

بررسی میزان تأثیرپذیری هوش اجتماعی و شادکامی زنان از آموزش مهارت‌های زندگی

هادی عبدالله تبار

مربی علوم اجتماعی، دانشگاه پیام نور، ایران

چکیده

در پژوهش حاضر به بررسی میزان تأثیرپذیری هوش اجتماعی و شادکامی زنان از آموزش مهارت‌های زندگی پرداخته است. در پژوهش حاضر از روش شبه آزمایشی و طرح (پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل) استفاده شد. جامعه آماری این پژوهش را کلیه زنان ۳۰ تا ۵۰ سال شهر کرمانشاه تشکیل می‌دهند که در یک روز در سطح شهر کرمانشاه حضور داشتند و به تعداد ۲۳۶۵ نفر بودند. نمونه آماری شامل ۴۰ نفر بود که از طریق نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و در دو گروه کنترل (۲۰ نفر) و آزمایش (۲۰ نفر) قرار گرفتند. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات آماری و برای تشریح نتایج پرسش‌نامه، از نرم‌افزار SPSS و آزمون تی وابسته استفاده شد. نتایج آزمون تحلیل تی وابسته که در راستای تفاضل میانگین پیش آزمون و پس آزمون در دو گروه کنترل و آزمایش برای شادکامی و هوش اجتماعی نشان داد که تغییرات از نظر آماری بین دو گروه در سطح معناداری ۰.۰۵ معنی‌دار بود. همچنین میانگین گروه‌های آزمایش بیشتر از کنترل می‌باشد که نشانگر مهارت‌های زندگی بر شادکامی و هوش اجتماعی می‌باشد؛ بنابراین، می‌توان بیان داشت که استفاده از مهارت‌های زندگی بر شادکامی و هوش اجتماعی زنان تأثیر دارد که این امر در هوش اجتماعی تأثیر بیشتری دارد.

واژه‌های کلیدی: هوش اجتماعی، شادکامی، مهارت زندگی، زنان.

۱- مقدمه

عموم کارشناسان سلامت روان بر نقش و اهمیت شادکامی در زندگی تأکید دارند و شادابی را از مهم‌ترین علل ارتقای سلامت روان در افراد جامعه می‌دانند، اصولاً شادی حالتی روانی است که پس از برآورده شدن آرزوهای انسان ایجاد می‌شود و شامل میزان عاطفه مثبت، میانگین رضایتمندی در یک دوره و فقدان احساسات نمی‌شود، در واقع شادی حالتی هیجانی است که نشانگر میزان رضایتمندی فرد در ابعاد مختلف به ویژه ابعاد روانی می‌شود (غفاری، ۲۰۰۳). احساس شادکامی و نشاط و داشتن روحیه اجتماعی بالا از ضروری‌ترین خواسته‌های فطری و نیازهای روانی انسان به شمار می‌رود و به دلیل تأثیرات عمده بر سالم سازی و بهروزی جامعه، مدت طولانی است که اذهان پژوهشگران را به خود جلب کرده است. امروزه همه جوامع انسانی به دنبال جامعه شاد و سالم می‌گردند که این امر با شناسایی عوامل مؤثر و مهم که می‌توان زمینه شادکامی را به وجود بیاورد، حاصل می‌شود (حبیبی، ۱۳۹۵). این امر از طریق بهبود مهارت‌های زندگی بهبود یافته و امید و حیات را برای فرد فراهم می‌سازد. این امر برای افرادی که دارای مشکلات اجتماعی و اقتصادی هستند به خصوص زنان، از جایگاه ویژه‌ای برخوردار می‌باشد. طی دهه‌های اخیر مسائل مربوط به هوش اجتماعی، شادکامی و مهارت‌های زندگی بیش از پیش مورد توجه قرار گرفته و مطالعات متعددی به بررسی عوامل مؤثر بر شادکامی، نحوه سازگاری با محیط جدید و چگونگی شکل‌گیری آسیب‌های روانی شایع در آن‌ها پرداخته‌اند (لیاقت و همکاران، ۱۳۹۶). با توجه به اینکه افراد شاد به خصوص در بین زنان، احساس امنیت بیشتری می‌کنند، آسان‌تر تصمیم می‌گیرند و نسبت به کسانی که با آن‌ها زندگی می‌کنند بیشتر احساس رضایت می‌کنند (مایرز، ۲۰۰۲: ۸۰؛ پترسون، ۲۰۰۰: ۴۵)، همچنین با توجه به اینکه شادمانی، فعالیت‌های مفید انسانی را بر می‌انگیزد؛ خلاقیت را تقویت می‌کند؛ روابط اجتماعی را تسهیل می‌کند؛ مشارکت سیاسی - اجتماعی را رونق می‌بخشد؛ موجبات حفظ سلامتی عاطفی، روانی، جسمی و امیدواری را فراهم می‌کند (آل یاسین، ۱۳۸۰: ۸). نشاط و شادابی همواره باعث رشد و شکوفایی در همه ابعاد وجود یک انسان می‌گردد. روان‌شناسان، شادی و نشاط را محرک انسان‌ها برای عمل می‌دانند. انسان‌های شاد و با هوش اجتماعی بالا، زندگی خود را تحت کنترل داشته، مسئولیت پذیرند، هدف مندند و دید مثبت به زندگی دارند (زاهدی کسرینه و عبدالحی، ۱۳۹۳). این چنین به نظر می‌رسد که بررسی آن در بین زنان که از بسیاری از فعالیت‌های اجتماعی به دلیل مشغله‌های منزل دور می‌باشند ضروری بوده و از اهمیت ویژه‌ای برخوردار می‌باشد. لذا با توجه به وضعیت و شرایط زنان و اهمیت توجه به وضعیت روحی و روانی، هوش اجتماعی و شادکامی آن‌ها این گروه لازم می‌آید که پژوهشی با هدف بررسی میزان تأثیرپذیری هوش اجتماعی و شادکامی زنان از آموزش مهارت‌های زندگی انجام پذیرد و از آنجا که تا به حال اغلب تحقیقات از منظر بیرونی به این موضوع نگرسته‌اند، نیاز به بررسی کلی آن از منظر مهارت زندگی آن‌ها می‌باشد.

