

رابطه بین ویژگی‌های شخصیتی و حمایت بین فردی با شادکامی در میان دانشجویان زن مقطع کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد واحد علوم تحقیقات ساوه

ژاسنت صلیبی*

فاطمه ذری**

چکیده

این پژوهش با هدف بررسی رابطه‌ی بین ویژگی‌های شخصیتی و حمایت بین فردی با شادکامی در میان دانشجویان زن کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی انجام شد. پژوهش همبستگی بوده و جمعیت آماری را کلیه دانشجویان زن مقطع کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی در سال تحصیلی ۹۴-۱۳۹۳ به مقدار حدود ۱۵۰۰ نفر تشکیل دادند. گروه نمونه با روش نمونه‌گیری آماری تصادفی ساده به تعداد ۳۰۰ نفر با استفاده از فرمول کوکران بود که با احتساب ریزش به ۲۱۷ نفر رسید. برای اجرای پژوهش از سه پرسشنامه صفات شخصیتی نئو فرم کوتاه (NEO-FFI)(1992)، پرسشنامه شادکامی آرگیل (۱۹۸۹) و مقیاس سنجش حمایت اجتماعی فیلیپس (۲۰۰۷) استفاده شد. پس از نمره‌گذاری پرسشنامه‌های خام، به منظور تحلیل‌های آمارهای توصیفی و آزمون فرضیه‌ها با استفاده از مدل‌های آمار استنباطی تحلیل واریانس و تحلیل رگرسیون از نرم افزار آماری SPSS استفاده شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که میان ویژگی‌های شخصیتی با شادکامی دانشجویان زن، ارتباط معناداری وجود ندارد. همچنین میان حمایت بین فردی با شادکامی دانشجویان زن ارتباط معناداری مشاهده نمی‌شود.

کلیدواژه‌ها: ویژگی‌های شخصیت، شادکامی، حمایت بین فردی.

* دانشیار روان‌شناسی تربیتی، پژوهشکده مطالعات اجتماعی، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی،
jacenthe.salibi@gmail.com

** کارشناسی ارشد روان‌شناسی عمومی، دانشگاه آزاد واحد علوم تحقیقات ساوه، Famagonri@yahoo.com
تاریخ دریافت: ۱۳۹۶/۰۵/۲۳، تاریخ پذیرش: ۱۳۹۶/۱۰/۰۴

۱. مقدمه و بیان مسئله

یکی از اصلی‌ترین مفاهیم در روان‌شناسی مثبت‌گرا، شادکامی است. هرچند در فرهنگ‌ها، جوامع و مکاتب مختلف این مفهوم بارها مورد توجه و تعریف قرار گرفته است. با این حال، مطالعه علمی آن در سال‌های اخیر توسط روان‌شناسان نیز بسیار مورد توجه بوده است (حقیقی و همکاران، ۱۳۸۵).

مایرز و دینر (۱۹۹۵) شادکامی را ناشی از قضاوت و داوری انسان درباره چگونگی گذران زندگی خود می‌دانند. چنین قضاوتی بر فرد تحمیل نمی‌شود بلکه حالتی است که از هیجان‌های مثبت تأثیر می‌پذیرد. باید به خاطر داشت که خوشی و لذت همواره احساس شادکامی را به دنبال ندارند و حتی گاه آسیب‌زا نیز می‌باشند. حقیقی و همکاران (۱۳۸۵) بیان می‌کنند شادکامی با پیشایندهای شخصیتی، شناختی و مذهبی در ارتباط است. در عین حال، پیامدهای مثبتی از قبیل سلامت جسمی و روانی را به دنبال دارد. بنا بر پژوهش‌های مختلف افراد شاد و غیرشاد دارای نیم‌رخ‌های شخصیتی متمایز از یکدیگر هستند. به نظر می‌رسد افراد شاد، برون‌گرا، خوش‌بین و امیدوارند و در عین حال از عزت نفس بالا و جایگاه کنترل درونی برخوردارند. مشاهده چنین ویژگی‌های شخصیتی در افراد غیرشاد، به ندرت امکان‌پذیر است (بیرامی و محمدپور، ۱۳۹۱).

افراد با ویژگی‌های شخصیتی مختلف به شکل‌های متفاوتی به محیط پیرامون خود پاسخ می‌دهند. ویژگی‌های شخصیتی که هم‌تأثر از عوامل ارثی هستند هم محیطی می‌توانند به فرد در مقابله موثر با مشکلات زندگی و شیوه ادراک آنها از جهان و واکنش به رویدادهای استرس‌زا اثرگذار باشد (کلینکه، ۲۰۰۷). از سوی دیگر بی‌شاپ و مارتین (۲۰۰۶) از جمله مهم‌ترین عوامل رضایت از زندگی و شادکامی را دسترسی‌های فردی به منابع کلیدی و مهم زندگی از جمله منابع مادی، اجتماعی یا ویژگی‌های شخصیتی می‌دانند. زارعی و همکاران (۱۳۹۳) در پژوهشی وضعیت شادکامی را در دانشجویان رشته‌های مدارک پزشکی و فناوری اطلاعات سلامت دانشگاه جندی‌شاپور بررسی کرده و اعلام نمودند، میان شادکامی با رشته تحصیلی، جنس، سن، وضعیت تأهل و ترم تحصیلی رابطه معناداری وجود ندارد. از نظر توصیفی دانشجویان پسر شادتر از دانشجویان دختر بودند و با افزایش ترم تحصیلی میزان شادکامی دانشجویان کاهش می‌یافت. آدرین و ایرن (۲۰۰۷) معتقدند نه تنها ویژگی‌های ناب شخصیتی مانند برون‌گرایی و روان‌نژندی با شادکامی همبستگی دارند، بلکه وجوه شناختی شخصیت نیز با شادکامی در ارتباط‌اند. دلپذیر و با

وجدان بودن می تواند تسهیل کننده تجارب مثبت بیشتر در موقعیت های اجتماعی و افزایش احساس شادکامی باشند.

در پژوهشی که توسط گامز و همکاران (۲۰۱۱) انجام شد، معلوم گردید میان شادکامی با برون گرایی و روان رنجوری با افسردگی و خلق منفی ارتباط وجود دارد.

