

بررسی عوامل مؤثر بر شادی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی گلستان

لیلا جویباری^{۱*}، اکرم نوده شریفی^۲، اکرم ثناگو^۳، سمیرا سعیدی^۴، عصمت سعیدی^۵، سهیلا کلانتری^۶

^۱ دانشیار، گروه پرستاری، مرکز تحقیقات پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی گلستان، گرگان، ایران
^۲ پزشک عمومی، گروه پزشکی، مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی گلستان، گرگان، ایران
^۳ دانشیار، گروه پرستاری، مرکز مطالعات و توسعه آموزش علوم پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی گلستان، گرگان، ایران
^۴ دانشجوی کارشناسی، گروه پرستاری، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی گلستان، گرگان، ایران
^۵ دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه پرستاری، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی گلستان، گرگان، ایران
^۶ کارشناس ارشد، گروه پرستاری، دانشکده پیراپزشکی، مرکز تحقیقات علوم آزمایشگاهی، دانشگاه علوم پزشکی گلستان، گرگان، ایران
* نویسنده مسئول: لیلا جویباری، دانشیار، گروه پرستاری، مرکز تحقیقات پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی گلستان، گرگان،

ایران. ایمیل: Jouybari@goums.ac.ir

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۵/۱۰/۱۵

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۴/۱۰/۲۶

چکیده

مقدمه: شادی موجب نگرش مثبت به زندگی، خودپنداری مثبت، برخورداری از سلامت روان و تعادل عاطفی، عملکرد بهتر شغلی-تحصیلی و تصمیم گیری بهتر می‌گردد. هدف از این مطالعه بررسی عوامل مؤثر بر شادی دانشجویان علوم پزشکی بوده است. روش کار: این مطالعه توصیفی مقطعی در سال ۱۳۹۳ با روش نمونه گیری سهمیه‌ای و تصادفی روی ۲۳۸ نفر از دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی گلستان انجام گردید. جهت جمع آوری داده‌ها از پرسشنامه حاوی اطلاعات جمعیت شناختی و پرسشنامه شادی آکسفورد استفاده شد. اطلاعات با استفاده از آزمون‌های آماری پیرسون، ANOVA و تی تست مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته‌ها: از ۲۳۸ دانشجوی شرکت کننده، ۵۶/۷٪ آن‌ها دختر بودند. میانگین نمره شادی در کل دانشجویان برابر ۴۵/۶۷ ± ۱۶/۲۸ بود. ارتباط بین سن و نمره شادی معنی‌دار بود (P = ۰/۰۴). ارتباط شادی با رشته، معدل، قومیت، وضعیت تأهل و وضعیت اقتصادی معنی‌دار نبود. بالاترین میانگین شادی مربوط به دانشجویان رشته علوم آزمایشگاهی بود. نتیجه گیری: با توجه به اینکه میزان شادی نیمی از دانشجویان در حد متوسط و خوب بوده است، اتخاذ راهکارهایی جهت استمرار وضعیت موجود و همچنین بهینه نمودن محیط‌های شاد علمی در فضای دانشگاه‌ها ضروری به نظر می‌رسد. کلیدواژه‌ها: شادی، دانشجو، دانشگاه، مطالعه مقطعی

تمامی حقوق نشر برای انجمن علمی پرستاری ایران محفوظ است.

مقدمه

زندگی، عملکرد بهتر سیستم ایمنی در مقابل استرس‌ها، خواب بهتر، تمایل بیشتر کمک به دیگران، عملکرد بهتر شغلی-تحصیلی و تصمیم گیری بهتر گردد (۳، ۴). در این بین شادی چندین جزء اساسی را در بر می‌گیرد؛ جزء هیجانی که فرد شادکام از نظر خلقی، شاد و خوشحال است. جزء اجتماعی که فرد شادکام از روابط اجتماعی خوبی با دیگران برخوردار است و می‌تواند از آن‌ها حمایت اجتماعی دریافت کند و سرانجام جزء شناختی که باعث می‌شود فرد شادکام اطلاعات را به روش خاصی پردازش کرده، مورد تعبیر و تفسیر قرار دهد که در نهایت، باعث احساس شادی و خوش بینی در وی

