

## رابطه شادکامی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان دختر دانشگاه قم

فهیمة محمدی آزاد<sup>۱</sup>، رضاجعفری هرندي<sup>۲</sup>

<sup>۱</sup> دانشجوی کارشناسی ارشد رشته روان شناسی تربیتی دانشگاه قم

<sup>۲</sup> دانشیار گروه علوم تربیتی دانشگاه قم

نام نویسنده مسئول:

فهیمة محمدی آزاد

### چکیده

هدف تحقیق بررسی رابطه شادکامی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان دختر دانشگاه قم است. روش تحقیق توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری این پژوهش شامل ۳۶۲۱ دانشجوی دختر از کلیه رشته های دانشگاه قم در نیمسال اول ۹۷-۱۳۹۶ هستند و نمونه آماری بدست آمده، تعداد ۳۱۷ نفر از همین دانشجویان هستند که براساس جدول مورگان و کرجسی به شیوه تصادفی طبقه ای انتخاب شدند. ابزار جمع آوری اطلاعات در این پژوهش، پرسشنامه شادکامی آکسفورد حاوی تعداد ۲۹ سوال در طیف ۴ درجه ای با پایایی ۰/۸۰۳ بود. همچنین برای بررسی میزان پیشرفت تحصیلی، معدل دانشجویان مد نظر قرار گرفت. برای تجزیه تحلیل اطلاعات از آزمون T تک آزمودنی و ضریب همبستگی پیرسون در قالب نرم افزار SPSS استفاده شده است. یافته ها نشان داد میزان شادکامی دانشجویان دختر دانشگاه قم در حد مطلوب است و میزان پیشرفت تحصیلی دانشجویان نیز بالاتر از حد متوسط است. بین میزان شادکامی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان رابطه معنی دار وجود دارد. بنابراین با افزایش شادی و نشاط دانشجویان می توان آن ها را در دستیابی به موفقیت یاری رساند.

**واژگان کلیدی:** شادکامی، پیشرفت تحصیلی، دانشجویان دختر، دانشگاه قم.

## مقدمه

تحصیل علم و بدست آوردن دانش یکی از نیازهای ذاتی و با ارزش انسان است، این نیاز از ابتدای پیدایش انسان وجود داشته و انسان در هر زمان و شرایطی به دنبال تحصیل علم بوده است؛ البته این تحصیل علم در هر زمانی به مقتضای شرایط خود صورت گرفته است. این اهمیت دادن فطری آدمی به علم و دانش روز به روز با پیشرفت علوم بیشتر گشته و انسان ها را به سمت جستجوی دانش و بدست آوردن علوم مختلف کشانده است.

این اهمیت کسب و دانش، امروزه از اهمیت به صورت یک نیاز فطری انسان ها گذشته، و به شکل نیازی گسترده برای جوامع در آمده است؛ زیرا امروزه در جوامع کنونی لحظه به لحظه نیاز مند پاسخ دادن به سوال ها و کنجکاوی ها ی بی شمار بشریت هستیم. پس بر این اساس اهمیت کسب و دانش چه از لحاظ فردی و چه اجتماعی مشخص می شود.

بر این اساس می توان گفت پیشرفت تحصیلی<sup>۱</sup> یکی از شاخص های مهم در ارزیابی آموزش و پرورش است و تمام کوشش نظام برای پوشاندن جامعه ی عمل به این امر است. آموزش و پرورش به طور ویژه در سرنوشت فرد رشد و تکامل موفقیت آمیز و جایگاه فرد در جامعه تأثیر دارد. با توجه به اینکه میزان پیشرفت و افت تحصیلی یکی از ملاک های کارایی نظام آموزشی است، کشف و بررسی متغیر های تأثیر گذار بر عملکرد تحصیلی می تواند منجر به پیشرفت تحصیلی می شود (پاییزی، شهرآرای، فرزاد، صفایی، ۱۳۸۶).

از آنجا که ورود به دانشگاه با تغییرات عمده ای در زندگی اجتماعی، خانوادگی و فردی دانشجو همراه است، می توان گفت دوره ی دانشجویی مقطع حساسی است که عوامل تأثیر گذار در این دوره بسیار حائز اهمیت است؛ به طوری که آوری و همکاران (۱۳۹۴) بیان می کنند: ((افت تحصیلی دانشگاهی یک مسئله جدی است، به طوری که حدود ۵۰٪ دانشجویان در سال اول و دوم دانشگاه با افت تحصیلی رو به رو می شوند)). همچنین تحقیقات صادقان و همکارانش نشان داد هرساله بیش از نیمی از میلیون ها دانشجویی که در جهان به دانشگاه راه میابند، ترک تحصیل کرده و مشروط می شوند یا نمی توانند تحصیلات خود را در موعد مقرر به پایان برسانند. تحصیلات دانشگاهی در ایران نیز به دلیل شرایط تحصیلی و محیطی های خوابگاهی و... یک دوره ی تنش زا بوده و باعث افت تحصیلی می شود (آوری و همکاران، ۱۳۹۴).