بین محققان علاقه زیادی برای مشخص کردن این که چه چیزی مردم را شاد می کند وجود دارد. اگرچه بیشتر تحقیق ها بر روی عوامل جمعیت شناختی و سایر متغیرهای اقتصادی-اجتماعی متمرکز شده است، ولی امروزه فکر می شود که بعضی از مردم نسبت به دیگران به خاطر ویژگی های شخصیتی شان شادتر هستند. اولین پژوهش به وسیله مک کری و کوستا (۱۹۹۰) نشان داد که شادکامی با سطح بالای برون گرایی و سطح پایین روان نژندگرایی مرتبط می باشد. بیشتر پژوهش ها به دنبال این پژوهش مثل برنر و همکاران (۱۹۹۸)، فورنهام و همکاران (۲۰۰۲)، هیلز و همکاران (۲۰۰۲) و لو و همکاران (۲۰۰۵) نیز این ارتباط ها را تأیید کرده اند. با این حال سایر ابعاد شخصیت به اندازه ای که در پژوهش ها به برون گرایی و روان آزرده گرایی اهمیت داده شده است، مورد توجه قرار نگرفته اند.

به دنبال قوت گرفتن تئوری پنج عاملی در شخصیت مک کری و کوستا (۱۹۹۱) بیان کردند که ابعاد شخصیتی دلپذیر بودن و باوجدان بودن می توانند تسهیل کننده ی عمده ای در تجارب مثبت بیشتر به ترتیب در موقعیت های اجتماعی و موفقیت باشند که در نتیجه آن میزان احساس شادکامی افزایش پیدا می کند. با این حال انعطاف پذیری در تجربه، فرد را هم به سمت تجربه حالات هیجانی مثبت و هم منفی هدایت می کند. بنابراین ارتباط مستقیمی بین شادکامی و ویژگی شخصیتی انعطاف پذیری مشخص نشده است. دنو و همکاران (۲۰۰۶) در فراتحلیل درباره ویژگی های شخصیتی افراد شادکام، نتایجی همسان با پیشنهاد های مک کری و کوستا به دست آوردند. به طور اختصاصی تر، این محققان بیان کردند که ابعاد برون گرایی و روان آزرده گی قوی ترین پیش بینی کننده های شادکامی در بین عوامل پنجگانه شخصیتی هستند و هم چنین ابعاد روان آزرده گی و با وجدان بودن قوی ترین پیش بینی کننده های رضایت از زندگی در بین عوامل پنجگانه شخصیتی می باشند. همچنین پژوهش خسروشاهی، نصرت آباد و ماشینیچی عباسی (۱۳۹۱) در خصوص رابطه ویژگی های شخصیتی و هوش هیجانی با شادکامی روی ۲۰۰ دانشجوی بیانگر این مطلب است که بین شادکامی و هوش هیجانی رابطه مثبت و معناداری وجود

دارد. همچنین، میان شادکامی با ویژگی شخصیتی برونگرایی، تجربه پذیری، همسازی و وظیفه شناسی رابطه مثبت و با ویژگی شخصیتی روان نژندی رابطه منفی معناداری وجود دارد.

تایلر و همکاران (۲۰۰۰) بیان می کنند، اگر ادراکات عادی انسان با یک مفهوم مثبت از خود و کنترل شخصی و یک دیدگاه خوش بینانه، حتی کاذب در مورد آینده همراه شوند، نه تنها در ادراک مسائل مرتبط با جذر و مدهای روزانه زندگی، بلکه در کنار آمدن با حوادث بسیار استرس زا و تهدید زای زندگی به افراد کمک می کند. خوش بینی، نقش مهمی در سازگاری با رویدادهای استرس زای زندگی دارد. اگرچه استرس به عنوان یکی از مهم ترین عوامل پیدایش و شکل گیری بیماری های افراد مطرح است اما، مسئله ی مهم در ارتباط با تنیدگی نحوه ی پاسخ یا واکنش هر فرد نسبت به آن است که می تواند در سازگاری فرد نقش بسزایی داشته باشد. برخی افراد، با وجود مشکلات و مسائل زیاد به خوبی می توانند آنها را مدیریت کنند و پیامدهای منفی آنها را به حداقل برسانند و حتی به پیامدهای مثبتی نیز دست یابند، در مقابل برخی علی رغم اینکه در معرض عوامل خطر ساز قرار ندارند، دچار پیامدهای منفی می شوند یا از کسب پیامدهای مثبت بازمی مانند (آلن، کوکس و کوپر، ۲۰۰۶، به نقل از بیرامی و محمدپور، ۱۳۹۱).

وای یونگ کونگ و همکارانش (۲۰۰۴) حمایت اجتماعی را به عنوان شبکه ای از ارتباطات توصیف کرده اند که رفاقت و همکاری را فراهم می آورند. حمایت اجتماعی رفتارهای ارتقا سلامت را به دنبال دارد که در نهایت احساس رضایت و شادی را در فرد حاصل می نماید. تأثیر حمایت اجتماعی بر احساس تنهایی، سلامت عمومی، شادی و افسردگی در میان افراد گروه های مختلف مورد بررسی قرار گرفته است (معتدلی شالامزاری، ۲۰۰۲؛ کوهن و یلس ، ۱۹۸۵). با این حال، به نظر می رسد در میان زنان و مردان در نوع و نگرش نسبت به روابط اجتماعی اختلاف دیدگاه وجود داشته باشد. ساراسون (۱۹۹۸) بیان می کند روابط اجتماعی در مردان بیشتر روابط دوستانه ای است که به جای تأکید روی اعتماد دو سویه فرصت فراموشی مشکلات را به آنان می دهد. در حالیکه در زنان روابط بیشتر مبتنی بر ابراز آشکار احترام و دلسوزی است. گلاگر (۲۰۱۲) در پژوهشی نشان داد، میان هوش هیجانی و حمایت اجتماعی ارتباط معناداری وجود دارد و امکان پیش بینی شادکامی از طریق هوش هیجانی و حمایت اجتماعی وجود دارد. ون لیوون و همکارانش (۲۰۱۰) با توجه به یافته های پژوهشی خود عنوان می کنند که حمایت

