



پژوهشگاه فرهنگ، هنر و ارتباطات  
وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی

## گزارش رصد فرهنگی (۱۰)



پژوهشگاه فرهنگ، هنر و ارتباطات  
وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی

### وضعیت نشاط اجتماعی در ایران رصد پیمایش‌های ملی انجام شده در حوزه نشاط در سه دهه اخیر

نشاط و شادی از مهم‌ترین مؤلفه‌های درونی و عاطفی تعیین‌کننده کیفیت زندگی انسان معاصر است که موجب پویایی و تحرک جامعه و شکوفایی استعدادها شده و به عنوان پدیده‌ای اجتماعی اثرگذار در کاهش آسیب‌ها و مسائل متعدد در سطح خرد و کلان مطرح می‌شود. در خصوص وضعیت شادکامی مردم ایران دو دسته از داده‌ها موجود است: نخست داده‌های پیمایش جهانی موسسه گالوپ در نه موج (از سال ۲۰۱۲ تا ۲۰۲۱) که براساس آن میانگین شادی ایرانیان کمتر از حد متوسط بوده و به لحاظ جایگاه در مقایسه با سایر کشورها، در رده‌های آخر قرار دارد. دوم، داده‌های حاصل از پیمایش‌های ملی (همچون ارزش‌ها و نگرش‌های ایرانیان، سنجش سرمایه اجتماعی کشور و پیمایش شادکامی) که طبق یافته‌ها، هر چند میزان شادی ایرانیان در دوره‌های زمانی انجام پیمایش‌ها مقادیر متفاوتی به دست آمده، اما به صورت کلی، متوسط رو به پایین بوده که وضعیت نامطلوب جامعه ایران در این زمینه استنباط می‌شود.



مرکز فرهنگی کشور  
www.ircud.ir

باجا



گزارش رصد فرهنگی

(۱۰)



## وضعیت نشاط اجتماعی در ایران

رصد پیمایش‌های ملی انجام‌شده حوزه نشاط  
در سه دهه اخیر

سید سعید حسینی زاده





ناشر: پژوهشگاه فرهنگ، هنر و ارتباطات، مرکز رصد فرهنگی کشور  
عنوان گزارش: وضعیت نشاط اجتماعی در ایران (رصد پیمایش‌های ملی انجام‌شده حوزه نشاط  
در سه دهه اخیر)

نویسنده: سید سعید حسینی‌زاده

ویراستار علمی: پوریا عبدی

ویراستار ادبی: هانیه رضایت‌بخش

صفحه‌آرایی: فاطمه قیاسوند

طراح جلد: فریمه فاطمی

نوبت چاپ: اول – تابستان ۱۴۰۰

شمارگان: برای مخاطبان خاص

متن کامل این گزارش در سایت مرکز رصد فرهنگی کشور [www.ircud.ir](http://www.ircud.ir) در دسترس است.

همه حقوق این اثر برای پژوهشگاه فرهنگ، هنر و ارتباطات محفوظ است.  
در صورت تخلف، پیگرد قانونی دارد.

نشانی: تهران، پایین‌تر از میدان ولی عصر (عج)، خیابان دمشق، شماره ۹، پژوهشگاه فرهنگ، هنر و ارتباطات  
صندوق پستی: ۶۲۷۴ – ۱۴۱۵۵. تلفن: ۸۸۹۰۲۲۱۳. دورنگار: ۸۸۸۹۳۰۷۶ Email: [nashr@ricac.ac.ir](mailto:nashr@ricac.ac.ir)

## فهرست مطالب

---

مقدمه و بیان مسئله.....	۱
اهمیت و ضرورت پژوهش.....	۵
ادبیات پژوهش.....	۹
شادی؛ برساخت مفهومی.....	۹
فهم علم محور از شادی.....	۱۴
چارچوب مفهومی پژوهش.....	۲۱
روش شناسی پژوهش.....	۲۲
وضعیت شادی در ایران بر اساس داده‌های بین‌المللی.....	۲۴
وضعیت شادی در پیمایش‌های ملی.....	۲۹
تحلیل روند شادی بر اساس پیمایش‌های ملی.....	۴۸
جمع‌بندی و نتیجه‌گیری.....	۵۲
منابع.....	۵۹





## مقدمه و بیان مسئله

بشر امروزی توانسته است در جهت ترویج علم و دانش، تسخیر طبیعت و اختراعات و اکتشافات گام‌های بلند و موفقیت‌های چشمگیری داشته باشد؛ ولی باوجود تمام این پیشرفت‌ها، در عرصه تسلط بر خویشتن و شناخت صحیح خویش و هدف زندگی خود نتوانسته است موفقیت چندانی به دست آورد. در این دنیای ماشینی که همه‌چیز از تعادل و توازن خارج شده است، تلاش‌های بی‌وقفه، خستگی‌های جبران‌ناپذیر، روحیه‌های بسیار پایین، بیماری‌های روانی و ناهنجارهای رفتاری، فقر و تنگدستی، فساد و تباهی، نابرابری‌های اجتماعی و بسیاری از مشکلات روحی- اجتماعی دیگر، هرروز رو به افزایش هستند و سیر صعودی می‌یابند. از این‌رو، جای تعجب ندارد که درماندگی و فشارهای چندگانه، عباراتی قابل‌درک برای تمامی نوع بشر و عکس‌العمل‌هایی متداول به زندگی جدید محسوب



شوند (تاسیگ<sup>۱</sup> و همکاران، ۱۳۸۶: ۵؛ خوشفر و همکاران، ۱۳۹۴: ۹۰). در چنین فضایی، انسان صنعتی روزبه‌روز آشفته‌تر، غریبه‌تر و تنها‌تر می‌شود و چیزی جز پشتوانه معنوی، نیک‌اندیشی و تغییر و تحول درونی نمی‌تواند او را از این همه نابسامانی، ازهم‌گسیختگی و ازهم‌پاشیدگی روانی نجات دهد (برزینکا<sup>۲</sup>، ۱۳۷۱؛ بختیار نصرآبادی و پهلوان صادق، ۱۳۹۱: ۳۰). از این‌رو، در عصر پیشرفت‌های علمی و مادی و نیز نابسامانی‌های فردی و اجتماعی، شادی گمشده انسان معاصر و مطلوب مشترک همه انسان‌هاست.

بدین لحاظ، ازجمله مهم‌ترین مؤلفه‌های درونی و عاطفی کیفیت زندگی انسان معاصر، که نمودی اجتماعی نیز می‌یابد، پدیده شادی یا نشاط است. شادی ازجمله هیجانات اولیه و خوشایندی است که باعث انبساط خاطر و آرامش ذهنی فرد می‌گردد و از سلامتی عاطفی او حکایت می‌کند. شادی، به‌عنوان یکی از ملزومات روح و جسم انسان، ازجمله ضروریات و نیازهای طبیعی بشر است و همواره مورد توجه و مطالعه جامعه‌شناسان، اقتصاددانان، روان‌شناسان و متخصصان تعلیم و تربیت و به‌تازگی حوزه علوم اجتماعی قرار گرفته است. این پدیده به‌دلیل آثار عمده بر سالم‌سازی و بهسازی جامعه، مدت زیادی است ذهن آدمیان را به خود مشغول کرده است؛ به‌طوری‌که امروزه بسیاری از ملل به‌نوعی درصدد ایجاد یک جامعه سالم و بانشاط هستند، چراکه احساس شادی و برخورداری از نشاط فردی و اجتماعی، از یک‌سو انسان‌ها را برای زندگی بهتر و بازدهی بیشتر آماده می‌سازد و از سوی دیگر، به‌دلیل ویژگی مسری بودن آن، بستگی‌های فرد را با محیط گسترده‌تر می‌کند. از این حیث، مادامی‌که شهروندان احساس شادی کنند، همواره در خدمت به شهر و افراد جامعه اهتمام بیشتری می‌ورزند. همچنین، نقش شادی در زندگی افراد به‌حدی است که متفکر اجتماعی راسکین<sup>۳</sup> بر این نکته تأکید می‌ورزد که «ثروتمندترین کشور، کشوری است که بیشترین