براین اساس محقق در این تحقیق به دنبال یافتن تأثیر یکی از این عوامل تأثیر گذار بر پیشرفت تحصیلی، به نام شادکامی<sup>۲</sup> است. شادکامی که به معنای حس نسبتاً مطلوبی از زندگی و شرایط روزمره داشتن، می باشد؛ از گذشته تا به اکنون مورد توجه مردمان بوده است و همه ی انسان ها سعی در به دست آوردن و ترویج حس شادمانی داشته اند؛ زیرا این امر عاملی موثر در همه امور زندگی از کار و فعالیت ها ی روزمره گرفته تا روابط با خانواده و اطرافیان می باشد. شادکامی از عهد باستان بخش مهمی از کیفیت زندگی و ناشی از قضاوت انسان درباره چگونگی گذران زندگی بوده است که میتواند بر سلامت جسمانی و روانی تأثیر بگذارد (زارعی، صامریان، عبدی، ۱۳۹۲). براین اساس شادی و نشاط یکی از نیاز های روانی و نیاز های اولیه فطری و ضروری انسان است که تأثیر عمده ای بر زندگی افراد دارد. این مفهوم زیبا که به صورت یک نیاز فطری تعریف شده علاقه محقق را به سمت خود کشیده تا میزان تأثیر شادکامی را بسنجد.

در تعریف این متغیر آمده است که شادکامی درجه و میزانی است که فرد با آن کیفیت زندگی اش را به طور مطلوب قضاوت می کند در واقع شادکامی میزان شادی و رضایت از زندگی در فرد است، (بیرامی، جعفری و بهرامی، ۱۳۹۳).

آرگیل و گراسلند<sup>۳</sup> (۱۹۸۷) کامل ترین تعریف از شادکامی ارائه می دهد که شادکامی را دارای سه بخش مهم دانسته اند: عاطفه مثبت یا احساس خوشی، رضایت از زندگی و نداشتن احساس منفی مانند افسردگی و اضطراب (رستگار، عبداللهی، شاهقلیان، ۱۳۹۳).

شادکامی و شادی جزء یکی از شش هیجان بزرگ هستند: تعجب، خشم، شادی، ترس، تنفر، نگرانی (بیرامی و همکاران، ۱۳۹۳). افراد شادکام در پردازش اطلاعات خوش بین تر و خوش حال تر عمل می کنند؛ برونر<sup>۴</sup> (۱۹۹۸) در این باره می گوید افراد دارای سوگیری پردازش اطلاعات اند که این سوگیری باعث می شود آن ها اطلاعات را طوری تفسیر کنند که به خوش بینی و خوش حالی آن ها منجر شود به طور کلی شادکامی در زندگی فردی و اجتماعی تأثیر بالایی دارد و حتی سلامت روان افراد را تحت تأثیر قرار می دهد. امروزه بررسی هیجان ها و عواطف اهمیت بسیاری یافته است و جنبه ی مثبت این هیجان ها احساس شادی و نشاط است. افراد شاد معمولاً پر تحرک، فعال و خوش بین هستند و به نظر داینر<sup>۵</sup> (۲۰۰۲) مفهوم شادکامی چند مفهوم زیبا مانند شادی، خشنودی، لذت و خوشایندی را به ذهن متبادر میکند (نعمتی، پاشاشریفی، قاضی، ۱۳۸۸).

<sup>1</sup> Happiness<sup>2</sup> happiness<sup>3</sup> Argyle & Crossland<sup>4</sup> Boroner<sup>5</sup> Diener

در این زمینه فریتز<sup>۶</sup> (۱۹۸۴) دریافت نوجوانی که احساس شادکامی و بهزیستی بالایی دارد در عملکرد تحصیلی فعال ترند و پیشرفت تحصیلی بالاتری دارند. همچنین کارولین<sup>۷</sup> (۲۰۰۴) نیز نشان داد افرادی که رضایت‌مندی بالایی از زندگی دارند با تکالیف بهتر درگیر می‌شوند، از معلمین خود به راحتی در خواست می‌کنند، راه‌حل‌های بهتری برای حل مسئله خلق می‌کنند و ... (پاییزی و همکاران، ۱۳۸۶).

