Journal of Behavioral Sciences
Vol. 4, No. 3, Fall 2010
Pages: 207-213
Original Article

مجله علوم رفتاری
دوره ٤، شماره ٣، پاییز ١٣٨٩
صفحات: ٢١٣-٢٠٧
مقاله پژوهشی

رابطه خلاقیت و بهزیستی ذهنی در دانشجویان

Relationship between creativity and subjective well-being in university students

تاریخ دریافت: ٨٨/٦/١٨ تاریخ پذیرش: ٨٩/٢/١١

Recieved: 2009/09/09 Accepted: 2009/05/01

مهرانگیز پیوسته‌گر[✉]، الهام دستجردی[١]، غلامرضا دهشیری[٢]

Peyvastegar M. *PhD*[✉], Dastjerdi E. *MSc*, Dehshiri Gh. R. *PhD*

چکیده

مقدمه: توجه به احساس بهزیستی یا رضامندی افراد و رابطه آن با خلاقیت امری ضروری است. موفقیت فعالیت‌های دانشجویان نیز می‌تواند تا حد زیادی به دارابودن احساس رضامندی از کیفیت زندگی‌شان و نیز خلاقیت آنها بستگی داشته باشد. پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه بین خلاقیت و بهزیستی ذهنی در دانشجویان دانشگاه الزهرا(س) انجام شد.

روش: این پژوهش همبستگی روی ٣٠٠ نفر از دانشجویان دانشگاه الزهرا(س) که در سال ١٣٨٨ به روش نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند، انجام شد. برای ارزیابی خلاقیت از پرسش‌نامه خلاقیت *عابدی* و برای سنجش بهزیستی ذهنی از پرسش‌نامه بهزیستی ذهنی بزرگسالان که ابعاد هیجانی، روان‌شناختی و اجتماعی بهزیستی ذهنی را ارزیابی می‌کند، استفاده شد. داده‌ها با استفاده از آمار توصیفی، ضریب همبستگی *پیرسون* و تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام با نرم‌افزار SPSS 13 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته‌ها: میان خلاقیت و بهزیستی ذهنی (r=٠/٤٦؛ p<٠/٠١) رابطه معنی‌داری در جهت مثبت وجود داشت. در تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام از میان مولفه‌های خلاقیت، سیالی به‌همراه انعطاف‌پذیری در مجموع ٢٥٪ واریانس بهزیستی ذهنی را به خود اختصاص دادند. سایر مولفه‌های خلاقیت نقش مهمی در پیش‌بینی بهزیستی ذهنی و ابعاد آن نداشتند.

نتیجه‌گیری: داشتن روحیه‌ای شاد و رضایت از شرایط زندگی می‌تواند بر ایجاد اعمال و بینش‌های نو و اصیل تاثیر مهمی داشته باشد. همچنین هیجان‌های مثبت خود می‌توانند از همین اعمال و بینش‌های نو خلق شوند.

کلیدواژه‌ها: خلاقیت، بهزیستی ذهنی، ضریب همبستگی *پیرسون*، رگرسیون گام‌به‌گام

Abstract

Introduction: It is necessary to notice the relationship between subjective well-being and creativity. University students' success in their activities can highly depend on their satisfaction with quality of life and their creativity. The purpose of present study was to investigate the relationship between creativity and subjective well-being among Al-Zahra university students.

Method: This correlation study was performed on 300 subjects selected among Al-Zahra university students in year 2009 based on available sampling. *Abedi* creativity test was used in order to assess students' creativity and subjective well-being was measured by adult subjective well-being questionnaire which evaluates emotional, psychological and social dimensions of subjective well-being. Data was analyzed using descriptive statistics, *Pearson* correlation coefficient and stepwise regression by SPSS 31 software.

Results: There was a significant correlation between creativity and subjective well-being (r=0.46; p<0.01). The results of stepwise regression showed that among components of creativity, fluency and flexibility, in general, explained for 25% of the variance in subjective well-being. The other components of creativity hadn't played an important role in subjective well-being.

Conclusion: Having a delightful mentality and satisfaction with living conditions may have an important effect on original and new acts and insights. Furthermore, positive emotions also can be created from these new acts and insights.

Keywords: Creativity, Subjective Well-Being, *Pearson* Correlation, Stepwise Regression

[✉] گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهرا(س)، تهران، ایران
[١] گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه الزهرا(س)، تهران، ایران
[٢] گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران

[✉]**Corresponding Author:** Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences & Psychology, AlZahra University, Tehran, Iran
Email: mpaivastegar@yahoo.com

Archive of SID
www.SID.ir

مقدمه

در ادبیات و منطق روان‌شناسی مساله "خلاقیت" در بحث از هوش و تفکر و استدلال مطرح می‌شود. امروزه روان‌شناسان، جامعه‌شناسان و سایر دانشمندان ارزش و اهمیت خلاقیت را برای فرد و جامعه شناخته‌اند و روی آن تاکید می‌ورزند. زیرا همگی به این واقعیت رسیده‌اند و معتقدند علم و هنر و تکنولوژی مدیون و محصول فرآیند خلاقیت آدمی است و بین آنها و فرآیند خلاقیت همبستگی وجود دارد [۱].

خلاقیت در زبان انگلیسی از فعل "To create" به‌معنای به‌وجودآوردن و عامل اتفاق‌افتادن چیزی منشعب شده است. تاکنون تعاریف زیادی از خلاقیت ارایه شده و صاحب‌نظران مختلف هر یک از زاویه‌ای به آن پرداخته‌اند. برخی تعاریف به توانایی‌ها و خصایص فردی، برخی به فرایند و محصول خلاقیت، تعدادی به فرآیند خلاق و گروهی نیز به محیط خلاق‌پرور توجه نموده‌اند [۲].

