

## شادکامی و ویژگی‌های جمعیت شناختی مؤثر بر آن در ایثارگران\*

## Happiness and demographic characteristics in the Veterans

اعظم نوفرستی<sup>۱</sup>

## Abstract

The purpose of this study was 1) to specify the level of happiness in veterans and their wives, freemen and their wives and martyr's wives 2) to specify factors that influence happiness in this population and For this purpose, 1135 veterans, freemen and their wives and martyr's wives from 10 provinces (Tehran, Isfahan, Khuzestan, Guilan, Boushehr, Southern khorasan, Golestan, Kermanshah, Southern Azerbaijan and Sistan-o-Baluchistan) selected based on quota sampling. Then, they administer demographic questionnaire and Oxford Happiness Inventory Findings show that: 1) the level of happiness in this sample is lower than the level of happiness in society. 2) Freeman's wives have the highest level of happiness and martyr's wives have the lowest level of happiness in this sample 3) among provinces, Kermanshah has the lowest level and Guilan has the highest level of happiness. 4) there is significant positive relationship between age, education, income, mental and physical health and there is no relationship between marital status and sex.

**Key words:** happiness, circumstances, and veterans

## چکیده

پژوهش حاضر با هدف بررسی میزان شادکامی در ایثارگران و همسران آن‌ها و تعیین ویژگی‌های جمعیت‌شناختی مؤثر بر شادکامی آن‌ها انجام گرفت. بدین منظور نمونه‌ای به تعداد ۱۱۳۵ نفر از جانبازان، همسران جانبازان، آزادگان، همسران آزادگان و همسران شهیدا که اسامی آنان در فهرست اسامی بنیاد شهید و امور ایثارگران در سال ۹۱ وجود داشت از ۱۰ استان تهران (۲۴۳ نفر)، اصفهان (۱۵۰ نفر)، خوزستان (۱۱۳ نفر)، گیلان (۱۰۰ نفر)، کرمانشاه (۱۳۰ نفر)، بوشهر (۱۲۰ نفر)، گلستان (۷۹ نفر)، خراسان جنوبی (۷۸ نفر)، آذربایجان غربی (۸۲) و سیستان و بلوچستان (۷۸) بر اساس شیوه نمونه‌گیری طبقه‌ای سهمیه‌ای نامساوی انتخاب شدند. پرسشنامه اطلاعات جمعیت‌شناختی و شادکامی آکسفورد بر روی گروه نمونه اجرا و نتایج حاصل از این پرسشنامه‌ها تجزیه و تحلیل گردید. یافته‌های به دست آمده از این پژوهش نشان می‌دهد که ۱- میزان شادکامی در جمعیت ایثارگران نسبت به میانگین جامعه پایین‌تر است. نمره شادکامی جانبازان و ایثارگران در رتبه ۳۵ درصدی افراد جامعه قرار دارد. ۲- میزان شادکامی در استان کرمانشاه از همه کمتر و در استان گیلان از همه بیشتر است. ۳- میزان شادکامی در همسران آزادگان از همه بیشتر و در همسران شهید از همه کمتر است. ۴- بین سن، سطح تحصیلات، سطح درآمد، سلامت جسمانی و سلامت روانی با شادکامی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد در حالی که بین جنس و وضعیت تأهل با شادکامی رابطه معنادار وجود ندارد.

**واژه های کلیدی:** شادکامی، ویژگی‌های جمعیت‌شناختی،

ایثارگران

\* این طرح با حمایت مالی دفتر پژوهش‌های فرهنگی معاونت پژوهش و ارتباطات فرهنگی بنیاد شهید و امور ایثارگران انجام شده است.

۱- عضو هیات علمی جهاد دانشگاهی واحد البرز و دانشجوی دکتری روان شناسی بالینی دانشگاه شاهد

## مقدمه

شادکامی یکی از عالی‌ترین اهداف زندگی انسان در سطح فردی و اجتماعی است (دیئر<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰؛ ون‌هوون<sup>۲</sup>، ۱۹۹۴). واژه شادکامی دارای تعریف‌ها و ابعاد مختلفی است. لازاروس<sup>۳</sup> نظریه‌پرداز شناختی هیجان، شادکامی را به عنوان هیجانی که نتیجه به وجود آمدن پردازشی قابل استدلال در جهت فهم یک هدف است، تعریف می‌کند (به نقل از شلدون و لیوبومرסקی، ۲۰۰۷). آرگایل (۲۰۰۱) شادکامی را ترکیبی از وجود عاطفه مثبت<sup>۴</sup>، عدم وجود عاطفه منفی<sup>۵</sup> و رضایت از زندگی<sup>۶</sup> می‌داند. شادی جنبه هیجانی شادکامی و رضایت از زندگی جنبه شناختی آن است (آرگایل، ۲۰۰۱).

یکی از اولویت‌های مهم پژوهش‌های انجام شده در حیطه روانشناسی مثبت و شادکامی بررسی منابع و عوامل مؤثر بر شادکامی است. ویژگی‌های جمعیت‌شناختی، عوامل روانی، جسمانی، اجتماعی، اقتصادی، مذهبی، معنوی و فرهنگی در پژوهش‌های متعددی مورد بررسی قرار گرفته‌اند تا میزان رابطه هر کدام از این عوامل با شادکامی یا سهم هر کدام در تعیین شادکامی افراد معین شود. از ویژگی‌های جمعیت‌شناختی می‌توان به سن، جنس، تحصیلات، وضعیت تأهل و نژاد اشاره کرد. به عنوان مثال، آرگایل (۱۹۹۹) نشان داد، هر چه سن افراد بیشتر می‌شود، میزان شادکامی آن‌ها نیز افزایش می‌یابد. زنان تمایل دارند که شادکامی بیشتری را نسبت به مردان ابراز کنند (به عنوان مثال، مروزک و اسپيرو<sup>۷</sup>، ۲۰۰۵). بین افزایش تحصیلات و شادکامی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد (دالن، پیس‌گود و وایت<sup>۸</sup>، ۲۰۰۸). چنگ و فرنهام<sup>۹</sup> (۲۰۰۳) نشان دادند که افراد متأهل نسبت به افراد مجرد سطح شادکامی بالاتری دارند. همچنین، مطالعه‌ها نشان داده است که بین نژادهای مختلف از نظر میزان شادکامی تفاوت معناداری وجود ندارد (دالن و همکاران،