صالح زاده، فلاحتی و رحیمی (۱۳۹۵) در پژوهشی با عنوان "نقش عملکرد خانواده، دلبستگی به همسران و عملکرد تحصیلی در پیش بینی شادکامی دختران" در تحلیل رگرسیون دریافتند که عملکرد تحصیلی نقش معناداری در پیش بینی شادکامی دانش آموزان ندارد. سیاه برگرد و همکاران (۱۳۹۴) در پژوهشی با هدف "بررسی رابطه باورهای مذهبی و شادکامی با موفقیت تحصیلی در دانشجویان" انجام دادند، بین شادکامی و موفقیت تحصیلی در زنان و مردان رابطه معناداری مشاهده نکردند. آوری و همکاران (۱۳۹۴) در مقاله‌ای تحت عنوان "بررسی عوامل مؤثر بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان" نشان دادند سن، مقطع تحصیلی، رضایت از وضعیت اقتصادی، انتخاب دوست از بین همکلاسی‌ها و حضور مرتب در دروس عملی به مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر پیشرفت تحصیلی بودند. آریایی مقدم و زارع (۱۳۹۳) در تحقیقی با عنوان "بررسی رابطه خلاقیت و شادکامی با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان" بین نمره‌ی شادکامی با پیشرفت تحصیلی در دو گروه دختر و پسر رابطه‌ی معنی‌داری مشاهده نکردند و تنها رابطه‌ی شادکامی با درس زبان انگلیسی و ریاضی در پسران معنی دار بود. صفاری و همکاران (۱۳۹۳) در مقاله‌ای تحت عنوان "شادکامی، خودکارآمدی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان" نشان دادند که عواملی همچون وضعیت تاهل، سن، مقطع و رشته تحصیلی و همچنین شاخص پیشرفت تحصیلی دارای ارتباط معنی‌داری با شادکامی بوده؛ همچنین همبستگی مثبت و معنی‌داری بین سه متغیر اصلی مورد مطالعه یعنی شادکامی، خودکارآمدی و پیشرفت تحصیلی یافت گردید. پیشوایی، بختیاری فر، ابراهیمی، پیشوایی (۱۳۹۳) در پژوهشی با هدف "پیش بینی پیشرفت تحصیلی براساس عزت نفس، شادکامی و خودکارآمدی دانش آموزان" دریافتند که بین سه متغیر خودکارآمدی، عزت نفس و شادکامی، متغیر خودکارآمدی تنها متغیری بود که پیشرفت تحصیلی دانش آموزان را پیش بینی کرد. در مورد دانش آموزان دختر در بین سه متغیر خودکارآمدی، عزت نفس و شادکامی، خودکارآمدی تنها عامل عمده‌ی پیش بینی کننده‌ی پیشرفت تحصیلی بود. کیومرثی و مومنی (۱۳۹۲) در مقاله‌ای تحت عنوان "بررسی ارتباط سرمایه‌ی اجتماعی و شادکامی با پیشرفت تحصیلی در دانش آموزان" نشان داد سرمایه‌ی اجتماعی و شادکامی با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر دبیرستانی رابطه‌ی مثبت معنی‌داری دارند، بر این اساس سطوح بالای سرمایه‌ی اجتماعی و شادکامی، پیشرفت تحصیلی دانش آموزان را افزایش می‌دهد. زارعی، صامریان و عبدی (۱۳۹۲) در مقاله‌ای با عنوان "وضعیت شادکامی در دانشجویان رشته‌های مدارک پزشکی و فناوری اطلاعات" دریافتند بین شادکامی و عواملی مانند رشته‌ی تحصیلی، جنس، سن، وضعیت تاهل دوره‌ی و ترم تحصیلی رابطه‌ی معنی‌داری به لحاظ آماری مشاهده نشد اما به لحاظ توصیفی دانشجویان پسر شادتر از دخترها، دانشجویان متأهل شادتر از مجردها و دانشجویان جوان تر شادتر از مسن‌ترها بودند. همچنین با افزایش ترم تحصیلی، میزان شادمانی در دانشجویان کاهش پیدا می‌کرد. پورسینا، احمدی و شفیع آبادی (۱۳۹۲) در تحقیقی با هدف "بررسی اثر بخشی شادکامی بر اضطراب، پیشرفت تحصیلی و ارتباط والد فرزند در دانش آموزان دختر" نشان دادند که مداخله به روش شادکامی و مثبت‌اندیشی، بر مؤلفه‌های اضطراب آشکار، اضطراب پنهان و پیشرفت تحصیلی تأثیر داشته است. نعمتی، پاشا شریفی و قاضی (۱۳۸۸) در مقاله‌ای تحت عنوان "تأثیر شادکامی بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان" تفاوت معناداری را بین میانگین نمره‌های امتحانی دو گروه آزمایش و گواه نشان داد که بیانگر تأثیر مثبت آموزش شادکامی بر میزان شادی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان است.

پیکواراس<sup>۸</sup> و همکاران (۲۰۱۱) دریافتند افرادی شادترند که در معمولا در دوره امتحانات اضطراب نداشته و یا اضطراب کمی دارند. نوئل لویتز<sup>۹</sup> (۲۰۱۱) پس بررسی نمونه گسترده‌ای از میان دانشگاه‌های آمریکا به این نتیجه رسید که معدل تحصیلی دانشجویان، ارتباط معناداری با رضایت و شادکامی آنها دارد.

پاتریک<sup>۱۰</sup> و همکاران (۲۰۰۷) در پژوهشی تحت عنوان شادکامی و عملکرد تحصیلی نشان دادند که بین رفاه و عملکرد تحصیلی رابطه متقابل وجود دارد.

تلول، لان و واتسون<sup>۱۱</sup> (۲۰۰۷) در پژوهشی نشان دادند که حالات خلقی مثبت، خودکارآمدی و اهداف مرتبط با خود، ۲۰ درصد واریانس عملکرد تحصیلی را پیش بینی می‌کنند.

<sup>6</sup> Fritz<sup>7</sup> Corolin<sup>8</sup> Piqueras<sup>9</sup> Noel Levitz<sup>10</sup> Patrik<sup>11</sup> Thelwell, Lane & Weston

مطالعه چاو<sup>۱۲</sup> (۲۰۰۵) نیز حاکی از آن است که در بین دانشجویان کانادایی معدل تحصیلی و رضایت از تحصیل ارتباط قابل توجهی با شادکامی دارد.