اجتماعی به صورت مستقیم و غیرمستقیم با رضایت از زندگی و احساس بهزیستی ذهنی و شادکامی در ارتباط است. مایر و دینر (۲۰۰۴) نشان دادند میان حمایت اجتماعی با شادکامی، سلامت روانی و همچنین میان رضایت از زندگی با شادکامی در سالمندان رابطه‌ی مثبت و معنی داری وجود دارد. با توجه به چنین تفاوتی از یکسو و لزوم توجه به پیش بینی ویژگی های شخصیتی و حمایت اجتماعی بر میزان شادکامی در زنان این مسأله پژوهش مطرح است: آیا میان ویژگی های شخصیتی و حمایت بین فردی با احساس شادکامی در زنان دانشجوی مقطع کارشناسی ارشد رابطه معناداری وجود دارد؟

پژوهشگر از آن جهت این گروه را به عنوان جامعه ی مورد بررسی انتخاب نموده است، زیرا معتقد است که زنان دانشجویی که در حال حاضر در دانشگاه های کشور در حال تحصیل می باشند، یا نقش همسران جامعه را بر عهده دارند و یا در آینده ای نزدیک تبدیل به همسران جامعه شده و در کنار نقش های اجتماعی و فرهنگی که نسبت به رشته تحصیلی خود به عهده می گیرند، نقش مهم مدیریت خانه و خانواده را نیز ایفا خواهند کرد. سنجش میزان شادکامی این قشر و عوامل مرتبط با آن، می تواند ابعدادی از شادکامی و بهداشت روانی آینده ی جامعه را بازتاب کند. در این بین، برخورداری افراد از برخی ویژگی های فردی و منابع محیطی می تواند بر میزان سلامت جسمانی و روانی اثر گذار باشد. ویژگی های شخصیتی و میزان حمایت اجتماعی را می توان دو متغیری دانست که یکی به عنوان یک ویژگی درونی و دیگری به عنوان یک منبع بیرونی بر اضطراب، خصومت، افسردگی، کمرویی، زود رنجی، هیجانات منفی مانند غم و ناراحتی و هیجانات مثبتی مانند شادی اثرگذارند (حسینی و کیخسروی، ۱۳۹۰).

بنابراین با توجه به چنین مباحثی در خصوص ویژگی های دانشجویان و لزوم توجه به سلامت روان و شادکامی این قشر از جامعه به خصوص در مورد زنان دانشجو به عنوان افرادی که در جامعه کنونی علاوه بر، بر دوش کشیدن مسئولیت های سنتی همسری و مادری، درگیر فعالیت های اقتصادی و اجتماعی خارج از منزل نیز هستند جهت حرکت سازنده به سوی اهداف تحصیلی خود، وجود داشته که در این رابطه باید به بررسی شادکامی و رابطه آن با متغیرهایی از قبیل ویژگی های شخصیتی و میزان حمایت میان فردی پرداخته شود که اهمیت انجام پژوهش حاضر را از نظر محقق در این گروه توجیه کرد و ای ضرورت آشکار میشود که برای جلوگیری از هدر رفتن منابع مادی و معنوی آموزش و پرورش، باید به مسأله سلامت روانی و شادکامی دانشجویان دختر توجه بیشتری

نمود و اقداماتی در جهت بررسی بیشتر عوامل مرتبط با سلامت روانی و شادکامی آنها صورت گیرد.

۲. فرضیه‌های پژوهش

۱. بین ویژگی‌های شخصیتی با شادکامی در میان دانشجویان زن رابطه وجود دارد.
۲. بین حمایت بین فردی با شادکامی در میان دانشجویان زن رابطه وجود دارد.

۳. روش‌شناسی پژوهش

طرح تحقیق پژوهش حاضر از لحاظ نوع هدف جزو پژوهش‌های همبستگی به حساب می‌آید. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه دانشجویان زن مقطع کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد ساوه در سال تحصیلی ۹۴-۱۳۹۳ می‌باشد. تعداد این افراد در حدود ۱۵۰۰ نفر می‌باشد. روش نمونه‌گیری تصادفی ساده‌است و تعداد نمونه با استفاده از فرمول کوکران برای جامعه‌ی آماری با سطح خطای ۵ درصد، ۳۰۰ نفر می‌باشد که با احتساب ریزش این میزان به ۲۱۷ نفر رسید.

۴. ابزار گردآوری اطلاعات

الف) پرسشنامه صفات شخصیتی نئو فرم کوتاه (NEO-FFI) برای سنجش صفات پنجگانه شخصیتی از پرسشنامه نئو فرم کوتاه (NEO-FFI) استفاده شد. این پرسشنامه در واقع فرم کوتاه شده پرسشنامه ۲۴۰ سوالی (NEO-PI-R) در قالب ۶۰ سوال است که برای ارزیابی ۵ رگه اصلی شخصیت (نورزگرایی، برونگرایی، گشودگی، توافق، و وجدان) توسط کاستا و مک‌کری (۱۹۹۲) ساخته شده است و بر اساس مقیاس پنج درجه‌ای لیکرت از کاملاً مخالف، تا کاملاً موافق نمره گذاری می‌شود. در هر سوال آزمودنی نمره صفر تا چهار را احراز می‌کند. هر یک از سوال‌ها نشان‌دهنده یکی از پنج عامل بزرگ شخصیت مک‌کری و کاستا به ترتیب، عامل N نورزگرایی، E برون‌گرایی، O گشودگی، A موافق بودن و C با وجدان بودن است. ضرایب اعتبار بازآزمایی مقیاس‌های آن به فاصله سه ماه بین ۰/۸۳ تا ۰/۷۵ به دست آمده است (کاستا و مک کرا، ۱۹۹۲ به نقل از آتش‌روز، ۱۳۸۷). گروسی‌فرشی (۱۳۸۰) ضرایب همسانی

درونی را برای هر یک از عوامل نورزگرایی، برون-گرایی، گشودگی، موافق بودن و با وجدان بودن به ترتیب: ۰/۸۶، ۰/۷۳، ۰/۵۶، ۰/۶۸ و ۰/۸۷ گزارش کرده است. در پژوهش آتش افروز (۱۳۸۷) با استفاده از فرمول آلفای کرونباخ، ضرایب اعتبار برای هر یک از پنج رگه نورزگرایی، برونگرایی، گشودگی، توافق و وجدان به ترتیب برابر با ۰/۷۴، ۰/۵۵، ۰/۲۷، ۰/۳۸ و ۰/۷۷ به دست آمد.

