

سنجش میزان و عوامل مؤثر بر شادی

دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران

سیف‌اله فضل‌الهی* / نرگس جهانگیر اصفهانی** / زلفا حق‌گویان***

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی میزان شادی دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران و شناسایی و رتبه‌بندی عوامل مؤثر بر آن است. روش تحقیق، توصیفی از نوع پیمایشی و جامعه آماری شامل ۱۴۶۴ نفر دانشجویی که در نیمسال اول سال تحصیلی ۸۹-۹۰ در دانشکده‌های مختلف مشغول تحصیل بودند. نمونه آماری ۲۱۸ نفر می‌باشد که بر اساس روش تصادفی طبقه‌ای و ساده انتخاب شدند. برای جمع‌آوری اطلاعات، از پرسش‌نامه ۲۹ سؤالی سنجش شادی آکسفورد با پایایی ۰/۸۹ بر مبنای آلفای کراباخ استفاده شده است. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات، علاوه بر روش‌های توصیفی، از آمار استنباطی در حد آزمون تحلیل واریانس فریدمن و آزمون T برای مقایسه میانگین‌ها در قالب نرم‌افزار SPSS استفاده شد. تجزیه و تحلیل اطلاعات نشان می‌دهد، که میزان شادی دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران در سطح مطلوب می‌باشد. بین میزان شادی دانشجویان دانشکده‌های مدیریت، حقوق و فقه و فلسفه تفاوت معنی‌داری وجود دارد. اما بین میزان شادی دانشجویان دختر و پسر و مقاطع مختلف کارشناسی و کارشناسی ارشد تفاوت معنی‌داری مشاهده نشد. همچنین شش عامل به عنوان عوامل مؤثر بر شادی دانشجویان شناسایی شد که به ترتیب زیر اولویت بندی شدند: ۱. تعامل بین دانشجو و استاد؛ ۲. امکانات رفاهی دانشگاه؛ ۳. جو سازمانی حاکم بر دانشگاه؛ ۴. مشارکت دانشجو در فعالیت‌های کلاسی؛ ۵. شیوه‌های تدریس و ارزشیابی استادان؛ ۶. عضویت در گروه‌های خاص (ورزشی، فرهنگی، مذهبی و...).

کلید واژه‌ها: شادی و نشاط، دانشجویان پردیس قم، فعالیت آگاهانه.

طرح مسئله

نشاط و شادمانی، به عنوان یکی از مهم‌ترین نیازهای روانی بشر، به دلیل تأثیرات عمده‌ای که بر شکل‌گیری شخصیت آدمی مجموعه زندگی انسان دارد، همواره ذهن انسان را به خود مشغول کرده است. با مطرح‌شدن روزافزون اهمیت شادی در امر سلامتی روان و خوشبختی و همچنین تأثیر آن در تقویت قوای روانی انسان، برای مقابله با پیچیدگی‌ها و مشکلات دنیای امروز، توجه و نظر محققان، اندیشمندان و حتی عوام مردم نسبت به آن تغییر نموده است. تحقیقات نشان می‌دهد که شادی، صرف نظر از چگونگی به دست آوردن آن، می‌تواند سلامتی جسمانی را بهبود بخشد؛ افرادی که شاد هستند، احساس امنیت بیشتری می‌کنند، آسان‌تر تصمیم می‌گیرند، دارای روحیه مشارکتی بیشتری هستند و نسبت به کسانی که با آنان زندگی می‌کنند، بیشتر احساس رضایت می‌کنند.^۱ در اواخر قرن بیستم، موضوع نشاط شادمانی بشر، به عنوان یکی از موضوعات مهم مورد بررسی قرار گرفت. یکی از مشکلات هر جامعه، غفلت از شادی و نشاط و در نتیجه، افزایش بیماری‌های روانی از قبیل اضطراب و افسردگی است. با شادی و نشاط زندگی معنی پیدا می‌کند و در پرتو آن، نوجوانان و جوانان می‌توانند خود را ساخته و قله‌های سلوک و پله‌های ترقی را ببینند. جامعه زنده و پویا، جامعه‌ای است که عناصر شادی آفرین در آن فراوان باشد. نشاط و شادابی در دانشگاه، موجب رشد و شکوفایی در همه ابعاد وجودی یک دانشجو می‌شود. در محیط شاد، ذهن انسان پویا، زبان او گویا و استعداد وی شکوفا می‌گردد. در واقع توجه به تمام عوامل موثر بر شادی، توجه به تمامی ارزش‌ها، خوبی‌ها و شایستگی‌ها است. کسانی که چنین عواملی را بشناسند، خواهند توانست شادتر زندگی نمایند. دانشجویان دانشگاه نیز، که از مهم‌ترین اقشار جامعه محسوب می‌شوند، در صورت برخورداری از شادی، حقیقی در ذات و شخصیت خود، احتمال موفقیت خود را در تمامی شئون تحصیلی و معنوی در زمان دانشجویی و حتی پس از طی دوران تحصیلی دانشگاهی و در زمان اشتغال به کار افزایش خواهند داد.^۲ با توجه به اهمیت شادی و نشاط در میان دانشجویان، مسئله اصلی در این تحقیق سنجش میزان شادی دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران و شناسایی عوامل مؤثر بر نشاط دانشجویان و اولویت‌بندی آنها می‌باشد.

پیشینه تحقیق

شادمانی از اهداف مشترک انسان‌هاست و همه در تلاش برای تحقق آن هستند و به نوعی، ارزشیابی افراد از خود و زندگیشان است که معمولاً از چند جزء خشنودی از زندگی، خلق و هیجانات مثبت و خوشایند و فقدان خلق و هیجانات منفی تشکیل می‌یابد. افراد شادکام افکار و رفتارهای سازگار و حمایت‌کننده‌ای داشته، دیدگاهی روشن دارند و از افکار بدبینانه دوری می‌کنند. آنان سالم، فرهیخته، برون‌گرا، مذهبی، خوش بین و باهوش هستند. بررسی‌ها نشان می‌دهد که روان‌شناسان از مدت‌ها پیش واقتصاددانان نیز اخیراً به تحقیق و مطالعه در زمینه شادی را شروع کرده‌اند.^۳ در بحث از عوامل مؤثر بر شادی، روان‌شناسان و اقتصاددانان نظریه‌های متفاوتی را مطرح ساخته‌اند.