۲- ادبیات تحقیق

حاج عباس فارسی و شمس اسفندآبادی (۱۳۹۶) در پژوهشی به بررسی سلامت روان و شادکامی و امید به زندگی از دیدگاه روانشناسی پرداخته‌اند که نتایج نشانگر آن است که شادکامی، حالات عاطفی و امید به زندگی در افراد تغییر جنسیت داده به طور معنی‌داری از افراد تغییر جنسیت نداده بالاتر است. در متغیر سلامت روانی منتهای تفاوت معناداری بین دو گروه مورد بررسی مشاهده نگردید. حسینی و زارعی (۱۳۹۵) در مقاله‌ای به بررسی رابطه ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روان با سازگاری زناشویی پرداخته که نتایج بیانگر آن است که بین GHQ عمومی ویژگی‌های شخصیتی زنان و سازگاری زناشویی آن‌ها رابطه معنادار وجود دارد. همچنین بین سلامت روان زنان و سازگاری زناشویی آن‌ها رابطه معنادار وجود دارد. درنهایت، ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روان زنان پیش‌بینی کننده سازگاری زناشویی آن‌ها می‌باشند به طوریکه سهم و نقش متغیر سلامت روان در تبیین سازگاری زناشویی زنان بیشتر از ویژگی‌های شخصیتی بود. معینی و همکاران (۱۳۹۵) در پژوهشی به بررسی رابطه بین شادکامی و وضعیت سلامت روان در دانش‌آموزان دختر دبیرستانی: یک مطالعه توصیفی - تحلیلی پرداخته است که نتایج مبرهن آن است که میانگین نمره شادکامی در دانش‌آموزان ۳۹/۶۰ و میانگین نمره سلامت روان ۳۴/۱۵ به دست آمد. نتایج