۲۰۰۸؛ استرلین<sup>۱۰</sup>، ۲۰۰۶). از عوامل روانی می‌توان به شخصیت و ابعاد آن (هیلز و آرگایل، ۲۰۰۱؛ چنگ و فرنهام، ۲۰۰۳؛ گروسی فرشی، مانی و بخشی پور، ۱۳۸۵) خوش‌بینی و سرزندگی (کشاورز، مولوی و کلانتری، ۱۳۸۷)، سلامت روانی (دالن و همکاران، ۲۰۰۸؛ امیدیان، ۱۳۸۸) و رضایت از زندگی اشاره کرد که با شادکامی رابطه مثبت و معناداری دارند. از منابع جسمانی، سلامتی (شیلدز و وسلی<sup>۱۱</sup>، ۲۰۰۵؛ علی پور، نوربالا، اژه‌ای و مطیعان، ۱۳۸۹)، ورزش (بیکر<sup>۱۲</sup> و همکاران، ۲۰۰۵؛ گودرزی و حمایت طلب، ۱۳۸۴) و سایر متغیرها مثل خوردن و آشامیدن و استراحت (مارولاکیس و زرواس<sup>۱۳</sup>، ۱۹۹۳) به نقل از نشاط دوست و همکاران، ۱۳۸۶) بیشترین پژوهش‌ها را به دنبال داشته است. نتایج این پژوهش‌ها نیز نشان می‌دهد که بین سلامت جسمانی و شادکامی نیز رابطه مثبت و معناداری وجود دارد (به عنوان مثال، علی‌پور و همکاران، ۱۳۸۹). موفقیت (بوم و لیوبومرסקی، ۲۰۰۸)، ارتباطات اجتماعی و روابط دوستانه، خانواده و عشق و صمیمیت (رفیعی‌نیا و اصغری، ۱۳۸۶) از جمله عوامل اجتماعی مؤثر بر شادکامی می‌باشند. از منابع و عوامل اقتصادی مؤثر بر شادکامی می‌توان به کار، درآمد، ثروت و رفاه اجتماعی (دالن و همکاران، ۲۰۰۸) توسعه اقتصادی و رشد درآمد ملی اشاره داشت. ایمان قلبی و باورهای مذهبی استوار و انجام اعمال مذهبی نیز از دیگر عوامل مؤثر بر احساس شادکامی است (آزموده، شهیدی و دانش، ۱۳۸۶).

با این حال، مطالعات انجام شده در حوزه شادکامی نشان می‌دهد که اگر چه شادکامی به عنوان یک هدف مهم زندگی در بیشتر فرهنگ‌ها مورد توجه قرار گرفته است، اما منابع و عوامل مؤثر بر آن در فرهنگ‌ها و گروه‌های مختلف متفاوت است (لیوبومرסקی، ۲۰۰۱؛ شلدون و لیوبومرסקی، ۲۰۰۷). بر این اساس، شادکامی و عوامل مؤثر بر آن در جامعه ما که از ویژگی‌های فرهنگی و مذهبی خاصی برخوردار است و ارزش‌های فرهنگی، اخلاقی و اجتماعی آن دارای معیارهای متفاوتی نسبت به جوامع غربی و حتی جوامع شرقی (نظیر چین و ژاپن)

<sup>1</sup> Diener

<sup>2</sup> Veenvhoven

<sup>3</sup> Lazarus

<sup>4</sup> positive affect

<sup>5</sup> negative affect

<sup>6</sup> life satisfaction

<sup>7</sup> Mroczek & Spiro

<sup>8</sup> Dolan, Peasgood & White

<sup>9</sup> Cheng & Furnham

<sup>10</sup> Esterlin

<sup>11</sup> Shields & Wheatley

<sup>12</sup> Baker

<sup>13</sup> Maroukalis & Zervas

گردید. بعد از انتخاب حجم نمونه در هر استان، افراد گروه نمونه به صورت کاملاً تصادفی از فهرست اسامی ایثارگران انتخاب شدند.

در این پژوهش از ابزارهای زیر استفاده شده است:

**مقیاس شادکامی آکسفورد<sup>۴</sup>:** این مقیاس یکی از ابزارهای خودسنجی معروفی است که در بیشتر پژوهش‌های مربوط به شادکامی مورد استفاده قرار گرفته است. این پرسش‌نامه در سال ۱۹۹۰ توسط آرگایل و لو<sup>۵</sup> تهیه و در سال ۱۹۹۵ توسط آرگایل، مارتین<sup>۶</sup> و لو مورد تجدید نظر و گسترش قرار گرفت. این پرسشنامه دارای ۲۹ ماده می‌باشد و هر یک از سوال‌های این آزمون دارای ۴ گزینه است که از صفر تا ۳ نمره به خود اختصاص می‌دهد. بنابراین حداکثر نمره کل آزمون ۸۷ است.