الف. نظریه اقتصادی

در نظریه اقتصادی، اعتقاد بر این است که شرایط زندگی، بویژه رشد درآمد، بر شادی اثر پایداری دارد. اقتصاددانان ترجیح می‌دهند که به جای تمرکز برحالات ذهنی، که امری انتزاعی است، بر رفتارهای قابل مشاهده تمرکزکنند. از این رو، آنان بحث مطلوبیت را مطرح می‌سازند و معتقدند که فرد می‌تواند سطح شادی خود را از طریق افزایش درآمد افزایش دهد.^۴ گرچه برخی تحقیقات نشان می‌دهند که افراد با درآمد بالا، نسبتاً شادترند اما تحقیقات و مطالعات زیادی در روان‌شناسی نشان می‌دهد که پول و شادی همواره ملازم و همراه نیستند، این تحقیقات نشان می‌دهد که زمانی که نیازهای اساسی برآورده می‌شود، درآمد تأثیر چندانی بر شادی ندارد.

ب. نظریه روان‌شناسی

رایج‌ترین نظریه مربوط به شادی و نشاط در روان‌شناسی، نظریه نقطه ثابت^۵ است. این نظریه بیان می‌کند که هر فرد با توجه به عوامل ژنتیکی و شخصیتی، دارای میزان معینی شادی است. رویدادهای مختلف زندگی ممکن است سطح معین شادی را به‌طور موقتی افزایش و یا کاهش دهند، اما به علت اثرسازگاری با خوشی،^۶ شادی با گذشت زمان به مقدار اولیه خود برخواهدگشت. طرفداران این نظریه معتقدند که نقش رویدادهای زندگی در شادی ناچیز است.^۷ در این نظریه، سه عامل به عنوان عوامل مؤثر بر شادی در نظر گرفته شده است. این سه عامل اصلی، بر «سطح دائمی شادی»^۸ اثر خواهند گذاشت. این سه عامل عبارتند از:

۱. نقطه ثابت: بزرگترین سهم شادی در عوامل ژنتیکی است که این عامل را نقطه ثابت می‌نامند؛ یعنی سطح معین و ثابتی از شادی که از والدین به ارث می‌رسد و موروثی می‌باشد.^۹

۲. جزء دوم شادی، شرایط زندگی^{۱۰} است که ۱۰ درصد از کل شادی را به خود اختصاص می‌دهد و شامل عوامل ملیتی، جغرافیایی، فرهنگی - منطقه‌ای، عوامل جمعیت‌شناسی، مانند سن، جنسیت و قومیت می‌باشد. این بُعد از شادی، تاریخچه زندگی فرد و حوادثی مانند سانحه تصادف، آسیب‌های دوران کودکی و... را در بر می‌گیرد. شرایط زندگی همچنین متغیرهای موقعیت زندگی^{۱۱} مانند موقعیت اجتماعی، امنیت شغلی، درآمد، سلامتی و عوامل مذهبی را در بر می‌گیرد.^{۱۲}

۳. فعالیت‌های آگاهانه:^{۱۳} شلطان این عامل را این گونه تعریف می‌کند: این سطح شامل دسته وسیعی از فعالیت‌هایی است که مردم انجام می‌دهند یا در فکر انجام دادن آنها هستند.^{۱۴} رفتارها و فعالیت‌های فراوانی وجود دارند که افراد برای انجام آنها انرژی صرف می‌کنند. این فعالیت‌های مجزا را که افراد برای انجام دادن آنها وقت و انرژی صرف می‌کنند، «فعالیت‌های آگاهانه» می‌نامند.^{۱۵}

این بُعد، که ۴۰ درصد در شادی نقش دارد، خود به سه حوزه تفکیک می‌شود:

۱. فعالیت‌های رفتاری:^{۱۶} مانند ورزش منظم، محبت ورزیدن به دیگران، صرف کردن

زمان برای حضور در اجتماع؛

۲. فعالیت‌های شناختی:^{۱۷} شامل توجه به نعمت‌ها و موهبت‌ها، تفکر راجع به امور مثبت

در زندگی؛

۳. فعالیت‌های داوطلبانه:^{۱۸} شامل تلاش‌های معنادار در زندگی و هم‌چنین تلاش جهت

رسیدن به اهداف شخصی.^{۱۹}

عوامل مؤثر بر شادی دانشجویان

با توجه به مزایای یک زندگی شاد برای افراد جامعه، بویژه دانشجویان به عنوان نیروی جوان آینده‌ساز در جامعه، برخی روان‌شناسان و پژوهشگران، که راجع به شادی تحقیقاتی انجام داده‌اند، کوشیده‌اند روش‌هایی برای افزایش میزان شادی در بین دانشجویان ارائه دهند.^{۲۰} روشن است برنامه ریزی‌های صحیح می‌تواند در افزایش امیدواری آنان و تقویت

انگیزه آنان به کار و تلاش بیشتر نقش بسزایی داشته باشد. همچنین روان‌شناسان مشاهده نمودند که موفقیت‌های شغلی و تحصیلی دانشجویان همبستگی معنی داری با خوشحالی آنان داشته است. امید دادن به دانشجویان، که دانشگاه می‌تواند برای کسب موفقیت‌های شغلی در تمامی جنبه‌های زندگی یک فرصت تلقی شود، می‌تواند در خوشحالی آنان مؤثر واقع گردد. نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد دانشجویانی که در گروه‌های داوطلبانه مشارکت و فعالیت دارند، احساس خوشحالی بیشتری دارند. مشارکت دادن دانشجویان در سازندگی مملکت و باور آنان به عنوان نیروهای پرانرژی و خلاق، می‌تواند فواید زیادی از جمله افزایش خوشحالی آنان را به همراه داشته باشد.^{۲۱} همچنین با عمل نمودن به هریک از موارد زیر، دانشجویان می‌توانند شادی خود را افزایش دهند:

- توجه به ارزش‌ها و هدفهای معنوی، نیازهای بنیادی، عشق و علائق دینی و الهی (نگرش دینی)^{۲۲}؛

- سالم ماندن و از سلامتی خود مواظبت کردن؛

- امنیت داشتن در خانه، محل زندگی، محیط دانشگاه، محل کار و جامعه؛

- معنی دار کردن زندگی با داشتن آرزو و دنبال کردن هدفی ارزشمند و دست یافتنی؛

- سرگرم بودن به کارهایی که از انجام آن لذت برند و برای آینده شغلی آنان مفید باشد؛

- داشتن تفکر و نگرش مثبت؛

- پذیرش خویش و به خود اعتماد داشتن؛

- برشمردن نعمت‌های خود و سپاسگزار بودن؛

- استفاده کردن و لذت بردن از وجود خویش؛

- مقایسه نکردن خود و دارایی‌های خویش با دیگران؛

- شوخ طبع بودن و به زندگی خندیدن؛

- بخشیدن خود و دیگران؛

- تعادل داشتن در کار و تفریح و . . .؛

- اعتماد داشتن به خود و احترام گذاشتن به مردم؛

- اعتقاد داشتن؛

- آزادی داشتن؛

- کارگروهی کردن.^{۲۳}

علاوه بر موارد ذکر شده عواملی مانند ۱. تعامل بین دانشجو و استاد؛ ۲. امکانات رفاهی دانشگاه؛ ۳. جو سازمانی حاکم بردانشگاه؛ ۴. مشارکت دانشجو در فعالیت‌های کلاسی؛ ۵. شیوه‌های تدریس و ارزشیابی استادان؛ ۶. عضویت در گروه‌های خاص (ورزشی، فرهنگی، مذهبی و...) نیز در افزایش شادی دانشجویان مؤثر است.