نشاط یا شادی واژه‌ای است که معانی مختلفی چون لذت آنی، لذت طولانی مدت و لذت از کل زندگی را شامل می‌شود (۱). نشاط اساسی‌ترین بحث انسانی برای تمام نسل‌هاست و مرکزی‌ترین محرک اهداف بشری است (۲). آن می‌تواند موجب نگرش مثبت به زندگی، خودپنداری مثبت، برخورداری از سلامت روان و تعادل عاطفی، امیدواری به آینده، نگرش مطلوب و رضایت آمیز به خود و دیگران، روابط اجتماعی متعادل، دوری از کینه و نفرت، انتخاب آگاهانه اهداف زندگی، تلاش برای تحقق اهداف، دوری از اتلاف وقت و کاهلی، افزایش موفقیت‌های زندگی، برخورداری از شاخص‌های بالای

می‌گردد. از این رو در شادی، ارزشیابی افراد از خود و زندگی‌شان می‌تواند، جنبه‌های شناختی مثل قضاوت در مورد خشنودی از زندگی و یا جنبه‌های هیجانی از جمله خلق یا عواطف، در واکنش به رویدادهای زندگی را در بر گیرد (۵، ۶). مطالعات نشان داده‌اند که عوامل مؤثر بر نشاط بسیارند و از جمله آن‌ها می‌توان خانواده، محیط اجتماعی و شغلی، میزان درآمد، تحصیلات، هوش، ارزش‌ها، باورها و اعتقادات، برخی خصوصیات شخصیتی، سلامت جسمانی و روانی، پیوندهای عاطفی، اعتماد به نفس بالا، داشتن حمایت‌های اجتماعی، رضایت از ازدواج، رضایت و لذت بردن از محیط کار، میزان آزادی در خانه، رعایت حقوق زنان در جامعه، دوست داشتن دیگران و طبیعت، فعالیت در امور خیریه هدفمند نام برد (۱، ۳، ۷). شاد بودن جامعه یکی از عوامل بسیار مؤثر در توسعه اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی و سیاسی است و موجب کاهش نابسامانی خانوادگی، طلاق، افزایش میل و رغبت تحصیلی، دل به کار دادن و افزایش تولید است. بنابراین شادی و سرزندگی در دانشجویان سبب می‌شود آن‌ها با رغبت بیشتری در دانشگاه حضور یابند و نه تنها در راه تحصیل علم و دانش اندوژی تلاش کنند، که ارزش‌های مورد توجه دانشگاه را نیز بهتر پاس دارند (۸).

پژوهش‌های روانشناختی انجام شده در مورد شادی چندان زیاد نیست، علی‌رغم آن در چند دهه اخیر علاقه بسیاری از محققان و نویسندگان به سوی لذت، شادی و رضایت از زندگی معطوف شده است (۹). افراد شاد از نظر ساختار فکری، قضاوت و انگیزش با افراد ناشاد تفاوت دارند و از بازدهی فردی، خانوادگی، شغلی، تحصیلی و اجتماعی بالاتری برخوردار هستند (۱۰). دانشجویان علوم پزشکی به علت نقش مهم در حفظ و سلامت جامعه باید از سلامت جسمانی و روانی خوبی از نظر شادی برخوردار باشند و می‌توان گفت میزان شادی آنان می‌تواند تأثیر به‌سزایی در کلیه ابعاد و سطوح جامعه داشته باشد. لذا تحقیق حاضر با هدف شناسایی عوامل مؤثر بر شادی در دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی گلستان انجام شد.

