

عوامل مرتبط با احساس شادکامی سالمندان

مرتضی جعفری^۳سراج‌الدین محمودیانی^۲*مسعود الماسی^۱

چکیده

زمینه و هدف: احساس شادکامی از ضروری‌ترین خواسته‌های فطری و نیازهای روانی بشر به شمار می‌رود که به دلیل تأثیرات عمده در سالم‌سازی و بهسازی جامعه، همواره ذهن انسان را به خود مشغول نموده است. پژوهش حاضر در پی آن است تا به بررسی میزان شادکامی سالمندان شهر ایلام و عوامل مرتبط با آن بپردازد.

روش بررسی: این پژوهش یک مطالعه توصیفی - مقطعی بود که با استفاده از طرح همبستگی پیش‌بینی کننده انجام شد. نمونه پژوهش ۳۷۰ نفر از سالمندان شهر ایلام بودند که به شیوه تصادفی منظم انتخاب شدند. اطلاعات مورد نیاز در سال ۱۳۹۳ به وسیله پرسشنامه متشکل از سه بخش جمع‌آوری شد. بخش اول فرم مشخصات فردی؛ بخش دوم پرسشنامه پژوهشگر ساخته سنجش متغیرهای پرخاشگری، راهبردهای انطباق، سرمایه اجتماعی، جهت‌گیری مذهبی، محرومیت نسبی و از خودبیگانگی؛ و بخش سوم، پرسشنامه شادکامی آکسفورد (فرم ۲۹ سوالی). اطلاعات جمع‌آوری شده با استفاده از ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل واریانس F و همچنین تبیین رگرسیونی چند مرحله‌ای در نرم افزار spss نسخه ۱۸ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که پاسخگویان از میزان شادکامی متوسطی (۹۲/۵۳) برخوردار بوده‌اند و همبستگی بین عوامل مرتبط سرمایه اجتماعی (۰/۴۵۷)، میزان درآمد (۰/۳۴۴) و سازگاری (۰/۲۷۵) با متغیر احساس شادکامی، مستقیم، و در سطح حداقل ۹۵ درصد معنی‌دار است (p < ۰/۰۵). از سوی دیگر رابطه متغیرهای از خودبیگانگی (۰/۴۸۴)، پرخاشگری (۰/۳۹۹) و محرومیت نسبی (۰/۳۲۵) با شادکامی در سطح حداقل ۹۵ درصد معنی‌دار (p < ۰/۰۵)، اما معکوس بود و ارتباط معنی‌داری بین شادکامی و جهت‌گیری مذهبی مشاهده نشد. نتایج تحلیل رگرسیونی گام به گام نشان می‌دهد که متغیرهای میزان درآمد، سرمایه اجتماعی و پرخاشگری تقریباً ۴۹ درصد (۰/۴۹) از تغییرات متغیر احساس شادکامی را تبیین نموده‌اند (p < ۰/۰۰۵).

نتیجه‌گیری کلی: با توجه به نتایج و در نظر گرفتن روند رو به رشد جمعیت سالمندان در این شهر، پیشنهاد می‌شود راهکارهای مناسب در جهت تقویت عوامل مثبت و تعدیل عوامل منفی مرتبط با احساس شادکامی در این جمعیت اعمال شود.

کلید واژه‌ها: شادکامی، سرمایه اجتماعی، سازگاری، پرخاشگری، سالمند.

تاریخ دریافت: ۹۳/۸/۲۶

تاریخ پذیرش: ۹۳/۱۱/۲۷

۱. مربی گروه علوم اجتماعی، دانشگاه پیام‌نور، تهران، ایران (* نویسنده مسوول). شماره تماس: ۰۹۱۸۹۴۱۱۳۰۸

Email: Almasi_57@yahoo.com

۲. دانشجوی دکتری جمعیت‌شناسی، دانشکده علوم اجتماعی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

۳. مربی گروه علوم اجتماعی، دانشگاه پیام‌نور، تهران، ایران

مقدمه

از مهمترین مسائل جمعیتی، اقتصادی و اجتماعی که رفته رفته در ایران در حال تکوین است، سالمندی و مشکلات مربوط به سالمندان است که موجب رکود و اختلال در کیفیت زندگی آنها است. این امر که باعث کاهش تحرک، مراقبت ناکافی، درآمد کم و افزایش شیوع بیماری‌های جسمی و روانی افراد است^(۱) خاص یک گروه مشخص نبوده، و همه افراد آن را به مرور تجربه خواهند کرد. به همین دلیل پژوهشگران و محققان بیش از پیش به این باور رسیده‌اند که در این دوره، رفتارهای ارتقاء دهنده سلامت، با توجه به حفظ کارکرد و استقلال افراد و افزایش کیفیت زندگی آنها، اهمیت فراوانی پیدا می‌کند^(۲) لذا توجه خود را به انجام پژوهش‌های متعدد و گوناگون در این زمینه معطوف نموده‌اند.