تحقیقات جدید در زمینه خلاقیت در دهه ۶۰ در نتیجه فعالیت‌های *گیلفورد* آغاز شد. وی مجموعه‌ای از توانایی‌ها و خصیصه‌ها را مسئول تفکر خلاق می‌داند [۲]. از نظر *گیلفورد* خلاقیت باید بر مبنای ایجاد عقاید مطرح شود. وی خلاقیت را متشکل از ۴ عنصر سیالی، انعطاف‌پذیری، ابتکار و بسط می‌داند. سیالی، توانایی ارایه راه‌حل‌های گوناگون برای حل مسایل است. انعطاف‌پذیری، توانایی ایجاد الگوهای جدید تفکر و عدم اتکا به الگوهای تفکر موجود است. ابتکار، دور شدن از چیزهای واضح و معمولی یا قطع رابطه با تفکر مبتنی بر عادت است و بسط، توانایی برنامه‌ریزی و سازمان‌دهی در انجام امور مختلف را بیان می‌کند [۴].

رابرت فرانکن [۳] خلاقیت را گرایش به ایجاد یا تشخیص ایده‌ها یا امکاناتی تعریف می‌کند که ممکن است در حل مسایل ارتباط با دیگران و سرگرم‌کردن خود یا دیگران مفید باشد. در صورت پذیرفتن اندیشه تفاوت‌های فردی، همه افراد اگر موقعیت‌شان ایجاب کند یا هنگامی که به‌طور مناسبی برانگیخته شده باشند، ظرفیت ذاتی برای اعمال خلاقانه دارند. از دید وی، خلاقیت بیشتر ابراز هیجان است نه استعداد.

پژوهشگران در رشته‌های مختلف علمی مطالعات نسبتا متعددی را در زمینه خلاقیت انجام داده‌اند، در روان‌شناسی نیز پژوهش‌هایی در زمینه خلاقیت و رابطه آن با عواملی چون پیشرفت تحصیلی، اختلالات روانی و ویژگی‌های شخصیتی صورت گرفته است. از آنجا که بالندگی، سرزندگی و نشاط روانی انسان، تاثیر قابل ملاحظه‌ای بر تمام جنبه‌های شخصیتی، چگونگی بروز و ظهور رفتارهای مختلف و همچنین شکوفایی خلاقیت وی دارد [۵]، لذا توجه به احساس بهزیستی یا رضامندی افراد و رابطه آن با خلاقیت نیز امری ضروری است. شادکامی و بهزیستی ذهنی موجب رشد متعادل و سلامت آدمی می‌شود و راه را جهت پرورش صحیح‌تر و وسیع‌تر استعدادهای وی هموار می‌سازد. رشد فردی و توسعه اجتماعی به آن بستگی دارد که تا چه اندازه به این امر بها داده می‌شود. به گفته *کار* [۶] بهزیستی ذهنی و شادکامی باعث می‌شود که شخص به‌شیوه اجتماعی، خردمندانه یا هنرمندانه بازی و خلق کند.

بهزیستی ذهنی به ارزیابی و درک شخصی افراد از کیفیت زندگی‌شان (شامل کیفیت کنش‌های اجتماعی، روان‌شناختی و عاطفی آنها) اطلاق می‌شود [۷]. افراد با احساس بهزیستی بالا، هیجان‌های مثبت بیشتری را تجربه می‌کنند. از گذشته، آینده خودشان، دیگران، رویدادها و حوادث پیرامون‌شان ارزیابی مثبتی دارند و آنها را خوشایند توصیف می‌کنند. در حالی‌که افراد با احساس بهزیستی پایین، موارد مذکور را نامطلوب ارزیابی کرده و هیجان‌های منفی مانند اضطراب و افسردگی بیشتری را تجربه می‌کنند [۸].

بهزیستی ذهنی شامل اصول مهمی است که از طریق تاثیر احساسات بر همه ابعاد رفتار انسان و پیشرفت او (شامل سلامت فیزیکی و روانی، پیشرفت مهارتی و آموزشی، صلاحیت اجتماعی و ایجاد روابط مثبت اجتماعی) قابل شناسایی است [۹]. بسیاری از پژوهش‌ها نشان داده‌اند که خلق‌های شاد، توانایی تفکر برای حل مسایل به شیوه‌های جدید را تسهیل می‌کنند. احساسات منفی، از توانایی تفکر انعطاف‌پذیر، جلوگیری می‌کند [۱۰]. علی‌رغم نظر بسیاری از پژوهشگران مبنی بر این که خلق منفی باعث بازداری خلاقیت می‌شود، *کاسپر* [۱۰] معتقد است مشخص نیست آیا غمگینی که همراه با برخی مسایل پیش می‌آید از تلاش برای دست‌یابی به راه‌حلی جدید جهت حل مساله جلوگیری می‌کند یا به این امر کمک می‌کند (به عنوان مثال وقتی یک مربی تلاش می‌کند تا به دوره‌ای از شکست که برای بازیکنانش پیش‌آمده پایان دهد یا وقتی یک کودک برای تعمیرکردن قطعه‌ای از اسباب‌بازی‌اش که شکسته است تلاش می‌کند، احساس غمگینی و ناراحتی با وجودی‌که فرد برای رسیدن به راهی جدید فکر می‌کند، وجود دارد).

از نظر *کاسپر* [۱۰] افراد دارای خلق غمگین، دایما در حال تصحیح، تجدید و تغییر عقایدشان در پاسخ به شواهد جدید هستند. چنین فرآیندی باید به تفکر انعطاف‌پذیر کمک کند. این تفکر به توانایی نیاز دارد از اتکا به شیوه‌های ثابت تفکر در تلاش برای ایجاد تغییرات، اجتناب ورزد. افراد دارای خلق غمگین، در صورتی که اطلاعاتی را دریافت کنند که نشان‌دهنده اشتباه‌بودن راه‌حل‌هایشان است، از تفکر انعطاف‌پذیر استفاده کرده و راه‌حل‌هایشان را مورد تجدید نظر قرار می‌دهند.