نشان داد که بین وضعیت نامناسب سلامت روانی و شادکامی همبستگی منفی و معنی‌دار وجود داشت ($r = -0.678$). همچنین بین شادکامی و حیطه‌های آن با اضطراب، افسردگی، نشانه‌های جسمانی و کارکرد اجتماعی رابطه معکوس و معنی‌دار وجود داشت ($p < 0.05$) و نیز بین شادکامی و وضعیت سلامت روان با وضعیت اقتصادی ارتباط معنی‌داری وجود داشت. محمودوند (۱۳۹۳) در مقاله‌ای به بررسی رابطه سلامت روان با شادکامی دانشجویان اقدام کرده است که نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون نشان داد که بین سلامت روان و شادکامی دانشجویان رابطه معنادار و مثبت وجود دارد. نتایج آزمون t مستقل نشان داد که بین سلامت روان و شادکامی بر حسب وضعیت تأهل دانشجویان تفاوت معناداری وجود ندارد. جمیلی و رنجبر (۱۳۹۱) در مطالعه‌ای با عنوان «بررسی جامعه‌شناختی شادمانی زنان متأهل دانشجوی» به بررسی عمیق- پدیده شادمانی از دیدگاه پاسخ‌گویان پرداخته‌اند. در این پژوهش پارادایم یا مدل الگویی پدیده‌ی شادمانی برگرفته از رویکرد روشی استراوس و کوربین تحت عنوان نظریه بازکاوی بوده است. بر این اساس، با استفاده از نمونه‌گیری نظری و تعیین حجم نمونه بر اساس اشباع نظری، دیدگاه زن متأهل دانشجوی از طریق مصاحبه عمیق و مصاحبه نیمه استاندارد تحلیل مقایسه‌ای شده است. یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد که در روند فرضیه یابی در نمونه‌ها، متغیر مستقل دوگانگی نظر و عمل شوهر، تأثیر منفی و قوی بر شادمانی زنان و تأثیر مستقیم بر شادمانی و انمودی آن‌ها داشته است. همچنین رابطه ازدواج ترکیبی و متجانس با شادمانی زنان، مثبت و رابطه منفی از آن ازدواج مدرن بوده است.

۳- فرضیه‌های تحقیق

۱- هوش اجتماعی زنان از آموزش مهارت‌های زندگی تأثیر می‌پذیرد.

۲- شادکامی زنان از آموزش مهارت‌های زندگی تأثیر می‌پذیرد.

۴- روش تحقیق

۴-۱- جامعه آماری و روش نمونه‌گیری

در پژوهش حاضر به بررسی میزان تأثیرپذیری هوش اجتماعی و شادکامی زنان از آموزش مهارت‌های زندگی پرداخته است. در پژوهش حاضر از روش شبه آزمایشی و طرح (پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل) استفاده شد. جامعه آماری این پژوهش را کلیه‌ی زنان ۳۰ تا ۵۰ سال شهر کرمانشاه تشکیل می‌دهند که در یک روز در سطح شهر کرمانشاه حضور داشتند و به تعداد ۲۳۶۵ نفر بودند. نمونه آماری شامل ۴۰ نفر بود که از طریق نمونه‌گیری در دسترس انتخاب شدند و در دو گروه کنترل (۲۰ نفر) و آزمایش (۲۰ نفر) قرار گرفتند. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات آماری و برای تشریح نتایج پرسش‌نامه، از نرم‌افزار SPSS و آزمون تی وابسته استفاده شد.

۴-۲- بررسی میانگین و انحراف متغیرهای پژوهش

در این قسمت به بررسی میانگین و انحراف معیار شاخص شادکامی و هوش اجتماعی در پیش آزمون و پس آزمون برای گروه کنترل (بدون آزمون مهارت زندگی) و آزمایش (با آزمون مهارت زندگی) پرداخته شده است.

جدول ۱- میزان ابعاد مهارت‌های کلامی در پیش آزمون و پس آزمون در دو گروه بازی‌های محلی و رایانه‌ای

شاخص	مرحله	کنترل			آزمایش		
		تعداد	میانگین	انحراف معیار	حد متوسط	تعداد	میانگین
شادکامی	پیش آزمون	۲۰	۳.۲۴	۰.۶۵	۳	۳.۱۶	۰.۴۴
	پس آزمون	۲۰	۳.۵۴	۰.۶۹	۳	۳.۶۲	۰.۳۶
هوش اجتماعی	پیش آزمون	۲۰	۳.۱۰	۰.۳۵	۳	۳.۲۰	۰.۲۸
	پس آزمون	۲۰	۳.۲۴	۰.۶۲	۳	۳.۴۳	۰.۳۷

بر اساس جدول فوق مشاهده می‌گردد که میزان میانگین شادکامی و هوش اجتماعی در پس آزمون بیش از پیش آزمون و در گروه آزمایش در قسمت پس آزمون بیش از گروه کنترل بوده که این امر بیانگر تأثیر مهارت‌های زندگی بر شادکامی و هوش اجتماعی زنان می‌باشد.