روایی و پایایی این پرسشنامه در پژوهش‌های متعددی مورد بررسی قرار گرفته است. به عنوان مثال، آرگایل و همکاران (۱۹۹۵) پایایی این پرسشنامه را با استفاده از روش آلفای کرونباخ در مورد ۳۴۷ آزمودنی ۰/۹۰ به دست آوردند. اعتبار همزمان مقیاس شادکامی آکسفورد با استفاده از قضاوت دوستان ۰/۴۳ به دست آمد. برای بررسی اعتبار سازه این مقیاس از همبسته کردن نمره شادکامی با نمره‌های عاطفه منفی، عاطفه مثبت و خشنودی استفاده شد. ضریب اعتبار سازه به ترتیب، ۰/۵۲، -۰/۳۲ و ۰/۵۷ به دست آمد. هم چنین علی‌پور و نوربالا (۱۳۷۸) نیز ضریب پایایی آن را با استفاده از روش آلفای کرونباخ بر روی ۱۳۲ نفر نمونه ایرانی ۰/۹۳ به دست آوردند. علاوه بر آن، علی‌پور و نوربالا (۱۳۷۸) اعتبار این پرسشنامه را با روش روایی صوری مورد تأیید قرار داده است.

**پرسش‌نامه ویژگی‌های جمعیت شناختی:** این پرسش‌نامه به صورت یک مصاحبه ساختار یافته تهیه شده بود که ویژگی‌های جمعیت شناختی مثل سن، جنس، وضعیت تأهل، شغل، تحصیلات، سلامت روانی و جسمانی و نوع جانبازی را مورد بررسی قرار می‌داد.

است، می‌تواند متفاوت از آن فرهنگ‌ها باشد. در این بین بررسی شادکامی و عوامل مؤثر بر شادکامی در جمعیت ایثارگران نیز به عنوان قشری که در طی جنگ تحمیلی آسیب‌های جسمی و روانی بسیاری را متحمل شده و ممکن است امروز نیازهای متفاوتی نسبت به سایر افراد جامعه داشته باشند، خود محل تأمل است؛ در حالی که مروری بر پژوهش‌های انجام شده در ایران نشان می‌دهد که تاکنون پژوهشی در این زمینه بر روی جمعیت ایثارگران انجام نشده است. بر این اساس، پژوهش حاضر تدوین شده است تا به سؤالات زیر پاسخ دهد:

- میزان شادکامی در جمعیت ایثارگران چه قدر است؟
- ویژگی‌های جمعیت شناختی مؤثر بر شادکامی ایثارگران در جامعه ما کدام است؟

## روش

پژوهش حاضر از نظر هدف، جزء پژوهش‌های بنیادی و از نظر شیوه گردآوری داده‌ها از نوع مطالعه‌های توصیفی<sup>۱</sup> (پیمایشی<sup>۲</sup>) به شمار می‌رود. جامعه آماری پژوهش حاضر را کلیه جانبازان، همسران جانبازان، آزادگان، همسران آزادگان و همسران شهید در کل کشور که فهرست اسامی آن‌ها در بنیاد شهید و امور ایثارگران استان‌های کشور در نیمه دوم سال ۹۱ وجود دارد، تشکیل می‌دهند.

از جامعه آماری پژوهش نمونه‌ای به حجم ۱۱۳۵ نفر به شیوه نمونه‌گیری طبقه‌ای سهمیه‌ای<sup>۳</sup> نامساوی انتخاب شد. بدین منظور، ابتدا کل کشور بر اساس موقعیت جغرافیایی به پنج طبقه شمال، مرکز، جنوب، شرق و غرب تقسیم گردید و از هر منطقه دو استان به صورت تصادفی انتخاب شد. استان گلستان و مازندران از شمال، استان تهران و اصفهان از مرکز، استان بوشهر و خوزستان از جنوب، استان خراسان جنوبی و سیستان و بلوچستان از شرق و استان کرمانشاه و آذربایجان غربی از غرب، استان‌های انتخاب شده برای انجام پژوهش هستند. جدول ۱ حجم نمونه انتخاب شده از هر استان را نشان می‌دهد. پس از انتخاب استان‌ها با توجه به حجم جامعه آماری در هر استان که از مرکز اطلاعات و آمار بنیاد شهید استان به دست آمده بود، تعداد نمونه هر استان مشخص

<sup>۴</sup> Oxford Happiness Inventory(OHI)

<sup>۵</sup> Lu

<sup>۶</sup> Martin

<sup>۱</sup> descriptive

<sup>۲</sup> survey

<sup>۳</sup> quota sampling

## یافته‌ها

در این پژوهش میانگین کلی سن گروه نمونه ۴۶/۹۹ سال و انحراف استاندارد آن ۷/۵۲ است. ۵۶/۵ درصد از حجم نمونه را زنان و ۴۳/۵ درصد از آن را مردان تشکیل می‌دهند. همچنین، حدود ۸۶/۷ درصد از گروه نمونه متأهل و تنها ۰/۳ درصد از گروه نمونه مجرد هستند. از نظر تحصیلات، ۶/۸ درصد از افراد گروه نمونه بیسواد، ۳۷/۹ درصد از آن‌ها تحصیلات ابتدایی، ۳۶/۹ درصد تحصیلاتی در حد دبیرستان و دیپلم، ۱۴/۴ درصد تحصیلات کارشناسی و فقط حدود ۳/۳ درصد تحصیلات تکمیلی دارند. همچنین یافته‌ها نشان می‌دهد که استان گیلان بیشترین میزان افراد دارای تحصیلات دانشگاهی و استان خراسان جنوبی کمترین میزان افراد دارای تحصیلات دانشگاهی را دارد. استان گیلان تنها استانی

