

رابطه بین کیفیت زندگی و بهزیستی معنوی با شادکامی در دانش آموزان دختر

حمید قاسم پور جهانگیر^۱، سهیلا قاسم پور جهانگیر^۲

^۱ کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه آزاد گرمسار، گرمسار، ایران (نویسنده مسئول)

^۲ کارشناس ارشد تاریخ فلسفه آموزش و پرورش، دانشگاه پیام نور تهران جنوب، تهران، ایران

چکیده

هدف پژوهش حاضر بررسی رابطه بین کیفیت زندگی و بهزیستی معنوی با شادکامی در دانش آموزان بود.

این مطالعه از نظر هدف کاربردی و از نظر روش گردآوری داده‌ها توصیفی-همبستگی بود. روش نمونه‌گیری به صورت خوشه-ای بود، به این صورت که ابتدا چند مدرسه و بعد چند کلاس مشخص شدند و پرسشنامه‌های پژوهش بر روی ۲۳۳ نفر دانش آموز دختر در سال ۱۳۹۵ توزیع شدند. دانش آموزان به پرسشنامه‌های کیفیت زندگی (بونومی و همکاران، ۲۰۰۰)، بهزیستی معنوی (پالوتزین و الیسون، ۱۹۸۲) و شادکامی آرگیل (۱۹۹۰) پاسخ دادند.

ضریب همبستگی چندگانه بین مجموع متغیرهای مستقل و متغیروابسته برابر با ۰/۴۸ می باشد. همچنین مقدار ضریب تعیین (مجذور R) برابر با ۰/۲۳ می باشد که نشان دهنده میزان تبیین واریانس و تغییرات متغیر شادکامی توسط کیفیت زندگی و مؤلفه‌های آن و بهزیستی معنوی و مؤلفه‌های آن می باشد.

به نظر می‌رسد کیفیت زندگی و بهزیستی معنوی بر شادکامی دانش آموزان تأثیر گذار می باشند و تدارک برنامه‌هایی برای رشد کیفیت زندگی و بهزیستی معنوی با شادکامی در دانش آموزان اساسی می باشد.

واژه‌های کلیدی: کیفیت زندگی، بهزیستی معنوی و شادکامی.

مقدمه

دانش آموزان هر کشوری از سرمایه‌های فکری و معنوی آن کشور به شمار می‌روند (تودوروویک و میتروویک^۱، ۲۰۱۷). بررسی مسائل خاص دانش آموزان از جمله تحصیل موفق و تأمین سلامت جسمی و روانی، اجتماعی آن‌ها از مهم‌ترین اهداف برنامه‌ریزان آموزش دولت‌ها می‌باشد (فورستر، گریگسبای، بانیان، آنگر و ولنت^۲، ۲۰۱۵). در همه کشورهای دنیا از جمله کشور ما، مسائل آموزشی و مشکلات روان‌شناختی بین دانش آموزان دامنه وسیعی به خود می‌گیرد و به نظر می‌رسد که عوامل متعددی سلامت آن‌ها را به خطر می‌اندازد. برخی از این عوامل موجب بهبود عملکرد تحصیلی و برخی دیگر باعث تضعیف عملکرد فراگیران می‌شوند (اخوان تفتی و ولی زاده، ۱۳۸۵).

یکی از موضوع‌های مورد بررسی در در ارتباط با دانش آموزان مرتبط با عملکرد تحصیلی آنان و همچنین از مسائلی که باعث تقویت عملکرد دانش آموزان در حین تحصیل می‌گردد، شادکامی می‌باشد، در دهه‌های اخیر، تعدادی از محققان روان‌شناسی جرأت کرده‌اند قلمرو تاریک بیماری‌های روانی را به شادمانی و شفای روانی تبدیل کنند. این جنبش که روان‌شناسی مثبت‌نگر نام دارد، خواهان تغییر از پرداختن به آسیب‌ها به سوی بهینه کردن کیفیت زندگی است (دینر و لوکاس^۳، ۲۰۰۰). این جنبش در پی آن است که از نقاط قوت انسان‌ها به منزله سپری در برابر بیماری روانی بهره‌گیری. در واقع، روان‌شناسی مثبت‌نگر به مطالعه علمی توان‌مندی‌ها و قابلیت‌ها و آنچه برای مردم مناسب است، اختصاص دارد (مک کلوق و همکاران، ۲۰۰۹). هدف آن است که درک علمی متعادل و کامل‌تری از تجارب اوج، تجارب سطح پایین صفر و آنچه در بین این دو قرار دارد، به دست آید. روان‌شناسان مثبت‌نگر معتقدند علم و عمل کامل روان‌شناسی باید درک رنج کشیدن و شادمانی، تعامل آنها و مداخلات معتبری که هم رنج را کاهش دهد و هم شادمانی را افزایش دهد، دربرگیرد (پترسون و همکاران، ۲۰۰۳). از بنیادی‌ترین مفاهیم مطرح در جنبش روان‌شناسی مثبت‌نگر، مفهوم شادکامی است و پژوهش‌های اخیر دای و چو^۴ (۲۰۱۶)، خاوری، شمسال نیا (۲۰۱۶)، کار^۵ (۲۰۱۳)، حجتی، زیارتی، حدادیان و رضایی (۲۰۱۳)، آرگایل^۶ (۲۰۱۳)، نشان داده‌اند که شادکامی باعث کاهش احساسات ترس و اضطراب و از سوی دیگر احساس بهزیستی و سلامت در افراد می‌گردد.