از سوی دیگر *کار* [۶] بر این عقیده است که هیجان‌های مثبت مثل لذت یا خشنودی بیانگر این هستند که اتفاق خوبی رخ

Archive of SID
www.SID.ir

خواهد داد. این هیجان‌ها توجه ما را وسعت می‌بخشند، از محیط فیزیکی و اجتماعی گسترده‌تری آگاه می‌سازند، گسترش یافته ما را برای پذیرش اندیشه‌ها و اقدامات تازه آماده می‌کنند و بیش از مواقع عادی خلاق‌تر می‌شویم. هیجان‌های مثبت، بارآوری و تفکر خلاق و توام با شکیبایی را آسان می‌کنند. خود هیجان‌های مثبت نیز ممکن است از همین بینش‌ها و اعمال نو و پایدار نشأت بگیرند. *استرنبرگ* تفکر خلاق را ترکیبی از قدرت ابتکار، انعطاف‌پذیری و حساسیت نسبت به مسایل گوناگون می‌داند که به نتایج متفاوت و مولد منجر می‌شود و حاصل آن رضایت شخصی و احتمالا خشنودی دیگران است [۱۱].

عاطفه مثبت تمایل فرد را برای ترکیب مسایل به روش‌های جدید و پی‌بردن به رابطه بین محرک‌های مختلف افزایش داده و سازمان‌دهی شناختی را تسهیل می‌کند [۳]. مطالعه‌های آزمایشگاهی با القای خلق مثبت نشان می‌دهند این حالت‌های خلقی القا شده، به خلاقیت، تفکر و رفتار انعطاف‌پذیر بیشتری منجر می‌شوند [۶].

فورگاس و *آیزن* معتقدند در حالت شادی، مردم با هم همکاری می‌کنند (برای مثال آنها به شکلی مذاکره می‌کنند که بیشترین نتیجه برای طرفین حاصل شود). نتیجه رفتارهای انعطاف‌پذیر، حل بهتر مساله و درک بهتر شرایط است [۱۲]. براساس نتایج پژوهش *گریاوز* و *فارباس* [۱۳] افزایش روابط اجتماعی، پرورش‌دادن و تشویق‌کردن فعالیت‌های خلاقانه باعث افزایش هشیاری، فعالیت اجتماعی، خودارزشمندی، خوش‌بینی، بهزیستی و تغییرات مثبت در سلامتی و رفتار سالمندان منزوی می‌شود. *کالینز* [۱۴] معتقد است که رابطه مثبتی بین تجربیات خوب زندگی با عاطفه مثبت، تعادل عاطفی و رضایت از زندگی وجود دارد. خلاقیت غیرشغلی در طول زندگی پیش‌بینی‌کننده عاطفه مثبت و خلاقیت شغلی پیش‌بینی‌کننده رضایت از زندگی است. در پژوهش *بوستیک* [۱۵] مشخص شد تفکر خلاق می‌تواند در پیش‌بینی سلامت جسم، سازگاری روان‌شناختی و سطح سرزندگی موثر باشد و این متغیرها با یکدیگر ارتباط مستقیم دارند.

رایت و *والتون* [۱۶] طی پژوهشی به بررسی رابطه بین عاطفه، بهزیستی روان‌شناختی و خلاقیت پرداختند. نتایج این پژوهش حاکی از وجود همبستگی مثبت بین بهزیستی روان‌شناختی با خلاقیت (r=۰/۴۸) و حالت عاطفی مثبت با خلاقیت (r=۰/۲۹) بود.

دی‌درو و همکاران [۱۷]، سیالی و تازگی را که از کارکردهای انعطاف‌پذیری شناختی هستند، به‌عنوان دو جنبه از مدل خلاقیت مطرح کردند. خلق‌های فعال (مانند عصبانیت، ترس، شادی) در مقایسه با خلق‌های غیرفعال (مانند غمگین، افسرده، آرمیده و ساکت)، منجر به تازگی و سیالی بیشتر خلاقیت می‌شوند. خلق‌های فعال به‌دلیل انعطاف‌پذیری شناختی افزایش‌یافته، وقتی فرد در شرایط مثبتی قرار دارد و به‌دلیل پایداری افزایش‌یافته، وقتی در شرایطی منفی قرار دارد، بر تازگی و سیالی خلاق تاثیر می‌گذارند.

نتایج فراتحلیلی از ۶۰ مطالعه آزمایشی و ۱۰ مطالعه غیرآزمایشی که به ارزیابی تاثیر خلق مثبت بر خلاقیت پرداخته است نشان می‌دهد که خلق مثبت، خلاقیت را بالا می‌برد. نیرومندی این تاثیر به حالت خلق تطبیقی یا مدلول (به‌عنوان مثال خلق خنثی یا منفی) و همچنین نوع تکلیف خلاق بستگی دارد [۱۸].

باس و همکاران [۱۹] در فراتحلیل دیگری از ۱۰۲ پژوهش، به بررسی رابطه بین حالات خلقی و خلاقیت پرداختند و به این نتیجه رسیدند که خلق مثبت باعث خلاقیت بیشتری نسبت به خلق خنثی می‌شود، اما تفاوت معنی‌داری بین رابطه حالات خلقی منفی و خنثی با خلاقیت و حالات خلقی مثبت و منفی با خلاقیت مشاهده نشد.

از نظر *باس* و همکاران [۱۹]، خلاقیت اغلب به‌وسیله حالات خلقی مثبتی که فعال هستند و با انگیزش گرایشی و ارتقای تمرکز مرتبطند، افزایش می‌یابد. خلق‌های منفی غیرفعال با انگیزش گرایشی و ارتقای تمرکز (مانند غمگینی)، با خلاقیت ارتباط نداشتند ولی خلق‌های منفی فعال با انگیزش اجتنابی و پیشگیری تمرکز (مانند ترس و اضطراب)، با خلاقیت در سطح پایین‌تر مرتبط بودند.

نتایج بررسی مروری *مرادی* و همکاران [۵] درباره شادمانی و شخصیت نشان می‌دهد که شادمانی با ابعاد شناختی، اجتماعی، هیجانی و جسمانی شخصیت رابطه دارد. در بعد شناختی، کنترل درونی، خوش‌بینی، هدف‌مندی و خلاقیت و در بعد اجتماعی، برون‌گرایی، نوع‌دوستی، توافق اجتماعی و ارتباط مثبت با دیگران با شادمانی همبستگی مثبت دارد.