لیوبومیرسکی، کنون و اسپکاد<sup>۱۳</sup> (۲۰۰۵) نیز دریافتند که افراد شاد، بازدهی فردی، خانوادگی، تحصیلی و اجتماعی بالاتری دارند. بر این اساس از آنجا که به عقیده ی بندورا (۱۹۸۶) فعالیت‌های یادگیری دانشجویان به وسیله سه عامل فرآیندهای شخصی، محیطی و رفتاری آن‌ها تعیین می شود (آوری و همکاران، ۱۳۹۴)؛ می توان گفت قطعاً شادکامی می تواند جزء یکی از فرآیندهای شخصی تاثیرگذار بر فعالیت های یادگیری باشد. بنابراین با توجه به آنچه بیان شد سوال اساسی آن است که آیا شادکامی بر پیشرفت تحصیلی تاثیر دارد یا خیر؟؟

## روش

این تحقیق، پژوهشی توصیفی از نوع همبستگی است که به صورت مقطعی در سال ۹۷-۱۳۹۶ انجام گرفته است. از آنجایی که هدف این پژوهش یافتن رابطه شادکامی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان است؛ میزان پیشرفت تحصیلی و شادکامی در دانشجویان دختر دانشگاه قم مورد سنجش قرار گرفته است. به این صورت که از بین دانشجویان دختر دانشگاه قم-۳۶۲۱ نفر-که در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ در این دانشگاه مشغول به تحصیل بوده اند، ۳۱۷ نفر با استفاده از جدول مورگان، کرجسی و کهن<sup>۱۴</sup> به عنوان نمونه انتخاب شدند. در این مطالعه از روش نمونه‌گیری طبقه‌ای به صورت تصادفی استفاده شد به این صورت که محقق دانشجویان براساس دانشکده‌های مختلف موجود در این دانشگاه به ۶ گروه فنی مهندسی، علوم پایه، حقوق، مدیریت، الهیات، ادبیات و علوم انسانی تقسیم کرده و نمونه را به تناسب افراد موجود در هر گروه تقسیم کرده است (جدول ۱).

جدول ۱

| جامعه | فنی مهندسی | علوم پایه | حقوق | مدیریت | الهیات | ادبیات و علوم انسانی | جمع  |
|-------|------------|-----------|------|--------|--------|----------------------|------|
| جامعه | ۵۴۶        | ۸۴۱       | ۳۳۰  | ۴۶۳    | ۷۲۷    | ۳۴۱                  | ۳۶۲۱ |
| نمونه | ۳۸         | ۴۵        | ۷۲   | ۳۰     | ۶۶     | ۶۳                   | ۳۱۷  |
| درصد  | ٪۱۵        | ٪۲۳       | ٪۹   | ٪۱۲    | ٪۲۱    | ٪۲۰                  | ٪۱۰۰ |

ابزار مورد استفاده در این پژوهش پرسشنامه شادکامی آکسفورد<sup>۱۵</sup> (OHI) است. پایه ی نظری این پرسشنامه براساس نظر آرگیل و گراسلند (۱۹۸۷) از شادکامی است. آن‌ها به منظور ارایه ی یک تعریف عملیاتی از شادکامی آن را سازه‌ای دارای ۳ بخش مهم دانسته‌اند: فراوانی و درجه عاطفه مثبت یا احساس خوشی، میانگین سطح رضایت در طول یک دوره و نداشتن احساس منفی. (عابدی، میرشاه جعفری، لیاقتدار، ۱۳۸۵). این آزمون در سال ۱۹۸۹ توسط آرگیل و مارتین<sup>۱۶</sup> و گراسلند بر اساس پرسشنامه افسردگی بک ساخته شده است و در سال ۱۹۹۵ ارتقای مقیاس یافت و برخی از خصوصیات آن توسط آرگیل و لو<sup>۱۷</sup> مورد بررسی قرار گرفت. در ۲۰ سالی که از انتشار آن می‌گذرد، مطالعات مختلفی با استفاده از این سیاهه به منظور اندازه گیری شادکامی و هنجاریابی آن در کشورهای مختلف صورت گرفته که نتیجه ی آن‌ها، معرفی این مقیاس به عنوان یک ابزار نیرومند و معتبر در سنجش شادی بوده است. (هادی نژاد و زارعی، ۱۳۸۸). این پرسشنامه دارای ۲۹ آیت است، به این ترتیب که ۲۱ گزاره از طریق معکوس کردن جمله‌های فهرست افسردگی بک بدست آمده و ۱۱ گزاره دیگر به آن افزوده شده تا سایر جنبه‌های شادکامی را نیز در بر بگیرد. پس از اجرای مقدماتی و حذف ۳ گزاره، فرم نهایی فهرست به ۲۹ گزاره تقلیل یافت. (نجفی، دهشیری، دبیری، شیخی، جعفری، ۱۳۹۱).