1. Tasig

2. Brezinka

3. Ruskin



افراد شاداب را زیر بال خود داشته باشد» (مظفر، ۱۳۷۹: ۱۳). از این رو، احساس شادی، مقابل افسردگی است و پویایی و تحرک جامعه تا حد زیادی به فراوانی عناصر شادی آفرین مشروع و کاهش اضطراب، افسردگی و غم در جامعه بستگی دارد؛ چنان که برخی پژوهش‌ها نشان داده‌اند وضعیت‌های اجتماعی نابسامان، ملال‌آور و پراضطراب یکی از عوامل اصلی توقف استعدادها و باروری خرد و اندیشه در یک جامعه است که می‌تواند روابط فرد با اجتماع را مختل، به تدریج نیروی انسانی را ضعیف و قوای جسمی و فکری را فرسوده کند و نیز انسان‌ها را برای قبول ضعف و ناتوانی که مغایر با توسعه و تعالی است، آماده سازد. از سوی دیگر، همواره باید توجه داشت که پیشرفت سریع علم و فناوری، با وجود ایجاد مزایای فراوان، خلأهایی را نیز برای انسان معاصر به وجود آورده است. موج فزاینده افسردگی، پایین آمدن سن خودکشی، افزایش طلاق و بزهکاری و بسیاری از مشکلات روانی-اجتماعی دیگر، واقعیت‌های انکارناپذیری هستند که نشان می‌دهند شادی در حال رخت بر بستن از جوامع است (آرگایل<sup>۱</sup>، ۱۳۸۳: ۱۱؛ ربانی و همکاران، ۱۳۸۶: ۴۲). در مقابل، شادی همواره با خرسندی، خوش بینی و امید و اعتماد همراه است و از این رو، می‌تواند به عنوان یک کاتالیزور نقش تسریع کننده‌ای در فرایند توسعه جامعه داشته باشد. اینگلههارت<sup>۲</sup> (۱۳۷۳) در این زمینه اظهار داشته است که سطح پایین رضایت از زندگی و احساس خوشبختی، به گرایش‌های منفی نسبت به کل جامعه منجر و دوره‌های طولانی برآورده نشدن آرزوها و انتظارات موجب ظهور نگرش‌های بدبینانه‌ای می‌شود؛ که این بدبینی از نسلی به نسل دیگر منتقل می‌شود (چلبی و موسوی، ۱۳۸۷: ۳۴ و ۳۵).

از سال ۲۰۰۰ به بعد، در نگاه سازمان ملل، برای تعیین سطح توسعه یافتگی کشورها متغیرهای شادی، امید به آینده، خشنودی و رضایتمندی افراد نیز

1. Argyle

2. Inglehart



به عنوان یک متغیر کلیدی وارد محاسبات شده‌اند. به این صورت که اگر مردم یک جامعه احساس شادی، خشنودی و رضایتمندی نکنند، نمی‌توان آن را جامعه توسعه‌یافته قلمداد کرد که این نشانه اهمیت شادی است (محمدی‌راد، ۱۳۹۱: ۳). درواقع، رضایت و شادی مردم نشان می‌دهد که آن کشور توانسته است رفاه و آرامش موردنیاز را برای اعضای خود فراهم کند (امیرمظاهری و فخاریان، ۱۳۹۵: ۸). همچنین ارزیابی آمارهای جهانی درباره وضعیت شادی در سال ۲۰۲۰ نشان می‌دهد که ۱۴ درصد از مردم جهان در سطح «بالا» و ۵۰ درصد «تاحدودی» شاد هستند؛ ۳۰ درصد احساس شادی «پایین» دارند و ۶ درصد نیز اصلاً شاد نیستند (گزارش جهانی شادی، ۲۰۲۰).

اگرچه در گزارش آینده‌پژوهی ایران (۱۳۹۶) وضعیت شادی در کشور از مسائل اولویت‌دار آینده‌شناسایی نشده است، همسو با این مسئله، بررسی‌ها حاکی از رتبه پایین ایران در میان کشورهای دیگر از نظر شادی است. انتظار زندگی شاد در سال‌های امید به زندگی ۴۱/۴ سال برآورد شده است که به لحاظ میزان شادی و انتظار زندگی شاد در طول سال‌های امید به زندگی در مقایسه با برخی کشورها از جمله دانمارک، ایسلند، کانادا، ایرلند، هلند، آلمان، بریتانیا، ایتالیا، اندونزی، ژاپن و غیره در حد پایین‌تری قرار دارد؛ و به لحاظ نابرابری شادی آن کشورها رقم بالاتری را به خود اختصاص داده است (گنجی، ۱۳۸۷؛ اکبرزاده و همکاران، ۱۳۹۲: ۶۸). این در حالی است که تاریخ ایران نشان می‌دهد ایرانیان در سایه فلسفه شادی که تجلی آن در جشن‌های متعددی قابل مشاهده است، توانسته‌اند قرن‌ها با وجود ناملایمتهای متعدد گذر عمر کنند. بر این اساس، اهمیت شادی به حدی است که بعضی از متفکران و صاحب‌نظران فلسفه، شادمانی را بهترین خوبی دانسته‌اند. از منظر جامعه‌شناسی، شادی نه تنها در بُعد اقتصادی، بلکه در ابعاد سیاسی، فرهنگی و تربیتی تأثیر همه‌جانبه دارد و زیرساخت بسیاری از مسائل و نیروی محرکه جامعه است. به همین دلیل، همه کشورها کوشش



می‌کنند که اگر نمی‌توانند همهٔ عناصر لازم را برای بروز شادی فراهم کنند، دست‌کم ابتکارهایی را برای سوق دادن جامعه به سمت شاد زیستن انجام دهند (صارمی و همکاران، ۱۳۹۴).

در دنیای معاصر، سیاست‌گذاران عرصه‌های مختلف فعالیت‌های انسانی، از مراکز علمی و دانش‌پژوهی تا مؤسسات خدماتی و کارگری، با شیوه‌های متفاوت می‌کوشند تا شادی را در نهاد آدمیان ایجاد کنند و بدین طریق، هم بر تولیدات علمی خود بیفزایند و هم بر فراورده‌های صنعتی و خدماتی؛ و مهم‌تر از همه، زندگی امن و آرام و به‌دور از عصبیت و پرخاش و مردمی شاد و امیدوار را مهیا کنند. از این‌رو، با توجه به تأثیرت همه‌جانبه و دامنه‌دار شادی در توسعه و تقویت زمینه‌های رشد و تعالی و ایجاد مشکلات عدیدهٔ روانی-اجتماعی، در صورت کمبود آن باید نسبت به مقولهٔ شادی و عوامل ایجادکنندهٔ آن مطالعهٔ دقیق و علمی انجام شود. بنابراین هدف اساسی پژوهش حاضر، ارائهٔ تصویری جامع از وضعیت شادی در جامعهٔ ایران بر اساس داده‌های جهانی و پیمایش‌های ملی است.

## اهمیت و ضرورت پژوهش

اهمیت و ضرورت پرداختن به مقولهٔ شادی شهروندان ایرانی ناشی از علل و عوامل مختلفی است؛ نخست آنکه پویایی و تحرک جامعه تا حد زیادی به فراوانی عناصر شادی‌آفرین مشروع و کاهش اضطراب، افسردگی و غم در جامعه بستگی دارد (اقلیما و نجف‌آبادی، ۱۳۹۰: ۸). نشاط اجتماعی سبب‌ساز ایجاد انرژی، شور، حرکت و جهش جامعه در حوزه‌های مختلف می‌شود؛ فعالیت‌های مفید انسانی را برمی‌انگیزد؛ خلاقیت را تقویت، روابط اجتماعی را تسهیل و مشارکت اجتماعی-سیاسی را رونق می‌بخشد؛ موجبات حفظ سلامتی عاطفی، روانی، جسمانی و امیدواری را فراهم می‌سازد؛ احساس امنیت، آرامش و قدرت تصمیم‌گیری را در افراد تقویت می‌کند؛ و احساس نزدیکی به دیگران، دوست داشتن، اعتماد و کیفیت تعامل با سایرین را



موجب می‌شود (آرگایل، ۱۳۸۳). پیامدهای این هیجان چنان در جامعه بارز و آشکار است که مازلو<sup>۱</sup>، یکی از نظریه‌پردازان مشهور در حوزه روابط انسانی، مؤلفه و شاخصه اصلی انسان‌هایی را که در راستای خودشکوفایی، کمال و توانمندی‌های خویش تلاش می‌کنند، احساس شادی آنان می‌داند؛ به‌طوری‌که کمبود و نبود آن افسردگی، بدبینی و ارزیابی منفی از رویدادها، بی‌علاقگی به اجتماع و کار، کم‌رنگ شدن وجدان کاری، ناهنجاری‌های اجتماعی و رواج خشونت در روابط اجتماعی را به بار می‌آورد. همچنین نتایج تحقیقات انجام‌شده نشان می‌دهند که افراد شاد از نظر ذهنی و فیزیکی نسبت به دیگران عملکرد بهتری دارند، از انرژی و خلاقیت بیشتری برخوردار هستند، تمایل بیشتری برای کمک به دیگران دارند و چنین افرادی در محیط کار بیشتر موفق هستند (علوی، ۲۰۰۷).