ب) پرسشنامه شادکامی آرگیل

آزمون شادکامی آکسفورد دارای ۲۹ ماده‌است و میزان شادکامی فردی را می‌سنجد. پایه نظری این پرسشنامه تعریف آرگیل و کراس لند از شادکامی است این آزمون در سال ۱۹۸۹ توسط مایکل آرگیل و براساس پرسشنامه افسردگی بک (BDI، 1976) ساخته شده است. آرگیل و همکاران پایایی پرسشنامه آکسفورد را به کمک ضریب آلفای کرونباخ ۰/۹۰ و پایایی باز آزمایی آن را طی هفت هفته ۰/۷۸ گزارش کرده‌اند. روایی همزمان این پرسشنامه با استفاده از ارزیابی دوستان افراد درباره آنها ۰/۴۳ محاسبه شد. همچنین از آنجایی که شادکامی دارای سه بخش: عاطفه مثبت، رضایت و نبود عاطفه منفی دانسته شده، همبستگی این پرسشنامه با مقیاس عاطفه مثبت براد برن (۰/۳۲)، با شاخص رضایت از زندگی (۰/۵۷) و با پرسشنامه افسردگی بک (۰/۵۲-) محاسبه شد.

ج) مقیاس سنجش حمایت اجتماعی فیلیس

این مقیاس دارای ۲۳ ماده و ۳ خرده مقیاس که در مورد خانواده، دوستان و سایرین طراحی شده است. پایایی پرسشنامه با استفاده از دو روش آلفای کرونباخ و دو نیمه سازی توسط فیلیس (۲۰۰۷) به ترتیب ۰/۸۴ و ۰/۸۲ گزارش شده است. همچنین، حسینی و همکاران (۱۳۹۰) میزان آلفای کرونباخ این ابزار را برای حمایت اجتماعی و خرده مقیاس‌های دوستان، خانواده و سایرین به ترتیب برابر با ۰/۸۲، ۰/۶۹، ۰/۶۷ و ۰/۶۸ گزارش داده‌اند.

۵. روش گردآوری داده‌ها

پس از تعیین تعداد افراد جامعه با استفاده از فرمول کوکران به محاسبه حجم نمونه پرداخته شد و سپس، با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی در دسترس به توزیع سه پرسشنامه به طور همزمان در میان افراد دانشجوی پرداخته می‌شود. سپس پرسشنامه‌ها بر اساس مقیاس نمره گذاری گردید.

۶. شیوه تجزیه و تحلیل داده‌ها

پس از اجرا و تکمیل پرسشنامه‌ها توسط دانش آموزان و نمره گذاری آنها و تهیه داده‌های خام، برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش‌های آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. در بخش توصیفی، از شاخص‌های میانگین، انحراف استاندارد، جداول و نمودارها استفاده خواهد شد. در بخش تحلیل استنباطی، برای شناخت رابطه ویژگی‌های شخصیتی و حمایت بین فردی با شادکامی از ضریب همبستگی و تجزیه و تحلیل رگرسیون چندگانه استفاده با استفاده از نرم افزار آماری SPSS به آزمون فرضیه‌های تحقیق اقدام شد.

۷. یافته‌های جمعیت‌شناختی

جدول ۱. فراوانی و درصد فراوانی
مربوط به متغیر سن در گروه نمونه

درصد فراوانی	فراوانی	سن
۱۵/۶۶	۳۴	۲۵ - ۲۰
۵۰/۶۹	۱۱۰	۳۰ - ۲۶
۲۰/۸۳	۴۵	۳۵ - ۳۱
۸/۷۵	۱۹	۴۰ - ۳۶
۲/۷۶	۶	بالاتر از ۴۰
۱۰۰	۲۱۷	مجموع

مطابق اطلاعات حاصل از جدول، اکثریت آزمودنی‌ها را زنان حدود سنی ۲۶ الی ۳۰ سال بوده و کمترین میزان آزمودنی‌ها را گروه سنی بالاتر از ۴۰ سال تشکیل می‌دهند.

جدول ۲. شاخص‌های گرایش مرکزی و پراکنگی
مربوط به سن در گروه نمونه

متغیر	میانگین	انحراف استاندارد
سن	۲۸/۹۳	۴/۷۱

میانگین سنی گروه آزمودنی‌ها ۲۸/۹۳ می‌باشد که بیانگر وجود اکثریت آزمودنی‌ها در این گروه سنی می‌باشد.

الف) یافته های آماره های توصیفی

جدول ۳. شاخص های گرایش مرکزی و پراکنگی مربوط به ویژگی های شخصیتی در گروه نمونه

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد
روان آزردہ گزایی	۳۲/۱۹	۹۰/۷
برونگزایی	۱۵/۳۰	۹۶/۵
گشودگی	۱۵/۲۵	۹۸/۳
موافق بودن	۲۳/۳۱	۸۵/۵
با وجدان بودن	۳۳/۶۰	۶۱/۷

مطابق اطلاعات مندرج در جدول، عامل با وجدان بودن دارای بالاترین میانگین (۳۳/۳۰) و عامل گشودگی دارای پایین ترین میانگین (۱۵/۲۵) می باشد.

جدول ۴. شاخص های گرایش مرکزی و پراکنگی مربوط به متغیرهای حمایت اجتماعی و شادکامی

متغیرها	میانگین	انحراف استاندارد
حمایت خانواده	۴/۸۸	۲/۰۷
حمایت دوستان	۳/۹۸	۱/۴۴
حمایت دیگران	۴/۵۷	۱/۷۰
مجموع حمایت	۱۳/۴۶	۲/۸۴
شادکامی	۷۱/۰۳	۱۷/۶

مطابق اطلاعات مندرج در جدول، میانگین حمایت خانواده بالاترین میانگین (۴/۸۸) می باشد و بعد از آن حمایت دیگران (۴/۵۷) و در آخر حمایت دوستان (۳/۹۸) قرار دارد. میانگین شادکامی نیز ۷۱/۰۳ در میان افراد گروه نمونه می باشد.