این پژوهش در ایران نیز هنجاریابی گشته است؛ از جمله هادی نژاد و زارعی (۱۳۸۸) در پژوهشی که روی دانش آموزان رشته ی نظری استان زنجان انجام دادند، اعتبار پرسشنامه با فاصله زمانی چهار هفته ۰٫۷۸ و از طریق آلفای کرونباخ ۰٫۸۴ و در مرحله آزمون مجدد ۰٫۸۷ گزارش شده است. در این پژوهش برای بررسی روایی، از تحلیل عاملی استفاده شده که نتایج نشان دهنده ی استخراج ۷ عامل از پرسشنامه است که در مجموع ۳۳ درصد واریانس کل پرسش ها را تبیین می کند. نتایج پژوهش های علی پور و آگاه هریس (۱۳۸۶)، عابدی، میرشاه

<sup>12</sup> Chow

<sup>13</sup> Lyubomirsky, Kennon & Schkade

<sup>14</sup> Morgan, Kerjcie, Cohen

<sup>15</sup> Oxford Happiness Questionnaire

<sup>16</sup> Martion

<sup>17</sup> Argyle & Iuo

جعفری و لیاقتدار (۱۳۸۵) و همچنین علی پور و نور بالا (۱۳۸۷) نیز حاکی از اعتبار و روایی قابل قبول برای آزمون شادکامی آکسفورد در جامعه ایران است.

در این پژوهش معدل دانشجویان به عنوان ملاکی برای پیشرفت تحصیلی در نظر گرفته شده است. پس از جمع آوری اطلاعات از طریق پرسشنامه، برای تجزیه تحلیل داده ها از آزمون T تک آزمودنی و ضریب همبستگی پیرسون در قالب نرم افزار spss استفاده شده است.

### یافته ها

از ۳۱۷ پرسشنامه ای توزیع شده، با توجه به ریزشی در طی روند جمع آوری پرسشنامه ها داشته، تعداد ۳۰۰ نفر مورد بررسی آماری قرار گرفتند. از ۳۰۰ نفری که پرسشنامه را تکمیل کردند ۴۵ نفر ورودی ۹۰ (٪۱۵)، ۶۰ نفر ورودی ۹۱ (٪۲۰)، ۶۶ نفر ورودی ۹۲ (٪۲۲)، ۵۶ نفر ورودی ۹۳ (٪۱۹) و ۷۳ نفر ورودی ۹۴ (٪۲۴) بودند (جدول ۲). میانگین معدل (انحراف استاندارد) این دانشجویان (۱/۹۶) ۱۷/۰۶ بدست آمد (جدول ۳). میانگین شادکامی (انحراف استاندارد) در این مطالعه (۱۰/۹۷) ۳۹/۴۱ بدست آمد (جدول ۴).

جدول ۲

| درصد تجمعی     |     | درصد | فراوانی | ورودی سال |
|----------------|-----|------|---------|-----------|
| متغیرهای معتبر | ۱۵  | ۱۵   | ۴۵      | ۹۰        |
|                | ۳۵  | ۲۰   | ۶۰      | ۹۱        |
|                | ۵۷  | ۲۲   | ۶۶      | ۹۲        |
|                | ۷۶  | ۱۹   | ۵۶      | ۹۳        |
|                | ۱۰۰ | ۲۴   | ۷۳      | ۹۴        |
|                |     | ۱۰۰  | ۳۰۰     | جمع کل    |

جدول ۳

| معدل             |         |        |
|------------------|---------|--------|
| تعداد            | معتبر   | ۳۰۰    |
|                  | بی ارزش | ۰      |
| میانگین          |         | ۱۷/۰۶  |
| انحراف استاندارد |         | ۱/۶۹۰  |
| واریانس          |         | ۲/۸۵۷  |
| کجی              |         | -۰/۹۳۳ |
| کمینه            |         | ۹/۰    |
| بیشینه           |         | ۱۹/۸۱  |

جدول ۴

| شادکامی          |         |        |
|------------------|---------|--------|
| تعداد            | معتبر   | ۳۰۰    |
|                  | بی ارزش | ۰      |
| میانگین          |         | ۳۹/۴۱  |
| انحراف استاندارد |         | ۱۰/۹۷۷ |
| واریانس          |         | ۱۲۰/۵۱ |
| کجی              |         | -۰/۰۸۹ |

|        |       |
|--------|-------|
| کمینه  | ۱۱/۰۰ |
| بیشینه | ۶۹/۰۰ |

در این بخش، یافته‌ها به ترتیب بر اساس سوال‌های تحقیق در قالب جداول زیر ارائه شده است:

سوال اول: آیا میزان شادکامی دانشجویان در حد مطلوب است؟ (حد مطلوبیت در پرسشنامه شادکامی آکسفورد ۴۰ است) که برونداد این آزمون در جدول ۵ آمده است:

جدول ۵- نتایج آزمون t تک نمونه‌ای، مقایسه میانگین با میانگین فرضی

| میانگین فرضی | میانگین | انحراف معیار | t      | درجه آزادی | سطح معناداری |
|--------------|---------|--------------|--------|------------|--------------|
| ۴۰           | ۳۹/۴۱   | -۰/۵۸۰       | -۰/۶۱۷ | ۲۹۹        | ۰/۵۳۸        |

براساس نتایج جدول بالا، مقدار سطح معنی‌داری بدست آمده (۰/۵۳۸) است و چون این مقدار بیشتر از ۰/۰۱ است، لذا تفاوت مشاهده شده بین میانگین فرضی و میانگین مشاهده شده از نظر آماری در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنادار نیست. به عبارتی دیگر میانگین میزان شادکامی دانشجویان با میزان متوسط شادکامی اختلاف معنی‌داری ندارد؛ بنابراین میزان شادکامی دانشجویان در حد مطلوب است.