از آنجا که دانشگاه نهادی است که خلاقیت و بهزیستی ذهنی دانشجویان نقش به‌سزایی در رشد و پیشرفت آن و به تبع آن جامعه دارد و موفقیت فعالیت‌ها و تلاش‌های دانشجویان نیز می‌تواند تا حد زیادی به دارا بودن احساس رضامندی از کیفیت زندگی‌شان و نیز خلاقیت آنها بستگی داشته باشد. با توجه به این‌که اکثر مطالعات صورت گرفته پیرامون خلاقیت در بعد روان‌شناختی، به بررسی رابطه خلاقیت با اختلالات روانی پرداخته‌اند، پژوهش حاضر با هدف بررسی رابطه خلاقیت و بهزیستی ذهنی در جامعه دانشجویی انجام شد.

روش

روش پژوهش، توصیفی و از نوع همبستگی است. جامعه آماری متشکل از کلیه دانشجویان مقطع کارشناسی و کارشناسی ارشد دانشگاه الزهرا(س) مشغول به تحصیل در سال تحصیلی ۸۸-

Archive of SID
www.SID.ir

۱۳۸۷ بود. حجم نمونه ۳۰۰ نفر بود. به‌خاطر طولانی‌بودن پرسش‌نامه‌ها و وقت‌گیربودن پاسخ‌دهی به آنها، بسیاری از دانشجویان تمایلی به پاسخ‌دهی نشان ندادند. در نتیجه این تعداد نمونه به‌روش نمونه‌گیری در دسترس و از بین دانشجویان ۵ دانشکده هنر، علوم پایه، ادبیات، تربیت بدنی، علوم اجتماعی و اقتصادی و از هر دانشکده ۶۰ نفر، انتخاب شدند. دانشکده‌های فوق به‌طور تصادفی از بین ۸ دانشکده دانشگاه الزهرا(س) انتخاب شدند. ۲۰٪ حجم نمونه را دانشجویان کارشناسی ارشد و مابقی را دانشجویان کارشناسی تشکیل دادند.

الف) پرسش‌نامه خلاقیت *عابدی*: منظور از خلاقیت، نمره‌ای است که فرد در آزمون سنجش خلاقیت *عابدی* و هر یک از خرده‌مقیاس‌های آن (سیالی، انعطاف‌پذیری، ابتکار و بسط) به‌دست می‌آورد. پرسش‌نامه شامل ۶۰ سئوال است و چهار مولفه خلاقیت را اندازه‌گیری می‌کند. *عابدی* اعتبار این آزمون را با استفاده از روش آلفای کرونباخ، مورد بررسی قرار داد. طبق گزارش، ضرایب به‌دست‌آمده برای ۴ مؤلفه سیالی (۱۶ سئوال)، ابتکار (۲۲ سئوال)، انعطاف‌پذیری (۱۱ سئوال) و بسط (۱۱ سئوال) به‌ترتیب برابر با ۰/۷۵، ۰/۶۷، ۰/۶۱ و ۰/۶۱ بود. وی با استفاده از روش "تحلیل عامل تاییدی" نشان داد که آزمون از روایی همزمان قابل قبولی برخوردار است. *حقیقت* اعتبار آزمون را، با استفاده از روش بازآزمایی برای سیالی، انعطاف‌پذیری، ابتکار و بسط به‌ترتیب ۰/۶۹، ۰/۴۸، ۰/۵۳ و ۰/۵۸ گزراش کرده است. در پرسش‌نامه هر سئوال دارای سه گزینه است که به‌ترتیب نمرات ۱ تا ۳ به آنها تعلق می‌گیرد. گزینه اول معرف کمترین نمره (خلاقیت پایین) و گزینه سوم معرف بیشترین نمره (خلاقیت بالا) است. مجموع نمره کسب‌شده در ۴ خرده‌آزمون، نمره کلی خلاقیت فرد را نشان می‌دهد. دامنه نمره کل خلاقیت هر آزمودنی ۱۸۰-۶۰ است [۲].

ب) پرسش‌نامه بهزیستی ذهنی بزرگسالان: منظور از بهزیستی ذهنی نمره‌ای است که از پرسش‌نامه بهزیستی ذهنی *کی‌یز* به‌دست می‌آید. پرسش‌نامه دارای سه بخش است و ابعاد هیجانی، روان‌شناختی و اجتماعی بهزیستی را ارزیابی می‌کند.

- مقیاس فرعی بهزیستی هیجانی: این مقیاس با ۱۲ سئوال، هیجانات مثبت و منفی افراد را در یک ماه منتهی به مطالعه ارزیابی می‌کند و نمره‌ای است که فرد در مقیاس فرعی بهزیستی هیجانی به‌دست می‌آورد. آنها احساس کلی خود را در مقیاس ۵درجه‌ای *لیکرت* از ۱ (تمام مدت) تا ۵ (هیچ وقت) رتبه‌بندی می‌کنند. ۱ به معنی بدترین حالت و ۵ به معنی بهترین حالت هیجانی است [۸].

- مقیاس فرعی بهزیستی روان‌شناختی: بهزیستی روان‌شناختی عبارت است از نمره‌ای که فرد در این مقیاس فرعی به‌دست می‌آورد. این مقیاس دارای ۱۸ سئوال و شامل ۶ مولفه پذیرش خویشتن، رشد شخصی، هدف در زندگی، تسلط بر محیط، خودمختاری و روابط مثبت با دیگران است. پاسخ‌گویان ارزیابی روان‌شناختی کلی از خود را در مقیاس ۷درجه‌ای *لیکرت* از ۱ (بسیار زیاد مخالفم) تا ۷ (بسیار زیاد موافقم) رتبه‌بندی می‌کنند [۸].