در این حیطه پژوهشگران به متغیرهای فردی، خانوادگی، می‌اندیشند که شادکامی دانش آموزان را در تمام دوره‌های تحصیلی از دبستان تا دبیرستان افزون کند، در حقیقت، مطالعه عوامل مؤثر بر شادکامی نسبتاً پیچیده است زیرا این مفهوم ابعاد گسترده‌ای دارد که هم عوامل محیطی و هم عوامل درون فردی بر آن اثر می‌گذارند (حسین مردی و حسین مردی، ۱۳۹۴).

از جمله متغیرهایی که همواره در ارتباط با متغیر شادکامی مطرح گردیده است، متغیر کیفیت زندگی می‌باشد، کیفیت زندگی موهبتی الهی است که فرد انسانها در سفری کوتاه در طول عمر خویش از آن بهره‌مند می‌گردند. داشتن زندگی با کیفیت مطلوب همواره آرزوی بشر بوده است. در طول سالیان متمادی یافتن مفهوم حقیقی زندگی خوب و چگونگی دستیابی به آن، افکار، مطالعات فلاسفه را به خود معطوف داشته است.

کیفیت زندگی امروزه یکی از پیامدهای مهم سلامتی به شمار می‌آید که جهت مواردی همچون ارزیابی مداخلات بهداشتی، اندازه‌گیری آن در بسیاری از پژوهش‌های سلامتی ضروری است. نظریات متفاوتی در مورد کیفیت زندگی وجود دارد بعضی از محققین معتقدند تنها در صورتی که توأمأ چندین بار بعد از سلامتی سنجده شود می‌توان آن را کیفیت زندگی نامید، بنابراین اگر اعضای خانواده و روابطشان با یکدیگر سالم باشند، تأثیر مثبتی بر اعضا خواهد گذاشت و این امر باعث شادکامی در دانش آموزان می‌گردد.

¹-Todorović & Mitrović

²- Forster, Grigsby, Bunyan, Unger & Valente

³- Diner & Lucas

⁴- Di & Chu

⁵- Car

⁶- Argyle

از دیگر مؤلفه های مؤثر بر شادکامی بهزیستی معنوی می باشد، بهزیستی معنوی سازه ای چند بعدی است و به معنای روشی برای تجربه کردن است (کونینگ^۱، ۲۰۱۰)، بهزیستی معنوی، به طور فزایندهای به عنوان یک عامل در سلامت روان بررسی شده است. پژوهش اخیر دریافته است که معنویت ممکن است به عنوان یک منبع اجتماعی و روانشناختی در مقابله با استرس ظاهر شود (کونینگ، ۲۰۱۰) و عبارت است از رابطه ی شخصی با وجود متعالی و قدرت لایزال. هر چند که بین مذهب و معنویت رابطه وجود دارد ولی معنویت بیشتر شخصی است، در حالیکه مذهب بازنمایی معنویت در بافت دین خصوصی است و دربرگیرنده ی آداب و مناسک فردی و اجتماعی است (موهر، ۲۰۰۶).

تحقیقات نشان داده است که باورهای مذهبی و معنویت می تواند به شکل مثبتی بر سلامت، طول عمر و بهبود سلامت جسمی تأثیر بگذارد (ریپنترپ، آلتاماری، چن، فوند و کفالا، ۲۰۰۵)، از نظر کاوارد و رید (۱۹۹۶) بهزیستی به یک حسی از سلامتی اشاره می کند که آگاهی کامل از تمامیت و یکپارچگی همه جنبه های فرد ناشی می شود و عناصر معنوی زندگی را نیز در بر می گیرد. افزایش علاقه به روانشناسی معنویت می تواند تا حدودی ناشی از یافته های تجربی و بحث های نظری باشد که پیشنهاد می کنند متغیرهای معنوی و مذهبی در سلامت جسمانی و روانی نقش دارند (آمونس، ۲۰۰۰). از سوی دیگر برخی از قبیل الیسون^۲ (۱۹۸۳) بیان می کند که بهزیستی معنوی شامل یک عنصر روانی-اجتماعی و یک عنصر مذهبی است، این ویژگی مذهبی بودن ما را به رسیدن به خدا هدایت می کند (حسن، شیخان، محمود زاده و نیکرو، ۱۳۹۳).