است که بی‌سواد ندارد و استان خراسان جنوبی و کرمانشاه بیشترین میزان بیسوادی را داراست. استان تهران بیشترین میزان افراد دارای تحصیلات تکمیلی را دارد. از نظر سطح درآمد، ۳۲/۷ درصد از کل نمونه درآمد زیر ۷۰۰ هزار تومان، ۲۸/۹ درصد نمونه درآمدی بین ۷۰۰ تا ۱ میلیون تومان، ۶/۹ درصد از نمونه درآمدی بین ۱ تا ۲ میلیون تومان و تنها ۰/۸ درصد از نمونه درآمدی بیش از ۲ میلیون تومان داشته‌اند. استان کرمانشاه بیشترین درصد افراد دارای درآمد زیر ۷۰۰ هزار تومان و استان گیلان کمترین درصد درآمد زیر ۷۰۰ هزار تومان را داراست. از سوی دیگر، استان اصفهان بیشترین نرخ افراد دارای درآمد بالای ۲ میلیون تومان را دارد. جدول ۱ ویژگی‌های توصیفی مقیاس شادکامی را به تفکیک استان نشان می‌دهد.

## جدول ۱.

ویژگی‌های توصیفی مقیاس شادکامی آکسفورد به تفکیک استان (n= ۱۱۳۵)

استان	خوزستان	بوشهر	گلستان	خراسان جنوبی	کرمانشاه	سیستان	آذربایجان غربی	گیلان	تهران	اصفهان
M	۳۷/۸۴	۴۴/۷۵	۴۱/۹۲	۳۵/۲۳	۳۴/۳۲	۳۷/۳۳	۴۰/۸۱	۴۵/۰۷	۴۱/۸۹	۳۷/۰۸
S	۱۹/۵۴	۱۲/۵۲	۱۵/۵۴	۱۲/۶۲	۳۴/۳۲	۱۵/۸۸	۱۴/۳۲	۱۴/۱۰	۱۴/۱۱	۱۳/۷۸
n	۱۱۳	۱۲۰	۷۹	۷۸	۱۲۴	۷۸	۸۲	۱۰۰	۲۱۱	۱۵۰

یافته‌های به دست آمده از جدول ۱ نشان می‌دهد که میزان شادکامی در مقیاس آکسفورد در استان کرمانشاه از سایر استان‌ها کمتر و در استان گیلان از سایر استان‌ها بیشتر است.

## جدول ۲.

خلاصه ویژگی‌های توصیفی مقیاس شادکامی آکسفورد به تفکیک وضعیت ایثارگری (n= ۱۱۳۵)

نوع ایثارگری	شادکامی		n
	میانگین	انحراف استاندارد	
جانباز	۳۸/۸۶	۱۲/۲۳	۳۷۴
همسر جانباز	۴۰/۳۳	۱۵/۴۹	۳۶۹
آزاده	۳۹/۷۸	۱۳/۴۹	۱۲۰
همسر آزاده	۴۲/۲۷	۱۴/۳۷	۱۱۵
همسر شهید	۳۸/۵۲	۱۳/۶۷	۱۵۷
کل	۳۹/۷۳	۱۵/۲۱	۱۱۳۵

درصد از حجم نمونه سطح درآمدی کمتر از یک میلیون تومان داشتند که این مبلغ ممکن است جوابگوی نیازهای مالی این جمعیت نباشد. همچنین بیشتر جمعیت ایثارگران از سطح تحصیلات پایینی برخوردار هستند و پژوهش‌ها نشان داده است که بین شادکامی و تحصیلات رابطه وجود دارد. ممکن است این سطح تحصیلات پایین باعث کاهش درآمد و در نتیجه کاهش سطح شادکامی در جمعیت ایثارگران باشد.

همچنین ممکن است که جمعیت ایثارگران به دلیل مشکلات جسمانی یا مشکلات روانی کمتر درگیر انجام فعالیت‌های ارادی شادی آفرین مثل رفت و آمد با اقوام و خویشان، مسافرت رفتن و انجام کارهای مورد علاقه خود بپردازند و به همین ترتیب سطح شادکامی پایین‌تری نسبت به سایر گروه‌ها داشته باشند.

همچنین یافته‌های به دست آمده از ۲ نشان می‌دهد که استان گیلان بیشترین سطح شادکامی و استان کرمانشاه کمترین سطح شادکامی را دارد. چند تبیین برای بالا بودن سطح شادکامی در گیلان می‌توان مطرح کرد:

اول منطقه جغرافیایی خاص استان گیلان. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که داشتن احساسات مثبت قوی با زندگی در مکان‌های جغرافیایی که دارای فضای سبز، آب و چشم اندازهای گسترده است، همبستگی دارد و مردمان این مناطق شادکامی بیشتری را گزارش می‌کنند (کار، ۱۳۸۵).

دوم اینکه با توجه به یافته‌های به دست آمده از جدول ۲ میزان تحصیلات و با توجه به یافته‌های جدول ۶ میزان درآمد در استان گیلان نسبت به سایر استان‌ها بالاتر است که ممکن است باعث افزایش سطح شادکامی در این استان‌ها شود.

سوم اینکه نرخ بیکاری نیز در استان گیلان نسبت به سایر استان‌ها در جمعیت ایثارگران کمتر است که ممکن است خود منجر به افزایش شادکامی در این استان شود.

استان کرمانشاه پایین‌ترین سطح شادکامی را در بین ۱۰ استان کشور دارد. شاید به دلیل اینکه این استان در هنگام جنگ یک منطقه جنگی بوده است و صدمات وارد شده به این منطقه زیاد بوده است. یافته‌های به دست آمده از این پژوهش نشان می‌دهد که نرخ بیکاری در این استان نسبت به سایر استان‌ها بیشتر است. همچنین سطح تحصیلات و سطح درآمد نیز در این استان پایین است. بنابراین پایین بودن شادکامی را می‌تواند در این استان توجیه کند.

یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد که بین سن و شادکامی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد به این معنا که هر چه سن

جدول ۲ نشان می‌دهد که میزان شادکامی در همسران آزادگان از همه بیشتر و در همسران شهید از همه کمتر است. تحلیل واریانس یک راهه برای مقایسه میزان شادکامی در گروه‌های مختلف ایثارگر در پژوهش حاضر نشان می‌دهد که بین گروه‌های ایثارگر از نظر شادکامی تفاوت معنادار وجود ندارد ( $F=1/505, S=0/198$ ).

یافته‌های این پژوهش نشان می‌دهد، میانگین شادکامی در گروه نمونه ۳۹/۷۵ با انحراف معیار ۱۵/۲۱ است. این میانگین نشان می‌دهد که با توجه به حد بالا و پایین نمره شادکامی در این مقیاس، میزان شادکامی در گروه نمونه پایین است. با استفاده از جدول نمره‌های درصدی این مقیاس که توسط عابدی و همکاران (۱۳۹۰) تهیه شده است، نمره شادکامی ایثارگران در نمونه مورد بررسی در رتبه ۳۵ درصدی قرار می‌گیرد. این بدان معناست که نمره شادکامی در جمعیت ایثارگران از ۶۵ درصد افراد جامعه کمتر است.

همچنین یافته‌های به دست آمده نشان می‌دهد که از بین شرایط زندگی بین شادکامی با سن ( $r=0/06$ )، سطح تحصیلات ( $r=0/22$ )، میزان درآمد ( $r=-0/16$ )، سلامت جسمانی ( $r=-0/40$ ) و سلامت روانی ( $r=-0/48$ ) رابطه معنادار وجود دارد ( $p<0/001$ ) در حالی که بین جنسیت و وضعیت تأهل رابطه معنادار وجود ندارد ( $p>0/001$ ).

## بحث

یافته‌های به دست آمده از جدول ۲ نشان می‌دهد که میانگین شادکامی در جمعیت ایثارگران نسبت به میانگین شادکامی در سایر جمعیت‌ها در گروه‌های دیگر پایین‌تر است. چند تبیین برای این یافته قابل ذکر است: به نظر می‌رسد مشکلات جسمانی ناشی از جانبازی و پیامدهای آن در کاهش سطح شادکامی این گروه مؤثر باشد. همسران جانبازان و آزادگان نیز به دلیل سختی مراقبت از جانبازان و آزادگان نیز ممکن است از شادکامی کمتری برخوردار باشند. در مورد همسران شهید شاید غم از دست دادن یک عزیز و طاقت فرسا بودن اداره کردن یک زندگی و سر و سامان دادن بچه‌ها به تنهایی خود باعث کاهش شادکامی در این عزیزان شده باشد. جدای از شرایط سخت زندگی و سلامت جسمانی، جانبازان و ایثارگران به دلیل مشکلات جسمانی معمولاً از کار افتاده هستند و یا کار سخت نمی‌توانند انجام دهند و همین می‌تواند سطح اقتصادی خانواده را کاهش دهد. همانطور که در همین پژوهش دیده شد حدود ۶۰

جنسیت دارند. مثل برقراری بیشتر روابط اجتماعی. از سوی دیگر در شرایط فعلی به نظر می‌رسد که سبک زندگی زنان بسیار شبیه مردان شده است و بنابراین بین شادکامی آنها تفاوت معناداری وجود ندارد. همچنین در پژوهش حاضر از آنجا که جمعیت زنان نیز همچون مردان استرس‌های بیشتری را نسبت به زنان دیگر دارند سطح شادکامی آنها تفاوت معناداری با هم ندارد.

همچنین، پژوهش حاضر نشان می‌دهد که بین سطح تحصیلات و شادکامی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد به این معنا که هر چه تحصیلات افراد در گروه نمونه بیشتر بوده است، میزان شادکامی آن‌ها افزایش یافته است. این رابطه با یافته‌های به دست آمده از پژوهش‌های بلنج فلاور و اَسوالد (۲۰۰۴)، دالن و همکاران (۲۰۰۸)، منتظری و همکاران (۱۳۹۱)؛ حسینی (۱۳۹۰) همخوان است. به نظر می‌رسد که وقتی افراد از سطح تحصیلات بالاتری برخوردار هستند، درآمد بیشتری دارند، به تغذیه و سلامتی خود بیشتر اهمیت می‌دهند، روابط خانوادگی بهتری دارند، از هوش و انگیزه بیشتری برخوردارند و همه این موارد خود باعث افزایش شادکامی می‌شود.

پژوهش حاضر نشان می‌دهد که بین سطح درآمد و شادکامی نیز رابطه مثبت و معناداری وجود دارد به این معنا که هر چه درآمد افراد در گروه نمونه بیشتر بوده است، میزان شادکامی آنها افزایش یافته است. این رابطه با یافته‌های به دست آمده از پژوهش‌های کلارک و همکاران، ۲۰۰۷؛ آهوویا، ۲۰۰۸؛ ۲۰۰۷؛ دالن و همکاران، ۲۰۰۸؛ لایارد، ۲۰۰۵؛ منتظری و همکاران (۱۳۹۱)؛ حسینی (۱۳۹۰)؛ کرمی و پیراسته (۱۳۷۹) همخوان است.