روش کار

در این پژوهش توصیفی-مقطعی در سال ۱۳۹۳ از دانشجویان دانشکده‌های پرستاری-مامایی، پزشکی، پیراپزشکی و بهداشت دانشگاه علوم پزشکی گلستان برای شرکت در مطالعه دعوت به عمل آمد. با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی سیستماتیک، با اطمینان ۹۵ درصد، دقت ۵ درصد، ۲۳۸ دانشجوی واجد شرایط در پژوهش شرکت کردند. معیار ورود به مطالعه؛ دانشجوی مشغول به تحصیل در مقطع کارشناسی، دکتری عمومی، عدم ابتلا به

جدول ۱: توزیع فراوانی مشخصات جمعیت شناختی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی گلستان در سال ۱۳۹۳

مشخصات جمعیت شناختی	تعداد	درصد
سن		
> ۲۰	۱۳۳	۵۵/۹
۲۰-۲۲	۳۵	۱۴/۷
۲۲-۲۴	۳۶	۱۵/۱
< ۲۵	۱۱	۴/۶
جنسیت		
مرد	۱۰۳	۴۳
زن	۱۳۵	۵۶/۷

وضعیت تأهل	
۸۸/۲	۲۱۰
۱۰/۹	۲۶
قومیت	
۵۸/۷	۱۳۸
۲۹/۴	۶۹
۲/۴	۱۳
۱/۳	۳
۲/۵	۶
۲/۱	۵
وضعیت اقتصادی	
۲۸	۱۱/۸
۱۲۲	۵۱/۳
۷۹	۳۳/۲
۶	۲/۵
وضعیت اشتغال	
۸۴/۴	۲۰۸
۵/۹	۱۴
۴/۲	۱۰

جدول ۲: میانگین و انحراف معیار نمره شادی دانشجویان و ارتباط آن با مشخصات دموگرافیک و تحصیلی

متغیر	میانگین انحراف معیار شادی	P value
جنس		۰/۹ *
مرد	۴۸/۰۹ ± ۱۲/۱۴	
زن	۴۷/۹۶ ± ۱۲/۴۵	
سن	۴۸/۰۱ ± ۱۲/۴۱	۰/۰۳ **
قومیت		۰/۹ **
فارس	۴۸/۵ ± ۱۲/۲۹	
ترکمن	۴۶/۲۵ ± ۱۱/۳۸	
سیستانی	۵۰/۲۹ ± ۱۷/۴۴	
کرد	۴۲ ± ۱۸/۷۳	
آذری	۵۶/۸۳ ± ۱۶/۷۲	
سایر	۴۵ ± ۴/۳	
محل سکونت		۰/۵۲ **
خوابگاه	۴۷/۰۱ ± ۱۲/۰۲	
منزل شخصی	۴۹/۳۸ ± ۱۳/۷۴	
منزل دانشجویی	۵۱/۴۵ ± ۴/۴۴	
وضعیت تأهل		۰/۱۱ *
مجرد	۴۷/۶۱ ± ۱۲/۱۸	
متأهل	۵۱/۶۹ ± ۱۴/۱۴	
وضعیت اقتصادی		۰/۳۶ **
ضعیف	۴۵/۹۶ ± ۱۱/۶۳	
متوسط	۴۶/۵۷ ± ۱۲/۱۲	
خوب	۴۹/۱۱ ± ۱۰/۵۷	
خیلی خوب	۶۶/۵ ± ۲۰/۸۱	