در رابطه با حمایت اجتماعی، نتایج تحقیقات نشان می‌دهد که حمایت اجتماعی از جانب معلمان و همسالان، با شادکامی رابطه مثبت دارد، ولی میزان این رابطه در معلمان بالاتر بود. به علاوه، نتایج نشان می‌دهد که دانش آموزانی که احساس عدم شادکامی می‌کردند، نشانه‌های جسمی بیشتری را گزارش دادند و میانگین مشکلات جسمی آنها بالاتر بود.^{۲۴}

لوکاس،^{۲۵} داینر،^{۲۶} و ساح^{۲۷} (۱۹۹۶) دریافتند که خوش بینی با مقیاس‌های شادمانی مانند رضایت از زندگی، عاطفه مثبت و عاطفه منفی رابطه دارد.^{۲۸}

شوارتز و استراک^{۲۹} (۱۹۹۱) معتقدند که افراد شادکام، کسانی هستند که در پردازش اطلاعات در جهت خوش بینی و خوشحالی سوگیری دارند؛ یعنی اطلاعات را به گونه‌ای پردازش و تفسیر می‌کنند که به شادمانی و شادکامی آنها منجر شود.^{۳۰}

علوی (۱۳۷۹) در تحقیقی به دنبال یافتن ارتباط بین جنبه‌های مختلف شخصیت با شادی در جامعه دانشجویان دختر ورزشکار و غیر ورزشکار دانشگاه تبریز بود. نتایج نشان می‌دهد گروه آزمودنی ورزشکار، میزان شادی بالاتری نسبت به گروه غیرورزشکار داشتند. این تفاوت نیز در حد $d = 0.1$ معنی‌دار بود.^{۳۱}

نصوحی دهنوی (۱۳۸۲) نشان داد که بین میزان شادمانی دانش آموزان با کیفیت روابط آنها با مدیران، دبیران، دبير ورزش و مشاور مدرسه و امکانات مدرسه همبستگی معناداری وجود دارد.^{۳۲}

عباسی (۱۳۸۳) در پژوهشی به بررسی برخی عوامل مؤثر بر نشاط و شادابی دانش آموزان دبیرستان‌های دخترانه شهر اصفهان می‌پردازد. این عوامل عبارتند از: تعامل معلم با دانش آموزان، مشارکت دانش آموزان در فعالیت‌های کلاس و مدرسه، روش‌های تدریس و ارزشیابی معلم، جو سازمانی مدرسه و امکانات آموزشی. نتایج نشان می‌دهد بیشترین کمترین تأثیر به ترتیب مربوط به جو سازمانی و کمترین، مشارکت در فعالیت‌های کلاسی بوده است.^{۳۳}

جعفری (۱۳۸۷) در پژوهشی به بررسی رابطه بین ابعاد شخصیت و خلاقیت با شادکامی در بین دانشجویان دانشگاه تبریز پرداخته است. یافته‌ها نشان دهنده وجود ارتباط معنادار ما بین ابعاد شخصیت و خلاقیت با شادکامی بود.^{۳۴}

حیاتی (۱۳۸۷) در پژوهشی با هدف بررسی تأثیر محیط فیزیکی مدرسه بر نشاط دانش‌آموزان شهرستان ساری، نشان می‌دهد که سرسبزی محیط مدرسه بر نشاط دانش‌آموزان پسر تأثیر زیادتری دارد. همچنین به نظر دانش‌آموزان دختر، تجهیزات سمعی و بصری مدرسه و رنگ‌آمیزی محیط مدرسه، بر نشاط دانش‌آموزان تأثیر زیادتری دارد. به نظر دانش‌آموزان دختر، وضعیت استقرار تجهیزات کلاس‌های درس بر نشاط دانش‌آموزان نیز تأثیر زیادتری دارد.^{۳۵}

اهداف تحقیق

۱. بررسی وضعیت شادی و نشاط در بین دانشجویان پردیس قم؛
۲. رتبه‌بندی عوامل مؤثر بر شادی دانشجویان؛
۳. ارائه راهکار برای افزایش شادی با توجه به عوامل مؤثر بر شادی دانشجویان.

سؤالات تحقیق

۱. وضعیت شادی در بین دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران چگونه می‌باشد؟ و راهکارهای افزایش آن کدامند؟
۲. وضعیت شادی در بین دانشجویان دانشکده مدیریت پردیس قم چگونه می‌باشد؟
۳. وضعیت شادی در بین دانشجویان دانشکده حقوق پردیس قم چگونه می‌باشد؟
۴. وضعیت شادی در بین دانشجویان دانشکده فقه و فلسفه پردیس قم چگونه می‌باشد؟
۵. آیا بین میزان شادی دانشجویان دانشکده‌های مدیریت، حقوق و فقه و فلسفه تفاوت معنی‌دار وجود دارد؟
۶. آیا بین میزان شادی دانشجویان دختر و پسر تفاوت معنی‌داری وجود دارد؟
۷. آیا میزان شادی دانشجویان مقاطع کارشناسی بیش از کارشناسی ارشد است؟
۸. آیا عوامل مؤثر بر شادی دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران از نظر اهمیت رتبه‌یکسانی دارند؟
۹. برای افزایش شادی دانشجویان چه پیشنهادهایی می‌توان ارائه کرد؟

روش تحقیق و جامعه آماری

روش تحقیق، توصیفی و از نوع پیمایشی می‌باشد. جامعه آماری کلیه دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران می‌باشند که در نیمسال اول سال تحصیلی ۹۰-۸۹ در دانشکده‌های مختلف و در سطوح کارشناسی و کارشناسی ارشد مشغول تحصیل بوده و طبق آمار ۱۴۶۴ نفر بودند. نمونه آماری طبق فرمول نمونه‌گیری کوکران، ۳۰۸ نفر به دست آمد که به علت ریزش نمونه واقعی، ۲۱۸ نفر از جامعه آماری مورد نظر می‌باشد که به شیوه تصادفی طبقه‌ای و ساده انتخاب گردیدند. در جدول زیر جامعه آماری و حجم نمونه انتخاب شده به تفکیک دانشکده‌ها و مقاطع ملاحظه می‌شود:

