



## بررسی رابطه شوخ طبعی با سلامت روان کارمندان سازمان بهزیستی شهر کرمان

مهدیه دوست محمدی

عضو هیات علمی دانشگاه پیام نور واحد بردسیر، بردسیر، ایران.

### چکیده

هدف از انجام این پژوهش بررسی رابطه شوخ طبعی با سلامت روان کارمندان سازمان بهزیستی شهر کرمان در سال ۱۳۹۴ بوده است. تحقیق حاضر، یک تحقیق کاربردی از نوع توصیفی و با روش همبستگی می باشد جامعه آماری این تحقیق کارمندان بهزیستی شهر کرمان می باشد که ۱۰۰ نفر از آنها به عنوان نمونه تحقیق انتخاب گردیدند (نمونه گیری در دسترس) و سپس با اتخاذ برنامه ریزی لازم و اجرای شیوه مناسب، پرسشنامه های سلامت روان *SCI90* و مقیاس شوخ طبعی مارتین و لفقورت ۱۹۸۳ استفاده گردید. ضمناً سه هفته بعد همان آزمودنیها با روش بازآزمایی مورد بررسی قرار گرفتند. نتایج پژوهش با آزمون پیرسون نشان داد که بین سلامت روان و شوخ طبعی رابطه مثبت و معنی داری وجود دارد و هرچه شوخ طبعی بیشتر سلامت روان بیشتر خواهد بود.

کلید واژه ها: شوخ طبعی، سلامت روان

## مقدمه

روان شناسان مزاح را به مثابه یکی از ویژگیهای شخصیتی انسان در نظر گرفته و آن را از دیدگاههای مختلف مورد بررسی قرار داده اند. در دهه ۱۹۶۰ م. علاقه روان شناسان به نقد و بررسی مزاح و خنده برای وجود آدمی جلب شد. برخی از روان شناسان معتقدند که مزاح و خنده برای وجود آدمی و زندگی اوف از اهمیت بسیار بالایی برخوردار است. (کورتکف، ۱۹۹۱؛ میندس و کوربین، ۱۹۸۵) دیدگاه عمده درباره نقش روان شناختی مزاح معتقد است که مزاح نوعی سبک سازگاری و انطباق است.

