High School Student in Iran. *Interdisciplinary Journal of Contemporary Research In Business*. 2012; 3(10): 569-580.
24. Diener E. Subjective Well-Being. *The Science of Happiness and a Proposal for a National Index*. *Am Psychol*. 2000; 55(1): 34-43.
25. Argyle M, Lu L. The happiness of extraverts. *Personality and Individual Differences*. 1990; 11(1): 1011-1017.
26. Cha NH, Sok SR. Depression, self-esteem and anger expression patterns of Korean nursing students. *Int Nurs Rev*. 2014; 61(1): 109-15.
27. Ghasemnegad M, Barkhordariy M, Rostambigy P. [Assessing the emotional intelligence status and its relationship with Self-esteem of the nursing and midwifery students of East Gilan]. *Faslnameye elmiye dena*. 2011; 6(1-2): 45-55. [Persian]
28. Amirpour B. [Relationship of critical thinking and its dimensions with university students' social self-esteem and happiness]. *Bimonthly Educational Strategies in medical education*. 2012; 5(3): 143-147. [Persian]
29. Keshavarz A, Molavi H, Kalantari M. [The relationship between vitality and demographic variables with happiness in Isfahan population]. *Psychological Studies*. 2009; 4(4): 45-64. [Persian]
30. Tamannaifar MR, Sedighiarfai F, Salami Mohammadabadi F. [Correlation between emotional intelligence, self-concept and self-esteem with academic achievement]. *Iranian journal of Educational Strategies*. 2010; 3(3): 121-126. [Persian]
31. Mirzaei Alavijeh M, Rajaei N, Rezaei F, Hasanpoor S, Pirouzeh R, BabaeiBorzabadi M. [Comparison of self-esteem, locus of control and their relationship with university students' educational status at ShahidSadoughi University of Medical Sciences- Yazd]. *The Journal of Medical Education & Development*. 2012; 7(1): 58-70. [Persian]
32. Sharifi K, Sooky Z, Tagharrobi Z, Akbari H. [Happiness and its related factors among the students of Kashan University of Medical Science in 2006-7]. *Journal of Kashan University of Medical Sciences*. 2010; 14(1): 62-9. [Persian]
33. Jafari E, Abedi MR, Liaghatdar MJ. [Happiness and its degree of effective factors instudents of the Isfahan Medical SciencesUniversity]. *Teb va tazkiyeh*. 2004; 54(13): 15-23. [Persian]

The Relationship between Self-esteem and Happiness among Students of Arak University of Medical Sciences

Bahman Tavan¹, Farzaneh Jahani², Mohammad Rafeei³

Abstract

Introduction: One of the characteristics of a normal personality that can amend an individual's happiness level is self-esteem. Nowadays, the importance of self-esteem has been increased in different aspects of human's life such as education, occupation, and social settings. This study aimed to determine the relationship between self-esteem and happiness among students of Arak University of Medical Sciences in year two thousand fourteen.

Methods: This cross-sectional study was carried out in year 2014 on a sample of 200 students of Arak University of Medical Sciences selected through stratified random sampling method. Data were collected using Rosenberg self-esteem questionnaire and Oxford happiness questionnaire. Data were analyzed using t-test, one-way ANOVA, and Pearson correlation coefficient.

Results: The mean of students' age was 21.01 ± 3.55 years old. Mean scores of self-esteem and happiness were 5.53 ± 4.43 out of 10 and 43 ± 1.25 out of 87 respectively. Pearson correlation coefficient showed a statistically significant relationship between students' self-esteem score and happiness score ($r=0.058$, and $p=0.0001$).

Conclusion: The results showed that students' self-esteem and happiness in Arak University of Medical Sciences enjoyed a high level. It seems that high self-esteem increased happiness. Cultural and educational programs could improve students' self-esteem and happiness.

Keywords: Student, self-esteem, happiness, wellbeing indices.

Addresses:

¹Assistant Professor, Islamic Theology Group, School of Medicine, Arak University of Medical Sciences, Arak, Iran. Email: tavan@arakmu.ac.ir

²(✉) Bachelor of Science, Deputy of Education and Research, Arak University of Medical Sciences, Arak, Iran. Email: Jahani @arakmu.ac.ir

³Assistant Professor, Department of Biostatistics and Epidemiology, School of Medicine, Arak University of Medical Sciences, Arak, Iran. Email: rafiee@arakmu.ac.ir