احساس شادکامی از ضروری‌ترین خواسته‌های فطری و نیازهای روانی بشر به شمار می‌رود که به دلیل تأثیرات عمده در سالم‌سازی و بهسازی جامعه، همواره ذهن او را به خود مشغول نموده است. این موضوع، اساسی‌ترین بحث انسانی برای تمام نسل‌ها و مرکزی‌ترین محرک اهداف بشری است^(۳) که از یک سو انسان را برای زندگی بهتر و بازدهی بیشتر آماده می‌کند و از سوی دیگر به دلیل ویژگی مسری بودن آن، وابستگی فرد را با محیط گسترده می‌کند. از این رو مادامی که افراد احساس شادی کنند، همواره در خدمت به جامعه اهتمام بیشتری می‌ورزند. شادکامی را می‌توان ارزیابی مثبت فرد از زندگی خود تعریف کرد که به عنوان یکی از شاخص‌های اندازه‌گیری رضایت از زندگی مورد استفاده قرار می‌گیرد^(۴). پژوهش‌ها نشان می‌دهند افرادی که تجارب شاد با شدت بالاتر را به عنوان منابع شادکامی خود معرفی کرده‌اند، از سلامت روانی بیشتری برخوردارند^(۵). Diener و همکاران شادکامی را ارزشیابی احساسی و شناختی افراد از زندگی خود می‌دانند و اجزای شادی را رضایت از زندگی، وجود خلق و هیجان‌ات مثبت و خوشایند، نبود خلق و هیجان‌ات منفی و عوامل دیگری چون: خوش‌بینی،

عزت نفس و احساس شکوفایی مطرح می‌کنند^(۶). در این نظریه آن‌ها ویژگی‌های افراد شادکام را داشتن دستگاه ایمنی قوی و عمر طولانی‌تر، برخورداری از روابط اجتماعی بهتر و مفیدتر، مقابله موثر با موقعیت‌های سخت و دشوار، خلاقیت و موفقیت بیشتر و گرایش زیادتر جهت کمک به دیگران معرفی می‌کند.

شادکامی افراد در زندگی به عوامل متعددی وابسته است. توجه به تمام این عوامل، در واقع توجه به تمامی ارزش‌ها، خوبی‌ها و شایستگی‌ها است و کسانی که چنین عواملی را بشناسند، می‌توانند شادتر زندگی کنند. منتظری و همکاران در پژوهشی نشان دادند وضعیت اشتغال، سطح درآمد و درک افراد از سلامت خود، تأثیر بسزایی بر سطح شادکامی آنها دارد^(۷). Frieters & Beatton در پژوهشی به تبیین رابطه U شکل بین سن و شادکامی پرداخته‌اند^(۸). Ho در پژوهش خود نشان می‌دهد که شادکامی دارای رابطه نزدیکی با احساس است^(۹). Ozturk & Mutlu شادکامی افراد در زندگی را مستلزم برقرار کردن ارتباط سالم با دیگران می‌دانند^(۱۰). Guillen و همکاران معتقدند شادکامی و سن با مشارکت اجتماعی غیررسمی افراد رابطه دارند^(۱۱). نتایج مطالعه Peiro در "بررسی رابطه شرایط اقتصادی، اجتماعی با شادکامی و رضایت از زندگی" نشان داد که سن، سلامت و وضعیت تاهل، با شادکامی و رضایت از زندگی رابطه دارند و همبستگی بین متغیر درآمد با رضایت از زندگی شدید، و با شادکامی ضعیف بوده است^(۱۲). Haler & Hadler بر اساس آمار مربوط به ۴۱ کشور نشان دادند که روابط اجتماعی خوب و به هم پیوسته، موفقیت‌های شغلی و حرفه‌ای، جهت‌گیری‌ها و مشارکت‌های اجتماعی-فرهنگی و شرایط کلان اقتصادی برابر و عادلانه، وضعیت مناسب رفاه و دموکراسی سیاسی بر شادی افراد جامعه اثرگذارند^(۱۳).

Adler & Fagley معتقدند که سپاسگزار بودن، شادکامی و رضایت از زندگی را افزایش می‌دهد. آن‌ها دریافتند که سپاسگزاری با رضایت از زندگی، عاطفه‌ی

افزایش حجم نمونه و در نتیجه تحت پوشش قرار دادن تعداد بیشتری از پاسخگویان صورت گرفته است.

$$n = \frac{t^2 pq}{d^2} = 370$$

$$1 + \frac{1}{N} \left(\frac{t^2 pq}{d^2} - 1 \right)$$

اطلاعات مورد نیاز با استفاده از توزیع پرسشنامه به شیوه نمونه‌گیری تصادفی منظم در بین نمونه مورد نظر گردآوری شده است. به این صورت که ابتدا محلات شهر ایلام به ۱۰ منطقه تقسیم شد. سپس پرسشگران با مراجعه به این مناطق، محل تجمع سالمندان و ساعات حضور آنها در آن محل را شناسایی، و با حضور در محل به تکمیل پرسشنامه‌ها اقدام نمودند. پرسشنامه مورد نظر از سه بخش تشکیل شده است. در بخش اول سوالات زمینه‌ای؛ سن، وضع تاهل، سطح سواد، سطح درآمد و چگونگی گذران اوقات فراغت مورد سوال قرار گرفته است. در بخش دوم عوامل بالقوه مرتبط سنجش شده‌اند. سوالات مندرج در این بخش که به صورت طیف لیکرت (۱ کاملاً مخالفم تا ۵ کاملاً موافقم) طراحی شده‌اند، از رساله‌های کارشناسی ارشد و دکتری داخل کشور و یا از مقالات لاتینی اخذ شده‌اند که توسط اساتید داخلی ترجمه و هنجاریابی شده‌اند. پرخاشگری (۱۲) گویه با حداقل نمره کلی ۱۲ و حداکثر (۶۰)؛ از پرسشنامه استاندارد گروه روان‌شناسی دانشگاه تهران، راهبردهای انطباق (۷) گویه با حداقل نمره کلی ۷ و حداکثر (۳۵)؛ از مقاله ترجمه شده Lee و همکاران^(۲)، سرمایه اجتماعی (۱۳) گویه با حداقل نمره کلی ۱۳ و حداکثر (۶۵)؛ از پرسشنامه سنجش‌ها و نگرش‌های ایرانیان توسط چلبی و همکاران، جهت‌گیری مذهبی (۸) گویه با حداقل نمره کلی ۸ و حداکثر (۴۰)؛ از پرسشنامه استاندارد Allport & Ross^(۱۷)، محرومیت نسبی (۸) گویه با حداقل نمره کلی ۸ و حداکثر (۴۰)؛ از رساله دکتری دستغیب در دانشگاه تهران، احساس از خودبیگانگی (۸) گویه با حداقل نمره کلی ۸ و حداکثر (۴۰)؛ از طرح تحقیقی انجام شده در خرم آباد توسط حسینی و همکارانش اخذ گردیده است. در بخش سوم