با توجه به اینکه پژوهشی در راستای ارتباط متغیرهای مذکور انجام نشده است و خلأ پژوهشی در این زمینه احساس می شود، لذا محقق در این زمینه تلاش می کند تا به بررسی رابطه کیفیت زندگی و بهزیستی معنوی با شادکامی دانش آموزان دختر پردازد؛ و در پی پاسخ به این سؤال است که آیا کیفیت زندگی و بهزیستی معنوی توانایی پیش بینی شادکامی را دارند یا خیر؟

روش پژوهش

با توجه به هدف این پژوهش که به دنبال بررسی رابطه کیفیت زندگی و بهزیستی معنوی با شادکامی در دانش آموزان دختر بود، این پژوهش از نظر هدف، کاربردی بود زیرا پژوهشگر نتایج این پژوهش را به جامعه آماری تعمیم می دهد و قصد دارد تا با ارائه پیشنهادها از نتایج پژوهش در جامعه آماری بهره گیرد. روش پژوهش بر اساس روش گردآوری داده ها توصیفی از نوع همبستگی بود؛ زیرا پژوهشگر رابطه بین متغیرهای پژوهش را مورد بررسی قرار می دهد. علاوه بر آن روش این پژوهش از نظر نوع داده کمی (گردآوری داده ها از طریق پرسشنامه) و از نظر مقطع زمانی عرضی بود. جامعه آماری پژوهش حاضر کلیه دانش آموزان دختر تهران بودند. از آنجایی که مطالعه کل جامعه آماری مستلزم صرف هزینه و وقت زیاد می باشد، لذا از بین افراد جامعه با استفاده از جدول مورگان حجم نمونه تعداد ۲۳۳ نفر به عنوان حجم نمونه انتخاب شدند برای انتخاب افراد نمونه از روش نمونه گیری خوشه ای استفاده شد. بر این اساس پرسشنامه ها به صورت تصادفی در میان ۲۳۳ دانش آموز دختر توزیع شدند و بعد از گردآوری داده ها مورد تحلیل قرار گرفته شدند.

ابزار گردآوری داده ها

۱- پرسشنامه کیفیت زندگی^۳: این پرسش نامه کیفیت زندگی را در ۴ حیطه مرتبط با سلامتی می سنجد یعنی سلامت جسمانی، سلامت روانشناختی، روابط اجتماعی و محیط زندگی. هریک از حیطه به ترتیب دارای ۸،۳،۶،۷ سوال است. این پرسش نامه دارای ۲۶ سوال بوده که سوال اول کیفیت زندگی را به طور کلی و سوال دوم وضعیت سلامت را به طور کلی مورد پرسش قرار می دهد. پس از انجام محاسبات در هر حیطه امتیازی معادل ۴ تا ۲۰ برای هر حیطه تفکیک بدست خواهد آمد؛

^۱- Qnig

^۲- Elison

^۳. Quality of Life Scale

که ۴ نشانه بدترین و ۲۰ نشانه بهترین وضعیت در آن حیطة است (بونومی، پاتریک، بوشنل و مارتین^۱، ۲۰۰۰). در ایران نجات، منتظری، هلاکویی وجدزاده (۲۰۰۷) آن را به فارسی ترجمه و هنجاریابی کرده اند. مقادیر پایایی در پژوهش نجات و همکاران (۲۰۰۷) به شاخص همبستگی درونی در حیطة سلامت جسمانی، روانشناختی، روابط اجتماعی و محیط به ترتیب ۰/۷۷، ۰/۷۷، ۰/۷۵، ۰/۸۴ بدست آمد. همچنین سازگاری درونی مولفه ها با استفاده از آلفای کرونباخ به ترتیب ۰/۷۰، ۰/۷۳، ۰/۵۵، ۰/۸۴ بدست آمد که حاکی از پایایی قابل قبول و مناسب پرسش نامه کیفیت زندگی است.

۲- پرسشنامه بهزیستی معنوی: این پرسشنامه توسط پالوتزین و الیسون (۱۹۸۲) ساخته شد و شامل ۲۰ سؤال و دو خرده مقیاس است. سؤالات فرد آزمون مربوط به خرده مقیاس بهزیستی مذهبی بوده و میزان تجربه فرد از رابطه رضایت بخش با خدا را مورد سنجش قرار می دهد؛ سؤالات زوج مربوط به خرده مقیاس بهزیستی وجودی است که احساس هدفمندی و رضایت زندگی را می سنجد. مقیاس پاسخگویی به سؤالات لیکرت ۶ درجه ای از کاملاً موافقم تا کاملاً مخالفم است. پالوتزین و الیسون در پژوهشی ضریب آلفای کرونباخ بهزیستی مذهبی و وجودی و کل مقیاس را به ترتیب برابر با ۰/۹۱، ۰/۹۱ و ۰/۹۳ گزارش کردند. پایایی این مقیاس توسط دهشیری و همکاران (۱۳) روی دانشجویان دختر و پسر از طریق آلفای کرونباخ برای کل مقیاس و خرده مقیاس بهزیستی مذهبی و خرده مقیاس بهزیستی وجودی به ترتیب ۰/۹۰، ۰/۸۲ و ۰/۸۱ گزارش شده است.