جدول ۵. شاخص های ضریب همبستگی متغیرهای ویژگی های شخصیتی و شادکامی

متغیرها	روان آزردگی	برون گزایی	گشودگی	موافق بودن	با وجدان بودن
شادکامی	۰/۰۵۴	-۰/۰۳۶	۰/۰۲۸	-۰/۰۳۵	-۰/۰۵۱
	۰/۴۲۷	۰/۶۰۰	۰/۶۷۸	۰/۶۱۰	۰/۴۵۷

همان گونه که در جدول قابل مشاهده می باشد هیچ یک از ویژگی های شخصیتی در سطح آلفای ۰/۰۵ با شادکامی معنادار نمی باشد.

ب) یافته‌های استنباطی

آزمون نرمال بودن داده ها

برای تعیین نوع آزمون آماری لازم است از آزمون کلموگروف-اسمیرنوف (k-s) استفاده شود و با توجه به داده ها از آزمون های پارامتریک و یا غیر پارامتریک استفاده کرد. فرض صفر و خلاف عبارت است از

$$H_0 = sig > 0/05$$

$$H_1 = sig \leq 0/05$$

جدول ۶. مربوط به آزمون کولموگروف-اسمیرنوف جهت بررسی نرمال بودن داده ها

پارامترهای آماری	روان آزردهی	برون گرایی	گشودگی	موافق بودن	با وجدان بودن	شادکامی	حمایت خانواده	حمایت دوستان	حمایت دیگران
میانگین	۱۹/۳۲	۳۰/۱۵	۲۵/۱۵	۳۱/۲۳	۳۳/۶۰	۷۱/۰۳	۴/۸۸	۳/۹۸	۴/۵۷
انحراف استاندارد	۷/۹۰	۵/۹۶	۳/۸۹	۵/۸۵	۷/۶۱	۱۷/۱۶	۲/۰۷	۱/۴۴	۱/۷۰
Z	۱/۸۱۱	۱/۶۸۱	۱/۵۵۱	۱/۹۲۱	۱/۶۹۴	۱/۴۷	۲/۳۱۷	۳/۲۹۲	۲/۵۸۹
سطح معناداری	۰/۱۱۳	۰/۱۲۷	۰/۰۸۹	۰/۰۹۲	۰/۱۳۶	۰/۰۶۶	۰/۱۹۴	۰/۳۲۱	۰/۱۲۴

با توجه به جدول فوق میزان z برای همه متغیر ها در سطح آلفای ۵ صدم معنادار نیست، چون مقدار سطح معناداری از مقدار ۰/۰۵ بزرگتر می باشد در نتیجه فرض صفر رد نمی شود. در واقع داده های مربوط به این متغیر ها از توزیع نرمال تبعیت می کنند.

فرضیه: بین ویژگی های شخصیتی به لحاظ با شادکامی در میان دانشجویان زن تفاوت وجود دارد.

جدول ۷. خلاصه الگوی رگرسیون

خطای استاندارد برآورد	R2	R	
-۰/۰۰۲	۰/۰۰۳	۰/۰۵۴	روان آزردهی
-۰/۰۰۳	۰/۰۰۱	۰/۰۳۶	برون گرایی
-۰/۰۰۴	۰/۰۰۱	۰/۰۲۸	گشودگی
-۰/۰۰۳	۰/۰۰۱	۰/۰۳۵	موافق بودن
-۰/۰۰۲	۰/۰۰۳	۰/۰۵۱	با وجدان بودن

بر اساس جدول ۴-۷ مشاهده می شود $0/3$ واریانس شادکامی در میان دانشجویان بوسیله ویژگی شخصیتی روان آزدگی تبیین می شود. همچنین R^2 میزان شده در رابطه با ویژگی شخصیتی برون گرایی، گشودگی و موافق بودن $0/01$ است. بنابراین می توان گفت که ویژگی شخصیتی برون گرایی، گشودگی و موافق بودن به هیچ میزان واریانس شادکامی را تبیین نمی کند. اما ویژگی شخصیتی باوجدان بودن با $R^2 003/0$ نشان می دهد که 3 درصد از واریانس شادکامی را در دانشجویان تبیین می کند.

در مجموع می توان گفت تنها در ویژگی شخصیتی روان آزدگی و با وجدان بودن واریانس شادکامی را به حداقل میزان در دانشجویان پیش بینی می کنند و دیگر ویژگی های شخصیتی هیچ گونه رابطه ای را با شادکامی در دانشجویان نشان نمی دهند.

جدول ۸ نتایج تحلیل واریانس در مورد روابط متغیرهای فوق الذکر

Sig.	F	میانگین مجدورات	درجات آزادی	مجموع مجدورات		
0/427	0/632	186/626	1	186/626	رگرسیون	
		295/261	215	63481/08	باقی مانده	
			216	63667/71	کل	
0/600	0/276	81/614	1	81/614	رگرسیون	
		295/749	215	63586/09	باقی مانده	
			216	63667/71	کل	
0/678	0/173	51/270	1	51/270	رگرسیون	
		295/890	215	63616/44	باقی مانده	
			216	63667/71	کل	
0/610	0/261	77/118	1	77/118	رگرسیون	
		295/770	215	63590/59	باقی مانده	
			216	63667/71	کل	
0/457	0/556	164/291	1	164/291	رگرسیون	
		295/365	215	63503/41	باقی مانده	
			216	63667/71	کل	

با توجه به این که سطح F بدست آمده $0/632$ در سطح آلفای $0/05$ بزرگتر است، بنابراین رگرسیون معنادار نمی باشد.