- مقیاس فرعی بهزیستی اجتماعی: بهزیستی اجتماعی عبارت است از نمره‌ای که فرد در این مقیاس فرعی به‌دست می‌آورد. این مقیاس دارای ۱۵ سئوال و شامل ۵ مولفه مقبولیت و پذیرش اجتماعی، واقع‌گرایی اجتماعی، مشارکت اجتماعی، پیوستگی اجتماعی، یکپارچگی و همبستگی اجتماعی است. پاسخ‌گویان ارزیابی کلی خود را در مقیاس ۷درجه‌ای *لیکرت* از ۱ (بسیار زیاد مخالفم) تا ۷ (بسیار زیاد موافقم) رتبه‌بندی می‌کنند [۸].

این پرسش‌نامه توسط *گلستانی‌بخت* [۸] روی ۵۷ آزمودنی اجرا و اعتباریابی شده است. وی ضریب همبستگی پرسش‌نامه بهزیستی ذهنی را ۰/۷۸ و مقیاس‌های فرعی آن شامل بهزیستی هیجانی، بهزیستی روان‌شناختی و بهزیستی اجتماعی را به‌ترتیب ۰/۷۶، ۰/۶۴ و ۰/۷۶ گزراش کرده است. ضریب همسانی درونی براساس آلفای کرونباخ برای کل پرسش‌نامه ۰/۸۰ و برای مقیاس‌های فرعی آن شامل بهزیستی هیجانی، بهزیستی روان‌شناختی و بهزیستی اجتماعی به‌ترتیب ۰/۸۶، ۰/۸۰ و ۰/۶۱ به‌دست آمده است [۸]. روایی افتراقی نیز توسط وی با اجرای فرم کوتاه (۲۱سئوالی) پرسش‌نامه افسردگی بک و پرسش‌نامه بهزیستی ذهنی روی ۵۷ آزمودنی مورد بررسی قرار گرفت. ضریب همبستگی پرسش‌نامه افسردگی بک با پرسش‌نامه بهزیستی ذهنی ۰/۵۲- و برای مقیاس‌های فرعی شامل بهزیستی هیجانی، بهزیستی روان‌شناختی و بهزیستی اجتماعی به‌ترتیب ۰/۴۶-، ۰/۴۷- و ۰/۴۳- گزارش شد [۸].

روش اجرا برای همه افراد نمونه یکسان بود. پس از موافقت فرد و ارایه توضیحات لازم در مورد چگونگی پرکردن پرسش‌نامه، پرسش‌نامه‌ها در اختیار دانشجویان قرار داده شد. محدودیت زمانی برای تکمیل پرسشنامه‌ها اعمال نشد. جهت حذف اثر ترتیب پرسش‌نامه‌ها، پرسش‌نامه‌ها در دو فرم تهیه شد (در نیمی از فرم‌ها، اول آزمون خلاقیت بعد آزمون بهزیستی‌ذهنی و در نیمی دیگر، بالعکس آن، قرار داشت).

به‌منظور تجزیه و تحلیل داده‌ها از آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. در سطح توصیفی آماره‌هایی مانند میانگین و انحراف‌استاندارد و در سطح استنباطی ضریب همبستگی *پیرسون* و تحلیل رگرسیون گام‌به‌گام برای بررسی فرضیه‌ها و سئوالات پژوهش مورد استفاده قرار گرفت.

Archive of SID
www.SID.ir

نتایج

۲۴۵ نفر (۸۱/۷٪) از افراد نمونه مجرد و ۲۴۰ نفر (۸۰٪) در مقطع کارشناسی مشغول به تحصیل بودند. جدول ۱، شاخص‌های توصیفی (میانگین و انحراف‌معیار) متغیرهای مورد بررسی را نشان می‌دهد. میزان همبستگی به‌دست‌آمده بین متغیر خلاقیت و متغیرهای بهزیستی ذهنی، بهزیستی هیجانی، بهزیستی روان‌شناختی و بهزیستی اجتماعی به‌ترتیب ۰/۴۶، ۰/۲۳، ۰/۵۲ و ۰/۳۷ بود (p=۰/۰۰۰۱).

جدول ۱) شاخص‌های توصیفی (میانگین و انحراف‌معیار) متغیرهای مورد مطالعه

متغیرها← آماره↓	سن	بهزیستی ذهنی	بهزیستی هیجانی	بهزیستی روان‌شناختی	بهزیستی اجتماعی	سیالی	ابتکار	انعطاف پذیری	بسط	خلاقیت
میانگین	۲۳/۴۳	۲۰۶/۴۴	۴۱/۳۶	۹۵/۲۴	۶۹/۹۱	۳۷/۴۲	۴۹/۳۳	۲۳/۷	۲۷/۲۲	۱۳۷/۵۹
انحراف‌معیار	۲/۸۴	۲۶/۸۸	۶/۰۰۷	۱۲/۱۰	۱۳/۱۵	۴/۴۳	۶/۰۷	۳/۵۵	۳/۱۱	۱۳/۶۳

بین مولفه بسط خلاقیت و بهزیستی هیجانی همبستگی وجود نداشت (r=۰/۰۱؛ جدول ۲).

جدول ۲) همبستگی میان ابعاد بهزیستی و مولفه‌های خلاقیت

ابعاد بهزیستی← مولفه↓	هیجانی	روان‌شناختی	اجتماعی	ذهنی
انعطاف‌پذیری	۰/۲۸**	۰/۵۱**	۰/۳۵**	۰/۴۶**
سیالی	۰/۱۴*	۰/۳۹**	۰/۲۷**	۰/۳۴**
ابتکار	۰/۲۲*	۰/۳۵**	۰/۳۱**	۰/۳۶**
بسط	۰/۰۱	۰/۳۳**	۰/۱۹**	۰/۲۵**
خلاقیت	۰/۲۳**	۰/۵۲**	۰/۳۷**	۰/۴۶**
	p<۰/۰۵*	p<۰/۰۱**		

مولفه‌های سیالی و انعطاف‌پذیری قابلیت پیش‌بینی همه ابعاد بهزیستی ذهنی را به میزان مختلف داشتند. در مورد بهزیستی هیجانی، مولفه بسط نیز چنین قابلیتی را از خود نشان داد (جدول ۳).