جدول ۱: اندازه نمونه به تفکیک دانشکده‌ها

دانشکده‌ها	مقاطع تحصیلی	جامعه آماری	نمونه آماری
حقوق	کارشناسی	۲۷۵	۵۸
	کارشناسی ارشد	۱۵۵	۳۳
مدیریت	کارشناسی	۱۸۵	۳۹
	کارشناسی ارشد	۱۵۸	۳۳
فقه و فلسفه	کارشناسی	۵۲۵	۱۱۰
	کارشناسی ارشد	۱۶۶	۳۵
	جمع کل	۱۴۶۴	۳۰۸

ابزار گردآوری اطلاعات پرسش‌نامه استاندارد ۲۹ سؤالی سنجش شادی آکسفورد می‌باشد. از آنجایی که این پرسش‌نامه در ایران، بارها مورد استفاده قرار گرفته است، روایی آن مورد تأیید واقع شده است. برای تعیین پایایی پرسش‌نامه، ۳۰ پرسش‌نامه را وارد نرم افزار SPSS کرده و آلفای کرونباخ آن ۰/۸۹۲ بدست آمد که بیانگر این است که پرسش‌نامه از پایایی لازم برخوردار است (آلفا بالاتر از ۰/۷۰ می‌باشد) در این تحقیق، برای تجزیه و تحلیل اطلاعات، علاوه بر روش‌های توصیفی، از آمار استنباطی در حد آزمون تحلیل واریانس فریدمن و آزمون T برای مقایسه میانگین‌ها در قالب نرم‌افزار SPSS استفاده شد.

یافته‌ها

داده‌های جدول زیر ویژگی‌های جمعیتی گروه نمونه آماری را نشان می‌دهد. حدود ۶۱ درصد (۱۳۳ نفر) از پاسخگویان زن و حدود ۲۸/۹ درصد (۶۳ نفر) آنها مرد هستند. همچنین ۵۸/۳ درصد (۱۲۷ نفر) از دانشجویان لیسانس و ۳۳ درصد (۷۲ نفر) فوق لیسانس می‌باشند.

۶۵/۱ درصد پاسخگویان یعنی (۱۴۲ نفر) از نمونه، مجرد و ۲۰/۲ درصد (۴۴ نفر) از نمونه متأهل می باشند. ۲۴/۳ درصد (۵۳ دانشجویان) دانشجوی دانشکده مدیریت، ۲۵/۲ درصد (۵۵) دانشجوی دانشکده حقوق و ۴۵ درصد (۹۸) دانشجوی دانشکده فقه و فلسفه می باشند.

جدول شماره ۳: ویژگی‌های جمعیتی گروه نمونه مورد مطالعه

متغیرها	سطوح	فراوانی	درصد
جنسیت	زن	۱۳۳	۶۱
	مرد	۶۳	۲۸/۹
	بی پاسخ	۲۲	۱۰/۱
مقطع تحصیلی	لیسانس	۱۲۷	۵۸/۳
	فوق لیسانس	۷۲	۳۳
	بی پاسخ	۱۹	۸/۷
وضعیت تأهل	مجرد	۱۴۲	۶۵/۱
	متأهل	۴۴	۲۰/۲
	بی پاسخ	۳۲	۱۴/۷
تعداد دانشجویان به تفکیک	دانشکده مدیریت	۵۳	۲۴/۳
	دانشکده حقوق	۵۵	۲۵/۲
	دانشکده فقه و فلسفه	۹۸	۴۵
	بی پاسخ	۱۲	۵/۵

تجزیه و تحلیل استنباطی داده‌ها، برای بررسی شادی دانشجویان دانشکده مدیریت پردیس قم دانشگاه تهران، بر اساس آزمون میانگین یک جامعه نشان می‌دهد که متغیر شادی در بین دانشجویان دانشکده مدیریت دارای وضعیت مطلوب می‌باشد. چون ضریب معنا داری آنها کوچک تر از ۰/۰۵ است. و حد بالا و پایین آن مثبت می‌باشد.

جدول ۴: آماره های آزمون میانگین یک جامعه آماری برای شادی دانشجویان دانشکده مدیریت

آماره های آزمون میانگین یک جامعه آماری				
شادی	تعداد	میانگین	انحراف معیار	میانگین خطای استاندارد
۵۳	۳/۲۷۸	۰/۵۵۰۶۸	۰/۰۷۵۶۴	

جدول ۵: نتایج آزمون میانگین جامعه آماری برای شادی دانشجویان دانشکده مدیریت

آزمون میانگین جامعه آماری						
ارزش آزمون=۳						
متغیر	آماره تی	درجه آزادی	ضریب معناداری دو دامنه	اختلاف میانگین	فاصله اطمینان ۰/۹۵	
					حد پایین	حد بالا
شادی	۳/۶۷۵	۵۲	۰/۰۰۱	۰/۲۷۸	۰/۱۲۶۲	۰/۴۲۹۸

میزان شادی دانشجویان دانشکده حقوق پردیس قم دانشگاه تهران در بررسی پاسخ به سؤال وضعیت شادی در بین دانشجویان دانشکده حقوق پردیس قم، بر اساس آزمون میانگین جامعه، جدول ۷ نشان می‌دهد که متغیر شادی در بین دانشجویان دانشکده حقوق دارای وضعیت مطلوب می‌باشد؛ زیرا ضریب معنا داری آنها کوچک تر از ۰/۰۵ است، و حد بالا و پایین آن مثبت می‌باشد.

جدول ۶: آماره های آزمون میانگین جامعه آماری برای شادی دانشجویان دانشکده حقوق

آماره های آزمون میانگین یک جامعه آماری				
تعداد	میانگین	انحراف معیار	میانگین خطای استاندارد	
۵۶	۳/۵۰۶۵	۰/۵۸۴۱۵	۰/۰۷۸۰۶	شادی

جدول ۷: نتایج آزمون میانگین جامعه آماری برای شادی دانشجویان دانشکده حقوق

آزمون میانگین جامعه آماری						
ارزش آزمون=۳						
متغیر	آماره تی	درجه آزادی	ضریب معناداری دودامنه	اختلاف میانگین	فاصله اطمینان ۹۵٪	
					حد پایین	حد بالا
شادی	۶/۴۸۸	۵۵	۰	۰/۵۰۶۴۸	۰/۳۵	۰/۶۶۲۹

در پاسخ به سؤال چهارم یعنی وضعیت شادی در بین دانشجویان دانشکده فقه و فلسفه پردیس، نیز بر اساس آزمون میانگین یک جامعه، یعنی جدول ۹ نشان می‌دهد که متغیر شادی در بین دانشجویان دانشکده فقه و فلسفه، دارای وضعیت مطلوب می‌باشد؛ زیرا ضریب معنا داری آنها کوچک تر از ۰/۰۵ است، و حد بالا و پایین آن مثبت می‌باشد.