آزمون‌های مورد استفاده: * آزمون تی مستقل، ** آزمون ANOVA

بحث

در این مطالعه ۲۳۸ دانشجوی کارشناسی و مقطع پزشکی عمومی از نظر میزان نشاط و ارتباط آن با مشخصات جمعیت شناختی و جمعیت شناختی مورد بررسی گرفتند. میانگین نمره نشاط دانشجویان $(۴۵/۶۷ \pm ۱۶/۲۸)$ موید میزان نشاط متوسط و خوب بوده است. در یک بررسی روی دانشجویان دانشکده مدیریت و اطلاع رسانی دانشگاه علوم پزشکی ایران میانگین نمره شادی آنان ۱۴ ± ۴۲ اعلام شد (۱). میانگین نمره نشاط در دانشجویان دانشگاه اصفهان $۱۳/۳۸ \pm ۴۴/۴$ (۱۳) و میانگین نمره نشاط دانشجویان کاشان نیز $۴/۱۳ \pm ۴۵/۸$ بوده است (۱۴). یک مطالعه روی ۱۲۲ دانشجوی پسر و ۲۲۶ دانشجوی دختر در یک دانشگاه ایالتی ترکیه نشان داد که میزان نشاط دانشجویان با استفاده از ابزار آکسفورد $۱۱/۳۱ \pm ۶۳/۱$ است (۱۵). میانگین نمرات شادی دانشجویان در دانشگاه‌های ایران در اغلب مطالعات بیانگر شادی در حد متوسط است در حالی که مطالعه دانشجویان ترکیه موید شادی در حد خوب است. بدیهی است در مقایسه نتایج مطالعات مختلف می‌بایست مشکلات و مسائل اقتصادی، اقامت در خوابگاه، وضعیت اشتغال را در نظر گرفت. ضمن این که باورها و پایبندی‌های مذهبی، روابط اجتماعی و خانوادگی مستحکم‌تر می‌تواند در این امر مؤثر باشد. پژوهش‌های متعددی ارتباط بین میزان نشاط با باورهای مذهبی افراد را نشان داده‌اند (۱۵-۱۷).

نتایج تحقیق حاضر نشان داد که میزان شادی در دانشجویان پسر و دختر تفاوت معنی دار آماری نداشته است. چنین نتیجه‌ای با برخی از پژوهش‌های داخلی و خارجی تأیید می‌شود (۱۵، ۱۶) در حالی که در پژوهش علوی (۲۰۰۷) تفاوت معنی داری بین میزان شادی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه‌های ایران مشاهده نشد (۱۸) در دو مطالعه دیگر در داخل کشور نیز میانگین نمره نشاط در پسران به طور معنی داری بیشتر از نمره نشاط دختران بوده است (۱۴، ۱۹). اگرچه ابزار مورد استفاده در مطالعات ذکر شده یکسان بوده است اما همانگونه که پیشتر اشاره شده است عوامل متعددی از قبیل شرایط اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی گروه‌های هدف می‌تواند بر نتایج مطالعات مشابه تأثیر گذار باشد. در یافته‌های تحقیق حاضر ارتباط بین سن دانشجویان و میزان نشاط معنی دار بوده است. در برخی از شواهد موجود ارتباط بین سن و شادی تأیید نشده است، برای مثال می‌توان به مطالعه‌ای که روی دانشجویان پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی مازندران (۱۶) و پژوهشی که روی دانشجویان کارشناسی ارشد و دکترا در دانشگاه علوم پزشکی اصفهان (۲۰) انجام شد، اشاره نمود. در بررسی نخست گروه هدف فقط دانشجویان پیراپزشکی و در مطالعه دوم دانشجویان مقاطع تحصیلات تکمیلی بوده‌اند. احتمال می‌رود تفاوت نمونه‌های بررسی شده در اختلاف نتیجه پژوهش مذکور با یافته مطالعه حاضر مؤثر باشد.

نتیجه‌گیری

یافته‌های مطالعه حاضر نشان داد دانشجویان مقاطع کارشناسی و پزشکی عمومی دانشگاه علوم پزشکی گلستان از میزان نشاط در سطح متوسط برخوردار هستند. دانشجویان پرستاری، مامایی، پیراپزشکی و پزشکی از نیروهای بالقوه سلامت جامعه هستند که با بعد از چهار یا هفت سال وارد محیط کاری برای ارائه خدمت می‌شوند. از این رو حفظ سطح شادی که یکی از مؤلفه‌ها سلامت روان می‌باشد، امری ضروری است. در نتیجه با توجه به اهمیت شادی در بهداشت روان و آسیب‌پذیری دانشجویان به متصدیان امر تعلیم و تربیت پیشنهاد می‌گردد، راهکارهای جهت توسعه محیط‌های شاد علمی در فضای دانشگاه‌ها مورد توجه قرار گیرد.