مثبت و عاطفه‌ی منفی رابطه دارد^(۱۴). نتایج مطالعه Lyubomirsky, Tkach & Dimatteo در "تفاوت بین شادکامی و حرمت خود چیست"، بر روی سالمندان ۵۱-۹۵ ساله، نشان می‌دهد که بین شادکامی و حرمت خود رابطه معنادار است^(۱۵). قادری نیز در پژوهش خود، جهت‌گیری مذهبی درونی سالمندان را در شادکامی آنها موثر می‌داند^(۱۶).

تغییرات ساختار جمعیتی شهر ایلام در سال‌های اخیر از جمعیتی جوان به سوی جمعیتی مسن، از یک سو، و در حال گذار بودن از سنت به مدرنیسم و رشد روز افزون مشکلات و مسائل ناشی از شرایط زندگی شهری، و به دنبال آن اخلاص در کیفیت زندگی، به ویژه در بین سالمندان این شهر، از سوی دیگر، لزوم توجه بیش از پیش به شادکامی را -به‌عنوان یکی از ملاک‌های بهبود کیفیت زندگی سالمندان- موجب شده است.

در راستای توجه به احساس شادکامی در جامعه و شناسایی عوامل مرتبط با آن، مقاله حاضر در پی آن است تا به بررسی میزان شادکامی سالمندان شهر ایلام و عوامل مرتبط با آن بپردازد. در واقع هدف اصلی پژوهش، دستیابی به پاسخ این سوال است که؛ کیفیت احساس شادکامی سالمندان شهر ایلام چگونه است؟ و چه عواملی با آن مرتبط می‌باشند؟

روش بررسی

این پژوهش از نوع توصیفی است که در سال ۱۳۹۳ به روش پیمایش بر اساس طرح مقطعی، و با استفاده از تکنیک همبستگی پیش‌بینی کننده انجام شده است. جامعه آماری، کلیه سالمندان بالای ۶۵ سال شهر ایلام است که بر اساس سرشماری سال ۱۳۹۰، تعداد آنها ۹۱۹۷ نفر گزارش شده و ۴/۵ درصد جمعیت این شهر را شامل شده است. حجم نمونه بر اساس فورمول کوکران، با فرض حداکثر واریانس $p=q=0/5$ ، و با $p=0/95$ سطح اطمینان، ۳۷۰ نفر می‌باشد. احتساب این مقادیر از واریانس و درصد خطا، در راستای کاهش احتمال خطا،

پیام‌نور استان ایلام، ۳ پژوهشگر آموزش دیده، به توزیع پرسشنامه در بین نمونه آماری مبادرت نمودند. در این راستا، ابتدا هدف از انجام پژوهش برای پاسخگویان تشریح، و پس از اخذ رضایت شفاهی ایشان، اقدام به تکمیل پرسشنامه شد. با توجه به اینکه تقریباً نیمی از افراد مورد نظر از سواد کافی برخوردار بودند، لذا پرسشنامه در بین این افراد به صورت خود اجرا تکمیل گردید که البته در این زمینه تلاش لازم برای افزایش میزان پاسخگویی، کیفیت پاسخگویی و کاهش سوالات بی‌پاسخ انجام شد. پرسشنامه‌های مربوط به افراد بی‌سواد نیز به صورت مصاحبه‌ای و توسط پرسشگران تکمیل شد. با توجه به اینکه بیشتر پاسخگویان از سلامت جسمانی مناسب برخوردار بودند، مشکل چندانی در زمینه تکمیل پرسشنامه‌ها برای پرسشگران ایجاد نشد. در موارد معدودی که برخی پاسخگویان ۸۰ سال به بالا از شرایط جسمانی مناسبی برخوردار نبودند، با حضور پرسشگران در منزل ایشان، و اختصاص زمان بیشتر، و همراهی و همکاری خانواده‌های ایشان، پرسشنامه‌ها به صورت مصاحبه‌ای تکمیل شدند. اطلاعات گردآوری شده، در سه سطح توصیفی، استنباطی (ضریب همبستگی پیرسون و تحلیل واریانس F) و تبیین رگرسیونی چند مرحله‌ای به وسیله نرم افزار SPSS نسخه ۱۸ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

پرسشنامه، و جهت سنجش متغیر شادکامی، از پرسشنامه شادکامی آکسفورد (فرم ۲۹ سوالی) استفاده شده است. نمره‌دهی این بخش نیز بر روی یک مقیاس ۵ آیتمی بر اساس طیف لیکرت (۱ کاملاً مخالفم تا ۵ کاملاً موافقم) ارزیابی شده و حداقل نمره کلی ۲۹ که بیانگر شادکامی پایین، و حداکثر آن ۱۴۵، بیانگر شادکامی بالا و بهتر می‌باشد. این پرسشنامه توسط Argyle & Lu تهیه شد. آنها ضریب آلفای ۰/۹۰ را با ۳۴۷ آزمودنی^(۱۸)، Furnham & Brewin آلفای ۰/۸۷ را با ۱۸۰ آزمودنی، و Nor با فرم کوتاه‌تری از پرسشنامه آکسفورد آلفای ۰/۸۴ را با ۱۸۰ آزمودنی به دست آورده‌اند. در بررسی Francis آلفای ۰/۹۲ به دست آمد^(۱۹).