جدول ۸: آماره های آزمون میانگین جامعه آماری برای شادی دانشجویان دانشکده فقه و فلسفه

آماره های آزمون میانگین جامعه آماری				
تعداد	میانگین	انحراف معیار	میانگین خطای استاندارد	
۹۸	۳/۵۴۳۳	۰/۶۶۷۶	۰/۰۶۷۴۴	شادی

جدول ۹: نتایج آزمون میانگین جامعه آماری برای شادی دانشجویان دانشکده فقه و فلسفه

آزمون میانگین جامعه آماری						
ارزش آزمون=۳						
متغیر	آماره تی	درجه آزادی	ضریب معناداری دو دامنه	اختلاف میانگین	فاصله اطمینان ۹۵٪	
					حد پایین	حد بالا
شادی	۸/۰۵۶	۹۷	۰	۰/۵۴۳۲۷	۰/۴۰۹۴	۰/۶۷۷۱

در پاسخ به سؤال چهارم یعنی میزان شادی دانشجویان دانشکده‌های مدیریت، حقوق و فقه و فلسفه، بر اساس آزمون مقایسه میانگین چند گروه، (جداول ۱۰، ۱۱ و ۱۲) نشان می‌دهد که ضریب معنی داری آزمون، کوچک‌تر از ۰/۰۵ می‌باشد. بنابر این، تفاوت معناداری بین میانگین گروه‌ها وجود دارد.

جدول ۱۰: نتایج آزمون مقایسه میانگین چند گروه

ANOVA					
شادی	جمع مربعات(مجدورات)	درجه آزادی	مجدور میانگین	آماره فیشر	ضریب معنی داری
بین گروه‌ها	۲/۵۹۴	۲	۱/۲۹۷	۳/۳۹۶	۰/۰۳۵
درون گروه‌ها	۷۷/۵۰۸	۲۰۳	۰/۳۸۲		
کل	۸۰/۱۰۱	۲۰۵			

ولی این آزمون به تنهایی مشخص نمی‌کند که کدام میانگین‌ها متفاوت هستند. به همین دلیل، برای نیل به این هدف از آزمون توکی استفاده شد. تا مشخص شود تفاوت بین کدام دانشکده‌ها وجود دارد. نتایج این آزمون، در جدول شماره ۸ آمده است:

جدول شماره ۱۱: مقایسات چندگانه

مقایسات چندگانه						
شادی						
آزمون توکی						
رشته - تحصیلی (۱)	رشته - تحصیلی (۲)	اختلاف میانگین بین ۱ و ۲	انحراف استاندارد	ضریب معناداری	فاصله اطمینان ۰/۹۵ حد پایین حد بالا	
مدیریت	حقوق	-۰/۲۳۷۶۹	۰/۱۱۸۹۴	۰/۱۱۵	-۰/۵۱۸۵	۰/۰۴۳۱
	فقه و فلسفه	*-۰/۲۶۵۲۷	۰/۱۰۵۳۶	۰/۰۳۴	-۰/۰۱۶۵	-۰/۰۱۶۵
حقوق	مدیریت	۰/۲۳۷۶۹	۰/۱۱۸۹۴	۰/۱۱۵	-۰/۰۴۳۱	۰/۰۵۱۸۵
	فقه و فلسفه	-۰/۰۲۷۵۸	۰/۱۰۴۱۱	۰/۹۶۲	-۰/۲۷۳۴	۰/۲۱۸۲
فقه و فلسفه	مدیریت	*۰/۲۶۵۲۷	۰/۱۰۵۳۶	۰/۰۳۴	۰/۰۱۶۵	۰/۰۵۱۴
	حقوق	۰/۰۲۷۵۸	۰/۱۰۴۱۱	۰/۹۶۲	-۰/۲۱۸۲	۰/۲۷۳۴

*. اختلاف میانگین در سطح ۵ صدم معنادار است.

همان طور که جدول شماره ۱۱ نشان می‌دهد، تفاوت‌های معنادار با نشانه ستاره مشخص شده است. طبق آزمون توکی، بین میانگین شادی دانشجویان دانشکده مدیریت با دانشکده

فقه و فلسفه تفاوت معناداری وجود دارد. اما بین شادی دانشجویان دانشکده‌های مدیریت و حقوق، حقوق و فقه و فلسفه تفاوت معناداری وجود ندارد. با توجه به میانگین شادی دانشجویان دانشکده‌ها، که در جداول ۶، ۴ و ۸ آمده است و با توجه به نتایج این آزمون، می‌توان گفت: دانشجویان دانشکده فقه و فلسفه شادترند.

برای پاسخ به سؤال فرعی هفتم یعنی تفاوت شادی دانشجویان دختر و پسر، بر اساس آزمون مقایسه میانگین دو گروه (جدول ۱۲) نشان می‌دهد. ضریب معنی داری مربوط به آزمون لوین (آزمون مقایسه واریانس‌ها) بزرگ‌تر از ۰/۰۵ است. از این رو، فرض برابری واریانس‌ها پذیرفته می‌شود. بررسی سطر اول معلوم می‌کند که ضریب معنی داری آزمون تساوی میانگین‌ها با فرض تساوی واریانس‌ها بیش‌تر از ۰/۰۵ است. از این رو، فرض تساوی شادی در بین دانشجویان دختر و پسر پردیس قم دانشگاه تهران، با سطح خطای ۰/۰۵ پذیرفته می‌شود؛ یعنی در پاسخ به سؤال هفتم؛ تفاوت شادی دانشجویان دختر و پسر، منفی بوده و بین میزان شادی دانشجویان دختر و پسر تفاوت معنی داری وجود ندارد.

جدول شماره ۱۲: نتایج آزمون مقایسه میانگین دو گروه برای مقایسه شادی دانشجویان پسر و دختر

آزمون میانگین برای نمونه‌های مستقل									
آزمون تی تست برای تساوی میانگین‌ها					آزمون لوین برای تساوی واریانس‌ها				
فاصله اطمینان ۰/۹۵	اختلاف خطای استاندارد	اختلاف میانگین	ضریب معناداری دو دانه	درجه آزادی	آماره تی	ضریب معناداری	آماره فیشر	فرض مساوی بودن واریانس‌ها	
								حد پایین	حد بالا
۰/۳۰۵۵۸	۰/۰۷۶۵۳	۰/۰۹۶۸۷	۰/۱۱۴۵۲	۰/۲۳۹	۱۹۴	۱/۱۸۲	۰/۰۵۷	۳/۶۵۳	فرض مساوی بودن واریانس‌ها
۰/۳۲۱۹۹	۰/۰۹۲۹۴	۰/۱۰۴۵۹	۰/۱۱۴۵۲	۰/۲۷۶	۱۰۱/۴۶۲	۱/۰۹۵			فرض مساوی نبودن واریانس‌ها