هنگامی که افراد از سطح شادکامی بالاتری برخوردارند، هیجانهای مثبت زیادی را تجربه می‌کنند، این هیجان‌های مثبت باعث افزایش قوای شناختی فرد شده، کنجکاو و خلاقیت وی را افزایش می‌دهند که در نهایت منجر به موفقیت در محل کار و افزایش درآمد شغلی می‌شود. این موفقیت و افزایش درآمد خود باعث شادکامی بیشتر می‌شود (بوم و لیوبومرסקی، ۲۰۰۸). بنابراین به نظر می‌رسد که یک رابطه دو طرفه بین موفقیت و افزایش سطح درآمد با شادکامی وجود دارد. نه تنها افزایش درآمد باعث شادکامی می‌شود بلکه خود شادکامی نیز زمینه افزایش درآمد را فراهم می‌کند. از سوی دیگر، بر اساس دیدگاه تکاملی کسب درآمد یکی از نیازهای ذاتی انسان است که برای حفظ خود و نسل خود به آن نیاز دارد (آهوویا، ۲۰۰۷؛ ۲۰۰۸). بر این اساس، کسب درآمد بیشتر به معنای ارضای این نیاز حیاتی

افراد در گروه نمونه بیشتر بوده است، میزان شادکامی آنها افزایش یافته است. این رابطه با یافته‌های به دست آمده از پژوهش‌های مروزک و اسپيرو (۲۰۰۵)، استرلین (۲۰۰۶)، همخوان و با یافته‌های به دست آمده از پژوهش منتظری و همکاران (۱۳۹۱) که نشان می‌دهند با افزایش سن میزان شادکامی کاهش می‌یابد، ناهمخوان است. همچنین این یافته‌ها با یافته‌های به دست آمده از پژوهش نشاط دوست و همکاران (۱۳۸۸؛ ۱۳۸۶) که رابطه‌ای را بین سن و شادکامی به دست نیاوردند، ناهمخوان است.

بالا رفتن شادکامی با افزایش سن می‌تواند به چند دلیل باشد. اول اینکه با افزایش سن، ثبات شغلی افراد بیشتر شده و در نتیجه درآمدشان و رضایت شغلی آنها افزایش می‌یابد. این افزایش درآمد خود باعث افزایش شادکامی می‌شود. همچنین مطالعه‌ها نشان می‌دهد که با افزایش سن میزان عاطفه منفی در افراد کاهش یافته و عاطفه مثبت افزایش می‌یابد (آرگایل، ۲۰۰۱)، بنابراین این کاهش در عاطفه منفی و افزایش عاطفه مثبت می‌تواند باعث شادکامی شود. سوم اینکه به نظر می‌رسد زندگی در دنیا هر روز سخت‌تر می‌شود بنابراین افراد مسن نسبت به جوانان شادتر می‌مانند. چهارم اینکه افراد مسن بیشتر از جوانان مشغول فعالیت‌هایی می‌شوند که شادی‌آور است و آن فعالیت‌ها را با جدیت بیشتری دنبال می‌کنند. به عنوان مثال بیشتر به مسافرت می‌روند و بیشتر به فعالیت‌های مذهبی می‌پردازند. عدم رابطه بین سن و شادکامی در پژوهش‌های نشاط دوست و همکاران و منتظری ممکن است به دلیل متفاوت بودن میانگین سنی در گروه نمونه در این پژوهش‌ها باشد.

یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد که بین جنس و شادکامی رابطه مثبت و معناداری وجود ندارد به این معنا که بین زنان و مردان از نظر شادکامی تفاوت معناداری وجود ندارد. رابطه بین جنس و شادکامی در این پژوهش با یافته‌های به دست آمده از پژوهش‌های استرلین، ۲۰۰۶؛ نشاط دوست، مهرابی، کلانتری، پالانگ و سلطانی، ۱۳۸۶؛ کشاورز، مولوی و کلانتری، ۱۳۸۷ همخوان است اما با یافته‌های به دست آمده از بعضی پژوهش‌ها که نشان می‌دهد زنان اندکی خوشحال‌تر از مردان هستند مثل کوما-هانکنن، هانکن، کوسنوو و کاپریو (۲۰۰۳) ناهمخوان است.

به نظر می‌رسد بالا بودن شادکامی فقط در زنانی است که توانسته‌اند روابط اجتماعی بیشتری داشته باشند. بنابراین به نظر می‌رسد که غیر از جنسیت متغیرهای محیطی و شخصیتی ناشی از تفاوت بین دو جنس در شادکامی تاثیر بیشتری از خود



افکار، رفتارها و هیجان‌های مثبت خود می‌تواند باعث شادکامی شود.