جدول ۹. جدول تحلیل رگرسیون در مورد ویژگی‌های شخصیتی و شادکامی

Sig.	T	ضریب بتا	ضریب غیر استاندارد		مدل
			خطای استاندارد	بتا	
۰/۴۲۷	۰/۷۹۵	۰/۰۵۴	۰/۱۴۸	۰/۱۱۸	روان آزرده‌گی
۰/۶۰۰	-۰/۵۲۵	-۰/۰۳۶	۰/۱۹۶	-۰/۱۰۳	برون‌گرایی
۰/۶۷۸	۰/۴۱۶	۰/۰۲۸	۰/۳۰۱	۰/۱۲۵	گشودگی
۰/۶۱۰	-۰/۵۱۱	-۰/۰۳۵	۰/۲۰۰	-۰/۱۰۲	موافق بودن
۰/۷۵۷	-۰/۷۴۶	-۰/۰۵۱	۰/۱۵۴	-۰/۱۱۴	با وجدان بودن

بر اساس نتایج جدول ۹ می‌توان دید که ضرایب B استاندارد شده حاکی از وجود رابطه معنی‌دار و معکوس بین ویژگی‌های شخصیتی و شادکامی در دانشجویان است. بدین لحاظ می‌توان گفت به ازاء یک درجه افزایش در انحراف معیار روان آزرده‌گی، ۰/۰۵۴، ویژگی برون‌گرایی ۰/۰۳۶ واحد، ویژگی گشودگی ۰/۰۲۸ واحد، ویژگی موافق بودن ۰/۰۳۵ واحد و ویژگی با وجدان بودن ۰/۰۵۱ واحد افزایش در انحراف معیار شادکامی در سطح اطمینان ۰/۹۵ در دانشجویان حاصل می‌شود. به این ترتیب فرضیه پژوهش تأیید نمی‌گردد.

فرضیه ۲: بین حمایت بین فردی با شادکامی در میان دانشجویان زن رابطه وجود دارد.

جدول ۱۰. خلاصه الگوی رگرسیون

خطای استاندارد برآورد	R2	R	
۰/۰۰۱	۰/۰۰۶	۰/۰۷۴	حمایت بین فردی

این جدول بیانگر این نکته می‌باشد که ۰/۶ درصد شادکامی توسط حمایت بین فردی تبیین می‌شود.

جدول ۱۱. جدول معناداری مدل رگرسیون F

Sig.	F	میانگین مجذورات	درجات آزادی	مجموع مجذورات		
۰/۲۷۶	۱/۱۹۱	۳۵۰/۸۷۵	۱	۳۵۰/۸۷۵	رگرسیون	حمایت بین فردی
		۲۹۴/۴۹۷	۲۱۵	۶۳۳۱۶/۸۳	باقی مانده	
			۲۱۶	۶۳۶۶۷/۷۱	کل	

این جدول معناداری مدل را نمایش می دهد. سطح معناداری بزرگتر از ۰/۰۵ بیانگر عدم معناداری مدل می باشد.

جدول ۱۲. جدول تحلیل رگرسیون

Sig.	T	ضریب بتا	ضریب غیر استاندارد		مدل
			خطای استاندارد	بتا	
۰/۲۷۶	-۱/۰۹۲	-۰/۰۷۴	۰/۴۱۱	-۰/۴۴۸	حمایت بین فردی

نتایج تحلیل رگرسیون ($R^2 = ۰/۶$, $p = 276/0$ و $-۰/۰۷۴ = \beta$) از واریانس حمایت اجتماعی توسط شادکامی دانشجویان پیش بینی می شود. با توجه به عدم معناداری مدل و سطح معناداری بزرگتر از ۰/۰۵، فرضیه پژوهش رد می شود و لذا میان حمایت بین فردی با شادکامی دانشجویان زن ارتباط مشاهده نمی شود. همچنین این جداول بیانگر این مطلب می باشد که حمایت بین فردی ۰/۰۷۴ سطح شادکامی را در صورت وجود ارتباط افزایش می دهد. به بیان دیگر با افزایش یک انحراف استاندارد سطح حمایت بین فردی ۰/۰۷۴ انحراف استاندارد سطح شادکامی افزایش می یابد.

۸. نتیجه گیری

در این فصل با توجه به هدف پژوهش یعنی بررسی رابطه ویژگی های شخصیت و حمایت بین فردی با شادکامی در میان دانشجویان دانشگاه آزاد به ارائه یافته های آماری می پردازیم:

در رابطه آزمون فرضیه ۱ نتایج حاصل از R^2 تنظیم شده نشان داد ویژگی شخصیتی روان آزردهی، با وجدان بودن هر دو به میزان کمی از واریانس شادکامی در میان دانشجویان را پیش بینی می کنند. در حالی که دیگر ویژگی های شخصیتی (برونگرایی-گشودگی-موافق بودن) دارای هیچ رابطه ای با شادکامی دانشجویان به هیچ میزان واریانس شادکامی در میان دانشجویان پیش بینی نمود. دیگر نتایج حاصل از رگرسیون در آزمون فرضیه ۱ پژوهش یعنی بین ویژگی شخصیتی با شادکامی در میان دانشجویان رابطه معنادار وجود دارد، با استناد ضریب بتای استاندارد شده دیده شد تنها ویژگی شخصیتی برونگرایی با شادکامی رابطه دارد و این رابطه با دیگر ویژگی های شخصیت دیده نشد. به این ترتیب

فرضیه ۱ پژوهش تأیید شد که این یافته همسو است با خسروشاهی و همکاران (۱۳۹۱)، حقیقی و همکاران (۱۳۸۵)، گامز و همکاران (۲۰۱۱) و آدرین و ایرن (۲۰۰۷) همسو می‌باشد.

در بیان استدلال یافته‌های این پژوهش می‌توان گفت ویژگی شخصیتی برون‌گرایی به بیشترین میزان در مقایسه با دیگر ویژگی‌های شخصیتی با شادکامی افراد ارتباط دارد زیرا افراد برون‌گرا بدلیل برخورداری از قابلیت برقراری تعاملات اجتماعی با دیگران قادر به جذب دوستی‌ها، عضویت در گروه‌های اجتماعی و مشارکت در فعالیت‌های مطلوب نظر خویش هستند که این ویژگی‌ها به نظر می‌رسد که در مقایسه با دیگر ویژگی‌های شخصیتی بیشتر با شادکامی افراد در ارتباط باشد زیرا افراد برون‌گرا لذت‌جویی را در زندگی بیشتر جستجو نموده و ضمن تخلیه هیجانات منفی خویش در روابط اجتماعی قادر به ارائه مشارکت خویش در فعالیت‌های جذاب و لذت‌بخش اجتماعی، دوستی و صمیمیت‌های مستمر و تأیید حتی بی‌ثبات باشند.