جدول ۳) آزمون رگرسیون گام‌به‌گام برای پیش‌بینی بهزیستی ذهنی و ابعاد آن از طریق مولفه‌های خلاقیت

ملاک	متغیرهای پیش‌بین	همبستگی	ضریب تعیین	β	t	سطح معنی‌داری	f
بهزیستی ذهنی	سیالی	۰/۴۶	۰/۲۱	۰/۳۸	۶/۹۱	۰/۰۰۰۱	۸۲/۷۴
	انعطاف‌پذیری	۰/۵۰	۰/۲۵	۰/۲۰	۳/۷۱	۰/۰۰۰۱	۵۰/۰۶
بهزیستی هیجانی	سیالی	۰/۲۸	۰/۰۸	۰/۲۸	۴/۵۴	۰/۰۰۰۱	۲۶/۶۲
	انعطاف‌پذیری	۰/۳۱	۰/۰۹	۰/۱۷	۲/۷۵	۰/۰۰۶	۱۵/۸۴
	بسط	۰/۳۴	۰/۱۱	۰/۱۶	۲/۷۱	۰/۰۰۷	۱۳/۲۳
بهزیستی روان‌شناختی	سیالی	۰/۵۱	۰/۲۶	۰/۴۴	۸/۱۷	۰/۰۰۰۱	۱۰۵/۵۶
	انعطاف‌پذیری	۰/۵۳	۰/۲۸	۰/۱۷	۳/۱۷	۰/۰۰۲	۴۹/۴۴
بهزیستی اجتماعی	سیالی	۰/۳۵	۰/۱۲	۰/۲۷	۴/۶۶	۰/۰۰۰۱	۴۳/۴۲
	انعطاف‌پذیری	۰/۴۰	۰/۱۶	۰/۲۰	۳/۴۷	۰/۰۰۱	۲۸/۵۶

بحث

نتایج این مطالعه نشان داد که بین خلاقیت و بهزیستی ذهنی رابطه همبستگی معنی‌داری در جهت مثبت (r=۰/۴۶؛ p<۰/۰۱) وجود دارد. بر این اساس فرضیه اصلی پژوهش مبنی بر وجود رابطه بین خلاقیت و بهزیستی ذهنی مورد تایید قرار گرفت. این نتیجه با یافته‌های *مرادی* و همکاران [۵]، *فورگاس* و *آیزن* [۱۲]، *رایت* و *والتون* [۱۶]، *گریاوز* و *فارباس* [۱۳]، *کالینز* [۱۴]، *بوستیک* [۱۵]، *دی‌درو* و همکاران [۱۷]، *دیویس* [۱۸] و *باس* و همکاران [۱۹] هماهنگ است.

پژوهش‌ها نشان می‌دهد که افراد دارای سطح بهزیستی ذهنی بالا، رفتارهای انعطاف‌پذیر بیشتری از خود بروز می‌دهند و روابط بهتری را با دیگران ایجاد می‌کنند و به قول *فورگاس* و *آیزن* [۱۲] این رفتارهای انعطاف‌پذیر باعث حل بهتر مساله و درک بهتر شرایط می‌شوند. بنابر عقیده *فرانکن* [۳]، بسیاری از مردم احتمال دارد از تغییر بترسند یا از آن اجتناب کنند. آنها ممکن است مضطرب یا برانگیخته شوند، بترسند و برای کنترل چنین احساس‌هایی در محیط خود به‌دنبال ثبات و پیش‌بینی‌پذیری بگردند. افرادی که اضطراب یا برانگیختگی مزمن دارند، غالبا الگوی رفتاری را در خود شکل می‌دهند که با انعطاف‌ناپذیری زیاد مشخص می‌شود. اگر چنین افرادی بخواهند خلاق باشند، باید انعطاف‌ناپذیری خود را کنار بگذارند.

در واقع افرادی که ارزیابی مثبتی از زندگی‌شان دارند، آرامش بیشتری را تجربه می‌کنند و می‌توانند اطلاعات دریافتی را به‌طور گسترده‌تر و متنوع‌تری طبقه‌بندی کنند. در نتیجه تداعی‌های بیشتری را در مورد یک موضوع داشته باشند. از نظر *رایت* و *والتون* [۱۶]، افراد دارای سطح بهزیستی ذهنی بالا، برای حل مسایل زندگی پافشاری بیشتری می‌کنند و در برابر بازخوردهای نامطلوبی که از محیط اطرافشان دریافت می‌کنند، استقامت بیشتری دارند. در نتیجه می‌توانند سطوح بالاتری از خلاقیت را از خود بروز دهند. از سوی دیگر خلاقیت به‌عنوان خصوصیتی مثبت که از توزیع نرمال برخوردار است، افراد را قادر خواهد ساخت تا با پرورش آن در خود، نسبت به تنیدگی و سایر جنبه‌های منفی که سلامت روان و بهزیستی آنها را به خطر می‌اندازد، مصون باشند [۴]. در واقع می‌توان گفت که خلاقیت مهم‌ترین اسلحه بشر

Archive of SID
www.SID.ir

است و با کمک آن می‌تواند، فشارهای روحی ناشی از زندگی روزانه را کاهش دهد یا از بین ببرد.

نتایج ضریب همبستگی *پیرسون* در مورد وجود رابطه بین خلاقیت و بهزیستی هیجانی در دختران دانشجو (فرضیه فرعی اول)، نشان داد بین خلاقیت و بهزیستی هیجانی همبستگی معنی‌داری در جهت مثبت وجود دارد (r=۰/۲۳؛ p<۰/۰۱). این نتیجه با یافته‌های *رایت* و *والتون* [۱۶]، *کالینز* [۱۴]، *دیویس* [۱۸] و *باس* و همکاران [۱۹]، هماهنگ است.