برای پاسخ به این سؤال که میزان شادی دانشجویان مقاطع کارشناسی بیش از کارشناسی ارشد است، بر اساس آزمون مقایسه میانگین دو گروه، جدول ۱۳ نشان می‌دهد که خروجی این آزمون شامل دو قسمت می‌باشد: قسمت اول، مربوط به تساوی واریانس‌های دو گروه

و قسمت دوم، نتایج آزمون تساوی میانگین دو گروه را برای هر دو حالت تساوی و عدم تساوی واریانس‌ها نشان می‌دهد. ضریب معنا داری مربوط به آزمون لوین بزرگ‌تر از ۰/۰۵ است. از این رو، فرض برابری واریانس‌ها پذیرفته می‌شود. برای نتیجه‌گیری درمورد میانگین‌ها، اطلاعات سطر اول را مورد بررسی قرار می‌دهیم. ضریب معنا داری، آزمون تساوی میانگین‌ها، با فرض تساوی واریانس‌ها بیش‌تر از ۰/۰۵ است و فرض تساوی شادی در بین دانشجویان مقطع کارشناسی و کارشناسی ارشد پردیس قم دانشگاه تهران، در سطح خطای ۰/۰۵ پذیرفته می‌شود؛ یعنی پاسخ به سؤال منفی بوده و بین میزان شادی دانشجویان مقاطع کارشناسی و ارشد تفاوت معنی داری وجود ندارد.

جدول شماره ۱۳: نتایج آزمون مقایسه میانگین شادی دانشجویان مقطع کارشناسی و کارشناسی ارشد

آزمون میانگین برای نمونه‌های مستقل										
آزمون تی تست برای تساوی میانگین‌ها					آزمون لوین برای تساوی واریانس‌ها					
فاصله اطمینان ۰/۹۵	حد بالا	حد پایین	اختلاف	ضریب	درجه	آماره	ضریب	آماره	فرض مساوی بودن واریانس‌ها	
			خطای استاندارد							اختلاف میانگین
۰/۲۳۵۴۱		-۰/۱۱۹۶۹	۰/۰۹۰۰۳	۰/۰۵۷۸۶	۰/۵۲۱	۱۹۷	۰/۶۴۳	۰/۷۸۱	۰/۰۷۸	فرض مساوی بودن واریانس‌ها
۰/۲۳۵۲۲		-۰/۱۱۹۴۹	۰/۰۸۹۷۵	۰/۰۵۷۸۶	۰/۵۲	۱۴۸/۹۷۶	۰/۶۴۵			فرض مساوی نبودن واریانس‌ها

برای پاسخ به سؤال از وضعیت شادی در بین دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران، مطابق آزمون میانگین یک گروه (جدول ۱۵)، متغیر شادی در بین دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران، دارای وضعیت مطلوب می‌باشد؛ زیرا ضریب معنا داری آنها کوچک‌تر از ۰/۰۵ است، و حد بالا و پایین آن مثبت می‌باشد.

جدول ۱۴: آماره‌های آزمون میانگین یک جامعه آماری برای دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران

آماره‌های آزمون میانگین یک جامعه آماری				
میانگین خطای استاندارد	انحراف معیار	میانگین	تعداد	شادی
۰/۰۴۱۸۲	۰/۶۱۷۴۷	۳/۴۷۳۱	۲۱۸	

جدول ۱۵: نتایج آزمون میانگین یک جامعه آماری برای دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران

آزمون میانگین یک جامعه آماری					
ارزش آزمون=۳					
متغیر	آماره تی	درجه آزادی	ضریب معناداری دو دامنه	اختلاف میانگین	فاصله اطمینان ۹۵٪
					حد بالا
شادی	۱۱/۳۱۴	۲۱۷	۰	۰/۴۷۳۱۴	۰/۳۹۰۷ ۰/۵۵۵۶

برای رتبه‌بندی عوامل مؤثر در افزایش شادی دانشجویان و تعامل بین دانشجو و استاد، مشارکت دانشجو در فعالیت‌های کلاسی، شیوه‌های تدریس و ارزشیابی اساتید، جوسازمانی حاکم بر دانشگاه، امکانات رفاهی دانشگاه، عضویت در گروه‌های خاص؛ یعنی پاسخ به سؤال هشتم، از آزمون فریدمن استفاده شده است که نتایج آن در جدول ۱۶ و ۱۷ آمده است.

جدول ۱۶: معناداری آزمون فریدمن برای عوامل مؤثر بر شادی دانشجویان پردیس قم دانشگاه تهران

شاخص‌های آماری	مقادیر محاسبه شده
تعداد	۱۷۶
کای دو	۴۰/۷۷۲
درجه آزادی	۵
عدد معناداری	۰

نتایج نشان می‌دهد که مقدار عدد معناداری به دست آمده از سطح معناداری پذیرفته شده (۰/۰۵) کمتر می‌باشد. از این رو، فرض صفر رد می‌شود. می‌توان گفت مؤلفه‌های شادی رتبه‌یکسانی ندارند. اولویت‌بندی این مؤلفه‌ها در جدول شماره ۱۷ آمده است.

جدول ۱۷: اولویت‌بندی عوامل مؤثر بر شادی دانشجویان بر حسب تحلیل واریانس فریدمن

میانگین رتبه	عوامل مؤثر بر شادی دانشجویان پردیس قم
۲/۹۹	تعامل بین دانشجو و استاد
۳/۷۶	شیوه‌های تدریس و ارزشیابی اساتید
۳/۴۹	جوسازمانی حاکم بر دانشگاه
۳/۱۱	امکانات رفاهی دانشگاه
۳/۶	مشارکت دانشجو در فعالیت‌های کلاسی
۴/۵	عضویت در گروه‌های خاص (ورزشی، فرهنگی، مذهبی و ...)

با توجه به جدول ۱۷، عوامل مؤثر بر شادی دانشجویان را می‌توان به صورت زیر اولویت‌بندی کرد:

۱. تعامل بین دانشجو و استاد؛
۲. شیوه‌های تدریس و ارزشیابی استادان؛
۳. جو سازمانی حاکم بر دانشگاه؛
۴. امکانات رفاهی دانشگاه؛
۵. مشارکت دانشجو در فعالیت‌های کلاسی؛
۶. عضویت در گروه‌های خاص (ورزشی، فرهنگی، مذهبی و...).