۳- پرسشنامه شادکامی آکسفورد: در پژوهش حاضر به منظور اندازه گیری متغیر شادکامی از پرسشنامه شادکامی آکسفورد استفاده شده است. پرسشنامه شادکامی آکسفورد در سال ۱۹۹۰ توسط آرگیل با معکوس کردن مواد مقیاس افسردگی یک ساخته شده است. آرگیل پس از رایزنی با یک بر آن شد تا جملات مقیاس افسردگی یک را معکوس کند. پس از انجام این کار ۱۱ ماده دیگر به مقیاس افسردگی ۲۱ سؤالی یک افزودند تا سایر جنبه های شادمانی را در بر گیرد. پس از مطالعه این فرم ۳۲ سؤالی سه سؤال آن را حذف کردند؛ بنابراین فرم نهایی آن ۲۹ ماده دارد که براساس طیف چهار درجه ای از ۰ تا ۳ نمره گذاری می شود و جمع نمره مواد ۲۹ گانه، نمره کل مقیاس را تشکیل می دهد؛ بنابراین حداقل نمره هر آزمودنی صفر و حداکثر آن ۸۷ است. این ابزار پس از انتشار، پژوهش های زیادی را موجب گردید. آرگیل و همکاران ضریب آلفای ۰/۹۰ را با ۳۴۷ آزمودنی به دست آوردند. برای بررسی روایی با استفاده از قضاوت درباره دوستان دو بررسی انجام گرفت. آرگیل و همکاران (۱۹۹۵) از دانشجویان خواستند تا دوستانشان را بر اساس یک مقیاس ده درجه ای از شادمانی درجه بندی کنند که همبستگی میان این درجه بندی و پرسشنامه شادمانی آکسفورد ۰/۴۳ بود. به منظور بررسی مقدماتی پایایی و روایی پرسشنامه شادمانی آکسفورد ۱۰۱ دانشجوی دانشگاه های علامه طباطبایی و شاهد با میانگین سنی ۲۲/۵ مورد بررسی قرار گرفتند. در این پژوهش که توسط علی پور و نوربالا (۱۳۷۸) انجام گرفت، همسانی درونی مواد پرسشنامه نشان داد که تمام مواد ۲۹ گانه با نمره کل همبستگی بالایی دارد کل به دست آمد. آلفای کرونباخ ۰/۹۳ بدست آمد پایایی باز آزمایی پرسشنامه بعد از سه هفته ۰/۷۹ بود.

روش تجزیه و تحلیل داده ها

در بخش آمار توصیفی، برای توصیف و طبقه بندی داده ها از میانگین، انحراف استاندارد، کجی و کشیدگی و در بخش آمار استنباطی، برای آزمون فرضیه های تحقیق از روش رگرسیون چند متغیره استفاده شد. جهت تحلیل داده ها از نرم افزار SPSS۲۳ استفاده گردید.

یافته ها

تجزیه و تحلیل داده ها برای پاسخگویی به سؤالات و فرضیه های پژوهش از اهمیت خاصی برخوردار است، تجزیه و تحلیل اطلاعات از اصلی ترین و مهم ترین بخش های پژوهش محسوب می شود. داده های خام با استفاده از فنون آماری مورد تجزیه و تحلیل قرار می گیرند و پس از پردازش به شکل اطلاعات در اختیار استفاده کنندگان قرار می گیرند. در این بخش ابتدا آمار

^۱. Bonomi , Patrick, Bushnell & Martin

توصیفی شاخص هایی نظیر فراوانی، میانگین و انحراف استاندارد نمرات و در بخش استنباطی آزمون های همبستگی و رگرسیون چندگانه مورد استفاده قرار گرفته است. نتایج بدست آمده در ادامه ارائه شده است.

اطلاعات توصیفی متغیر های پژوهش کیفیت زندگی و بهزیستی معنوی و شادکامی در جدول ۱ ارائه شده است.

جدول ۱. توصیف آماری نمرات متغیرهای پژوهش

متغیرهای پژوهش	تعداد	میانگین	انحراف استاندارد	کمینه	بیشینه	چولگی	کشیدگی
سلامت جسمانی	۲۳۳	۸/۰۰	۲/۰۲	۱/۳۳	۱۱/۰۰	۰/۳۷	۰/۳۸
سلامت روانشناختی	۲۳۳	۵/۹۸	۱/۳۳	۱/۹۴	۹/۲۶	۰/۴۸	۰/۹۰
روابط اجتماعی	۲۳۳	۹/۰۱	۱/۲۳	۱/۹۲	۱۳/۰۰	۰/۸۱	۰/۷۶
محیط زندگی	۲۳۳	۱۱/۰	۲/۲۳	۶/۰۹	۱۴/۰۹	۰/۹۴	۲/۷۳
کیفیت زندگی به طور کلی	۲۳۳	۲۳/۶۵	۳/۰۰	۱۷/۰۰	۲۵/۸۳	۰/۳۷	۰/۳۸
بهزیستی مذهبی	۲۳۳	۱۱/۲۱	۱/۰۰	۹/۰۰	۱۶/۰۰	۰/۳۱	۰/۶۴
بهزیستی وجودی	۲۳۳	۶/۵۳	۱/۰۰	۴/۷۰	۱۰/۳۹	۰/۹۱	۴/۱۳
نمره کل بهزیستی معنوی	۲۳۳	۱۶/۹۸	۱/۸۱	۱۲/۰۰	۲۱/۰۰	۰/۱۰	۰/۰۶
شادکامی	۲۳۳	۳۴/۱۶	۲/۰۲	۲۹/۰۰	۳۹/۰۰	۱/۳۹	۲/۳۹