مسلماً هر چه شادی در جامعه بیشتر رواج پیدا کند، روح امیدواری و تلاش نیز بیشتر می‌شود. نباید از نظر دور داشت که در صد زیادی از جمعیت کشور ما را دانشجویان دختر تشکیل می‌دهند، بدین لحاظ توجه به مسایل آنها میتواند نقش مهمی در ارتقاء بهداشت و سلامت روانی جامعه داشته باشد. افراد شاد از عزت نفس بالاتری برخوردارند و خودشان را دوست دارند. به اخلاقیات توجه دارند و عقلایی رفتار می‌کنند احساس کنترل بیشتری را در خود احساس می‌کنند، در انجام امور بیشتر به تواناییهای خود می‌اندیشند تا به درماندگی و ناتوانیها، با استرس مقابله می‌کنند. خوشبین هستند، موفق‌تر، سالم‌تر و شادتر از افراد بدبین هستند برون‌گرا هستند و در ارتباط و همکاری با دیگران توانمندند از زندگی لذت می‌برند و انرژی روانی بیشتری دارند.

در آزمون فرضیه ۲ پژوهش یعنی بین حمایت بین فردی و شادکامی رابطه وجود دارد، نتایج حاصل از تحلیل رگرسیون نشان داد که فرضیه ذیل تأیید نمی‌گردد. این یافته نیز همسو است با گلاگر (۲۰۱۲)، ون لیوون و همکاران (۲۰۱۰) و میر و دینر (۲۰۰۴) همسو می‌باشد.

در مورد یافته دوم پژوهش یعنی عدم وجود رابطه معنادار بین حمایت بین فردی و شادکامی در میان دانشجویان گروه نمونه پژوهش شاید بتوان در استدلال این نتیجه چنین گفت که قشر جوانان امروز در جستجوی شادکامی‌ها و عوامل شادکامی، روابط و

فعالیت‌های لذت بخش و خوشایند بر خلاف نسل گذشته که تا میزان بسیاری درگیر روابط خانوادگی، فامیل و خویشاوندی قوی بوده اند و لحظات خوشایند زندگی را در قالب این تبادلات اجتماعی جستجو می کردند، دیگر اینگونه نمی اندیشند. زیرا بافت فرهنگی جامعه به تدریج از قالب یک جامعه جمع گراستی و ارزش گذار به روابط حمایت های بین فردی برای ایجاد شادکامی ها و مشارکت در فعالیت های خوشایند به تدریج جای خود را بر اثر تبلیغات رسانه ها و صنعتی شدن و حرکت جامعه در مسیر توسعه یافتگی، وجود فضای رقابت جویی در حیطه تصدی مشاغل در بازار کار، احراز فرصت های شغلی مناسب، به یک جامعه فردگرایی می دهد که طی آن افراد برای احراز روحیات شادمانی و شادکامی در زندگی خویش و قابلیت ها و توانمندی های خود بیش از حمایت های فردی دیگران در تحقق موفقیت آمیز اهدافشان تأکید می کنند.

نتیجه گیری کلی

از دیدگاه روان شناسان دو نوع شادکامی وجود دارد. یک نوع از رهگذر شرایط محسوس زندگی همچون زناشویی، تحصیل، شغل، آسایش و به طور کلی امکانات مالی و رفاهی حاصل می گردد که به آن وجه عینی شادکامی می گویند و نوع دیگر متأثر از حالات درونی و ادراکات شخصی است که از آن به شادکامی ذهنی یا احساس شادکامی تعبیر می شود؛ شواهد موجود گویای آن هستند که احساس شادکامی مولد انرژی، شور و نشاط و حرکت و پویایی است و همچون سپری می تواند آدمی را در برابر استرس ها و مشکلات، محافظت و سلامت جسمی و روانی او را تضمین کند. از آنجا که شادی تأثیر کمی و کیفی بسیاری بر زندگی دارد، مورد تأکید و توجه قرار گرفته است. شادی فعالیت فرد را بر می انگیزد، بر آگاهی او می افزاید، خلاقیت وی را تقویت می کند و روابط اجتماعی وی را تسهیل می نماید. شادی صرف نظر از چگونگی کسب آن، می تواند سلامتی جسمانی را بهبود بخشد. افرادی که شاد هستند احساس امنیت بیشتری می کنند، آسان تر تصمیم می گیرند، دارای روحیه ی مشارکتی بیشتری هستند و نسبت به کسانی که با آنها زندگی می کنند بیشتر احساس رضایت دارند (مایرز، ۲۰۰۲). پژوهشگران برای بررسی عوامل مرتبط با شادکامی به مطالعات گسترده ای پرداخته اند. نتایج این پژوهش ها بیانگر آن هستند که شادکامی با عوامل شخصیتی، شناختی و مذهبی پیوند نزدیکی دارند. البته آیزنگ معتقد است که اکثر مردم، شخصیتی تک بعدی و افراطی ندارند و به این ترتیب فرد عادی کسی است

که نه درون‌گرا و نه برون‌گرا و نه عصبانی و خشن است و نه کاملاً آرام و خونسرد است. با این حال شخصیت بسیاری از افراد در یک بعد نسبت به بعد دیگر پیشرفته‌تر است. در این پژوهش هدف بر آن بود که بدانیم بین ویژگی‌های شخصیت و حمایت بین فردی به عنوان دو متغیر مهم که ساختار خود‌پنداری فرد جوان را شکل می‌دهد و زمینه ساز شادکامی او در زندگی است چه ارتباطی وجود دارد. در این رابطه دریافتیم ویژگی‌های شخصیتی این گروه از جوانان که خود زاده تعامل متغیرهای فکری و محیطی با شادکامی دانشجویان ارتباط دارند از سوی دیگر دریافتیم نسل جوان امروز بر خلاف نسل گذشته شادکامی را دریافت روابط اجتماعی سستی جستجو ننموده و تمایل بسیاری به دریافت حمایت‌های بین فردی از سوی والدین، مربیان و حتی دوستان نزدیک ندارد. این پدیده را می‌توان با یک نگاه اجمالی در روابط اجتماعی زودگذر جوانان با یکدیگر و کمبود روابط دوستانه دیرپا میان آنان و ضعف روابط با اطرافیان و تعامل دوسویه آنان با والدین و خویشاوندان و حتی مربیان و اساتید خود به وضوح دیده می‌شود.