پیشنهادات

۱. مدیریت دانشگاه‌ها باید بستری را برای دانشجویان فراهم کنند تا آنها بتوانند به راحتی و با شیوه‌های مختلف با استادان خود ارتباط برقرار کنند.
۲. پیشنهاد می‌گردد برای ایجاد شادی و انگیزش برنامه‌های رفاهی - تفریحی برگزار گردد.
۳. دستگاه‌ها و سازمان‌های مختلف بایستی درحوزه مسئولیت خود، برای گسترش فرهنگ شادی برنامه‌های لازم را تدوین و برای اجرای آن برنامه‌ها به صورت جدی تلاش نمایند.
۴. ایجاد محیطی شاد در محیط دانشگاه و کلاس درس جو تفاهم، همدلی و خلاقیت را هم افزایش می‌دهد.
۵. پیشنهاد می‌شود به منظور افزایش میزان شادی دانشجویان، رفتارهای عملی، هنری، اخلاقی و دینی در آنان افزایش یابد. به عبارت دیگر، مجموعه عوامل و مؤلفه‌های نظام آموزش عالی و دانشگاه، نظام برنامه‌ریزی آموزشی و درسی، روش‌های تدریس و ارزش‌یابی و مدیریت آموزشی و سایر عوامل مؤثر به گونه‌ای طراحی و اجرا شود که به تقویت و بهبود هرکدام از این رفتارها در دانشجویان توجه بیشتری شود.
۶. توجه به معنویات و تقویت بنیان‌های ارزشی و دینی از طریق توسعه دانش‌ها، ارزش‌ها و نمادهای اصیل اسلامی در دانشگاه‌ها برای افزایش شادمانی و نشاط دانشجویان و محیط‌های آموزشی.
۷. زدودن عوامل ایجاد تشویش خاطر و اضطراب و افزایش رضامندی از زندگی؛
۸. ایجاد فضای شاد و نشاط آور در ارتباطات و بها دادن به فعالیت‌های خودانگیزنده در جهت پرورش عواطف مثبت؛
۹. برنامه ریزی اصولی و استفاده بهینه از منابع و امکانات مادی دانشگاه؛
۱۰. فراهم آوردن شرایط محیطی مناسب برای افزایش شادی در بین دانشجویان و بهبود جو سازمانی؛

۱۱. پیشنهاد می‌گردد به بهداشت روانی دانشجویان توجه ویژه‌ای شود. این مهم را می‌توان از طریق ارائه برنامه‌ها و کارگاه‌های آموزشی و در قالب برنامه‌های مراکز مشاوره روانی به طور همگانی برای دانشجویان و خانواده‌های آنها انجام داد.

نتیجه گیری

شادمانی و نشاط به عنوان یکی از مهم‌ترین نیازهای روانی، نه تنها تأثیرات عمده‌ای بر شکل‌گیری شخصیت و زندگی انسان دارد، بلکه اهمیت زیادی در سلامت روانی و مقابله با مشکلات دنیای امروز دارد. انسان با نشاط، انسانی کارا، مبتکر، مولد و سازنده است. دانشگاه‌ها به عنوان نهادی علمی، که رسالت تولید و مدیریت دانش، تأمین و تربیت نیروی انسانی متخصص و مولد را در جامعه به عهده دارند، می‌توانند با ایجاد شادی و نشاط در بین دانشجویان، علاوه بر حفظ سلامت جسمی و روانی آنان، احتمال موفقیت خود را در همه شئون تحصیلی و معنوی افزایش دهند. دانشجویان شاد، احساس کنترل شخصی بیشتری بر توانائی‌های خود داشته، درماندگی و افسردگی را از خود دور می‌کنند و از ابعاد گوناگون شناختی، اجتماعی، هیجانی و جسمانی رشد کرده، از ویژگی‌های خوش‌بینی، هدفمندی، کنترل درونی، خلاقیت، برونگرایی و نوع‌دوستی، توافق اجتماعی و ارتباط مثبت، عزت نفس و سلامت شخصیت برخوردار می‌شوند.^{۳۶} و نقش زیادی در توسعه و تحول علمی و تفکر خلاق و پشرفت تحصیلی خواهند داشت.

نتایج حاصل از تحلیل داده‌های این پژوهش نشان می‌دهد، شادی دانشجویان پرديس قم دانشگاه تهران، مناسب و مطلوب بوده و وضعیت نشاط و شادی دانشجویان سه دانشکده مدیریت، فقه، فلسفه و حقوق نیز در حد مطلوب قرار دارد. بین میزان شادی دانشجویان دانشکده‌های مذکور تفاوت معناداری در سطح اطمینان ۰/۹۵ وجود دارد. دانشجویان دانشکده فقه و فلسفه از دانشجویان سایر دانشکده‌ها شادتر هستند که با یافته‌های کاظمیان مقدم و همکاران (۱۳۸۸)، مبنی بر تأثیر ارزش‌ها و هدف‌های معنوی، نیازهای بنیادی، عشق و علایق دینی و الهی (نگرشی دینی) در شادی، هماهنگی دارد. و بین میزان شادی دانشجویان دختر و پسر و دانشجویان مقاطع کارشناسی و کارشناسی ارشد، تفاوت معناداری مشاهده نمی‌شود. همچنین عوامل مختلفی در افزایش شادی دانشجویان تأثیر دارد که به ترتیب شامل تعامل بین دانشجو و استاد، شیوه‌های تدریس و

ارزشیابی استادان، جو سازمانی حاکم بر دانشگاه، امکانات رفاهی دانشگاه، مشارکت دانشجویان در فعالیت کلاس و عضویت در گروه‌های خاص ورزشی، فرهنگی، مذهبی و... می‌باشد که با یافته‌های عباسی (۱۳۸۳)، نصوحی دهنوی (۱۳۸۲)، علوی (۱۳۷۹)، تاحدودی هماهنگی دارد.