درعین‌حال، شادی ابزار ارزشمندی برای اصلاح شخصیت و عملکرد شغلی کارکنان محسوب می‌شود؛ افراد شاد تحلیل رفتگی کمتر، فرسودگی عاطفی نازل‌تر و غیبت کمتری دارند و احتمال اندک‌تری وجود دارد که شغل خود را ترک کنند. وجود شادی در زندگی فردی و اجتماعی نگرش مثبت به زندگی، خودپنداره مثبت، تمایل بیشتر برای کمک به دیگران، برخورداری از شاخص‌های بالای زندگی، روابط اجتماعی متعادل، نگرش مطلوب و رضایت‌آمیز به خود و دیگران و درنهایت، عملکرد شغلی - تحصیلی و تصمیم‌گیری برای فرد و جامعه به همراه دارد (شریفی و همکاران، ۲۰۱۱؛ طاهریان و همکاران، ۱۳۹۳: ۱۰۰).

همچنین توسعه شادی و نشاط اجتماعی زمینه «جهش اقتصادی - تولیدی» جامعه را فراهم می‌سازد؛ به‌طوری‌که گزارش دنیای اقتصادی پیرامون «ارزش اقتصادی شادی» نشان داده است که افراد شادتر، درآمد بیشتری به دست می‌آورند. پژوهش مشترکی که از سوی مدرسه اقتصادی

1. Maslow



لندن و دانشگاه وارویک<sup>۱</sup> انگلستان در سال ۲۰۱۳ انجام شد، نشان داد افرادی که در طول زندگی احساس‌های مثبت بیشتری را تجربه کرده بودند و رضایت بیشتری از زندگی داشتند، در ۲۹ سالگی درآمد بیشتری هم داشته‌اند. یافته‌های این مطالعه بلندمدت که از سال ۱۹۹۴ تا ۲۰۰۰ روی ۱۰ هزار دانش‌آموز آمریکایی صورت گرفت، مشخص کرد دانش‌آموزانی که در سنین ۱۶ تا ۱۸ سالگی خود را شاد و راضی می‌دانستند، در ۲۲ سالگی نیز از زندگی خود رضایت داشتند و در ۲۹ سالگی هم در مقایسه با همسالان خود درآمد بیشتری کسب می‌کردند. تحلیلگران این مطالعه بیان کرده‌اند که شادمانی افراد فقط معلول درآمد بالا نیست، بلکه خود عامل کسب درآمد بیشتر است. شاید به این دلیل که جوانان شادتر به احتمال زیاد تحصیلات دانشگاهی و عالی خواهند داشت، در مدت تحصیل با انگیزه بیشتری کار می‌کنند، تفریح می‌گیرند، خوش‌بین‌تر هستند و کمتر عصبی و آشفته می‌شوند. این پژوهش اما نشان داد غم و ناراحتی پیامدهای ناخوشایند و خیم‌تری دارد. کسانی که خود را به شدت ناراضی یا ناراحت معرفی کرده بودند، ۳۰ درصد کمتر از دیگران درآمد داشتند. محققان این مطالعه تأکید می‌کنند رابطه مثبت میان شادی و درآمد بیشتر می‌تواند خبر خوبی برای کشورهای باشد که برای رشد اقتصادی خود تلاش می‌کنند (پاکروان، ۱۳۹۴). از این رو، ضرورت پژوهش در حوزه شادی همچنین تاحدودی ناشی از آن است که یک جامعه شاد به طور طبیعی می‌تواند سبب کسب درآمد بیشتر برای شهروندان خود شود و به رشد اقتصادی جامعه کمک کند؛ تاجایی که در گزارش جهانی شادی نیز بر همبستگی شاخص شادی با توسعه اقتصادی یا درآمد سرانه اشاره شده است.

درعین حال، شواهد تاریخی نشانگر آن هستند که ملتی قادر است در برابر تهاجمات سوداگران فیزیکی و فرهنگی بیگانگان صف ایستادگی بیاراید که از رشد فکری و تعادل روحی والایی برخوردار باشد؛ اما غنای فرهنگی پدید



نمی‌آید، مگر با تضارب؛ و تعامل آرا و اعتدال روحی برقرار نمی‌گردد، مگر با ارضای متوازن نیازها و شکوفایی عواطف مثبت انسان‌ها. ازاین‌رو، یکی از مهم‌ترین فعالیت‌ها و راهبردهای اجتماعی و سیاسی دولت‌های سراسر جهان توسعه شادی شهروندان است. بنابراین آرام و شاد زیستن افزون بر آنکه یکی از نیازهای اساسی روانی فردی است، ضرورت اجتماعی نیز به شمار می‌رود (باقری خلیلی، ۱۳۸۶). به نظر می‌رسد امروزه، پیشرفت هر جامعه در گرو استفاده بهینه از نیروی‌های انسانی آن جامعه است و یکی از مهم‌ترین اصول در حوزه مدیریت منابع انسانی، توجه به مقوله شادی انسان‌هاست؛ زیرا انسان شاد، انسانی کارا، مبتکر، مولد و سازنده است و همین اعمال مثبت به سلامت فیزیکی و روانی او نیز کمک شایانی خواهد کرد (گلاتزر<sup>۱</sup>، ۲۰۰۰: ۵۰۳؛ ربانی و همکاران، ۱۳۸۶: ۴۲ و ۴۳). در همین راستا و به واسطه اهمیت موضوع و تأثیر این مسئله در موفقیت برنامه‌های کلان توسعه پایدار، بند «ب» ماده ۹۷ برنامه چهارم توسعه اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی به صراحت دولت را مکلف کرده است تا به منظور پیشگیری و کاهش آسیب‌های اجتماعی نسبت به تهیه طرح جامعی برای بسط و گسترش روحیه نشاط، شادابی، امیدواری، اعتماد اجتماعی، تعمیق ارزش‌های دینی و هنجارهای اجتماعی اقدام کند. بر این اساس، در نظر گرفتن این مقوله در امر پژوهش و سیاست‌گذاری‌های اجتماعی و فرهنگی کلان، مستلزم شناخت و بررسی دقیق و علمی وضعیت این پدیده است تا بر اساس روش‌های اصولی و منظم نشان داده شود که چگونه انسان‌ها در یک جامعه زندگی می‌کنند و چگونه باید شرایط و موقعیت‌های خود را برای ایجاد شادی تغییر دهند.