فریود (۱۹۱۶) معتقد است که مزاح یکی از سازوکارهای دفاعی «من» و نوعی تلاش اقتصادی جهت صرف انرژی روانی است. آریتی (۱۹۷۵) معتقد است ارتباط تنگاتنگی بین حدس بذله گوئی و میزان خلاقیت فرد وجود دارد. پلاچیک (۱۹۸۱) هشت سبک سازگاری برای آدمی برشمرده که در این میان سازوکار وارونه سازی، یعنی توجه به وجوه مضحک شرایط و موقعیت های فشارزا از آن جمله است. از یک دیدگاه جامع تر زیستی- روانی اجتماعی می توان مزاح را نوعی پیام هدفمند اجتماعی دانست که با تغییرات فیزیولوژیکی و روانی ویژه ای همراه است. بدیهی است که این پیام کارکردهای اجتماعی خاص خود را داراست و محتوا و مسیر ویژه خود را نیز دارد. به عبارت دیگر مزاح به مثابه یک پیام هدفمند به دنبال تحقیق کارکردهای معینی است و در این راه با استفاده از شیوه های ویژه در موقعیت های معینی به کار می رود. توجه به کارکردهای اجتماعی و اهداف مزاح از دیدگاههای مختلف، مورد بحث و بررسی علمای رفتاری و به خصوص روان شناسان قرار گرفته است. برخی از روان شناسان، مزاح را اساساً خصومت بار، عده ای آن را دردناک و تحقیر آمیز و تعدادی دیگر مزاح را سرگرم کننده و لذت بخش می دانند. به طور کلی نظرات روان شناختی پیرامون مزاح و بذله گوئی را می توان در قالب چند رویکرد نظری مورد بررسی قرار داد. شوخی و شوخ طبعی اساساً خلاق بوده و خود تسهیل کننده خلاقیت بیشتر است. تقریباً تمامی تعاریف شوخ طبعی شامل ضوابطی از قبیل ترکیبهای غیر معمول، شگفتی، عدم تجانس مفاهیم و برداشتها و نظایر آن می گردد. بر طبق یک تعریف شوخ طبعی کسی است که خلاقیتش منجر به اظهار نظرها، داستانها و نمایش نامه های خنده آور است. علاوه بر آن، در بینشی وسیع شوخ طبعی کسی است که خود و دیگران را به نحوی فراتر و منفک تر می بیند. چنین شخصی قادر است به خود و وقایع زندگی بخندد و در عین حال با مردم و وقایع مرتبط باقی بماند. شوخ طبعی فرایندهای فیزیولوژیک، روانی و اجتماعی را ادغام یا سنتز می کند. بنابراین توانایی ایجاد شوخی و مزاح یا «داشتن توانایی شوخ طبعی» ویژگی خلاق مهمی است. بدون شوخی زندگی برای غالب مردم غیر قابل تحمل است. برای بسیاری از مردم شوخی یک راه بقا و یک نیروی شفا بخش است. برای افراد نادری که در خود استعداد شوخ طبعی را پرورش می دهند و در این راه به کار می برند مشاغل پر اجرای در کاریکاتور نویسی، قصه گوئی و نویسندگی یا هنر پیشگی و نمایش های خنده آور به انواع مختلف وجود دارد. بسیاری از پژوهشگران حل خلاق مسائل را یادآور شده اند که جرقه راه حل های موفقیت آمیز از طریق شوخ طبعی زده شده است. با وجود این روش های ساخت دار حل مسائل تاکید کمی بر پرورش توانایی ایجاد مزاح و به کار بردن آن در حل مسائل گذارده اند. در بسیاری از پژوهش های اولیه «ویلیام جی- جی- گوردن» و همکارانش در گروه نشان می دهد که راه حل های سدشکنانه غالباً با جوی از بازی همراه بوده است. این نوع بازی شامل مقدار زیادی شوخ طبعی بوده است ولی وقتی کوشش هایی برای تدریس ایجاد جوی بازی به کار برده شده، با عدم موفقیت همراه بوده است. با وجود این معلوم شده است که بازی با تشابه ها تغییرات درجه دومی به وجود می آورد که ایجاد مزاح، خنده و جوی مناسب برای بازی ایجاد می کند. مشاهدات تورنس نشان می دهد که این پدیده مکرراً هم در هنگام کاربرد مشابه ها و هم در موقع یورش فکری برای حل خلاق مسائل به وقوع می پیوندد.

## روش پژوهش

تحقیق حاضر، یک تحقیق کاربردی از نوع توصیفی و با روش همبستگی می باشد جامعه آماری این تحقیق کارمندان بهزیستی استان کرمان می باشد که ۱۰۰ نفر از آنها بعنوان نمونه تحقیق انتخاب گردیدند (نمونه گیری در دسترس) و سپس با اتخاذ برنامه ریزی لازم و اجرای شیوه مناسب، کلیه پرسشنامه های ارسالی جمع آوری گردید. ضمناً سه هفته بعد همان آزمودنیها با روش بازآزمایی مورد بررسی قرار گرفتند.

## ابزار اندازه گیری

## ۱- پرسشنامه تجدید نظر شده علائم روانی SCL25-R

در این تحقیق، برای سنجش سلامت روانی آزمودنیها، از فهرست تجدید نظر شده علائم روانی SCL25-R استفاده گردید. پرسشنامه مذکور شامل ۲۵ سوال می باشد و به وسیله نجاریان در سال ۱۳۷۹ معرفی شد.

این پرسشنامه در مورد بیماران روانپریش، افراد دچار ضایعات مغزی و عقب مانده های ذهنی معتبر نمی باشد. سوالهای پرسشنامه مذکور، حالات فرد را از یک هفته قبل تا زمان تکمیل پرسشنامه مورد ارزیابی قرار می دهد.

### نمره گذاری پرسشنامه SCL25-R

پاسخ های ارائه شده به هر یک از سوالهای پرسشنامه مذکور، با زدن علامت ضربدر توسط آزمودنیها در یک مقیاس ۵ درجه ای از هیچ (نمره صفر) تا خیلی شدید (نمره ۴) ثبت می گردد. در ضمن هر چه نمره های فرد پایین تر باشد نشانه سلامت روان است و هر چه نمرات بالاتر باشد نشانه عدم سلامت روان می باشد.