برای بررسی روایی پرسشنامه، از روایی صوری (توسط کمیته تخصصی شورای پژوهشی دانشگاه پیام نور، ناظر طرح و نیز ۶ نفر از اساتید رشته‌های روان‌شناسی، علوم تربیتی و علوم اجتماعی این دانشگاه) و برای سنجش پایایی نیز از تکنیک آلفای کرونباخ استفاده شده است. در این راستا، پرسشنامه اولیه، در بین ۳۵ نفر از افراد نمونه توزیع و مورد پیش‌آزمون قرار گرفت. سپس گویه‌هایی که ضریب آلفای آنها کمتر از ۰/۷۰ بود، به‌عنوان گویه‌های ناپایا حذف شده و پرسشنامه نهایی تدوین گشت (جدول ۱). پس از تصویب طرح پژوهشی و اخذ مجوز از مدیریت پژوهش دانشگاه

جدول شماره ۱: ضریب آلفای کرونباخ گویه‌های هر طیف

طیف	شادکامی	سرمایه اجتماعی	جهت‌گیری مذهبی	سازگاری	محرومیت نسبی	پرخاصگری	از خود بیگانگی
تعداد گویه‌ها	۲۹	۱۳	۸	۷	۷	۱۲	۸
آلفای کرونباخ	۰/۹۴	۰/۷۲	۰/۸۸	۰/۷۰	۰/۷۴	۰/۹۰	۰/۷۷

یافته‌ها

پاسخگویان اوقات فراغت خود را با دوستان و همسالان سپری کرده‌اند (جدول ۲). یافته‌ها بیانگر آن بود که پاسخگویان از میزان شادکامی متوسطی (۹۲/۵۳) برخوردار بوده‌اند.

ارزیابی یافته‌ها نشان می‌دهد تقریباً ۵۹ درصد پاسخگویان بین ۶۵ تا ۶۹ سال سن داشته، ۵۴/۷ درصد بی‌سواد، ۱۴/۳ درصد دارای درآمدی کمتر از ۳۰۰ هزار تومان، و ۵۶/۳ درصد آنها متاهل بوده‌اند. همچنین ۵۹/۴ درصد

جدول شماره ۲: توزیع پاسخگویان بر حسب متغیرهای زمینه‌ای پژوهش

متغیر	فراوانی	درصد	متغیر	فراوانی	درصد	
سن	۶۵-۶۹	۲۱۸	۵۸/۹	بی‌سواد	۲۰۲	۵۴/۷
	۷۰-۷۴	۶۶	۱۷/۹	ابتدایی	۸۱	۲۱/۹
	۷۵-۷۹	۴۰	۱۰/۷	راهنمایی و متوسطه	۲۹	۷/۸
	۸۰-۸۴	۳۳	۸/۹	دیپلم	۲۳	۶/۳
	۹۰-۹۴	۱۳	۳/۶	فوق دیپلم و لیسانس	۳۵	۹/۴
درآمد	کمتر از ۳۰۰	۵۳	۱۴/۳	مجرد	۳۵	۹/۴
	۳۰۱ تا ۶۰۰	۱۵۹	۴۲/۹	متاهل	۲۰۸	۵۶/۳
	۶۰۱ تا ۹۰۰	۱۱۶	۳۱/۴	فوت همسر	۱۲۱	۳۲/۸
	۹۰۱ تا ۱۲۰۰	۴۲	۱۱/۴	مطلقه	۶	۱/۶
اوقات فراغت	با دوستان	۲۲۰	۵۹/۴			
	بیکار و در منزل	۷۵	۲۰/۳			
	سایر	۷۵	۲۰/۳			

جدول شماره ۳: آزمون همبستگی متغیرهای پژوهش

فرضیه	ضریب همبستگی	سطح معناداری
سن و شادکامی	۰/۰۲۷	۰/۸۴۴
میزان درآمد و شادکامی	* ۰/۳۴۴	۰/۰۴
محرومیت نسبی و شادکامی	* ۰/۳۲۵ -	۰/۰۲
پرخاشگری و شادکامی	* ۰/۳۹۹ -	۰/۰۰
از خودبیگانگی و شادکامی	* ۰/۴۸۴ -	۰/۰۰
سرمایه اجتماعی و شادکامی	* ۰/۴۵۷	۰/۰۰
جهت‌گیری مذهبی و شادکامی	۰/۰۷۳	۰/۲۵۵
سازگاری و شادکامی	* ۰/۲۷۵	۰/۰۳

* معنی‌داری در سطح ۹۵ درصد

** معنی‌داری در سطح ۹۹ درصد

جدول ۴ در ارزیابی سایر فرضیه‌ها نشان می‌دهد که تفاوت معنی‌داری در نمره شادکامی سالمندان بر حسب متغیرهای وضعیت تاهل و سطح تحصیلات وجود دارد ($p < 0/05$). همچنین نمره شادکامی پاسخگویان بر حسب متغیر چگونگی گذران اوقات فراغت از تفاوت معنی‌داری برخوردار نیست ($p > 0/05$)، و فرضیه مربوط به این متغیر تایید نشده است.