## ادبیات پژوهش

### شادی؛ بر ساخت مفهومی

مطالعات نظری و تجربی در خصوص شادی<sup>۱</sup> حدود یک قرن پیش آغاز شده است و تأمل در آن مطالعات نشان می‌دهد که تاریخ تحقیقات مربوط به این پدیده، تاریخ سردرگمی و پریشانی مفهومی است؛ و به دلیل ظهور معانی متعدد از این واژه (happiness)، موانع عدیده‌ای بر سر راه تولید تفکر و اندیشه در این مقوله رشد کرده است. البته به نظر می‌رسد امروزه، به دلیل روی‌آوری بسیاری از تحقیقات به پدیده شادی و کنکاش در این زمینه، تاحدی از این بلا تکلیفی کاسته شده و حتی پیشرفت‌هایی نیز در سطح مفهومی به دست آمده که در نهایت، به ارائه تعاریف متعددی از این واژه منجر شده است. شادی در لغت به معنی خشنودی، خوشحالی، خوشوقتی، بی‌غمی، خوشی و خرمی است (عمید، ۱۳۹۳: ۸۲۸)؛ و در لغت انگلیسی واژه happy به معانی خوشبخت و خوش‌شانس، خوش‌یمن، خوشایند، رضایت، خشنودی، خوش و باصفا تعبیر شده است (داینر<sup>۲</sup>، ۱۹۸۴). افلاطون در کتاب جمهوری به سه قوه تعقل یا استدلال، احساسات و امیال در وجود انسان اشاره کرده است و شادی را حالتی می‌داند که ناشی از تعادل و هماهنگی میان این سه عنصر است. آیزنک<sup>۳</sup> (۱۳۷۵) شادی را حالتی پایدار تعریف کرده است که شامل تمایلاتی می‌شود که به همراه احساس شگفتی ارضا شده‌اند. آرگایل (۲۰۰۱) بین احساس خوشی و شادمانی تمایز قائل شده و معتقد است احساس خوشی یکی از رایج‌ترین شیوه‌هایی است که افراد با آن شادمانی خود را تعریف می‌کنند. او معتقد است افراد دارای خلق‌های متعدد منفی بسیاری همچون خشم، اضطراب و افسردگی هستند، ولی فقط یک خلق مثبت دارند که

۱. با وجود تفاوت‌های مختصری که میان مفاهیم «شادی، نشاط، شادکامی، شادمانی» و برخی دیگر از مفاهیم مترادف شادی وجود دارند، اغلب در ایران همگی این مفاهیم به یک معنا و معادل واژه happiness در نظر گرفته می‌شوند. از این رو، در این پژوهش، واژگان یادشده به یک معنا و معادل واژه شادی به کار می‌روند.

2. Diener

3. Eysenck



تحت عنوان خوشی توصیف می‌شود. درواقع، می‌توان گفت شادمانی دارای سه جزء است؛ یک جزء آن احساس خوشی و دو جزء دیگر آن رضایت از زندگی و نبود عاطفه منفی است. خوشی بُعد عاطفی شادمانی و رضایت بُعد شناختی آن است (بختیار نصرآبادی و پهلوان صادق، ۱۳۹۱: ۲۴). سلیگمن<sup>۱</sup> (۲۰۰۲) هیجان‌های مثبت را به سه دسته هیجان‌هایی که با «گذشته، حال و آینده» پیوند دارند، تقسیم کرده است. هیجان‌های مثبت مرتبط با زمان حال نیز به دو دسته لذت‌های آنی و لذت‌های عالی و کمابیش پایدار تقسیم شده‌اند. به نظر سلیگمن، لذت‌های عالی و کمابیش پایدار شامل احساساتی نظیر سعادت، راحتی، سرخوشی و شادمانی هستند. شادمانی به معنای امروز آن در درون مفاهیم گسترده‌تری نظیر خوشبختی و کیفیت زندگی قرار دارد. علاقه دانشمندان اجتماعی به موضوع شادمانی به‌ویژه هنگامی که کیفیت زندگی باید از نگاه خود افراد ارزیابی شود، بیشتر سوق یافته است (گلاتزر، به نقل از چلبی و موسوی، ۱۳۸۷).

از طرف دیگر، یکی از مفاهیم بسیار نزدیک به شادمانی مفهوم «خوشبختی ذهنی»<sup>۲</sup> است. به نظر داینر، شادمانی درواقع همان چیزی است که اکنون محققان این رشته آن را خوشبختی ذهنی می‌نامند. برخی محققان خوشبختی ذهنی را یک متغیر مکنون با دست کم دو مؤلفه شادمانی و رضایت از زندگی می‌دانند. مطابق با این تفکیک مفهومی، شادمانی به بُعد احساسی و رضایت از زندگی به بُعد شناختی مفهوم خوشبختی ذهنی اشاره دارد. گاندلاچ<sup>۳</sup> و کرینر<sup>۴</sup> (۲۰۰۴) بر مبنای داده‌های پیمایش ارزش‌های اروپاییان نشان دادند که این دو مؤلفه در عین همبستگی شدید، درعمل، متفاوت هستند و رابطه‌شان با متغیرهای سطح کلان اجتماعی اساساً متفاوت است (به نقل از چلبی و موسوی، ۱۳۸۷). ربانی و همکاران (۱۳۸۶) انواع تعاریف مربوط به شادی را

1. Seligman

2. Subjective Well- Being

3. Gundelach

4. Kreiner



به سه دسته تعاریف عاطفی، شناختی و ترکیبی تقسیم کرده‌اند.

### (۱) تعاریف عاطفی شادی

این گروه از تعاریف دربرگیرنده شادی مستقیم و بی‌واسطه است شامل احساسات و عواطف مثبت نظیر لذت و خوشی در یک لحظه خاص می‌شود. چنین احساساتی از طریق اظهار تمایلات قابل دستیابی هستند و هیچ‌گونه شناختی را شامل نمی‌شوند؛ به طوری که سامنر<sup>۱</sup> این وضعیت احساسی را به «احساس سرزندگی و شادابی روح» تعبیر می‌کند (برولد<sup>۲</sup>، ۲۰۰۶: ۴). در این زمینه، جرمی بنتام<sup>۳</sup> شادی را حاصل جمع لذایذ و دردهایی دانسته است که به تعادل و بالانس عاطفی منجر می‌شود؛ شادی مبتنی بر تعدادی وقایع لذت‌بخشی است (آیزنک، ۱۳۷۸: ۱۹). همچنین برادبرن<sup>۴</sup> طی تعریفی از شادی بیان می‌کند که شادی عبارت است از میزان احساسات مثبت منهای میزان احساسات منفی. احساسات مثبت یعنی خوشی، سرحالی، لذت بردن؛ و احساسات منفی همانند ترس، اضطراب، اندوه، دلهره و نگرانی (آت<sup>۵</sup>، به نقل از ربانی خوراسگانی و همکاران، ۱۳۸۶). از این رو، شادی از منظر عاطفی به معنی احساس لذت، خوشی و خشنودی درونی است که زاده ذهن، فکر، خیال و روح یک فرد و نه قضاوت‌های تحمیلی از بیرون است.

### (۲) تعاریف شناختی شادی

به‌باور وینهوون<sup>۶</sup> (۱۹۹۵)، تعاریف شناختی نتیجه فرایند ارزشیابی کنکاشی و اندیشه‌ای هستند که شادی را به عنوان یک تصور، عقیده و ارزیابی مثبت نسبت به کل زندگی در نظر می‌گیرد. قضاوتی تقریباً متعادل و مبتنی بر استانداردها و انتظارات زندگی که نتیجه آن تصدیق اوضاع و شرایط زندگی بر اساس قیاس وضعیت گذشته، وضعیت ایدئال و قیاس با وضعیت دیگران

1. Sumner

2. Brulde

3. Jeremy Bentham

4. bradburn

5. Ott

6. Veenhoven



است. این گونه تعاریف در پی پاسخ‌گویی به این پرسش هستند که بین واقعیت و استانداردهای زندگی یک شخص، چه میزان تفاوت وجود دارد و وی اوضاع و احوال خود را چگونه ارزیابی می‌کند. آنچه از این تعریف استنباط می‌شود، این است که اگرچه آن‌ها اغلب در پی علت‌یابی وضعیت شادی هستند و از این‌روی بر قضاوت‌ها و ارزیابی‌های مثبت در انواع مقایسه‌ها و هم‌سنجی‌ها تأکید می‌کنند، آنچه ملاک شادی از این دیدگاه واقع می‌شود، رضایت درونی از کلیت زندگی است؛ و به همین دلیل است که برخی نظیر هیبرون<sup>۱</sup> و چکولا<sup>۲</sup> این دیدگاه را دیدگاه «خشنودی و رضایت از زندگی» دانسته، بالاترین حد شادی را زمانی می‌دانند که فرد در ارزیابی شناختی خود از کلیت زندگی خویش راضی است (برولد، به نقل از ربانی خوراسگانی و همکاران، ۱۳۸۶).