۵- نتایج تحقیق

۵-۱- یافته‌های استنباطی

در این قسمت با استفاده از آزمون تی وابسته به ارزیابی وضعیت شادکامی و هوش اجتماعی بر اساس تأثیرگذاری مهارت‌های زندگی در راستای فرضیه‌های پژوهش اقدام شود که مشخص شود که مهارت‌های زندگی می‌تواند بر شادکامی و هوش اجتماعی تأثیر داشته باشد.

نتایج آزمون تی وابسته برای بررسی تأثیر مهارت‌های زندگی بر شادکامی و هوش اجتماعی معنی‌داری بین دو گروه نشان داد ($\text{Sig} < 0.008$). آمار استنباطی مربوط به نتایج تی وابسته برای بررسی تأثیر مهارت‌های زندگی بر شادکامی و هوش اجتماعی زنان در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲- نتایج تی وابسته برای بررسی تأثیر مهارت‌های زندگی بر شادکامی و هوش اجتماعی زنان

گروه							t	درجه آزادی	مقدار معناداری
		میانگین	انحراف استاندارد	میانگین انحراف استاندارد	۹۵ درصد اطمینان				
					پایین	بالا			
شادکامی	کنترل	۱.۲۳۶۵	۱.۹۸۶۵۲	۰.۸۹۶۳۲	۳.۹۲۷۴۴	۴.۳۲۷۴۴	.۹۱۹۲	۱۹	.۰۰۸
	آزمایش	۱.۳۶۵۲	۲.۹۷۳۹۶	.۹۴۰۴۵					
هوش اجتماعی	کنترل	۳.۶۲۵۱	۲۹.۳۶۵۵۲	۱۱.۳۶۲۵۱	۹.۳۳۲۳۵	۱۰.۳۳۲۳۵	۲.۳۳۸	۱۹	.۰۰۴
	آزمایش	۴.۲۳۵	۳۱.۹۱۷۴	۱۰.۰۹۳۱۸					

نتایج آزمون تحلیل تی وابسته که در راستای تفاضل میانگین پیش آزمون و پس آزمون در دو گروه کنترل و آزمایش برای شادکامی و هوش اجتماعی نشان داد که تغییرات از نظر آماری بین دو گروه در سطح معناداری ۰.۰۵ معنی‌دار بود. همچنین میانگین گروه‌های آزمایش بیشتر از کنترل می‌باشد که نشانگر مهارت‌های زندگی بر شادکامی و هوش اجتماعی می‌باشد؛ بنابراین، می‌توان بیان داشت که استفاده از مهارت‌های زندگی بر شادکامی و هوش اجتماعی زنان تأثیر دارد که این امر در هوش اجتماعی تأثیر بیشتری دارد.

۶- بحث و نتیجه‌گیری

بر اساس آنچه مورد بررسی قرار گرفت مشاهده گردید که در قسمت توصیفی میزان میانگین شادکامی و هوش اجتماعی در پس آزمون بیش از پیش آزمون و در گروه آزمایش در قسمت پس آزمون بیش از گروه کنترل بوده که این امر بیانگر تأثیر مهارت‌های زندگی بر شادکامی و هوش اجتماعی زنان می‌باشد. همچنین در قسمت استنباطی نتایج آزمون تحلیل تی وابسته که در راستای تفاضل میانگین پیش آزمون و پس آزمون در دو گروه کنترل و آزمایش برای شادکامی و هوش اجتماعی نشان داد که تغییرات از نظر آماری بین دو گروه در سطح معناداری ۰.۰۵ معنی‌دار بود. همچنین میانگین گروه‌های آزمایش بیشتر از کنترل می‌باشد که نشانگر مهارت‌های زندگی بر شادکامی و هوش اجتماعی می‌باشد؛ بنابراین، می‌توان بیان داشت که استفاده از مهارت‌های زندگی بر شادکامی و هوش اجتماعی زنان تأثیر دارد که این امر در هوش اجتماعی تأثیر بیشتری دارد.