جدول شماره ۴: آزمون تفاوت میانگین متغیرهای پژوهش

متغیرهای فردی	آزمون F	سطح معناداری
وضعیت تاهل و شادکامی	۵/۸۳۹	۰/۰۰
سطح تحصیلات و شادکامی	۲/۳۱۳	۰/۰۴
چگونگی گذران اوقات فراغت و شادکامی	۲/۷۲	۰/۰۷

در ارزیابی فرضیه‌های مورد بررسی در این پژوهش، اطلاعات موجود در جدول ۳ بیانگر آن است که همبستگی بین متغیرهای؛ سرمایه اجتماعی ($r = 0/457$)، میزان درآمد ($r = 0/344$) و سازگاری ($r = 0/275$) با متغیر شادکامی، مستقیم، و در سطح حداقل ۹۵ درصد معنی‌دار است ($p < 0/05$). به این صورت که هر چه میزان این متغیرها در میان پاسخگویان بیشتر باشد، میزان شادکامی آنها نیز افزایش می‌یابد. از سوی دیگر رابطه متغیرهای از خودبیگانگی ($r = -0/484$)، پرخاشگری ($r = -0/399$) و محرومیت نسبی ($r = -0/325$) با شادکامی در سطح حداقل ۹۵ درصد معنی‌دار ($p < 0/05$)، اما معکوس بوده است، به عبارت دیگر با افزایش میزان متغیرهای مذکور در بین سالمندان، میزان شادکامی آنها کاهش یافته است. همچنین رابطه معنی‌داری بین متغیرهای سن ($p > 0/05$)، و جهت‌گیری مذهبی ($p > 0/05$)، با متغیر شادکامی مشاهده نمی‌شود.

برخوردار است. با توجه به علائم ضرایب B موجود در این جدول مشاهده می‌شود که متغیرهای درآمد (B=۱/۶۹۷) و سرمایه اجتماعی (B=۰/۶۸۳) دارای اثر مثبت بر شادکامی می‌باشند. به عبارت دیگر عوامل فوق دارای رابطه‌ای مستقیم با متغیر وابسته‌اند. همچنین متغیر پرخاشگری (B=-۱/۰۳۹) دارای رابطه معکوس با شادکامی است.

تفسیر نتایج جدول ۵ جهت تحلیل رگرسیونی چند متغیره نشان می‌دهد که متغیرهای درآمد، سرمایه اجتماعی و پرخاشگری طی ۴ مرحله وارد معادله شده و در نهایت با همبستگی ۰/۷۰۰ و ضریب تعیین ۰/۴۹ تقریباً ۴۹ درصد از تغییرات متغیر وابسته یعنی شادکامی را تبیین نموده‌اند. در مجموع ارزیابی یافته‌ها نشان می‌دهد که مدل پژوهش حاضر از قدرت تبیین و پیش‌بینی بالایی

جدول شماره ۵: عناصر درون معادله برای پیش‌بینی عوامل مرتبط

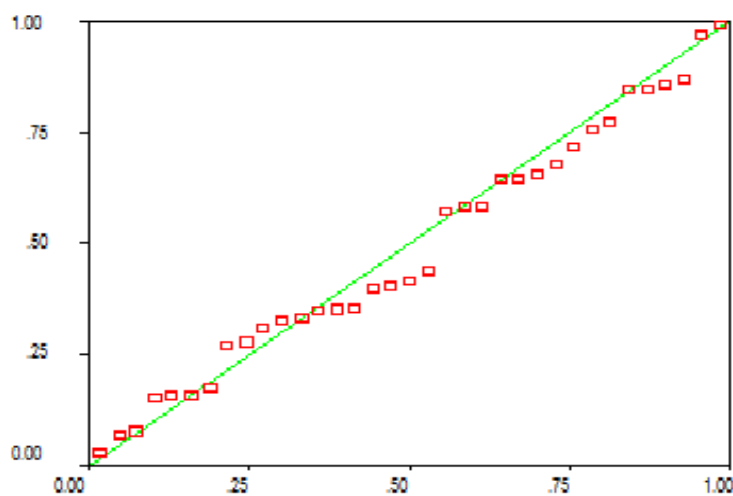
مرحله	R	R2	تغییرات R2	خطای استاندارد	متغیر	ضریب B	T	Sig T
اول	۰/۷۱۵	۰/۵۱۲	۰/۴۰۳	۱۴/۲۲۲۸	درآمد	۱/۶۹۷	۱/۸۰۲	۰/۰۸
دوم	۰/۷۱۵	۰/۵۱۱	۰/۴۲۳	۱۳/۹۸۴۷	سرمایه اجتماعی	۰/۶۸۳	۲/۲۴۴	۰/۰۳
سوم	۰/۷۱۴	۰/۵۰۹	۰/۴۴۲	۱۳/۷۵۷	پرخاشگری	-۱/۰۳۹	-۳/۳۸۵	۰/۰۰
چهارم	۰/۷۰۰	۰/۴۹۰	۰/۴۳۹	۱۳/۷۹۱۷				
				Constant = ۸۳/۲۱۲	Sig= ۰/۰۰			

کرد. در نمودار زیر ملاحظه می‌شود، وابستگی بین متغیر شادکامی و سایر متغیرها وجود دارد. این نمودار نشان می‌دهد که این خط تا چه اندازه با واقعیت منطبق است. اگر خط کاملاً برازنده باشد، هر مورد احتمال تجمعی مشاهده شده باید با احتمال تجمعی مورد انتظار هم اندازه باشد و نقطه روی خط ۴۵ درجه بیفتد، ولی ملاحظه می‌شود که نقاط از خط انحراف دارند و اکثراً در دو طرف پراکنده‌اند.