### ۳) تعاریف ترکیبی شادی

در قالب تعاریف ترکیبی، شادی یک وضعیت روانی پیچیده، هم در بخش شناختی و هم در بخش عاطفی فرض می‌شود؛ یعنی فرد از یک‌سو ارزیابی مثبت توأم با شناخت از جنبه‌های متفاوت زندگی خود دارد و از سوی دیگر، احساس عاطفی خوب و خوشایندی از زندگی در خود ایجاد می‌کند. در این زمینه، آرگایل و کروسلند<sup>۳</sup> معتقدند که شادی یک وضعیت روحی- روانی است که از سه عنصر تشکیل شده است: وجود خلق و خو یا عواطف مثبت، نبود خلق و خو و احساسات منفی و رضایت از تمام زندگی یا بخش‌های خاص آن (فرانسیس<sup>۴</sup>، به نقل از ربانی خوراسگانی و همکاران، ۱۳۸۶). در این زمینه، شعاری‌نژاد (۱۳۸۷) پایه‌های خوشبختی و سعادت‌مندی (شادی) را در سه عنصر پذیرش، محبت و موفقیت دانسته است؛ پذیرش از سوی اطرافیان، محبت متقابل یا دوست داشتن خود و دیگران و دوست

1. Haybron

2. chekola

3. Crossland

4. Francis



داشته شدن و موفقیت در رسیدن به هدف.

پل مارتین<sup>۱</sup> نیز در کتاب «شاد ساختن مردم» مؤلفه‌های مردم شاد را «معاشرت‌پذیری، کفایت و صلاحیت اجتماعی، مهارت‌های ارتباطی، فعالیت معنادار و هدفمند، احساس کنترل، عزت نفس، خوش‌بینی، برون‌گرایی، خوش‌مشربی، شوخ‌طبعی و...» دانسته است (خوشفر و همکاران، ۱۳۹۴: ۱۹۷). بدین ترتیب، بخشی از تعاریف ارائه‌شده از شادی درصددند تا پدیده شادی را با عام‌ترین تعبیرات و مفاهیم نظیر کیفیت زندگی، خوشبختی ذهنی، بهروزی، بهزیستی، سلامتی و... تبیین کنند؛ مسئله‌ای که از نظر وینهوون (۲۰۰۰) سبب گردیده است تا در برخی موارد از آنان به‌عنوان یک تعریف کلی و چترگونه استفاده شود؛ و اینکه آن مفاهیم بیشتر تمایل به واگرایی دارند. در بخش دیگر از این مفهوم‌سازی‌ها، مفروضاتی نهفته است که به ارتباط شرایط اجتماعی و فرهنگی جامعه مرتبط است؛ چراکه در این رویکردها استدلال می‌شود که لازم است آنچه را مردم در مورد شادی فکر می‌کنند، منعکس شود تا از این طریق مفهوم شادی در آن فرهنگ مشخص شود؛ و این به معنای آن است که مردم می‌توانند قضاوت کنند و تعبیری از مفهوم شادی را در قالب فرهنگی و ارزشی خویش ترسیم کنند (لو، به نقل از ربانی خوراسگانی و همکاران، ۱۳۸۶). به‌طور کلی، شادی عبارت است از ارزیابی مثبت افراد از کلیت زندگی یا بخش‌های متعدد آن (رضایت از زندگی)، بروز صفات و عواطف (احساسات) خوشایند روانی (نظیر خوشحالی، امیدواری، دلگرمی، لذت، احساس ارزشمندی، راحتی و آرامش ذهن، خوش‌بینی و...) و نیز ظهور علایق و علائم مثبت اجتماعی در افراد. از این‌رو، شهروندان شاد و بانشاط کسانی هستند که ارزیابی مثبتی از خویش بر اساس قضاوت در مورد زندگی خود دارند، احساس خوشایند و مثبتی نسبت به آن به دست می‌آورند و از این حیث، علائم اجتماعی مثبتی از خویش بروز می‌دهند.

1. Paul Martin



## فهم علم محور از شادی

یکی از مراحل بنیادین در فهم شادی، تلقی جهان علمی از این پدیده و ورود آن به کرانه‌های دنیای معرفت علمی است. در ابتدا، شادی در حوزه‌هایی خارج از علم در نظر گرفته می‌شد؛ به‌طوری‌که در قرون وسطی و عصر روشنگری، شادی و سایر احساسات بشری خارج از مرزهای علم قلمداد می‌شدند. طی این دوران، دل در مقابل عقل و احساسات در مقابل تعقل مفهوم‌سازی و تعریف می‌شدند. این دوگانه، امکان مطالعه نظام‌مند و علمی عواطف و احساسات را نفی می‌کرد؛ تا آنکه در اواخر قرن بیستم، به تدریج این پنداشت‌ها از شادی دستخوش تغییر و احساسات بشری از جمله شادی به عنوان بنیادی برای رویارویی ما با جهان، به مرزهای علم نزدیک شدند (مقدسی و قدرتی، ۱۳۹۰: ۱۴۵). در این دوره، برای نخستین مرتبه مسئله شادی و خنده در آثار باختین<sup>۱</sup> (۱۸۹۵-۱۹۷۵) مورد توجه قرار گرفت؛ آثاری که در مرز علم و فلسفه و نشئت گرفته از مطالعات کتابخانه‌ای و تفکرات فردی وی بودند. وی با ارائه تحلیلی از جهان اجتماعی، خنده را به عنوان عنصری «رهایی‌بخش، بیدادستیز، جرم‌شکن، آینده‌نگر، شادی‌آفرین و زاینده» معرفی کرد که با آزادی و برابری در ارتباط است (باختین، ۱۳۸۰: ۱۴). تحلیل‌های فلسفی و شورانگیز باختین نشان دادند که شادی می‌تواند موضوع مطالعه علمی قرار گیرد؛ اما مطالعه علمی و روشمند آن توسط روان‌شناسان آغاز شد.

با توسعه روان‌شناسی مثبت، طی دهه ۱۹۶۰، مقولاتی نظیر شادی، امید، سرزندگی و... به موضوع‌های قابل مطالعه علم تبدیل شدند. دغدغه اصلی روان‌شناسان در مواجهه با شادی، پاسخ به این پرسش بود که آیا شادی امری عاطفی است یا شناختی. دعاوی نظری پیرامون این چالش روان‌شناسان را به هر دو بُعد شناختی و عاطفی شادی توجه داد. در نهایت، وفاق علمی بر سر این موضوع شکل گرفت که شادی از سه عنصر عاطفه مثبت، نبود عاطفه منفی و رضایت از زندگی تشکیل شده است (روجاس<sup>۲</sup>، ۲۰۰۵).

1. Bakhtin

2. Rojas



پس از روان‌شناسی، جامعه‌شناسی با یک دهه تأخیر به‌سوی شادی سوق یافت. مهم‌ترین چالش جامعه‌شناسان در این زمینه فهم این موضوع بود که آیا شادی امری بیولوژیکی است یا اجتماعی. جامعه‌شناسی احساسات در پاسخ به این پرسش از همان ابتدا به دو جبههٔ مخالف اثبات‌گرایی و برساخت‌گرایی اجتماعی تقسیم شد. در اثبات‌گرایی، احساسات امری بیولوژیکی تلقی می‌شود که به‌صورت ناگهانی در افراد بروز می‌کند و قابل مشاهدهٔ عینی است. در مقابل، ساختمان‌دی اجتماعی احساسات را تولیدات فرهنگی- اجتماعی قلمداد می‌کند که به‌شکل معناداری ذهنی است (ربانی خوراسگانی و همکاران، ۱۳۸۶). در سال‌های گذشته، ادبیات نظری و تجربهٔ درخور توجهی پیرامون هر دو موضع نظری شکل گرفته است؛ اما پژوهش‌های صورت گرفته قادر نبودند جامعه‌شناسان را به وفاق و همگرایی نزدیک سازند. به‌گفتهٔ تویتس<sup>۱</sup> (۱۹۸۹)، «پیرامون مفهوم احساس همان‌قدر تعریف وجود دارد که نویسنده» (هاشمی و همکاران، ۱۳۹۵: ۱۸۷ و ۱۸۸). بر این مبنا، نخستین تلاش‌ها برای فهم علمی از شادی در فلسفه، روان‌شناسی و جامعه‌شناسی صورت پذیرفت و هر یک از این گروه‌ها تلاش کردند با استفاده از روش‌های علمی، بینش‌های جدید را ذیل مفهوم شادی توسعه دهند؛ و ازاین‌رو، تعاریف و مفاهیم گاهی مشابه و اغلب متفاوتی از این مقوله ارائه کردند. رویکردهای تبیینی متمرکز بر شادی، گروه‌بندی‌های متفاوتی را شامل می‌شوند؛ که بخشی از مهم‌ترین این رویکردها به‌شکل خلاصه در جدول زیر ارائه شده‌اند.