### منابع فارسی

- آزموده، پ؛ شهیدی، ش؛ دانش، ع. (۱۳۸۶)؛ رابطه بین جهت‌گیری مذهبی با سرسختی و شادکامی در دانشجویان. مجله روانشناسی، سال ۱۱، شماره ۱، ص ۶۰-۷۴.
- امیدیان، م. (۱۳۸۸)؛ بررسی وضعیت سلامت عمومی و شادکامی در دانشجویان دانشگاه یزد، مجله مطالعات تربیتی و روانشناسی دانشگاه فردوسی، دوره دهم، شماره ۱، ص ۱۱۶-۱۰۱.
- بابا نظری، لیلی (۱۳۷۹)؛ بررسی اثربخشی مراکز مشاوره در کاهش مشکلات سلامت روان و افزایش شادکامی خانواده‌های شاهد و ایثارگر استان فارس، طرح پژوهشی بنیاد شهید و امور ایثارگران استان فارس: معاونت پژوهش و ارتباطات فرهنگی.
- حسینی، زینت (۱۳۹۰)؛ بررسی رابطه سلامت‌روان، شادکامی و امید به زندگی در همسران شاهد و ایثارگر استان گلستان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، ساری، دانشگاه آزاد اسلامی.
- رفیعی نیا، پ؛ اصغری، آ (۱۳۸۶). رابطه بین انواع عشق و بهزیستی ذهنی در دانشجویان متأهل، خانواده پژوهی، سال سوم، شماره ۹، ص ۵۰۱-۴۹۱.
- سزاوار، علی (۱۳۸۸)؛ بررسی رابطه عوامل مؤثر بر امیدواری و شاد بودن بر روی سالمندان، فصلنامه روان‌شناسی و علوم تربیتی، شماره ۱۱(۲)، ص ۳۲-۲۵.
- علی پور، ا؛ و نوربالا، ا. (۱۳۷۸)؛ بررسی مقدماتی و پایایی و روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه های تهران، فصلنامه اندیشه و رفتار، شماره ۵ (۲ و ۱)، ص ۵۶-۶۲.
- علی پور، احمد؛ نوربالا، ا. ج؛ اژه‌ای، ج؛ و مطیعان، ح (۱۳۸۹)؛ شادکامی و عملکرد ایمنی بدن؛ مجله روان‌شناسی، شماره ۱۵، ص ۲۲۰-۲۳۳.
- کشاورز، امیر؛ مولوی، ح. و کلانتری، م (۱۳۸۷)؛ رابطه بین سرزندگی و ویژگی‌های جمعیت شناختی با شادکامی در مردم شهر اصفهان، مجله مطالعات روان‌شناختی دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه الزهرا (س)، دوره ۴، شماره ۴، ص ۶۴-۴۷.
- کرمی، صغری؛ پیراسته، اشرف (۱۳۷۹)؛ بررسی وضعیت سلامت روانی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی زنجان، مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی زنجان، شماره ۳۵، ص ۴.
- گروسی فرشی، م؛ مانی، آ. و بخشی‌پور، ع. (۱۳۸۵)؛ بررسی ارتباط بین ویژگی‌های شخصیتی و احساس شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه تبریز، فصلنامه علمی - پژوهشی روان‌شناسی دانشگاه تبریز، سال اول، شماره ۱، ص ۱۴۳.
- گودرزی، م؛ حمایت طلب، ر. (۱۳۸۴)؛ مقایسه میزان شادکامی دانشجویان ورزشکار دختر و پسر دانشگاه تهران، مجله حرکت، شماره ۲۵، ص ۵۲-۴۳.
- منتظری، ع؛ امیدواری، س؛ آذین، ع؛ آیین‌پرست، الف؛ جهانگیری، ک؛ صدیقی، ژ؛ عبادی، م؛ فرزندی، ب؛ مفتون، ف؛ طاووسی، م؛

است و از آنجا که ارضا نیازها خود باعث شادکامی بیشتر می‌شود (آهوویا، ۲۰۰۸؛ لیوبومرסקی و لایوس، ۲۰۱۳)، لذا طبیعی است که سطح درآمد با افزایش شادکامی رابطه داشته باشد. شاید به همین دلیل باشد که وقتی افراد نیازهای اولیه‌شان ارضاء می‌شود، دیگر افزایش درآمد باعث افزایش شادکامی آن‌ها نمی‌شود (کلارک، فریچترز و شیلدز، ۲۰۰۷؛ آهوویا، ۲۰۰۸؛ ۲۰۰۷؛ دالن و همکاران، ۲۰۰۸؛ لایارد، ۲۰۰۵؛ لیوبومرסקی و همکاران، ۲۰۰۵).

در این پژوهش بین سلامت جسمانی و شادکامی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد به این معنا که هر چه سطح سلامتی افراد در گروه نمونه بیشتر بوده است، میزان شادکامی آنها افزایش یافته است. این رابطه با یافته‌های به دست آمده از پژوهش‌های شیلدز و ویسلی، ۲۰۰۵؛ والن و همکاران، ۲۰۰۸؛ منتظری و همکاران (۱۳۹۱)، محرم زاده (۱۳۸۸) و داوودی و همکاران (۱۳۸۷) که نشان می‌دهند بین شادکامی و سلامت جسمانی رابطه مثبت و معنادار وجود دارد، همخوان است. رابطه بین سلامت جسمانی و شادکامی نیز یک رابطه دو طرفه است به طوری که سلامت جسمانی باعث شادکامی می‌شود و شادکامی خود به سلامت جسمانی بیشتر کمک می‌کند (علی پور و همکاران، ۱۳۸۹). هنگامی که افراد از سطح سلامت جسمانی خوبی برخوردار هستند، می‌توانند فعالیت‌های اجتماعی بیشتری انجام دهند و بیشتر به فعالیت‌های ارادی شادی‌آفرین بپردازند، لذا شادکامی بیشتری را تجربه می‌کنند. این شادکامی باعث افزایش توان سیستم ایمنی بدن شده (علی‌پور و همکاران، ۱۳۸۹) و سلامت جسمانی فرد را ارتقاء می‌دهد.

در این پژوهش بین سلامت روانی و شادکامی رابطه مثبت و معناداری وجود دارد به این معنا که هر چه سلامت روانی افراد در گروه نمونه بیشتر بوده است، میزان شادکامی آنها افزایش یافته است. این رابطه با یافته‌های به دست آمده از پژوهش‌های والن و همکاران (۲۰۰۸)، حسینی (۱۳۹۰)؛ منتظری و همکاران (۱۳۹۱)؛ امیدیان (۱۳۸۸)؛ سزاوار (۱۳۸۸) همخوان است.