معادله پیش‌بینی رگرسیون چند متغیره با توجه به جدول فوق برای پیش‌بینی میزان شادکامی در میان نمونه مورد بررسی به صورت زیر است:

$$Y = (83/212) + (1/697 \times X_1) + (0/683 \times X_2) + (-1/039 \times X_3)$$

برای اندازه‌گیری چند همخطی در متغیرهای مستقل از دو روش ارزش تحمل و عامل تورم واریانس استفاده شد. در نمودار ۱ نقاطی که روی قطر قرار دارند گویای آنند که احتمال تجمعی مشاهده شده با احتمال تجمعی مورد انتظار یکی است. در واقع هر چه نقاط حول قطر بیشتر تجمع کنند، دقیق‌تر می‌توان متغیر شادکامی را پیش‌بینی



نمودار شماره ۱: وجود رابطه بین شادکامی و عوامل مرتبط

بحث و نتیجه‌گیری

ارزیابی یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که بین میزان درآمد و شادکامی پاسخگویان رابطه معنی‌دار است. نتایج پژوهش‌های محققان در تایید این نتیجه نشان می‌دهد که شادمانی انسان با افزایش ثروت افزایش می‌یابد و کاهش ثروت، شادی را می‌کاهد. منتظری و همکاران نشان دادند وضعیت اشتغال و سطح درآمد افراد تأثیر بسزایی بر سطح شادکامی آنها دارد^(۷). Argyle معتقد است بین درآمد و شادمانی، ارتباط مثبت وجود دارد؛ اما این ارتباط در بین اقشار کم درآمد بیشتر است؛ یعنی درآمد تا اندازه‌ای نیازهای مادی افراد را برطرف می‌کند و بر شادمانی تأثیر دارد، ولی درآمد بیش از حد مورد نیاز، شادمانی را افزایش نمی‌دهد^(۲۰). همچنین در تایید نتایج پژوهش پیرو^(۱۲)، یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد وضعیت تاهل، با شادکامی رابطه معنی‌دار دارد.

یکی از موارد مؤثر بر شادکامی، که به عنوان حمایت‌کننده عاطفی و وسیله‌ای برای تفسیر مثبت رویدادهای زندگی می‌باشد، جهت‌گیری مذهبی و نگرش دینی است. افراد با گرایش دینی و این عقیده که در جهان مقصد‌الایی وجود دارد، می‌توانند شادکامی خود را ارتقا بخشند. قادری در پژوهش خود، جهت‌گیری مذهبی درونی سالمندان را در شادکامی آنها مؤثر می‌داند^(۱۸). با این وجود، نتایج پژوهش حاضر رابطه معنی‌داری را بین جهت‌گیری مذهبی و شادکامی سالمندان نشان نداده است. مهمترین دلیل دستیابی به این نتیجه را می‌توان بالا بودن نمره مذهبی کلیه پاسخگویان دانست که با توجه قرار داشتن این افراد در سال‌های پایانی عمر و نزدیکی زمان مرگ، حصول چنین نتیجه‌ای دور از انتظار نیست.

بر اساس نظریه دستیابی به ارزش‌ها، نشاط و خوشبختی یک احساس فردی نیست، بلکه واقعیتی مستقل از احساسات فردی است و عبارت است از دستیابی به چیزهایی که از نظر عموم واقعاً ارزشمند به حساب می‌آیند^(۲۱). نتایج آزمون فرضیه‌های این پژوهش نشانگر آن است که ارزش‌هایی چون سرمایه اجتماعی از

همبستگی بالایی با شادکامی پاسخگویان برخوردار بوده‌اند و پاسخگویانی که از سرمایه اجتماعی بالاتری برخوردار باشند، از درجه شادکامی بالاتری برخوردارند. به عبارت دیگر هر اندازه افراد سالمند دارای سرمایه اجتماعی بالاتری باشند، به این معنا که این متغیر به عنوان مجموعه‌ای از ذخائر ارزشمند مانند اعتماد متقابل در بین افراد^(۱۰)، حمایت‌های اجتماعی، روانی و مالی، وجود شبکه‌های خویشاوندی^(۱۱)، حس تعلق و وابستگی، حسن تفاهم، همدردی، دوستی، همبستگی و سرمایه در برنامه‌های مختلف زندگی^(۱۳) برای سالمندان وجود داشته باشد، شادکامی آنها در وضعیت بهتری قرار می‌گیرد.

بحث دیگری که نتایج پژوهش حاضر بر آن دلالت دارد، این است که در برخورد افراد یک جامعه با مشکلات زندگی و روانی، هر اندازه راهبرد عقلانی در جهت حل مسائل به‌کار گرفته شود و بر اساس عقل سلیم با مشکل برخورد شود، فشارهای روانی ناشی از آن مساله کاهش می‌یابد^(۲۲). ارزیابی یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد سالمندانی که توانایی بیشتری در سازگاری با محیط از خود نشان داده‌اند، دارای شادکامی بیشتری بوده‌اند.

محرومیت نسبی به‌عنوان تصور وجود تفاوت بین انتظارات ارزشی انسان‌ها و توانایی‌های ارزشی آنها تعریف می‌شود. انتظارات ارزشی، کالاها و شرایط زندگی می‌باشند که مردم خود را مستحق آنها می‌دانند، و توانایی‌های ارزشی، کالاها و شرایطی هستند که مردم فکر می‌کنند در صورت داشتن ابزارهای اجتماعی می‌توانند آنها را به‌دست آورند و حفظ کنند. بر اساس دیدگاه محرومیت نسبی انسان‌ها عموماً به مقایسه خود با دیگران می‌پردازند و در این رابطه وقتی احساس فقر و بی‌عدالتی می‌کنند، واکنش‌های شدید عاطفی نشان می‌دهند و وقتی این احساس به درجه بالای خود برسد، به احساس تضاد اجتماعی می‌انجامد و تعارضات شدیدی را در پی دارد که منجر به کاهش شادکامی و نشاط برای فرد خواهد شد^(۲۳). ارزیابی یافته‌ها نشان می‌دهد که رابطه متغیر محرومیت نسبی با شادکامی معنی‌دار و معکوس بوده