جدول ۱. چشم اندازهای نظری شادی

درون مایه	نظریه / رویکرد	توضیحات
روانشناختی	غایت محور	نظریه‌های مبتنی بر نتایج غایی اعمال بر محور اهداف می‌چرخند و بر این امر تأکید می‌کنند که شادمانی زمانی پدید می‌آید که برخی اهداف یا نیازها و آرزوهای افراد برآورده شوند؛ زیرا پیشرفت به سمت اهداف و استانداردها موجب به وجود آمدن عواطف و احساسات مثبت می‌شود و عکس آن، عواطف و احساسات منفی را شکل می‌دهند. علل شادی، جهانی نیستند، بلکه به اهداف و آرزوهای افراد در یک محیط خاص وابسته هستند (گنجی، ۱۳۸۷: ۶۴).
	مقایسه	شیوه‌های ارزیابی افراد از خود و زندگی‌شان در مقایسه خویش با دیگران صورت‌بندی می‌شود. ویلز <sup>۱</sup> (۱۹۸۱) از این فرضیه حمایت می‌کند که مردم می‌توانند سلامت ذهنی خود را در مقایسه با افرادی که کمتر خوشبخت هستند، افزایش دهند؛ اغلب مردم خود را با افراد بالاتر از خویش مقایسه می‌کنند (آرگایل، ۱۳۸۳: ۸۰ و ۸۱) و در نتیجه، از شادی پایین‌تری برخوردار می‌شوند.
	ارجاع ادراکی	این گروه از رویکردها بر فرایندهای ذهنی منجر به شادمانی تأکید می‌ورزند؛ بدون توجه و یا دست کم، توجه حاشیه‌ای به اثرات ناشی از ساختارهایی که در سطح گروه و جامعه مطرح‌اند. تئوری ارجاع ادراکی شادمانی <sup>۲</sup> (CRT) بر این بنیان است که افراد دارای یک ارجاع ادراکی به زندگی شاد هستند و این ارجاع در قضاوت آن‌ها از زندگی و شادمانی‌شان نقش شایانی ایفا می‌کند. نظریه ارجاع ادراکی شادمانی همچنین قضاوت افراد به یک زندگی خوب را بیشتر از عامل احساسی متکی بر عامل شناختی می‌داند.
	ارزیابی	شادمانی به مجموعه واکنش‌های ارزیابی باز می‌گردد که به‌هنگام مواجهه فرد با محرک‌های جهان پیش رو اتفاق می‌افتد. این تئوری مدعی است که تعداد معیارهای ارزیابی اغلب باید محدود و برجسته باشد. انواع خاصی از اطلاعات که برجستگی بیشتری در ارزیابی‌ها دارند، شامل رسیدن به اهداف، نیازهای بیولوژیک و هنجارهای فرهنگی هستند (داینر و لوکاس <sup>۳</sup> ، ۲۰۰۰: ۶۷).
	کنترل	افراد دارای انتظارات تعمیم‌یافته هستند؛ گروهی از آن‌ها اعتقاد دارند حوادث تحت کنترل آن‌هاست و گروهی دیگر اعتقاد دارند که حوادث، ناشی از شانس یا افرادی دیگر هستند. در نهایت، این رویکرد، کنترل درونی را به‌طور پیوسته پیش‌بینی‌کننده شادی در نظر می‌گیرد (راتر <sup>۴</sup> ، ۱۹۶۶).

1. Wales
2. Conceptual referent theory of happiness
3. Lucas
4. Rotter



درون مایه	نظریه / رویکرد	توضیحات
روان‌شناختی	شادی سلیگمن	سه منبع شادی عبارت اند از: ۱. لذایذ زندگی؛ ۲. دل‌بستگی‌های زندگی؛ و ۳. کارهای مفید و هدفمند. خوشبختی واقعی زمانی حاصل می‌شود که افراد به این سه منبع شادی دست یافته باشند.
	شادی آرگایل	آرگایل (۲۰۰۱) شادکامی را دربرگیرنده سه جزء خوشحالی یا سرور (هیجانات مثبت)، راضی بودن از زندگی و نبود افسردگی و اضطراب (عواطف منفی) می‌داند و به همراه هیلز <sup>۱</sup> از دو نوع شادکامی سخن می‌گوید. نوع نخست شادکامی از رهگذر شرایط محسوس زندگی نظیر زناشویی، تحصیل، شغل و امکانات مالی و رفاهی به دست می‌آید که شادکامی عینی نامیده می‌شود؛ و نوع دیگر، متأثر از حالات درونی و ادراکات شخصی فرد است که از آن به شادکامی ذهنی یاد می‌کنند. شادکامی بر نگرش و ادراکات شخصی مبتنی است و حالتی مطبوع و دلپذیر به شمار می‌رود و از تجارب مثبت و رضایت از زندگی نشئت می‌گیرد (شریف‌زاده و همکاران، ۱۳۹۶: ۱۶۴ و ۱۶۵).
	شادی وینهوون	شادمانی به قضاوت‌های فرد از درجه یا میزان مطلوبیت کیفیت کلی زندگی‌اش اطلاق می‌شود. شادمانی به این معنی است که فرد چقدر زندگی خود را دوست دارد، زندگی مطلوب را چه می‌بیند، این زندگی چگونه انتظاراتش را برطرف می‌کند و غیره (وینهوون، ۱۹۹۷). شادی در سطح کلان به کیفیت جامعه و عواملی مانند سلامت، عدالت و آزادی وابسته است؛ و سیاست اجتماعی می‌تواند ارتقادهنده این شرایط باشد. در سطح میانی، شادی به کیفیت‌های نهادی مانند استقلال در کار یا مراقبت‌های نهادی وابسته است؛ اصلاح سازمانی می‌تواند برخی نهادها را بهبود بخشد. در سطح خرد، شادی وابسته به توانایی‌های شخصی مانند کارآمدی، استقلال و مهارت‌های اجتماعی است. تحصیلات و درمان نیز می‌تواند ارتقادهنده مهارت‌های مذکور باشد (وینهوون، ۱۹۹۵).
جامعه‌شناختی	آگوست کنت <sup>۲</sup>	سعادت و آسایش مدنظر کنت نقطه ارجاع نهایی پوزیتیویسم (اثبات‌گرایی) است. بینش کنت در حوزه شادی مبتنی بر آن است که شادمانی نیازمند دانشی نظام‌دار از جهانی است که ما در آن زندگی می‌کنیم؛ به‌ویژه در مورد اموری که می‌توانیم کم‌وبیش آن‌ها را تغییر دهیم. خوش‌بینی پوزیتیویسم با شادمانی پیوند خورده است؛ و پس از چیره شدن بر بحران‌های اخیر، دوره اثبات‌گرایی بعدی، دوره شادمانی خواهد بود (موسوی، ۱۳۹۲: ۵۰۳).