محققان بر این عقیده‌اند در مقایسه با افراد دارای خلق منفی یا خنثی، آن‌هایی که دارای خلق‌های شاد هستند، قابل انعطاف‌تر به‌نظر می‌رسند. زیرا پاسخ‌های صحیح‌تری را به مقیاس‌های تفکر واگرا می‌دهند، اطلاعات را به‌طور گسترده‌تری طبقه‌بندی می‌کنند و تداعی‌های خلاق‌تری را بیان می‌کنند [۱۰]. افراد دارای خلق منفی، خیلی زیاد بر روی جزییات یک تکلیف تمرکز می‌کنند و در نتیجه در پیداکردن راه‌های جدیدی که برای تفکر انعطاف‌پذیر لازم هستند، شکست می‌خورند. در مقابل، خلق‌های شاد، سبک تفکر آزادتر و مولدتری را ایجاد می‌کنند و باعث می‌شوند افراد برای آزمایش‌کردن راه‌حل‌های جدید، ترکیب داده‌ها به شیوه‌های جدید و تولید پاسخ‌ها، احساس آزادی کنند [۲۰].

به‌طورکلی می‌توان گفت تجربه مکرر عاطفه یا هیجان مثبت و تجربه نامکرر و اندک هیجان یا عاطفه منفی، می‌توانند فرآیند تفکر خلاق را تسهیل کنند. ولی شرط کافی برای بروز خلاقیت نیستند و عوامل دیگری همچون داشتن بهره هوشی کافی، شرایط محیطی که فرد در آن رشد کرده و زندگی می‌کند و غیره نیز می‌توانند نقش مهمی داشته باشند. وقتی فردی بتواند راه حلی جدید برای حل مساله‌ای بیابد و بینشی نو ارایه دهد، مسلما هیجان‌های مثبت بیشتری را تجربه خواهد کرد.

نتایج بررسی در مورد فرضیه فرعی دوم حاکی از آن بود که بین خلاقیت و بهزیستی روان‌شناختی نیز در دختران دانشجو رابطه همبستگی مثبت و معنی‌داری وجود دارد (r=۰/۵۲؛ p<۰/۰۱). این یافته با نتایج پژوهش *رایت* و *والتون* [۱۶] همسو است. در توجیه این یافته می‌توان به نظر *کار* [۶] اشاره کرد. او معتقد است خشنودی و رضایت از زندگی، نیرویی را در افراد ایجاد می‌کند که باعث می‌شود در شرایط زندگی خود بیشتر تامل کنند و این امر ممکن است آنها را برای نگریستن به خود و دنیای پیرامون‌شان به راه‌های مثبت‌تر و جدیدتر رهنمون سازد. رضامندی از زندگی خود می‌تواند از همین بینش‌ها و اعمال نو نشأت بگیرد. به‌عبارت دیگر، ارایه یک ایده یا اثر خلاق و کارآمد می‌تواند بر پذیرش خویشتن، رشد شخصی، احساس داشتن هدف در زندگی و تسلط بر محیط، خودمختاری و روابط مثبت با دیگران موثر باشد.

فرضیه فرعی سوم نیز که بیانگر وجود رابطه بین خلاقیت و بهزیستی اجتماعی بود، مورد تایید قرار گرفت. ضریب همبستگی به‌دست آمده بین خلاقیت و بهزیستی اجتماعی (r=۰/۳۷؛ p<۰/۰۱) نمایانگر وجود همبستگی معنی‌دار در جهت مثبت است. این یافته با نتایج پژوهش‌های *گریاوز* و *فارباس* [۱۳]، *فورگاس* و *آیزن* [۱۲] و *کار* [۶] هماهنگ است.

افرادی که از روحیه شادی برخوردار نیستند، در روابط اجتماعی خود موفق نبوده و از روش‌های بین فردی جنجالی و بحث‌انگیز استفاده می‌کنند. آنها کنترل کمتری روی حوادث زندگی‌شان دارند، نسبت به آینده خوش‌بین نیستند و بیشتر مستعد بروز علایم اضطراب می‌شوند [۱۶]. به عبارتی این افراد در برابر مسایل زندگی، انعطاف‌پذیری کمی از خود بروز می‌دهند. در نتیجه کمتر از بینش‌های نو برای حل مشکلات‌شان استفاده می‌کنند. در مقابل افرادی که هیجان‌های مثبت بیشتری را تجربه می‌کنند، در برقراری ارتباط با دیگران موفق‌ترند و به عقیده *فورگاس* و *آیزن* [۱۲] به شکلی رفتار می‌کنند که بیشترین نتیجه برای طرفین حاصل شود.

نتایج تحلیل رگرسیون در مورد سئوالات پژوهش نشان داد تمام مولفه‌های خلاقیت، قادر به پیش‌بینی بهزیستی ذهنی و ابعاد آن (هیجانی، روان‌شناختی و اجتماعی) نیستند و تنها متغیرهای سیالی و انعطاف‌پذیری توانستند در پیش‌بینی بهزیستی ذهنی نقش داشته باشند. در مورد بهزیستی هیجانی، متغیر بسط نیز در تعامل با دو متغیر ذکرشده توانست تنها ۱۱٪ از واریانس بهزیستی‌هیجانی را به خود اختصاص دهد. یافته‌های حاصل از سئوالات پژوهشی مغایر با نتیجه حاصل از بررسی *بوستیک* [۱۵] است. براساس پژوهش وی مشخص شد تفکر خلاق می‌تواند در پیش‌بینی سلامت جسم، سازگاری روان‌شناختی و سطح سرزندگی موثر باشد و این متغیرها با یکدیگر ارتباط مستقیم دارند. براساس نتایج پژوهش *خسروانی* [۴]، همه مولفه‌های خلاقیت قادر به پیش‌بینی سلامت روان نیستند. نتایج وی نشان داد خلاقیت به‌تنهایی ۶ تا ۱۱٪ از واریانس سلامت روانی را تبیین می‌کند، در صورتی‌که همراه با متغیرهای شخصیت این درصد بین ۲۴ تا ۴۴٪ قرار می‌گیرد. از نظر وی خلاقیت می‌تواند نقش یک متغیر تعدیل‌کننده یا واسطه را داشته باشد.