سوال دوم: آیا میزان پیشرفت تحصیلی دانشجویان در حد متوسط است؟ (میزان پیشرفت تحصیلی متوسط ۱۶ در نظر گرفته شده است) که برونداد این آزمون در جدول ۶ آمده است:

جدول ۶- نتایج آزمون t تک نمونه‌ای، مقایسه میانگین با میانگین فرضی

| میانگین فرضی | میانگین | انحراف معیار | T     | درجه آزادی | سطح معناداری |
|--------------|---------|--------------|-------|------------|--------------|
| ۱۶           | ۱۷/۰۶   | ۱/۰۶۰        | ۷/۳۱۵ | ۲۹۹        | <۰/۰۰۰       |

براساس نتایج جدول بالا، سطح معنی‌داری بدست آمده (<۰/۰۰۰) است و چون این مقدار کمتر از ۰/۰۱ است، لذا تفاوت مشاهده شده بین میانگین فرضی و میانگین مشاهده شده از نظر آماری در سطح اطمینان ۹۵ درصد معنادار است. به عبارتی دیگر میانگین میزان پیشرفت تحصیلی دانشجویان با میزان متوسط پیشرفت تحصیلی اختلاف معنی‌داری دارد؛ بنابراین میزان پیشرفت تحصیلی دانشجویان بالاتر از حد متوسط است.

سوال سوم: آیا بین شادکامی با پیشرفت تحصیلی دانشجویان رابطه وجود دارد؟ برونداد این آزمون در جدول ۷ آمده است:

جدول ۷

|                                   |                     | پیشرفت تحصیلی | شادکامی |
|-----------------------------------|---------------------|---------------|---------|
| پیشرفت تحصیلی                     | ضریب همبستگی پیرسون | ۱             | ۰/۱۹۶*  |
|                                   | سطح معنی‌داری       |               | ۰/۰۲۴   |
|                                   | تعداد               | ۳۰۰           | ۳۰۰     |
| شادکامی                           | ضریب همبستگی پیرسون | ۰/۱۹۶*        | ۱       |
|                                   | سطح معنی‌داری       | ۰/۰۲۴         |         |
|                                   | تعداد               | ۳۰۰           | ۳۰۰     |
| *همبستگی در سطح ۰,۰۵ معنادار است. |                     |               |         |

بر اساس نتایج جدول بالا و با توجه به اینکه سطح معنی‌داری بدست آمده (۰/۰۲۴) است و چون این مقدار کمتر از ۰/۰۱ است، لذا با اطمینان ۹۵ درصد سوال سوم پژوهش تایید می‌شود. بنابراین بین شادکامی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشگاه قم رابطه معنادار و مثبت وجود دارد.

## بحث و نتیجه گیری

چنانچه دیدیم یافته های این تحقیق نشان داد شادکامی و پیشرفت تحصیلی دانشجویان در حد مطلوب و بیش تر از حد متوسط است و بین شادکامی با پیشرفت تحصیلی رابطه ی وجود دارد؛ که این یافته ها با تحقیقات زارعی و همکاران (۱۳۹۲)، نعمتی و همکاران (۱۳۸۸)، پورسینا و همکاران (۱۳۹۲)، کیومرثی و مومنی (۱۳۹۲)، صفاری و همکاری (۱۳۹۳)، غیاثوند و همکاران (۱۳۹۳)، تلول و همکاران (۲۰۰۷)، پیکواراس و همکاران (۲۰۱۱)، نوئل لویتز (۲۰۱۱) پاتریک و همکاران (۲۰۰۷)، چاو (۲۰۰۵) نک و لیوبومیرسکی و همکاران (۲۰۰۵) هماهنگی دارد.

به این ترتیب همانطور که بیان شد شادکامی موجب رضایت افراد از زندگی میشود و فردی که از زندگی و شرایط و امکانات خویش رضایت دارد، دارای آسودگی خاطر و آرامش است؛ بر این اساس ذهن فرد شادکام مشغول ناراحتی ها و مشکلات روزمره نمی باشد و به راحتی می تواند بر روی موضوعات مورد یادگیری تمرکز کند و در موقع نیاز پاسخگوی یادگرفته های خویش باشد؛ پس می تواند عملکرد تحصیلی بهتری ارائه داده و در تحصیل خویش پیشرفت داشته باشد.

در این رابطه مک مانوس و همکاران (۲۰۰۵) معتقدند که نمی توان رابطه علت و معلولی بین شادکامی و پیشرفت تحصیلی متصور گردید، چرا که این دو مقوله دارای تاثیرات متقابل بر یکدیگر هستند؛ یعنی همانطور که انتظار می رود کسب موفقیت و پیشرفت در تحصیل می تواند موجبات رضایت خاطر و شادکامی دانش آموزان را به دنبال داشته باشد، از سوی دیگر دانش آموزی که از سطح شادکامی مناسبی برخوردار است و آرامش و رفاه ذهنی دارد، بهتر می تواند در امر تحصیل و کسب نتایج مناسب آموزشی فعالیت نماید و به تبع آن به موفقیت تحصیلی دست یابد (صالح زاده و همکاران، ۱۳۹۵).