چنانچه در جدول ۱ نشان داده شده است همه متغیرهای پژوهش دارای قدر مطلق ضریب چولگی کوچکتر از ۳ و قدر مطلق ضریب کشیدگی کمتر از ۱۰ هستند، بنابراین تخطی از بهنجار بودن داده ها قابل مشاهده نیست.

در جدول ۲ از آزمون آماری کولموگروف اسمیرنوف^۱ نرمال بودن داده ها مورد آزمون قرار گرفت:

^۱- Kolmogorov- Smirnovf

جدول ۲. آزمون کولموگروف اسمیرنوف تک نمونه‌ای

متغیرها شاخص آماری	شادکامی	بهبودی معنوی	بهبودی وجودی	بهبودی مذهبی	طور کلی	کیفیت زندگی به محیط زندگی	روابط اجتماعی	روانشناختی	سلامت جسمانی
Z	۰/۱۱	۰/۰۸	۰/۰۶	۰/۱۰	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۷	۰/۰۹	۰/۰۵
P	۰/۰۷	۰/۲۰	۰/۲۰	۰/۱۸	۰/۲۰	۰/۲۰	۰/۲۰	۰/۴۳	۰/۲۰
سطح معناداری		۰/۰۵	۰/۰۵	۰/۰۵	۰/۰۵	۰/۰۵	۰/۰۵	۰/۰۵	۰/۰۵

با توجه به نتایج جدول ۲ و سطوح معناداری به دست آمده و اینکه سطح معنی داری برای تمامی مؤلفه‌ها بیشتر از مقدار خطا ($\alpha = 0.05$) می‌باشد پس فرض H_1 رد شده و نتیجه گرفته می‌شود که توزیع داده‌ها (پاسخ‌های پرسش‌نامه‌ها) از توزیع نرمال پیروی می‌کند؛ بنابراین از آزمون‌های آماری پارامتریک در ادامه استفاده خواهد شد.

فرضیه پژوهش: بررسی رابطه کیفیت زندگی و بهبودی معنوی با شادکامی دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم

به منظور بررسی رابطه کیفیت زندگی و بهبودی معنوی با شادکامی در دانش آموزان دختر از آزمون رگرسیون چندگانه به شیوه گام به گام استفاده شد. پیش از انجام این آزمون بررسی چند مفروضه الزامی می‌باشد. نتایج مربوط به آزمون رگرسیون چندگانه به همراه مفروضات آن در ادامه ارائه شده است.

جدول ۳. نتایج آزمون همبستگی پیرسون بین مؤلفه‌های کیفیت زندگی و بهبودی معنوی با شادکامی در دانش آموزان

متغیر ملاک	متغیرها	تعداد	ضریب همبستگی	سطح معنی داری
شادکامی	سلامت جسمانی	۲۳۳	۰/۴۱	۰/۰۱۴
	سلامت روانشناختی	۲۳۳	۰/۵۲	۰/۰۰۱
	روابط اجتماعی	۲۳۳	۰/۴۵	۰/۰۱
	محیط زندگی	۲۳۳	۰/۴۷	۰/۰۱
	کیفیت زندگی به طور کلی	۲۳۳	۰/۲۷	۰/۰۱۳
	بهبودی مذهبی	۲۳۳	۰/۳۹	۰/۰۱
	بهبودی وجودی	۲۳۳	۰/۴۱	۰/۰۱
	نمره کل بهبودی معنوی	۲۳۳	۰/۳۲	۰/۰۰۱

در جدول ۳ نتایج همبستگی پیرسون میان کیفیت زندگی و مؤلفه های آن و همچنین بهزیستی معنوی و مؤلفه های آن با شادکامی در دانش آموزان دختر آورده شده است. همانطور که مشاهده می شود تمامی این ضرایب همبستگی معنی دار می باشد. با توجه به مثبت بودن ضرایب بدست آمده می توان گفت بین کیفیت زندگی و مؤلفه های آن و همچنین بین بهزیستی معنوی و مؤلفه های آن با شادکامی رابطه مستقیم و معنی داری وجود دارد.