است؛ به عبارت دیگر با افزایش احساس محرومیت نسبی در بین پاسخگویان، میزان شادکامی آنها کاهش یافته است. از دیگر نتایج پژوهش حاضر، وجود همبستگی معنی‌دار و معکوس بین متغیرهای پرخاشگری و از خودبیگانگی با شادکامی سالمندان است. عدم انطباق نگرش سالمندان با نگرش اطرافیان نسبت به اتفاقات زندگی محیطی، کاهش سطح فعالیت‌ها به دلیل از کارافتادگی، سلب اراده و آزادی عمل از آنها، و افت قوای جسمانی که منجر به بی‌اعتمادی دیگران نسبت به سالمندان می‌شود، از علل بروز رفتارهای نابه‌نجار مانند افسردگی، از خودبیگانگی، عصبانیت، پرخاشگری، و حتی گریه و زاری بی‌مورد در بین سالمندان است. همان‌گونه که اشاره شد نظریه‌های اجتماعی مطرح شده درباره بیگانگی، تلویحاً در بر گیرنده مقوله رضایت از زندگی و احساس شادی و نشاط هم هستند. به عبارت دیگر می‌توان احساس بیگانگی اجتماعی را تلویحاً به معنای تبیین نارضایتی و عدم بهروزی به شمار آورد. Seeman معتقد است ساختار بوروکراسی جامعه مدرن، شرایطی را ایجاد و ابقا کرده است که در آن، انسان‌ها از یک سو نمی‌توانند عواقب و نتایج رفتارهای خود را کنترل کنند و از سوی دیگر نحوه کنترل و مدیریت جامعه و سیستم پاداش‌دهی اجتماعی نیز به‌گونه‌ای است که فرد، بین رفتار خود و پاداش مأخوذ از سوی جامعه نمی‌تواند ارتباط برقرار کند و در چنین شرایطی، احساس انفعال و از خودبیگانگی بر فرد مستولی می‌شود و او را به کنشی منفعلانه و غیرمشارکتی وا می‌دارد^(۲۴). از سوی دیگر افراد سالمند به لحاظ اینکه جایگاه خود را در بین اطرافیان از دست داده‌اند، دچار افسردگی شدید می‌شوند که این افسردگی همراه با ضعف کیفیت ارتباط اجتماعی آنها در این سنین، منجر به تنزل آستانه تحمل‌شان در مقابل خواسته‌ها یا قبول کردن دیگران می‌شود و بدون دلیل تغییر مزاج پیدا کرده و پرخاشگر می‌شوند. همچنین در تفسیر نتایج تحلیل رگرسیونی چند متغیره، یافته‌ها نشان داد که متغیرهای درآمد، سرمایه اجتماعی و پرخاشگری

طی ۴ مرحله وارد معادله شده و در نهایت تقریباً ۴۹ درصد از تغییرات شادکامی را تبیین نمودند که بیانگر قدرت تبیین و پیش‌بینی بالای مدل پژوهش است.

بی‌سواد بودن تقریباً نیمی از پاسخگویان، که عمدتاً در مناطق حاشیه‌ای شهر سکونت داشتند، و کم‌حوصلگی به ویژه در بین پاسخگویان بالای ۸۰ سال، مهمترین مشکل در انجام این پژوهش بود که با صبر و شکیبایی پاسخگویان و تلاش پرسشگران، این مشکل به خوبی مرتفع گردید. با توجه به روند رو به رشد جمعیت سالمندان در سال‌های آتی در شهر ایلام، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های عمیق و همه‌جانبه‌ای در مورد این گروه سنی از افراد، به‌ویژه در زمینه چگونگی گذران اوقات فراغت ایشان، صورت گیرد.

در پایان ذکر این نکته ضروری است که افراد در سنین سالمندی معمولاً با یادآوری تلاش‌ها، زحمات‌ها و دستاورد گذشته‌شان، حس مفید بودن می‌کنند. بها دادن به این زحمات‌ها می‌تواند برای حفظ توانایی‌های فرد سالمند، مفید باشد و به سلامت وی کمک کند. اطرافیان باید به سالمند کمک کنند تا او بتواند کارهایش را به تنهایی انجام دهد و از خود مراقبت کند. این فعالیت‌ها باعث می‌شود ذهن فرد سالمند همواره فعال باشد و دچار افسردگی، مشکلات شناختی و عدم تمرکز نشود. اگرچه این افراد با توجه به موقعیت سنی خود در انجام برخی فعالیت‌ها و ورزش حرفه‌ای دچار محدودیت هستند، ولی انجام ورزش‌های ساده‌ای مثل پیاده‌روی، روحیه آنها را تغییر خواهد داد و باعث شادابی‌شان می‌شود. همچنین شرکت در مسافرت‌های گروهی (اعم از اینکه با گروه همسالان باشد یا نه) می‌تواند فرد سالمند را همچنان در جمع مردم قرار دهد و نشاط اجتماعی او را تقویت سازد.

تقدیر و تشکر

این مقاله برگرفته از طرح پژوهشی شماره ۰۵/۱۷۱۳/د شورای پژوهشی دانشگاه پیام‌نور استان ایلام می‌باشد. از کلیه کسانی که در انجام این کار ما را یاری نمودند، بسیار سپاسگزاریم.