اما نتایج پژوهش حاضر با تحقیقات آریایی مقدم و زارع (۱۳۹۳)، پیشوایی و همکاران (۱۳۹۳)، صالح زاده و همکاران (۱۳۹۵)، سیاه برگرد و همکاران (۱۳۹۴)، آوری و همکاران (۱۳۹۴) هماهنگی نداشت؛ زیرا این تحقیقات بیانگر این بود بین شادکامی و پیشرفت تحصیلی رابطه وجود ندارد و یا عوامل دیگری بر پیشرفت تحصیلی موثر است. از آنجایی که مفهوم شادکامی در نظر افراد، فرهنگ ها و جوامع مختلف، متفاوت است، همچن عدم دقت پاسخگویان به نوشتن نمره معدل و پاسخگویی به سوالات علت یافتن عدم رابطه بین این دو متغیر در پژوهش های مذکور بوده است.

همچنین می توان گفت فشار های تحصیلی توسط خانواده و جامعه برای داشتن درس خواندن و داشتن معدل بالا، موجب محرومیت آن ها از فعالیت شادی بخش گردیده است و این مورد از رابطه بین شادکامی و پیشرفت تحصیلی کاسته است.

بنابراین از آنجایی که شادکامی یک عامل موثر بر پیشرفت تحصیلی است می توان نتیجه گرفت که با افزایش شادی و نشاط فراگیران به طرق گوناگون می توان آن ها را در موفقیت تحصیلی و دستیابی آنان به مدارج بالای علمی یاری رساند؛ که این موفقیت و کسب مدارج علمی به طور مستقیم با پیشرفت اجتماعی و سربلندی کشور در ارتباط خواهد بود.



## منابع و مراجع

- [۱] آریایی مقدم، کاظم، زارع، فروغ. (۱۳۹۳). بررسی رابطه‌ی خلاقیت با پیشرفت تحصیلی دانش آموزان پایه ی سوم راهنمایی شهرستان آبان در سال ۸۱-۸۲. اولین کنفرانس ملی روانشناسی و علوم تربیتی.
- [۲] آوری، حمیرا. نجفی پاریزی، غلامعلی. کبیر، کوروش. ساداتی، لیلا. کهن، محمود. رحیم زاده کیوی، میترا. (۱۳۹۴). بررسی عوامل موثر بر پیشرفت تحصیلی دانشجویان دانشکده پیراپزشکی دانشگاه علوم پزشکی البرز سال ۱۳۹۲. نشریه علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی البرز. ۴(۳)، ص ۱۵۰ تا ۱۵۶.
- [۳] اکبری بلوطبنگان، افضل. (۱۳۹۳). رابطه ساده وچندگانه خودکارآمدی، اهداف پیشرفت و انگیزه پیشرفت در پیش بینی تحصیلی دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی سمنان. مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی. ۴(۹)، ص ۷۹۶ تا ۸۰۵.
- [۴] بخشی، محمود. آهنچیان، محمد رضا. (۱۳۹۲). الگوی پیش بینی پیشرفت تحصیلی: نقش تفکر انتقادی و راهبردهای خودتنظیمی یادگیری. مجله ایرانی آموزش در علوم پزشکی. ۱۳، ش ۲ (اردیبهشت)، ص ۱۵۳ تا ۱۶۳.
- [۵] بیرامی، منصور. جعفری، داوود. بهرامی، محسن. (۱۳۹۲). رابطه بین مولفه های همدلی باشادکامی در جمعیت دانشجویی. مجله روانشناسی ۱۸(۲)، ص ۲۸۰ تا ۲۹۱.
- [۶] پاییزی، مریم. شهرآرای، مهرناز. فرزاد، ولی ا... . صفایی، پروش. (۱۳۸۷). بررسی اثربخشی آموزش شادکامی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دختر پایه ی دوم رشته‌ی علوم تجربی دبیرستان های تهران. مطالعات روانشناختی. ۳(۴)، ص ۲۵ تا ۴۳.
- [۷] پورسینا، مریم. احمدی، خدابخش. شفیع آبادی، عبا... . (۱۳۹۲). اثربخشی شادکامی بر اضطراب، پیشرفت تحصیلی و ارتباط والد فرزندی در دانش آموزان. خانواده و پژوهش. ۱۲(۳)، ص ۴۱ تا ۵۴.
- [۸] پیشوایی، ملیحه. بختیاری فر، آیت ا... . ابراهیمی، رامین. پیشوای، زینب. (۱۳۹۳). پیش بینی پیشرفت تحصیلی بر اساس عزت نفس، شادکامی و خودکارآمدی. اولین کنفرانس روانشناسی و علوم تربیتی. ۸، صفحه.
- [۹] سیاه برگرد، مهدی. کیانی، آیه. اولی پور، علیرضا. حسینی آهنگری، سید عابدین و حیدری، احمد. (۱۳۹۴). بررسی رابطه باور های مذهبی و ادکامی با موفقیت تحصیلی در دانشجویان پزشکی دانشگاه علوم جندی شاپور اهواز. فصلنامه ی مرکز مطالعات و توسعه ی آموزش علوم پزشکی. ۶(۴)، ص ۳۳۲ تا ۳۳۹.
- [۱۰] رستگار، سمانه. عبداللهی، محمدحسین. شاهقلیان، مهناز. (۱۳۹۳). اعتیاد به اینترنت، صمیمیت اجتماعی و شادکامی در دانشجویان. روانشناسی تحولی. ۱۱(۴۲)، ص ۱۵۹ تا ۱۶۸.
- [۱۱] زارعی، جواد. صامریان، مرضیه. عبدی، فاطمه. (۱۳۹۳). وضعیت شادکامی در دانشجویان رشته های مدارک پزشکی جندی شاپور اهواز. مدیریت اطلاعات. ۳(۱۱۰)، ص ۳۰۸ تا ۳۱۵.
- [۱۲] صالح زاده، مریم. فلاحی، معصومه و رحیمی، مهدی. (۱۳۹۶). نقش عملکرد خانواده و دلبستگی به همسالان و عملکرد تحصیلی در پیش بینی شادکامی دختران نوجوان. پژوهش نامه روان شناسی مثبت. ۲(۴)، ص ۶۵ تا ۸۰.
- [۱۳] صفاری، محسن. سنایی نسب، هرمز. رشیدی جهان، حجت. پور تقی، غلامحسین. پاکپور حاجی آقا، امیر. (۱۳۹۳). شادکامی، خودکارآمدی و پیشرفت تحصیلی در دانشجویان. مجله توسعه آموزش در علوم پزشکی. ۷(۱۳)، ص ۲۲ تا ۲۹.
- [۱۴] عابدی، محمد رضا. میرشاه جعفری، ابراهیم. لیاقتدار، محمد جواد. (۱۳۸۲). هنجاریابی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشگاه های اصفهان. اندیشه و رفتار. ۱۲(۲)، ص ۹۵ تا ۱۰۰.
- [۱۵] علی پور، احمد. آگاه هریس، مژگان. (۱۳۸۶). اعتبار و روایی فهرست شادکامی آکسفورد. روانشناسی تحولی. ۱۲(۱۲)، ص ۲۸۷ تا ۲۹۸.
- [۱۶] علی پور، احمد. نوربالا، علی. (۱۳۸۷). بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان دانشگاه های تهران. روانپزشکی و روانشناسی ایران. ۱۷ (۱۸)، ص ۵۵ تا ۶۵.
- [۱۷] غیاثوند، حمیدرضا. گنجی، کامران. وظیفه شاهی، فرشته. (۱۳۹۳). اثربخشی آموزش تابآوری بر شادکامی و انگیزش پیشرفت تحصیلی در دانش آموزان دبیرستانی شهر تهران. کنفرانس بین المللی علوم انسانی و مطالعات رفتاری.
- [۱۸] کیامرثی، آذر. مومنی، سویل. (۱۳۹۲). بررسی ارتباط سرمایه اجتماعی و شادکامی با پیشرفت تحصیلی در دانش آموزان دختر دبیرستانی. مجله روان شناسی مدرسه. ۲(۱)، ص ۱۱۹ تا ۱۳۱.
- [۱۹] نجفی، محمود. دهشیری، غلامرضا. دبیری، سولماز. شیخی، منصوره. جعفری، نصرت. خصوصیات روان سنجی نسخه فارسی پرسشنامه شادکامی آکسفورد در دانشجویان. اندازه گیری تربیتی. ۱۰(۱)، ص ۵۵ تا ۷۴.