جدول ۴. خلاصه آماره های مربوط به برازش مدل

مدل	R	R مجذور	خطای استاندارد برآورد	آماره دوربین-واتسون
۳	۰/۴۸	۰/۲۳	۹/۹۳	۱/۷۱۶

در جدول ۴ خلاصه آماره های مربوط به برازش مدل نشان داده شده است. با توجه به نتایج جدول، ضریب همبستگی چندگانه بین مجموع متغیرهای مستقل و متغیروابسته برابر با ۰/۴۸ می باشد. همچنین مقدار ضریب تعیین (مجذور R) برابر با ۰/۲۳ می باشد که نشان دهنده میزان تبیین واریانس و تغییرات متغیر شادکامی توسط کیفیت زندگی و مؤلفه های آن و بهزیستی معنوی و مؤلفه های آن می باشد. برای بررسی استقلال باقی مانده ها از آماره دوربین-واتسون استفاده شد. براساس نتایج جدول مقدار آماره دوربین-واتسون برابر با ۱/۷۱۶ است که با توجه به اینکه مقدار آن در فاصله ۱/۵ تا ۲/۵ قرار دارد می توان گفت پیش فرض استقلال باقی مانده ها رعایت شده است.

جدول ۵. نتایج آزمون تحلیل واریانس

مدل	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معنی داری
۳	۲۸۴۸/۸۸	۳	۹۴۹/۶۲	۱۱/۰۹	۰/۰۱
	باقیمانده	۲۲۹	۹۸/۷۴		
	کل	۲۳۲			

در جدول ۵ نتایج آزمون تحلیل واریانس به منظور بررسی مدل رگرسیونی ارائه شده آورده شده است. بر اساس نتایج مندرج در جدول، مقدار F بدست آمده برابر با ۱۱/۰۹ می باشد که در سطح آلفای کوچکتر از ۰/۰۱ معنی دار است که نشان می دهد مؤلفه های کیفیت زندگی و مؤلفه های بهزیستی معنوی قادرند تغییرات مربوط به متغیر شادکامی را به خوبی تبیین نمایند و نشان دهنده مناسب بودن مدل رگرسیونی ارائه شده است، برای بررسی دقیق تر و پیش بینی شادکامی توسط مؤلفه های هر یک از متغیرهای پیش بین نتایج آن در جدول زیر ارائه شده است:

جدول ۶. تحلیل رگرسیون گام به گام برای پیش بینی متغیر شادکامی توسط مؤلفه های کیفیت زندگی و مؤلفه های بهزیستی معنوی

مدل	ضرایب استاندارد نشده		ضرایب استاندارد شده		T	سطح معنی داری	Tolerance	VIF	شاخص های هم خطی
	B	خطای استاندارد	Beta	شده					
۳	ثابت	۱۰۲/۰۹	۱۲/۱۱	۸/۴۲	۰/۰۰۱				
	سلامت جسمی	۰/۷۷	۰/۲۸	۲/۶۹	۰/۰۰۹		۰/۸۸	۱/۱۳	
	سلامت روانشناختی	۰/۳۴	۰/۱۲	۳/۱۱	۰/۰۱		۰/۷۵	۱/۸۶	

۱/۰۵	۰/۶۲	۰/۰۱	۴/۱۰	۰/۳۹	۰/۱۱	۰/۴۵	روابط اجتماعی
۰/۴۶	۰/۸۱	۰/۰۱	۶/۸۵	۰/۴۹	۰/۱۷	۰/۵۷	محیط زندگی
۳/۵۵	۰/۷۱	۰/۰۱	۳/۴۷	۰/۵۴	۰/۰۹	۰/۶۵	بهزیستی مذهبی
۲/۳۳	۰/۸۶	۰/۰۱	۳/۱۰	۰/۴۱	۰/۱۴	۰/۴۳	بهزیستی وجودی

در جدول ۶ نتایج مربوط به تحلیل رگرسیون گام به گام برای پیش بینی شادکامی از طریق مؤلفه های کیفیت زندگی و مؤلفه های بهزیستی معنوی آورده شده است. بر اساس مندرجات جدول، این مؤلفه ها، به شکل معنی داری شادکامی را پیش بینی می نمایند. با توجه به مقدار آماره تحمل که از مقدار برش ۰/۱ بیشتر است و آماره تراکم عاملی (VIF) که از مقدار برش ۱۰ کمتر است، نتیجه می شود که از مفروضه هم خطی، تخطی صورت نگرفته است. در مدل نهایی، مقدار ضریب رگرسیونی استاندارد شده (Beta) برای متغیر سلامت جسمی برابر با ۰/۵۹، سلامت روانشناختی برابر با ۰/۳۱ و برای روابط اجتماعی برابر با ۰/۳۹، محیط زندگی برابر ۰/۴۹، بهزیستی مذهبی ۰/۵۴ و بهزیستی وجودی برابر ۰/۴۱ می باشد. با توجه به مقدار آماره های t بدست آمده که در سطح آلفای ۰/۰۵ معنی دار می باشد، فرضیه پژوهش مورد تأیید قرار گرفته و نتیجه می گیریم که این مؤلفه های کیفیت زندگی و بهزیستی معنوی می توانند به شکل معنی داری شادکامی را پیش بینی نمایند.