- Hills
- Auguste Comte



درون مایه	نظریه / رویکرد	توضیحات
جامعه‌شناختی	امیل دورکیم <sup>۱</sup>	با توسعه بی‌هنجاری در جوامع مدرن که در نتیجه افزایش تحرک اجتماعی و نیز تغییرات الزام‌آور افزایش یافته است، شادمانی در جامعه کاهش می‌یابد و مواردی از قبیل خودکشی توسعه بیشتری پیدا می‌کنند. دورکیم با تأکیدی که بر نقش روابط و همبستگی‌های اجتماعی در کاهش معضلات اجتماعی دارد، معتقد است که این روابط از دو طریق حاصل می‌شوند: ۱. عضویت داوطلبانه در انجمن‌ها و مؤسسات؛ و ۲. عضویت در یک مجمع مذهبی یا مشارکت‌های مذهبی. این دو نوع رابطه به دو دلیل شادی را افزایش می‌دهند. نخست آنکه عضویت در این انجمن‌ها نظامی اجتماعی ایجاد می‌کند؛ به‌طوری‌که از آن طریق فردگرایی مفرط و آنومی کنترل می‌شود؛ و دوم آنکه ترکیبی متعالی - معنوی ایجاد می‌شود که از آن طریق، تجمع نیروهای اعتقادی و عملی انسان‌ها به احساس جمعی برای فهم جنبه‌های مختلف زندگی مبدل می‌شود (کارگر و همکاران، ۱۳۹۷).
	اینگلهارت	احساس سعادت و شادمانی افراد بازتاب توازن میان آرزوهای شخص و وضعیت عینی اوست. هنگامی که وضعیت فرد با آرزو و توقعات او تطابق می‌یابد، فرد احساس رضایت فراوانی می‌کند و شاد می‌شود. اگرچه ارضای یک نیاز خاص موجب خرسندی فراوان می‌شود، شخص پس از مدتی آرزوی چیزهای بیشتر یا متفاوتی می‌کند. این نوع فرایند تطابق، برای عمل و حیات انسان ضروری است؛ و گرنه ارضای مجموعه‌ای از خواسته‌ها به خرسندی اما بی‌حرکتی از سر بی‌نیازی منتهی می‌شود (اینگلهارت، ۱۳۷۳: ۲۴۵)؛ چراکه توازن بین نیازها با آرزوها از یک سو و انجام دادن آن‌ها از سوی دیگر، پیوسته برهم می‌خورد و دوباره تطابق حاصل می‌شود.
	گئورک زیمل <sup>۲</sup>	زیمل شادی را یک حالت کلی ذهن می‌داند که به توصیف شخصیت عاطفی انسان می‌پردازد. زیمل شادی را انعکاس حرکت مستمر زندگی توصیف می‌کند که در ورطه زندگی می‌افتد (زینگرل <sup>۳</sup> ، ۲۰۰۰: ۴۶۶). موضع زیمل در برابر شادی موضعی دوگانه است که از یک سو شادی را به عنوان یک هدف می‌نگرد که آدمی به دنبال آن است و از سوی دیگر، شادی را کیفیت عمل و حالتی از ذهن می‌بیند که فرد در ارتباط با خودش دارد.

1. Emile Durkheim
2. Georg Simmel
3. Zingerle



درون مایه	نظریه / رویکرد	توضیحات
جامعه‌شناختی	بسط و ساخت فردریکسون	فردریکسون <sup>۱</sup> (۲۰۰۲) در مورد نظریهٔ بسط و ساخت و ارتباط آن با شادی معتقد است که هیجانات مثبت همچون شادی به مسابقهٔ «نه هیچ نه همه» منجر می‌شود. او نظریهٔ بسط و ساخت را با توجه به همین هیجانات مثبت ارائه کرد و بیان داشت که این عواطف نه تنها پیام‌آور سلامت شخصی هستند، بلکه باعث رشد و تکامل نیز می‌شوند. عواطف منفی بسیاری، همچون اضطراب یا خشم، زمینهٔ تفکر عمل لحظه‌ای افراد را به شدت محدود می‌کنند؛ به نحوی که به کارهایی مبادرت می‌ورزند که ثمره‌اش حمایت از خود است، نه چیز دیگر. در مقابل، عواطف مثبت، شکل‌های تفکر عمل لحظه‌ای فرد را بسط و گسترش می‌دهند و موقعیت‌هایی را برای ساختن منابع پایدار شخصی از طریق ابداع مارپیچ هیجان مثبت، شناخت و عمل فراهم می‌سازند. برای مثال لذت، انگیزشی را برای بازی کردن ایجاد و مسیرهایی را در جامعه، تفکر و هنر ابداع می‌کند؛ یعنی لذت از خلال بازی می‌تواند شبکه‌های حمایت اجتماعی را قوت ببخشد و در سایهٔ خلاقیت، به تولید هنر و علم یا حل مسئله در زندگی روزمره منجر گردد. حمایت اجتماعی روزافزون و تولیدات هنری و تجارب حل مسئله، همگی درآمدهای پایدار لذت هستند و به دگرگون کردن فرد و رشد شخصی او کمک می‌کنند. این نیز به نوبهٔ خود ممکن است به هیجانات مثبت بیشتری بینجامد.
	نظریهٔ اعتماد گیدنز <sup>۲</sup>	گیدنز (۱۳۷۷) بر این باور است که مدرنیته احتمال خطر را در بعضی حوزه‌ها کاهش داده، اما خطرات و ناامنی‌های دیگری را جایگزین ساخته است. از جمله عوامل تهدیدکنندهٔ شادمانی در نظر گیدنز عبارت‌اند از: تهدیدهای خشونت‌آمیز ناشی از صنعتی شدن، جنگ، متزلزل شدن ریشه‌های اعتماد به نظام‌های انتزاعی و احساس ناامنی و اضطراب وجودی. همچنین از جمله عوامل تأمین‌کنندهٔ شادمانی از نظر گیدنز می‌توان از اعتماد همراه با احتیاط نسبت به نظام‌های انتزاعی، اعتماد و وانهی امور زندگی به دست نظام‌های تخصصی و دگردیسی صمیمیت و شکل‌گیری رابطهٔ ناب نام برد (چلبی و موسوی، ۱۳۸۸). بر این اساس، گیدنز احساس ناامنی را به مثابه یکی از عوامل تهدیدکنندهٔ شادی مطرح می‌کند و نبود امنیت و ترس از تهدید را عاملی می‌داند که اعتماد را از دیگران سلب می‌کند و موجب می‌شود کنشگران نسبت به ادعای صداقتی که افراد در کنش‌های خود بروز می‌دهند، دچار شک شوند.

1. Fredricson
2. Giddens



درون مایه	نظریه / رویکرد	توضیحات
جامعه‌شناختی	نظریه ساختاری هالر و هادلر	<p>ماکس هالر<sup>۱</sup> و مارکز هادلر<sup>۲</sup> در بحث تأثیرات ساختارها بر هیجانات و به‌طور خاص شادی، چهار حوزه مرتبط با هم را از یکدیگر متمایز کرده‌اند: ۱- شبکه‌ها و روابط اساسی شخصی (بافت اجتماعی خرد)؛ ۲- همبستگی‌ها و وابستگی‌های اجتماعی- فرهنگی و نوع دوستی (بافت اجتماعی خرد)؛ ۳- مشارکت‌ها و موقعیت‌های شغلی و وضعیت پایگاه اجتماعی (بافت اجتماعی خرد)؛ و ۴- بافت نهادی و کلان اجتماعی- سیاسی (بافت اجتماعی کلان) (هالر و هادلر، ۲۰۰۶: ۱۷۸). آنچه هالر و هادلر در بافت اجتماعی خرد بر آن‌ها تأکید می‌کنند، شامل پیوندها و تعاملات اجتماعی، تعهد و مسئولیت‌پذیری، وابستگی‌ها و تعلق‌های اجتماعی، نوع دوستی و به‌طور کلی سرمایه اجتماعی اشخاص است. این نظریه مبتنی بر این اصل است که درجه توسعه‌یافتگی جوامع به‌لحاظ اجتماعی- سیاسی و حتی اقتصادی و فرهنگی بسترهای ایجاد شادی را فراهم می‌کند (نجف‌آبادی و سام‌آرام، ۱۳۹۰).</p> <p>به عبارتی، به هر اندازه شاخصه‌هایی چون عدالت و برابری، برخورداری از رفاه اقتصادی- اجتماعی و خدمات و سرویس‌های موجود در جامعه اعم از امکانات آموزشی، بهداشتی، تأمین اجتماعی، امنیت، انواع آزادی و به‌طور کلی دستیابی به منابع و فرصت‌ها به‌طور برابر و عادلانه در یک جامعه، نمود بیشتری داشته باشند و در این راستا شهروندان بهتر بتوانند به ارضای نیازهای خود بپردازند، امکان ایجاد شادی در بین آن‌ها بیشتر است.</p>
	نظم جامعه‌ای/ نظام شخصیت چلبی	<p>منبع تأمین علقه‌های چهارگانه انسان (مادی، امنیتی، ارتباطی و شناختی) در ارتباط تنگاتنگ با امر اجتماعی و حوزه‌های چهارگانه نظام جامعه‌ای است. بر این مبنا، در صورتی که هرکدام از چهار نظام اصلی جامعه بتواند پاسخ‌گوی مؤثر علایق افضل (معیشتی، امنیتی، معاشرتی و شناختی) فرد و جامعه باشد، در این صورت هرکدام می‌توانند موجبات نوعی احساس مثبت را فراهم کنند که زمینه‌ساز شادمانی افراد است؛ یعنی کارکرد صحیح حوزه اقتصادی تولید احساس بهبودی و آسایش است. به همین شکل، حوزه‌های سیاسی، اجتماعی و فرهنگی هرکدام به‌ترتیب منشأ بروز احساس عدالت و امنیت، احساس همبستگی اجتماعی و احساس عزت و احترام می‌شوند (چلبی، ۱۳۸۳). البته پیامد مثبت عملکرد هر حوزه جامعه تاحدودی موکول به عملکرد سایر حوزه‌هاست؛ یعنی توسعه متوازن هر چهار حوزه می‌تواند در سطح فردی سبب‌ساز احساسات مثبت در هر چهار حوزه شود. در غیر این صورت، چه‌بسا توسعه ناموزون نه تنها موجب شادمانی نمی‌شود، بلکه ناخرسندی اجتماعی را برای اکثریت آحاد جامعه فراهم می‌کند.</p>