- [۲۰] نعمتی، معصومه. پاشاشریفی، حسن. قاضی، قاسم. (۱۳۸۸). تاثیر آموزش شادکامی بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان دبیرستان دخترانه شهرساری سال ۸۵-۸۶. پژوهش های مشاور. ۳۰ (تابستان)، ص ۴۵ تا ۶۰.
- [۲۱] هادی نژاد، حسین، زارعی، فاطمه. (۱۳۸۸). پایایی، اعتبار و هنجاریابی پرسشنامه شادکامی آکسفورد. پژوهش های روانشناختی، ۱۲ (۱)، ص ۶۲ تا ۷۷.
- [22] Chow HPH. Life satisfaction among university students in a Canadian prairie city: A multivariate analysis. Soc Indic Res. Jan 2005;70(2):139-150.
- [23] Lyubomirsky S, Kennon MS, Schkade D. Pursuing Happiness: The Architecture of Sustainable Change. Review of General Psychology. 2005; 9(2): 111 131-
- [24] Mcmanus, I. C., Iqbal, S., Chandrarajan, A., Ferguson, E., & Leaviss, J. (2005). Unhappiness and dissatisfaction in doctors cannot be predicted by selectors from medical school application forms: A prospective, longitudinal study. BMC medical education, 5(1), 38.
- [25] National Student Satisfaction and Priorities Report. Noel Levitz institute 2011. Available from: [www.noellevitz.com/papers-researchhigher-education/2011](http://www.noellevitz.com/papers-researchhigher-education/2011). Accessed 2013-02-01.
- [26] Piqueras JA, Kuhne W, Vera-Villarroel P, van Straten A, Cuijpers P. Happiness and health behaviors in Chilean college students. BMC Public Health. 2011; 11: 443.
- [27] Quinn, P. D., & Duckworth, A. L. (2007, May). Happiness and academic achievement: Evidence for reciprocal causality. In The Annual Meeting of the American Psychological Society (Vol. 24, No. 27.5, p. 2007).
- [28] Sisk D. Engaging the spiritual intelligence of gifted students to build global awareness in the classroom. Roeper Review. 2008; 30(1): 24-30
- [29] Thelwell, R. C., Lane, A. M., & Weston, N. J. (2007). Mood states, self-set goals, self-efficacy and performance in academic examinations. Personality and Individual Differences, 42(3), 573-583.