پی‌نوشت‌ها

۱. مریم مردای و همکاران، «شادمانی و شخصیت بررسی موردی»، *تازه‌های علوم شناختی*، ش ۲، ص ۶۳-۶۱.
۲. پروانه علوی، «بررسی رابطه شادی باشخصیت در دانشجویان دختر ورزشکار و غیرورزشکار دانشگاه تبریز»، *پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی*، ص ۹۸.
3. C. Graham, "The Economics of Happiness", *The Brooking Institution*, p231.
4. H.R. Easterline, "Explaining Happiness", *Proceeding of the National Academy of Sciences*, v 16, p 116 - 193.
5. Set Point
6. Hedonic Adaptation
7. H, R, Easterline, Op.cit, p 117.
8. Chronic Happiness Level
9. H, R, Easterline, Op.cit, p 112.
10. Circumstances
11. Life Status
12. H, R, Easterline, Opsit.
13. Intentional Activity
14. J. Montier, "Global Equity Strategy", *Journal of the Psychology of Happiness*, v.9, p 121.
15. S, Lyubomirsky et al., "Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change", *Review of General Psychology*, v 9, p 113.
16. Behavior Activity
17. Cognitive Activity
18. Voluntary Activity
19. J. Montier, Op.cit, p 123.
۲۰. حسن زارعی متین و همکاران، «نقش دانشگاه در ایجاد عوامل مؤثر برشادی»، *فصلنامه فرهنگ در دانشگاه اسلامی*، ش ۲، ص ۴.
۲۱. علی‌رضا ظهوری و عیله‌رضا فکوری، «وضعیت شادابی دانشجویان دانشکده مدیریت و اطلاع‌رسانی پزشکی دانشگاه علوم پزشکی ایران»، *فصلنامه ارمغان دانش*، ش ۳۰، ص ۶۳. اسم مجله اصلاح شود
۲۲. کبری کاظمیان مقدم و مهناز مهرابی زاده هنرمند، «بررسی رابطه نگرش مذهبی با شادکامی و سلامت روانی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد بهبهان»، *روانشناسی ودین*، ش ۴(۲)، ص ۱۵۹.
۲۳. حسن زارعی متین و همکاران، همان، ص ۵.
۲۴. مرتضی امیدیان، «بررسی وضعیت سلامت عمومی و شادکامی در دانشجویان دانشگاه یزد»، *فصلنامه مطالعات تربیتی و روانشناسی دانشگاه فردوسی*، ش ۱(۱۰)، ص ۱۱۶-۱۰۱.
25. Lucas
26. Diener
27. Suh
28. R, E, Lucas & E, Diner & E, Suh, "Discriminant Validity of Well – Beinge Measures", *Journal of Personality and Social Psychology*, v 71, p 616-628.
29. Schwartz & Strack
30. F. Strack & N. Schwartz, "Evaluating One's Life: a Judgement Model of Subjective Well – Being", *Subjective Well – Being: an Interdisciplinary Approach*, p 27-47.
۳۱. پروانه علوی، همان، ص ۷۱.
۳۲. محمود نصحی دهنوی، «بررسی رابطه بین میزان شادمانی و عوامل آموزشی دانشگاهی دانش‌آموزان دبیرستانی شهرستان مبارکه سال تحصیلی ۸۲-۸۱»، *پایان‌نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان*، ص ۹۶.

-
۳۳. ناهید عباسی، «بررسی عوامل مؤثر بر نشاط و شادابی دانش آموزان از دیدگاه دبیران و دانش آموزان دبیرستانهای دخترانه شهر اصفهان درسال تحصیلی ۱۳۸۲-۱۳۸۳»، پایان نامه کارشناسی ارشد علوم تربیتی دانشگاه آزاد خوراسگان، ص ۸۹.
۳۴. علی جعفری، «رابطه ابعاد شخصیت و خلاقیت با شادکامی دربین دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه تبریز»، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه پیام نور مرکز تهران، ص ۱۲۸.
۳۵. حمیدرضا حیاتی، «تأثیر محیط فیزیکی مدرسه بر نشاط دانش آموزان دوره ی متوسطه شهرستان ساری»، پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی رودهن، ص ۱۰۶.
۳۶. مریم مرادی وهمکاران، همان، ص ۶۷.

منابع

- امیدیان، مرتضی، «بررسی وضعیت سلامت عمومی و شادکامی در دانشجویان دانشگاه یزد»، *فصلنامه مطالعات تربیتی و روانشناسی دانشگاه فردوسی*، ش ۱(۱۰)، ۱۳۸۸، ص ۱۱۶-۱۰۱
- جعفری، علی، «رابطه ابعاد شخصیت و خلاقیت با شادکامی در بین دانشجویان مقطع کارشناسی دانشگاه تبریز»، *پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه پیام نور مرکز تهران*، ۱۳۸۷.
- حیاتی، حمیدرضا، «تأثیر محیط فیزیکی مدرسه بر نشاط دانش‌آموزان دوره متوسطه شهرستان ساری»، *پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی رودهن*، ۱۳۸۷.
- زارعی متین، حسن و همکاران، «نقش دانشگاه در ایجاد عوامل مؤثر بر شادی»، *فصلنامه فرهنگ در دانشگاه اسلامی*، ش ۲، ص ۲۷-۴، ۱۳۸۸.
- ظهوری، علیرضا، فکوری، علیرضا، «وضعیت شادابی دانشجویان دانشکده مدیریت و اطلاع رسانی پزشکی دانشگاه علوم پزشکی ایران»، *فصلنامه ارمان دانش*، ش ۳۰، ص ۷۲-۶۳، ۱۳۸۲.
- عباسی، ناهید، «بررسی عوامل مؤثر بر نشاط و شادابی دانش‌آموزان از دیدگاه دبیران و دانش‌آموزان دبیرستانهای دخترانه شهر اصفهان در سال تحصیلی ۱۳۸۲-۱۳۸۳»، *پایان نامه کارشناسی ارشد دانشکده علوم تربیتی دانشگاه آزاد خوراسگان*، ۱۳۸۳.
- علوی، پروانه، «بررسی رابطه شادی با شخصیت در دانشجویان دختر ورزشکار و غیرورزشکار دانشگاه تبریز»، *پایان نامه کارشناسی ارشد دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکزی*، ۱۳۷۹.
- کاظمیان مقدم، کبری و مهربانی زاده هنرمند، مهناز، «بررسی رابطه نگرش مذهبی با شادکامی و سلامت روانی دانشجویان دختر و پسر دانشگاه آزاد اسلامی واحد بهبهان»، *فصلنامه روانشناسی و دین*، سال دوم، ش ۴، زمستان، ص ۱۷۴-۱۵۷، ۱۳۸۸.
- مردای، مریم و همکاران، «شادمانی و شخصیت بررسی موردی»، *تازه‌های علوم شناختی*، ش ۲، ص ۶۳-۶۱، ۱۳۸۴.
- نصوحی دهنوی، محمود. «بررسی رابطه بین میزان شادمانی و عوامل آموزشی دانشگاهی دانش‌آموزان دبیرستانی شهرستان مبارکه سال تحصیلی ۸۲-۸۱»، *پایان نامه کارشناسی ارشد دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوراسگان*، ۱۳۸۲.
- Easterline, H. R., "Explaining Happiness", *Proceeding of the National Academy of Sciences*, v 16, septamber 2003, p 116-193.
- Graham, C., "The Economics of Happiness", *The Brooking Institution*, 2005.
- Lucas, R., E & Diner, E, & Suh, E, "Discriminant Validity of Well – Being Measures", *Journal of Personality and Social Psychology*, v71, 1996, p 616-628.
- Lyubomirsky, S. et al., "Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change", *Review of General Psychology*, v 9, 2005, p 111-131.
- Montier, J, "Global Equity Strategy", *Journal of the Psychology of Happiness*, 2004.
- Schwartz, N., Strack, F., "Evaluating one's Life: Ajudgement Model of Subjective Well – Being", *Subjective Well – Being: an Interdisciplinary Approach*, 1991, p 27-47