فهرست منابع

1. Shokoochi S, Babanejad M, Behzadifar M, Delpisheh A. [Study of Health and Disease Status in Elderly people of Ilam Province]. *Journal of Ilam University of Medical Sciences*. 2013; 21 (6):276-86. Persian
2. Sargazi M, salehi S, naji S. [A Study on the Health Promoting Behaviors Regarding Hospitalized Older Adults' Health in Zahedan]. *Journal of Zabol University of Medical Sciences and Health Services*. 2012; 4 (2):73-84. Persian
3. Almasi M. [Ilam girls' sense of happiness and its related factors]. *womens studies sociological and sychological*. 2014; 12(1): 7-30. Persian
4. Veenhoven R. Medidas de la felicidad nacional bruta. *Interv Psicosoc*. 2009;18(3):279-99.
5. Khosravi Z & Cheraghmolaei L. [A comparative study of social commitment, happiness and mental health of students, with an emphasis on gender]. *women's studies (Sociological & Psychological)*. 2012; 10(1): 7-36. Persian
6. Kajbaf M B, Sajjadiyan P, Kaviyani M, Anvari H. [The Relationship between Islamic Life Style and Happiness about Life Satisfaction among University Students in Isfahan]. *Psychology and Religion*. 2012; 4(4): 61-74. Persian
7. Montazeri A, Omidvari S, Azin A, Aeenparast A, Jahangiri K, Sadighi J, Et Al. [Happiness Among Iranian Population: Findings From The Iranian Health Perception Survey (IHPS)]. *Payesh*. 2012; 11: 467-75. Persian
8. Frijters P, Beatton T. The mystery of the U-shaped relationship between happiness and age. *J Econ Behav Organ*. 2012;82(2):525-42.
9. Ho LS. Hong Kong's happiness indices: What they tell us about LIFE? *J Socio Econ*. 2011;40(5):564-72.
10. Ozturk A, Mutlu T. The Effectiveness of Social Skills Training on Students' Levels of Happiness. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. 2010; 9: 1772-6.
11. Guillen L, Coromina L, Saris WE. Measurement of social participation and its place in social capital theory. *Soc Indic Res*. 2011;100(2):331-50.
12. Peiro A. Happiness, satisfaction and socio-economic conditions: Some international evidence. *J Socio Econ*. 2006;35(2):348-65.
13. Haller M, Hadler M. How social relations and structures can produce happiness and unhappiness: An international comparative analysis. *Soc Indic Res*. 2006;75(2):169-216.
14. Adler MG, Fagley NS. Appreciation: Individual differences in finding value and meaning as a unique predictor of subjective well-being. *J Pers*. 2005;73(1):79-114.
15. Lyubomirsky S, Tkach C, DiMatteo MR. What are the differences between happiness and self-esteem. *Soc Indic Res*. 2006; 78(3):363-404.
16. Ghaderi D. [The survey of relationship between religious orientation and happiness among the elderly man and woman in Tehran]. *Iranian Journal of Ageing*. 2011;5(18): 5(4): 64-71. Persian
17. Allport GW, Ross JM. Personal religious orientation and prejudice. *J Pers Soc Psychol*. 1967;5(4):432.
18. Garmy M. [Reviewing the Relationship between Religiosity and Happiness Levels, among Students, with the Separation of Sex and Marital Situation]. *Psychology and Religion*. 2010; 3(3): 75-91. Persian
19. Hadinezhad H, Zaree F. [Reliability, validity, and normalization of the Oxford Happiness Questionnaire]. *Psychological Research*. 2009;12:62-77. Persian
20. Argyle M. *The psychology of happiness*: Routledge; 2013.
21. Hezarjaribi J, Astin Fp. [Review Of Influential Factors In Social Bliss (Emphasis On Tehran Province)]. 2009.; 20 (1) :119-46. Persian
22. Kosic A. Acculturation strategies, coping process and acculturative stress. *Scand J Psychol*. 2004;45(4):269-78.
23. Gurr T R. why men rebel? 3rd ed. Translation: A Morshedyzad. Tehran: Center for Strategic Studies. 2008.
24. Seeman M. On the meaning of alienation. *Am Sociol Rev*. 1959:783-91.

Factors Associated with Feelings of Happiness among the Elderly

*Almasi M¹., MS.

Mahmoudiani S²., Phd. Cond

Jafari M³., MS.

Abstract

Background & Aim: Happiness is one of the most urgent natural and psychological demands of human beings and because of its major impact on the health and development of society, the human' mind has always been busy about it. This study seeks to determine the factors associated with elderly happiness in Ilam city.

Material & Methods: It was a descriptive cross- sectional study with predictive- correlational design. The sample consisted of 370 elderlies of Ilam city who were recruited by systematic random sampling. Data was collected in 2014 by a three part questionnaire including (1) personal characteristics sheet (2) a researcher made questionnaire to measure aggression, adaptation strategies, social capital, religious orientation, relative deprivation and alienation variables (3) and Oxford Happiness Questionnaire (29 items version) and was analyzed by Pearson correlation coefficient, ANOVA and multiple regression using SPSS- PC (v.18).

Results: The findings revealed that the respondents' happiness was moderate (92/53). A significant direct correlation was found between social capital ($r=0/457$), income ($r=0/344$), and adaptation strategies ($r=0/275$) and happiness ($p<0/005$). There were also a significant indirect relationship between alienation ($r=-0/484$), aggression ($r=-0/399$), relative deprivation ($r=-0/325$), and happiness ($p<0/005$). No significant relationship was found between religious orientation and happiness. Stepwise regression analysis showed that the variables of income, social capital and aggression have explained almost 49 percent ($r^2=0/49$) of happiness variations ($P<0/00$).

Conclusion: Regarding the findings and considering the growing population of elderlies in this city it is suggested that appropriate approaches be applied to strengthening the positive factors and adjusting the negative factors related to the feelings of happiness in this population.

Key Words: Happiness, Social capital, Agreeableness, Aggression, Elderly.

Received: 15 Nov 2014

Accepted: 16 Feb 2015

¹. Instructor, Department of Social Sciences, Payame Noor University, Tehran, Iran (*Corresponding Author).
Tel: 09189411308 Email: Almasi_57@yahoo.com

². PhD student in Demography, Faculty of Social Sciences, Tehran University, Tehran, Iran.

³. Instructor, Department of Social Sciences, Payame Noor University, Tehran, Iran.