سپاسگزاری

بدین وسیله از مرکز مطالعات و توسعه آموزش دانشگاه علوم پزشکی گلستان و معاونت تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی گلستان برای

در یافته‌های مطالعه حاضر ارتباط معناداری بین قومیت، محل سکونت و وضعیت تأهل به دست نیامد. در پژوهش‌های مشابه نیز بین وضعیت تأهل و محل سکونت ارتباط معنی داری به دست نیامد

در یافته‌های مطالعه حاضر ارتباط معناداری بین قومیت، محل سکونت و وضعیت تأهل به دست نیامد. در پژوهش‌های مشابه نیز بین وضعیت تأهل و محل سکونت ارتباط معنی داری به دست نیامد

تضاد منافع

در پژوهش حاضر نویسندگان تضاد منافع ندارند.

References

- Zohoor A, Fekri A. [University students' happiness at faculty of management and medical information sciences, Iran University of medical sciences, tehran, iran]. *J Sabzevar Sch Med Sci*. 2004;1(11):47-54.
- Street H, Nathan P, Durkin K, Morling J, Azahar Dzahari M, Carson J, et al. Understanding the relationships between wellbeing, goal-setting and depression in children. *Aust N Z J Psychiatry*. 2004;38(3):155-61. [PMID: 14961934](#)
- Cohen S, Herbert TB. Health psychology: psychological factors and physical disease from the perspective of human psychoneuroimmunology. *Annu Rev Psychol*. 1996;47:113-42. [DOI: 10.1146/annurev.psych.47.1.113](#) [PMID: 8624135](#)
- Diener E, Seligman ME. Beyond Money: Toward an Economy of Well-Being. *Psychol Sci Public Interest*. 2004;5(1):1-31. [DOI: 10.1111/j.0963-7214.2004.00501001.x](#) [PMID: 26158992](#)
- Aminpoor H, Amini Naghadeh S. [The relationship between hardiness and happiness in students of Payame Noor University]. *J Educ Manage Stud*. 2014;4(2):293-7.
- Valois RF, Zullig KJ, Huebner ES, Drane JW. Physical activity behaviors and perceived life satisfaction among public high school adolescents. *J Sch Health*. 2004;74(2):59-65. [PMID: 15077500](#)
- Natvig GK, Albrektsen G, Qvarnstrom U. Associations between psychosocial factors and happiness among school adolescents. *Int J Nurs Pract*. 2003;9(3):166-75. [DOI: 10.1046/j.1440-172X.2003.00419.x](#)
- Yaghoobian F, Kajbaf M, Ghamarani A. [Effectiveness of group training on knowledge and practice of religious duties and its relationship with students' happiness]. *J Nurs Educ*. 2013;2(3):68-77.
- Kahneman D, Diener E, Schwarz N. Close relationships and quality of life. *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. New York: Russell Sage Foundation Publications; 2003.
- Lyubomirsky S, Sheldon KM, Schkade D. Pursuing happiness: The architecture of sustainable change. *Rev Gen Psychol*. 2005;9(2):111-31. [DOI: 10.1037/1089-2680.9.2.111](#)
- Liaghatdar MJ, Jafari E, Abedi MR, Samiee F. Reliability and validity of the Oxford Happiness Inventory among university students in Iran. *Span J Psychol*. 2008;11(1):310-3. [PMID: 18630671](#)
- Alipoor A, Noorbala A. [A preliminary evaluation of the validity and reliability of the Oxford happiness questionnaire in students in the universities of Tehran]. *Iranian J Psychiatr Clin Psychol*. 1999;17-18(5):55-65.
- Abedi M, Mir Shah Jafari E, Liaghat Dar M. [Standardization of the Oxford happiness inventory in students of Isfahan University]. *Iranian J Psychiatr Clin Psychol*. 2006;45(12):95-100.
- Sharifi K, Sooky Z, Tagharrobi Z, Akbari H. [Happiness and its related factors among the students of kashan university of medical sciences in 2006-7]. *Fez*. 2010;14(1):62-9.
- Francis LJ, Ok U, Robbins M. Religion and Happiness: A Study Among University Students in Turkey. *J Relig Health*. 2016. [DOI: 10.1007/s10943-016-0189-8](#) [PMID: 26832334](#)
- Siamian H, Naeimi O, Shahrabi A, Hassanzadeh R, Abazari M, Khademloo M. [The status of happiness and its association with demographic variables among the paramedical students]. *J Mazandaran Univ Med Sci*. 2012;21(86):159-66.
- Francis LJ, Robbins M, White A. Correlation between religion and happiness: a replication. *Psychol Rep*. 2003;92(1):51-2. [DOI: 10.2466/pr0.2003.92.1.51](#) [PMID: 12674256](#)
- Alavi HR. [Correlatives of Happiness in the University Students of Iran (A Religious Approach)]. *J Religion Health*. 2007;46(4):480-99. [DOI: 10.1007/s10943-007-9115-4](#)
- Alipoor A, Nori N. [A study on reliability and validity of the Depression-Happiness Scale in justice's staff of Isfahan city]. *J Fundam Ment Health*. 2006;31-32(8):87-96.
- Bahrami S, Rajaeepour S, Rizi HA, Zahmatkesh M, Nematolahi Z. The relationship between students' study habits, happiness and depression. *Iran J Nurs Midwifery Res*. 2011;16(3):217-21. [PMID: 22224110](#)
- Khosravi S, Ghomrani A, Bardideh M. [Factors affecting happiness among students of Firouzabad Azad University]. *Sch Consultant Dev*. 2010;6(1):8-14.
- Jafari E, Abedi M, Liaghatdar M. [Happiness and its degree of effective factors in students of the Isfahan Medical Sciences University]. *Teb Va Tazkiyeh*. 2004;54(13):15-23.