### پایایی پرسشنامه تجدید نظر شده علائم روانی SCL25-R

پایایی پرسشنامه مذکور توسط محققین این تحقیق با استفاده از روش بازآزمایی مورد بررسی قرار گرفت. ضریب پایایی به دست آمده برابر ۰/۶۸ است که از نظر روان سنجی در حد قابل قبولی است.

در ضمن ضریب همبستگی بین نمره های مقیاس شوخ طبعی (مزاح) با سلامت روان ۰/۲۰- گزارش گردیده است که در سطح ۰/۰۵ معنی دار است. توضیح اینکه نمره سلامت روان عدم سلامت روان را می سنجد.

### ۲- مقیاس شوخ طبعی (مزاح) مارتین و لفکورت

در این تحقیق، برای سنجش شوخ طبعی آزمودنیها، از مقیاس شوخ طبعی مارتین و لفکورت ۱۹۸۳ استفاده گردید. پرسشنامه مذکور شامل ۷ سوال می باشد و به وسیله مارتین و لفکورت در سال ۱۹۸۳ معرفی شد.

### نمره گذاری مقیاس سنجش شوخ طبعی

پاسخ های ارائه شده به هر یک از سوالهای پرسشنامه مذکور، با زدن علامت ضربدر توسط آزمودنیها در یک مقیاس ۴ درجه ای از کاملا مخالف (نمره یک) تا کاملا موافق (نمره چهار) ثبت گردید. در ضمن نمره گذاری سوال ۴ و ۱ پرسشنامه در جهت مخالف سوالات دیگر است. پایایی پرسشنامه مذکور توسط محققین این تحقیق با استفاده از روش بازآزمایی مورد بررسی قرار گرفت. ضریب پایایی به دست آمده برابر ۰/۶۴۵ است که از نظر روانسنجی در حد قابل قبولی است. در ضمن ضریب همبستگی بین نمره های مقیاس شوخ طبعی (مزاح) با سلامت روان ۰/۲۰- گزارش شده است که در سطح ۰/۰۵ معنی دار می باشد.

توضیح اینکه نمره های سلامت روان، عدم سلامت روان را می سنجد یعنی هر چه نمره های آزمون سلامت روان بالاتر باشد فرد دارای سلامت روان کمتری است.

### یافته های پژوهش

جدول ۱. میانگین انحراف معیار، حداقل نمره مزاح (شوخ طبعی) و سلامت روان در کارمندان سازمان بهزیستی

متغیرها	شاخص های آماری	میانگین	انحراف معیار	حداقل نمره	حداکثر نمره	تعداد
مزاح (در مرحله اول)	۱۷/۳۳	۲/۶۸	۱۱/۰۰	۲۳/۰۰	۱۰۰	
مزاح (در مرحله بازآزمایی)	۱۷/۴۶	۲/۵۹	۱۲/۰۰	۲۴/۰۰	۱۰۰	
سلامت روانی (در مرحله اول)	۵۱/۱۹	۱۴/۳۶	۲۵/۰۰	۹۲/۰۰	۱۰۰	
سلامت روانی (در مرحله بازآزمایی)	۵۰/۲۰	۱۳/۹۵	۲۸/۰۰	۸۸/۰۰	۱۰۰	
سن	۲۱/۹۹	۱/۷۳	۱۸/۰۰	۲۸/۰۰	۱۰۰	

### جدول ۲.

همبستگی ها	مزاح مرحله اول	مزاح مرحله بازآزمایی	سلامت روانی مرحله اول	سلامت روانی مرحله بازآزمایی	سن
مزاح (مرحله اول)	۱/۰۰۰۰	۰/۶۴۵۰	-۰/۱۹۴۷	-۰/۱۲۳۲	۰/۰۱۸۱
مزاح (مرحله بازآزمایی)	۰/۶۴۵۰	۱/۰۰۰۰	-۰/۱۲۶۴	-۰/۱۷۱۰	-۰/۰۱۴۷
سلامت روانی (مرحله اول)	-۰/۱۹۴۷	-۰/۱۲۶۴	۱/۰۰۰۰	۰/۶۸۷۹	۰/۰۷۶۴
سلامت روانی (مرحله بازآزمایی)	-۰/۱۲۳۲	-۰/۱۷۱۰	۰/۶۸۷۹	۱/۰۰۰۰	۰/۰۱۵۱