منابع

۱. ال یاسین، میترا (۱۳۸۰). «شادی و نشاط در محیط مدرسه»، تربیت، شماره ۱: صص ۱-۱۴.
۲. جمیلی، فاطمه و مهناز رنجبر (۱۳۹۰). «بررسی جامعه‌شناختی شادمانی با تأکید بر رویکرد نظری بازکاوی»، مطالعات راهبردی زنان، سال چهاردهم، شماره ۵۶: صص ۲۱۲-۲۴۵.
۳. حاج عباس فارسی، ثنا و حسن شمس اسفند آباد، ۱۳۹۶، سلامت روان و شادکامی و امید به زندگی از دیدگاه روانشناسی، هشتمین کنفرانس بین المللی حسابداری و مدیریت و پنجمین کنفرانس کارآفرینی و نوآوری‌های باز، تهران، شرکت همایشگران مهر اشراق.
۴. حبیبی، مرجان، ۱۳۹۵، تبیین عوامل مؤثر در شادکامی دانشجویان، سومین کنگره علمی پژوهشی سراسری توسعه و ترویج علوم تربیتی و روانشناسی، جامعه‌شناسی و علوم فرهنگی اجتماعی ایران، تهران، انجمن علمی توسعه و ترویج علوم و فنون بنیادین.
۵. حسینی، مهسا و زینب زارعی، ۱۳۹۵، بررسی رابطه ویژگی‌های شخصیتی و سلامت روان با سازگاری زناشویی، چهارمین کنفرانس بین المللی مهندسی و علوم انسانی، اکراین، دبیرخانه دائمی کنفرانس.
۶. زاهدی کسرینه، کیوان و ژاله عبدالهی، ۱۳۹۳، بررسی شادکامی در محیط آموزشگاهی و رابطه آن با سلامت روان دانش آموزان، اولین کنفرانس ملی روانشناسی و علوم تربیتی، شادگان، دانشگاه آزاد اسلامی واحد شادگان.
۷. لیاقت، ریتا؛ راضیه حیدری؛ خدیجه الیاسی و مرجان سیدفروتی، ۱۳۹۶، رابطه ورزش با سلامت روانی و شادکامی دانشجویان، پنجمین همایش علمی پژوهشی علوم تربیتی و روانشناسی، آسیب‌های اجتماعی و فرهنگی ایران، تهران، انجمن توسعه و ترویج علوم و فنون بنیادین.
۸. محمودوند، محمد، ۱۳۹۳، بررسی رابطه سلامت روان با شادکامی دانشجویان، دومین همایش ملی پژوهش و درمان در روانشناسی بالینی، تربت جام، دانشگاه آزاد اسلامی واحد تربت جام.
۹. معینی بابک، بابامیری محمد، محمدی یونس، براتی مجید، رشیدی سهیلا. بررسی رابطه بین شادکامی و وضعیت سلامت روان در دانش‌آموزان دختر دبیرستانی: یک مطالعه توصیفی-تحلیلی. مجله پرستاری و مامایی ارومیه. ۱۳۹۵؛ ۱۴ (۱۱): ۹۴۲-۹۵۱.

10. Ghafari, Maryam (2003). "Multi role of household women head opportunities and challenges". Journal of women studies, No.5. [Persian]
11. Myers, D. G, (2002). Happy & Healthy Psychology Science, 70, 79-97.
12. Peterson, C. (2000). The future of optimism American Psychologist, 55(1), 44-55

Investigating the Influence of Social Intelligence, and Happiness of Women, from Life Skills Training

Hadi Abdullah Tabar

Department of Social Sciences, Payame Noor University, Iran

Abstract

The present study investigates the impact of social intelligence and women's happiness on life skills training. In this study, a quasi-experimental and design (pre-test, post-test with control group) were used. The statistical population of this study is all women aged 30-50 years old in Kermanshah who were present in the city of Kermanshah in one day and 2365 people. The sample consisted of 40 people who were selected through convenience sampling and assigned to two groups of control (20 subjects) and experimental (20 subjects). SPSS 22 and dependent t-test were used to analyze the statistical information and to describe the results of the questionnaire. The results of the dependent t-test, which, in terms of the difference between the mean pre-test and post-test, in the control and experimental groups for happiness and social intelligence showed that the changes were statistically significant between the two groups at a significant level of 0.05. In addition, the average of experimental groups is more than control, which indicates life skills to happiness, and social intelligence. Therefore, it can be stated that the use of life skills influences happiness and social intelligence of women, which is more effective in social intelligence.

Keywords: social intelligence, happiness, life skills, women