بحث و نتیجه گیری

هدف این پژوهش بررسی رابطه بین کیفیت زندگی و بهزیستی معنوی با شادکامی در دانش آموزان دختر بود؛ و چنانچه نتایج نشان داد شادکامی بر اساس کیفیت زندگی و بهزیستی معنوی قابل پیش بینی می باشد، به اعتقاد لاما و کاتلر (۱۹۹۹) مهمترین هدف زندگی ما رسیدن به شادی است؛ زیرا انسان هر مذهبی که داشته باشد، حرکت و فعالیت وی برای دستیابی به شادی است؛ به اعتقاد آرگایل شادمانی سه جز اساسی دارد: هیجانان مثبت، رضایت از زندگی و فقدان عواطف منفی؛ بنابراین به اعتقاد روانشناسان، مذهبی بودن یکی از عوامل مؤثر در ایجاد شادکامی در افراد است، به طوری که مذهب به عنوان یک مؤلفه درمانی در مراکز بهداشت روانی وارد شده است و افراد به نوعی مذهب یعنی اعتقاد به خدا گرایش می یابند. بهزیستی معنوی هدف را برای فرد روشن می کند و مایه تسلی در شرایط دردناک و تهدیدکننده می شود؛ و این پژوهش با پژوهش ها قبلی در باب ارتباط بین مؤلفه های بهزیستی معنوی با شادکامی همسو می باشد.

همچنین در دیگر یافته پژوهش حاضر نشان داده شد که بین مؤلفه های کیفیت زندگی با شادکامی رابطه معنی داری وجود دارد، در حقیقت، هنگامی که دانش آموزان بتوانند به طور موفقیت آمیز بر بحران ها و چالش های تحولی غلبه کنند، پریشان های روان شناختی را تجربه نخواهند کرد و اختلال قابل ملاحظه ای در جریان به هنجار زندگی روزمره و جنبه های عاطفی، اجتماعی و شناختی بروز نخواهد کرد که به دنبال آن شخصیت آن ها دچار اغتشاش نخواهد شد (گاربر، کیلی و مارتین، ۲۰۰۲) و کیفیت زندگی آنها در حد مطلوبی خواهد بود و این امر باعث شادی و شادکامی در افراد می گردد. از جمله محدودیت های پژوهش حاضر عدم وجود کنترل برای متغیرهای مداخله گر از جمله شیوه های تربیتی والدین و عوامل وراثتی که پژوهشگر قادر به کنترل آنها نبوده است. نبودن پژوهش مشابه با پژوهش حاضر در نتیجه پژوهشگر را در جمع آوری اطلاعات و نتیجه گیری با مشکلاتی مواجه کرد. محدود بودن جامعه آماری پژوهش حاضر به دانش آموزان دختر مقطع متوسطه دوم، در نتیجه تعمیم نتایج به سایر دانش آموزان باید با احتیاط صورت پذیرد. لذا پیشنهاد می شود کارگاه هایی در باب بررسی شادکامی و مؤلفه های مؤثر بر آن برگزار شود و آگاهی های لازم به دانش آموزان داده شود.

تقدیر و تشکر

از کلیه دانش آموزان، مدیران و معلمان مدارس که برای گردآوری داده ها به آنجا رجوع شده بود و در این زمینه ما را همیاری کردند نهایت تقدیر و تشکر را داریم.