### بحث و نتیجه گیری

نتایج جداول نشان می دهد که بین سلامت روان و مزاج روابط مثبت معنی داری در سطح ۰/۰۵ وجود دارد و حاکی از آن است که هر چه عدم سلامت روان بیشتر باشد مزاج یا شوخ طبعی کمتر است و هر چه سلامت روان بیشتر باشد مزاج (شوخ طبعی) در سطح بیشتری است بنابراین فرضیه تایید می شود. می توان بیان داشت که از شوخ طبعی به عنوان سپری برای مقابله با فشارهای روانی استفاده کرد. با توجه به توسعه زندگی ماشینی و بالا رفتن فشار روانی بر روی افراد لازم است راهکارهایی ارائه شود که سلامت روانی افراد را در حد مطلوب نگه دارد و بر مشکلات و موانع سازگاری افراد در برابر محیط غلبه نماید. از اینرو شوخ طبعی به عنوان یکی از آن راهکارها، برای افزایش سلامت روانی و غلبه بر مشکلات و موانعی که فی النفسه فاقد هر گونه اعتبار و ارزشی می باشند، ارائه می گردد. با توجه به توسعه زندگی ماشینی و بالا رفتن فشار روانی بر روی افراد لازم است راهکارهایی ارائه شود که سلامت روانی افراد را در حد مطلوب نگه دارد و بر مشکلات و موانع سازگاری افراد در برابر محیط غلبه نماید. از اینرو شوخ طبعی بعنوان یکی از آن راهکارها، برای افزایش سلامت روانی شناخته می شود.

### منابع فارسی:

- تورنس، نی پال. استعدادها و مهارت‌های خلاقیت و راههای آزمون و پرورش آنها، ترجمه: حسن قاسم زده (۱۳۷۲). نشر دنیای نو.  
ریو، جان مارشال (۱۹۹۵). انگیزش و هیجان. ترجمه: یحیی سید محمدی (۱۳۷۳)، چاپ اول. تهران: نشر ویرایش.  
ساعتچی، محمود (۱۳۶۹). روانشناسی در کار، سازمان و مدیریت، چاپ اول. تهران: انتشارات رشد.  
شفیع آبادی، عبدالله (۱۳۷۵). راهنمایی و مشاوره شغلی و حرفه ای. چاپ هشتم، تهران، انتشارات رشد.  
کریمی، یوسف (۱۳۷۴). روانشناسی شخصیت. چاپ اول. تهران: نشر ویرایش  
میلانی فر، بهروز (۱۳۷۳). بهداشت روانی. تهران: نشر قومس.  
نجاریان، بهمن (۱۳۷۳). مزاج از دیدگاه روانشناسی، مجله علوم انسانی دانشگاه الزهراء شماره ۱۱ و ۱۲.

- Allport, G.W. (1950). *The Individual and His Religion*. New York: Macmillan.  
Arieti, S. (1975). *Creativity: The Magic synthesis*. New York: Basic Books, INC. Publisers.  
Arthhur, D., Christine, A. & Sonia, S. (1988). Sense of humor as a moderator of the relation between events and psychological distress: A perspective analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56 (3), 320-325.  
Baron, R.A. Byrne, D. And Griffitt, W. (1974). *Social psychology (Understanding Human Relation)*. Boston: Allyn and Bacon. Inc.  
Couvsins, N.(1979). *Anatomy of on Illnes*. New York: Norton.  
Dixon, N.F. (1980). Humer: A cognitive alternatitive to stress? In I.G. Sarason and C.D. Spielberger (eds), *Stress and Anxiety (Vol. 7)*. Hemisphe: Washington, D.C.  
Fleming, R., Baum, A. & Singer, J.E. (1984). Towards an integrative approach to the study of stress. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 46, 939-949.  
Folkman, S. (1984). Personal control, stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*. 46(4), 9839-852.  
Freud, S. (1961). *Wit and its Relation to the Unconscious*. New York: Moffat.