منفعت‌جویی و بهره‌طلبی حاصل از فضای رقابت‌جویی حاکم بر بافت روابط اجتماعی در قالب جوامع حیطه‌های تحصیلی، شغلی و حتی خانوادگی سبب گردیده جوانان ما از لحظات کنونی زندگی خویش به معنی واقعی کلمه شادی بهره‌کافی نگیرند و در مواقعی در حیطه‌های تحصیلی و حتی دوستی‌ها چه با هم‌جنس‌ها یا جنس مخالف از الگوهای ناسالم در روابط اجتماعی که شادکامی را برای آنان به دنبال ندارد پیروی کنند. یافته‌های این پژوهش قابل تأمل است تا بر اساس آن بتوان به آنچه که باید توسط مشاوران و امور دانشجویی و متخصصان بالینی در سطح دبیرستان‌ها و دانشگاه‌ها باید به آنها تأکید کنند مورد استفاده قرار گیرد که البته پژوهش بسیار دیگری نیز در این راستا ضروری می‌نماید.

۹. پیشنهادات پژوهشی

۱. نمونه پژوهش با استفاده از روش نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای در مقیاس وسیع انتخاب شده تا امکان تعمیم‌پذیری نتایج به گروه دانشجویان دختر دانشگاه آزاد با دقت بیشتری صورت گیرد.

۲. این پژوهش در مورد دانشجویان دختر دانشگاه های دولتی شهرستان ها و دیگر شهرهای بزرگ انجام شود تا امکان مقایسه با یافته های حاصل از یک دانشگاه غیر انتفاعی مانند دانشگاه آزاد فراهم آید.
۳. این پژوهش با تأکید بر متغیر تعدیل کننده جنسیت در مورد دانشجویان پسر نیز تکرار گردد تا بتوان تفسیر وسیع تری از سازه های تبیین کننده واریانس شادکامی در بین دانشجویان فراهم آورد.

۱۰. پیشنهادات کاربردی

۱. با توجه به رابطه ی میان حمایت بین فردی و شادکامی، با آموزش خانواده ها در جهت گسترش دایره ی حمایت اجتماعی افراد می توان در جهت افزایش شادکامی تلاش نمود.
۲. آموزش به اقشار مختلف در زمینه ی تأثیرات شادکامی بر ابعاد متفاوت زندگی
۳. بررسی های بیشتر در جهت عوامل مرتبط با شادکامی در جهت شناخت عوامل مؤثر بر افزایش برای ارتقای آن در سطح جامعه.

کتابنامه

- بیرامی، منصور، محمدپور، وهاب، ۱۳۹۱، مقایسه شادکامی و اشتیاق برای برقراری ارتباط در سبک های دلبستگی دانشجویان، مجله علوم رفتاری، دوره ۶، شماره ۲
- حقیقی، جمال؛ خوش کنش، ابوالقاسم؛ شکرکن، حسین، شهینی ییلاق، منیجه و نیسی، عبدالکاطم، ۱۳۸۵، رابطه الگوی پنج عاملی شخصیت با احساس شادکامی در دانشجویان دوره کارشناسی دانشگاه شهید چمران، مجله علوم تربیتی و روانشناسی، دوره سوم، سال سیزدهم، شماره ۳، صفحه ۱۶۳ تا ۱۸۸.
- زارعی، جواد؛ صارمیان، مرضیه و عبدی، فاطمه، ۱۳۹۳، وضعیت شادکامی در دانشجویان رشته های مدارک پزشکی و فناوری اطلاعات سلامت در دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز، مدیریت اطلاعات سلامت، دوره ی ۱۱، شماره ی سوم، صفحه ۳۰۸ تا ۳۱۵.

Bishop AJ, Martin P. Happiness and congruence in older adulthood. A structural model of life satisfaction. *Aging and Mental Health*. 2006;10: 445-453.

Brebner, J., Donaldson, J., Kirby, N., & Ward, L. (1998). Relationships between happiness and personal-ity. *Personality and Individual Differences*, 19, 251-258 .

- Cellainike.KL .(2007). Life Skills. Translated by: Mohammad Khani P. Tehran: Publication.specialized media.
- Cohen, S. & Wills, T.A. (1985).Stress,Social support and bufferinghypothesis.Psychosocial Bulletin, 98,310-357 .
- De Neve, K. M., & Cooper, H. (2006). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. Psychological Bulletin, 124, 197-229 .
- Furnham, A.K.V., Petrides, C.J., & Jackson, T. (2002), DO personality factor can predict job satisfaction. Personality and Individual.Differences, 1,453-459.
- Hills, P., & Argyle, M. (1998).Positive moods derived from leisure and their relationship to happiness and personality. Personality and Individual Differences, 25(3),523-535 .
- Lyubomirsky, S., King, L.A., &Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happi-ness lead to success? Psychological Bulletin, 131, 803-855.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1990).Personality in adulthood. New York: Guilford Press .
- Meyers. D. G, diener. E. E. (2004). Who is happy? Psychological science, 6(1), 10-19.
- MotamedishalamzariA, Ejeei J, Azad fallah P, A K, . The role of social support, lifeSatisfaction, general health and loneliness among the elderly above 06years. . The Journal of Psychology 2002;6(22):115-33.
- Myers, D. &Diener, L. (1995) "The Pursuit of Happiness," Scientific America, No. 274, P 45.
- Sarason IG, Sarason BR. 1998. Social support: Theory, Research, and Applications. Dordrecht, Nijhoff.
- Taylor, S.E.,kemeny ,M.E., Reed,G.M.,Bower,J.E.,andGruene Wald, T.L.(2000). Psychological resources , positive illusions, and health. American psychologist,955(1.(
- Van Leeuwen, M.c., post, W.M., Van Asbeck, W.F., Vander Woude, H. V., Groot, S. Lindeman, E. (2010). Social support and Life satisfaction in spinal cord injury during and up to one yearafter inpatient rehabilitation. Journal of psychology, pp. 265-271.Vol 3.
- Wai-yungkwong.E, yui - Huen Kwan.A. (2004). Stress management methods of the community-Dwelling Elderly in hongkong: implications for tailoring a stress reduction program. Journal GeriatricNurs.25(2).102-106.