منابع

۱. گلدوست، اصغر و معینی کیا، مهدی. (۱۳۸۸). رابطه‌ی راهبردهای یادگیری خودتنظیم و راهبردهای انگیزش برای یادگیری با عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد اردبیل، فصلنامه پژوهش در برنامه‌ریزی درسی، دوره ۱، شماره ۲۳، صص ۸۵-۱۰۰.
۲. صبحی قراملکی، ناصر (۱۳۹۱). پیش بینی انگیزه‌ی پیشرفت تحصیلی بر اساس هوش هیجانی دانش آموزان. مجله روانشناسی مدرسه، دوره ۱، شماره ۱، صص ۴۹-۶۲/۳.
۳. ربو، مارشال (۲۰۰۵). انگیزش و هیجان. ترجمه‌ی یحیی سید محمدی، (۱۳۸۶). ویراست چهارم. تهران: نشر ویرایش
۴. دست آموز، منیر. (۱۳۹۲). رابطه خود مختاری و عزت نفس با انگیزه تحصیلی دانش آموزان دختر مقطع راهنمایی شهرستان گناباد. دانشگاه گناباد. چاپ نشده.
۵. قدیری، پروین؛ اسد زاده، حسن؛ درتاج، فریبرز (۱۳۹۰). بررسی رابطه ادراک از محیط کلاس درس و جهت گیری هدف با پیشرفت تحصیلی ریاضی در دانش آموزان دختر پایه ی سوم متوسطه، فصلنامه روانشناسی تربیتی، شماره نوزدهم، سال ششم.
۶. یوسفی، علیرضا؛ قاسمی، غلامرضا؛ فیروزنیا، سمانه (۱۳۸۸). رابطه پیشرفت با هیجان خواهی. مجله ایرانی آموزش در پزشکی، دوره ۹، شماره ۱، صص ۷۹-۸۵.
۷. حسین مردی، علی اصغر؛ حسین مردی، زهرا (۱۳۹۴). پیش بینی پیشرفت تحصیلی بر اساس هوش هیجانی و انگیزش پیشرفت در بین دانشجویان دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن در سال ۱۳۹۲. مجله علمی پژوهان، دوره ۱۳، شماره ۳، صص ۱۵-۲۲.
۸. میرزائی، ط. (۱۳۹۲). بررسی رابطه عواطف و وجدان با قضاوت اخلاقی. پایان نامه کارشناسی ارشد، دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه تربیت معلم.
۹. سپهوند، رضا؛ نصرافهانی، علی؛ عارف نژاد، محسن و سبحانی، محمد. (۱۳۹۲). تاثیر رهبری معنوی بر انگیزش درونی کارکنان. چشم انداز مدیریت دولتی، شماره ۱۳، صص ۱۲۷-۱۰۷.
10. Argyle, M. (2013). *The psychology of happiness*. London: Routledge.
11. Diener, E. & Lucas, R.E. (2000). Subjective well-being running need: Emotional well-being. Chapter in M. Lweis & J.M.Havilland. Hand book of Emotions, New york: Guilford. PP.325-337.
12. Forster, M., Grigsby, T. J., Bunyan, A., Unger, J. B., & Valente, T. W. (2015). The protective role of school friendship ties for substance use and aggressive behaviors among middle school students. *Journal of school health*, 85(2), 82-89.
13. Garber J, Keily MK, Martin NC. (2002). Development of adolescence depressive symptoms: predictors of change. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*. 70:79-95.
14. Hojati, M., Emadi Zyarati, N., Hadadian, F. and Rezaee, M. (2013); Effect of training Fordyce Happiness on Increase students' self-efficacy, *Elixir Psychology*, 57, 14268-14270.

15. Kim. Y. H.(2008). Correlation of mental health problem with psychological constructs in adolescents Inter national. Journal of nursing studies. 40. 115-124
16. Kusurkar R, Croiset G, Ten Cate OTJ(2011). Twelve tips to stimulate intrinsic motivation in students through autonomy-supportive classroom teaching derived from Self-Determination Theory. Med Teach. ; 33(12): 978-82.
17. Mccullough, Michael E, et al., (2009). Religion, self-Regulation, and self-control: Associations, Explanation, and implications, *Psychological Bulletin*, V.135,
18. Peterson, & Huang, B, (2003). The effect of religious- spiritual coping on positive attitudes of adult Muslim refugees Kosovo and Bosnia, The international Journal for the psychology of religion, V13.
19. Pintrich, PR & DeGroot, EV.(1990). Motivational and self-regulated learning components of classroom academic performance, JEP, 82(1): 33-40.
20. Qing, Z. H., Jing, G., Yazhuan, L., Ting, W., & Junping, M. (2016). Promoting preservice teachers' critical thinking Disposition by inquiry-based chemical experiment. Social and Behavioral Sciences 9 (?) 1429-1436.
21. Qing, Z. H., Jinga, G., & Yan, W. (2010). Promoting preserves teachers' critical thinking skills by inquiry-based chemical experiment. Procedia - Social and Behavioral Sciences, 2(2):4597-4603.
22. Tabachnick BG, Fidell LS(2012). Using Multivariate Statistics. 6 th ed. New Jersey: Pearson Education.
23. Todorović, D., & Mitrović, M. (2017). Various modalities of aggressive behaviour and emotional competence among students of sport and physical education and studentsof other faculties—a pilot study. Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport, 389-398.

Relationship between Life Quality and Spiritual Wellbeing with Happiness in Female Students

Hamid Ghasempour Jahangir¹, Soheila Ghasempour Jahangir²

1. M.A Graduated in Department of Clinical Psychology, Faculty of Humanities, Islamic Azad University of Garmsar, Garmsar, Iran (Corresponding Author)
2. M.A Graduated in Department of History of Philosophy of Education, PNU South Tehran, Tehran, Iran

Abstract

The present study was aimed to examine the relationship between life quality and spiritual well-being with happiness in students. The present research was practical in terms of objective; and in terms of data collection method, it was correlational-descriptive. Sampling method was a cluster method. Hence, first, some schools and then some classes were considered for the study, and research questionnaires were distributed to 233 female students in 2016. Student responded to the following questionnaires: life quality questionnaire (Bonomi et al, 2000), spiritual well-being questionnaire (Palotzin and Ellison, 1982), and Argil's happiness questionnaire (1990). Findings: Multifold correlation coefficient between the sum of independent variables and dependent variable amounts to 0.48. In addition, beta coefficient (R square) was calculated to be 0.23, which shows the level of variance expression and changes in happiness through life quality and its components as well as spiritual wellbeing and its components. Conclusion: It seems that life quality and spiritual well-being affect happiness in students, and that it is necessary to provide plans for developing life quality and spiritual well-being with happiness in students.

Keywords: happiness, life quality, spiritual well-being