در بین پژوهش‌های صورت‌گرفته در مورد رابطه خلاقیت با بهزیستی و خلق مثبت، پژوهشی که به‌طور مشخص به بررسی نقش هرکدام از مولفه‌های خلاقیت (سیالی، ابتکار، انعطاف‌پذیری و بسط) در پیش‌بینی بهزیستی یا خلق مثبت بپردازد، مشاهده نشد. با توجه به مطالب گفته‌شده می‌توان گفت دو مولفه دیگر خلاقیت (ابتکار و بسط) نیز باید در پیش‌بینی بهزیستی ذهنی و ابعاد آن نقش موثری می‌داشتند، زیرا افراد دارای سطح بهزیستی بالا، نسبت به افراد دارای سطح بهزیستی پایینی، دیدی همه‌جانبه‌تر نسبت به مسایل پیرامون خود دارند و می‌توانند عقاید و ایده‌های خود را بسط و گسترش داده و در نتیجه الگوهای

Archive of SID
www.SID.ir

جدیدی از تفکر ارایه دهند. در تفسیر این‌که دو مولفه ابتکار و بسط در پیش‌بینی بهزیستی ذهنی نقشی نداشتند، می‌توان گفت به‌نظر می‌رسد با توجه به تعاریفی که *گیلفورد* از چهار مولفه خلاقیت بیان می‌کند، سیالی و انعطاف‌پذیری خود، دو مولفه دیگر را نیز تا حد زیادی دربر بگیرند. زیرا وجه مشترک تعاریف ارایه‌شده توسط پژوهشگران برای خلاقیت، در درجه اول تازگی و سپس در کنار آن ارزشمندی و کارآمدبودن یک ایده یا اثر خلاقانه است. در نتیجه ویژگی "تازگی و ارزشمندی" در هر ۴ مولفه باید موجود باشند تا بتوان اثر و ایده ارایه‌شده را خلاقانه نامید. ابتکار و بسط نیز با توجه به این مطلب در پیش‌بینی بهزیستی ذهنی به‌طور ضمنی موثر بوده‌اند.

نتایج حاصل از سئوالات پژوهشی نشان‌دهنده آن است که خلاقیت به‌تنهایی معیار مناسبی برای پیش‌بینی بهزیستی ذهنی نخواهد بود و می‌بایست عوامل دیگری از جمله جنسیت، ویژگی‌های شخصیتی و شرایط محیطی در تعامل با مولفه‌های خلاقیت برای پیش‌بینی بهزیستی ذهنی در تبیین و تفسیر نتایج مدنظر قرار گیرند.

نتیجه‌گیری

داشتن روحیه‌ای شاد و رضایت از شرایط زندگی می‌تواند بر ایجاد اعمال و بینش‌های نوین، تاثیر مهمی داشته باشد. همچنین با توجه به اهمیت خلاقیت در ارتقای سطح بهزیستی ذهنی افراد، باید به فراهم‌آوردن شرایط مناسب به‌منظور بروز این استعداد و پرورش آن در برنامه‌ریزی‌های آموزشی تاکید نمود.

منابع

1- Shoari Nezhad AA. Developmental psychology. Tehran: Ettelaat Publication; 2006. [Persian]
2- Samiei S. Students compare the psychological profile of creative disciplines of basic sciences and arts in public universities in Tehran [dissertation]. Tehran: Alzahra University; 2003. [Persian]
3- Franken R. Motivation and emotion. Shams Esfandabad H, Mahmodi GR, Emamipoor S, translators. Tehran: Nay Publication; 2005. [Persian]
4- Khosravani S. Creative relationship with the five factors of personality and mental health [dissertation]. Tehran: Tehran University; 2005. [Persian]
5- Moradi M, Jafari SE, Abedi MR. Happiness and personality. J Cogn Sci. 2005;7(2):60-71. [Persian]
6- Kaar A. Positive psychology. Pasha Sharifi H, Nakhaei-Zand J, Sanaei B, translators. Tehran: Sokhan Publication; 2006. [Persian]
7- Mirzaei P. Build mental well-being and to compare the effectiveness of this program with the program in reducing depression, happiness Fordyce high school students in Isfahan [dissertation]. Tehran: Alzahra University; 2007. [Persian]
8- Golestanibakht T. Model of subjective well and joy in the population of Tehran [dissertation]. Tehran: Alzahra University; 2007. [Persian]
9- Bridges LJ, Margie NG, Zaff JF. Background for community level work on emotional well-beng in Adolescence: Reviewing the literature on contributing factors. New York: Child Trends; 2002. Available from: http://www.chilrends.org/files/Kemotional.pdf
10- Gasper K. When necessity is the mother of invention: Mood and problem solving. J Exp Soc Psychol. 2003;39:248-62.
11- Hasani A. Nature of creativity and its development methods. Tehran: Astan-e-Ghods Publication; 2002. [Persian]
12- Argil M. Psychology of happiness. Goharaki Anaraki M, translator. Isfahan: Jahad Publication; 2004. [Persian]
13- Greaves CJ, Farbus L. Effects of creative and social activity on the health and well-being of socially isolated older people: Outcomes from a multi method observational study. J Pers Soc Psychol. 2006;63:1011-22.
14- Collins AL. Subjective well-being in old age: An investigstion into the role of flow and creativity [dissertation]. Bostone: Bostone College; 2006.
15- Bostic JH. Constructive thinking mental health and physical health [dissertation]. USA: Saint Louis University; 2003.
16- Wright TA, Walton AP. Affect, psychological well-being and creativity: Results of a field study. J Bus Manag. 2003;62:55-73.
17- Dreu C, Baas M, Nijstad BA. Hedonic tone and activation level in the mood-creativity link: Toward a dual pathway to creativity model. J Pers Soc Psychol. 2008;94:739-56.
18- Davis M. Understanding the relationship between mood and creativity: A meta-analysis. Organ Behav Hum Decis Process. 2008;108:25-44.
19- Baas M, Dreu C, Nijstad B. A meta-analysis of 25 years of mood-creativity. Psychol Bull. 2008;134:779-806.
20- Fielder K, Bless H. The formation of beliefs at the interface of affective and cognitive processes. Emot Rev. 2001;3(11):144-70.

www.SID.ir