هنگامی که افراد از سطح سلامت روانی خوبی برخوردارند، مشکلاتی مثل، ترس، اضطراب، غمگینی و افسردگی در آنها کمتر است و نبود این هیجانات منفی خود می‌تواند باعث شادکامی در افراد شود. همچنین افراد دارای سطح سلامت روانی بالاتر به نظر می‌رسد، رفتارهای مثبتی را انجام می‌دهند که خود می‌تواند شادکامی بیشتری را به دنبال داشته باشد و در نهایت این افراد ممکن است افکار مثبت بیشتری داشته باشند، لذا این

- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index, *American psychologist*, 55, 34-43.
  - Dolan, P., Peasgood, T., & White, M. (2008). Do we really know what makes us happy? A review of the economic literature on the factors associated with subjective well-being, *Journal of Economic psychology*, 29, 94-122.
  - Easterlin, R. (2006). Happiness and its sources. Intersections of psychology, economics and demography, *Journal of Economic psychology*, 27, 463-482.
  - Hills, P., Argyle, M. (2001). Emotional stability as a major dimension of happiness, *Personality and Individual differences*, 31, 1357-1364.
  - Koivumaa-Honkanen, H., Honkanen, R., Koskenvuo, M., Kaprio, J. (2003). Self-reported happiness' in life and suicide in ensuring 20 years, *Social psychiatry and psychiatric Epidemiology*, 38 (5), 244-248.
  - Layard, R. (2005). Happiness: Lessons form a new science. Penguin Press.
  - Lyubomirsky, S. & Layous, K. (۲۰۱۳). How Do Simple Positive Activities Increase Well-Being? *Current Directions in Psychological Science*, 22(1) 57-62.
  - Lyubomirsky, S. (2001). Why are some people happier than others?: The role of cognitive and motivational processes in well-being, *American Psychologist*, 56, 239-249.
  - Lyubomirsky, S., King, L. A., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131, 803-855.
  - Lyubomirsky, S., Sheldon, K. M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: The architecture of sustainable change, *Review of General Psychology*, 9, 111-131.
  - Mroczek, D. K., & Spiro, A. (2005). Change in life satisfaction during adulthood: Findings from the veterans' affairs normative aging study, *Journal of personality and social psychology*, 88, 189-202.
  - Sheldon, K. M., Lyubomirsky, S. (2007). Is it possible to become Happier? (And if so, How?), *Social and personality psychology compass*, 10, 129-145.
  - Shields, M., & wheatley, P. S. (2005). Exploring the economic and social determinants of psychological well-being and perceived social support in England, *Journal Royal statistical society (port 3)*, 513-537.
  - Veenhoven, R., (1994). Happy life expectancy: A New comprehensive measure of quality of life in nations, *social Indicators Research*, 69, 157-166.
  - هدایتی، ع؛ فتحیان، س (۱۳۹۱)؛ بررسی شادکامی در مردم ایران. فصلنامه پایش، ۱۱، ۴، ص ۴۷۵.
  - نشاط دوست، ح، کلاتری، م، مهرابی، ح، پالاهنگ، ح، نوری، ن، سلطانی، ا. (۱۳۸۸)؛ تعیین عوامل مؤثر در شادکامی کارکنان شرکت فولاد مبارکه، مجله جامعه‌شناسی کاربردی، سال بیستم، شماره ۱. ص ۱۰۵-۱۱۸
  - نشاط دوست، ح؛ مهرابی، ح؛ کلاتری، م؛ پالاهنگ، ح؛ و سلطانی، ا. (۱۳۸۶)؛ تعیین عوامل مؤثر در شادکامی همسران کارکنان شرکت فولاد مبارکه، مجله خانواده پژوهی، سال سوم، شماره ۱۱. ص ۶۸۱-۶۷۰
- منابع انگلیسی**
- Ahuvia, A. (2008). If money doesn't make us happy, why do we act as if it does? *Journal of Economic psychology*, 29, 491-507.
  - Ahuvia, A. C. (2007). Wealth, consumption and happiness. In A. Lewis (Ed.), *The Cambridge handbook of psychology and economic behaviour*.
  - Argyle, M. (1999). Causes and correlates of happiness. In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwartz (Eds). *Well-bing: The Foundations of Hedonic psychology* (pp. 353-373). New York: Russell sage Foundation.
  - Argyle, M. (2001). *The psychology of happiness* (2<sup>nd</sup> edition). London: Rutledge press, Taylor & Francis group.
  - Argyle, M., Martin, M. & Lu, L. (1995). Desting first ressd Happiness: The role of social & cognitive factors. In C. D. Spilberyerd 1. G. Sarason (eds). *Stress & Emotion*. Washington MC: Taylor & Francis.
  - Baker, L. A., Caholin, L. P., Gerst, K., & Burr, J. A. (2005). Productive activity and subjective well-being among older adults: the influence of number of activities and time commitment, *Social Indicator Research*, 73, 431-458.
  - Blanchflower, D. G., & Oswald, A. J. (2005). Happiness and the Human Development Index: The Paradox of Australia. *The Australian Economic Review*, 38(3), 307-318.
  - Boehm, J. K., & Lyubomirsky, S. (2009). The promise of sustainable happiness in S. J. Lopez (Ed.), *Hand book of positive psychology* (2<sup>nd</sup> ed.; pp 667-677). Oxford: Oxford university press.
  - Boehm, J. K., Lyubomirsky, S. (2008). Does happiness promote career success? *Journal of career Assessment*, 16, p. 101-116.
  - Cheng, H., Furnham, A. (2003). Personality, self-esteem, and demographic predictions of happiness and depression, *personality and Individual differences*, 34, 921-942.
  - Clark, A., Frijters, P., & Shields, M. A. (2007). A survey of the income happiness gradient, *Journal of Economic Literature* (forthcoming).