Happiness and Its Related Factors among Students in Golestan University of Medical Sciences

Leila Jouybari ^{1,*}, Akram Nodeh Sharifi ², Akram Sanagoo ³, Samira Saeedi ⁴, Smat Saeedi ⁵, Soheyla Kalantari ⁶

¹ Associate Professor, Department of Nursing, Nursing Research Center, Golestan University of Medical Sciences, Gorgan, Iran

² MD, Education Development Center, Golestan University of Medical Sciences, Gorgan, Iran

³ Associate Professor, Department of Nursing, Education Development Center, Golestan University of Medical Sciences, Gorgan, Iran

⁴ BSN Student, Department of Nursing, Student Research Committee, Golestan University of Medical Sciences, Gorgan, Iran

⁵ MSN Student, Department of Nursing, Student Research Committee, Golestan University of Medical Sciences, Gorgan, Iran

⁶ MSN, Faculty of Paramedical, Laboratory Research Center, Golestan University of Medical Sciences, Gorgan, Iran

* **Corresponding author:** Leila Jouybari, Associate Professor, Department of Nursing, Nursing Research Center, Golestan University of Medical Sciences, Gorgan, Iran. E-mail: jouybari@goums.ac.ir

Received: 16 Jan 2016

Accepted: 04 Jan 2017

Abstract

Introduction: Happiness makes a positive attitude to life, a positive self-concept, a mental health and emotional balance, better educational performance, and decision-making. The purpose of this study was to determine the relationship between individual and educational factors on happiness among university students.

Methods: This descriptive cross-sectional study was conducted in 2014 on 238 students of Golestan University of Medical Sciences. The students participated in the study using quota and randomized sampling methods. The data were collected by Oxford happiness inventory and demographic questionnaire and were analyzed by Pearson's test, ANOVA and t-test.

Results: Out of 238 students, 56.7% were female. The mean of happiness score was 45.67 ± 16.28 . The statistical relationship between age and happiness was significant ($P = 0.04$). There were no significant relationships between happiness and the field of study, academic average, ethnicity, marital status, and students' economic status. The highest mean of happiness was for the Laboratory Sciences students. More than half of the students (54.8%) had average happiness level above the mean score.

Conclusions: Regarding the students with average level of happiness, applying approaches to develop happiness in academic environment seems important.

Keywords: Happiness, Students, Universities, Cross-Sectional Studies