1. Max Haller
2. Markus Hadler



توضیحات	نظریه / رویکرد	درون‌مایه
این گروه از نظریه‌های شادی بر میزان و چگونگی تأثیر عوامل عینی و بهبود شرایط مادی بر سطح شادمانی شهروندان پرداخته‌اند؛ پول مردم را شاد می‌سازد، مشروط بر آنکه خیلی فقیر باشند و یا در کشورهای خیلی فقیر زندگی کنند. همچنین داشتن خانه، شغل، همسر و سلامتی منابع دیگر شادی‌اند. اینگلهارت (۱۳۷۳) در این رابطه، تغییر در شرایط حیات عینی انسان‌ها را به دو بخش کوتاه‌مدت و بلندمدت تقسیم و بیان کرده است که تغییر وضعیت عینی در کوتاه‌مدت ممکن است احساس آنی رضایت یا نارضایتی به دنبال داشته باشد، اما در بلندمدت با بالا رفتن سطح امنیت اقتصادی و جانی افراد، به مرور اهداف فرامادی جای اهداف مادی را می‌گیرند؛ و در این شرایط، سطح بالای درآمد نقش خود را در بالا بردن سطح شادمانی افراد از دست می‌دهد (چلبی و موسوی، ۱۳۸۸: ۳۶).	شرایط عینی	اقتصادی

## چارچوب مفهومی پژوهش

مروری بر ادبیات موضوعی شادی در حوزه‌های نظری و تجربی نشان می‌دهد که شادی نه فقط به صورت مستقیم و بر اساس ترکیبی از گویه‌های شکل‌دهنده مقیاس‌های شادی و نشاط، بلکه در بخش بزرگی از پیمایش‌های ملی نظیر پیمایش ارزش‌ها و نگرش‌های ایرانیان، سنجش سرمایه اجتماعی و پیمایش وضعیت اجتماعی، فرهنگی و اخلاقی جامعه ایران، به شکل غیرمستقیم و بر مبنای شاخص‌هایی نظیر «رضایت از امکانات رفاهی خانواده، رضایت از وضعیت سلامتی، رضایت از زندگی، رضایت از خانواده و لذت بردن از آن، رضایت از شغل، رضایت از وضعیت مالی، رضایت از وضعیت مسکن، رضایت از اوضاع سیاسی کشور، رضایت از اوضاع اقتصادی کشور، رضایت از محل سکونت، احساس راحتی و آرامش، میزان امید به آینده، رضایت از ازدواج و رضایت از شریک زندگی که میزان رضایت افراد از سطوح مختلف زندگی در ابعاد خرد، میانه و کلان را دربردارند، مورد سنجش قرار گرفته است. از این رو، در این پژوهش با توجه به منابع گردآوری شده در خصوص تبیین وضعیت شادی و نشاط اجتماعی در ایران، هر دو گروه از پژوهش‌هایی



که شادی را به صورت مستقیم (میانگین شادی) و غیرمستقیم (میانگین میزان رضایت از زندگی در ابعاد مختلف) مورد ارزیابی قرار داده‌اند، مدنظر قرار گرفته‌اند و تلاش می‌شود به واسطه مقایسه نتایج آن‌ها، نمایی جامع از وضعیت شادی و نشاط در ایران ارائه شود.

### روش‌شناسی پژوهش

پژوهش حاضر در قالب مرور سامانمند با استفاده از روش‌های اسنادی و با اتکا به نتایج پیمایش‌های ملی و بین‌المللی، در پی توصیف وضعیت شادی در جامعه ایران است. در ابتدا، مروری خواهیم داشت بر گزارش‌های جهانی که به صورت مقایسه‌ای به وضعیت شادی در کشورهای مختلف پرداخته‌اند. در مقیاس بین‌المللی، تاکنون تعداد ۹ پیمایش در سنجش وضعیت شادکامی کشورها انجام شده‌اند که نخستین آن‌ها مربوط به سال ۲۰۱۲ و تازه‌ترین آن‌ها متعلق به سال ۲۰۲۱ است. در داخل کشور نیز چند پیمایش انجام شده‌اند که به صورت مستقیم یا غیرمستقیم به سنجش وضعیت شادی، نشاط، شادکامی یا احساس رضایت و خوشبختی پرداخته‌اند.

بنابراین، مبنای تدوین گزارش حاضر یافته‌های پیمایش «ارزش‌ها و نگرش‌های ایرانیان» که تاکنون سه موج آن در سال‌های ۱۳۷۹، ۱۳۸۲ و ۱۳۹۴ اجرا شده‌اند؛ طرح ملی «سنجش سرمایه اجتماعی کشور» (۱۳۸۴، ۱۳۹۳ و ۱۳۹۷)؛ پیمایش ملی در حوزه ادراک از سلامت (۱۳۸۹)؛ و پیمایش شادکامی مردم ایران (۱۳۹۶ و ۱۳۹۸) که البته یافته‌های آن هنوز به صورت رسمی انتشار نیافته‌اند، خواهد بود. البته در پیمایش‌های ملی «ارزش‌ها و نگرش‌های ایرانیان» به طور مستقیم درباره شادی سؤالی پرسیده نشده است؛ اما بر اساس نتایج برخی از تحقیقات (برای نمونه در مقالات قلاوندی و همکاران، ۱۳۹۰؛ حسینی و همکاران، ۱۳۹۰؛ فرجی و خادمیان، ۱۳۹۲؛ نقدی و مقدم شاد، ۱۳۹۴؛ آقابایایی، ۱۳۹۴؛ کرمی و همکاران، ۱۳۹۵؛ کرمانی و همکاران، ۱۳۹۸) بین دو متغیر رضایت از زندگی و نشاط، شادی و شادکامی



همبستگی بالایی وجود دارد. بر این اساس، با توجه به نبود داده‌های ملی در خصوص نشاط، به‌ناچار باید به متغیرهایی که همبستگی نزدیکی با این مفهوم دارند، به همبسته آن یعنی رضایت از زندگی یا گویه‌های نزدیک به آن تکیه شود. از این‌رو، با هدف به دست آوردن ادراکی از وضعیت فعلی، به شاخص‌هایی همچون رضایت از زندگی، خانواده، شغل و نظایر یا درنهایت احساس خوشبختی که همبستگی نظری با شادی دارند، مراجعه و یافته‌های آن‌ها مرور خواهد شد.

افزون بر این، ذکر این نکته ضروری است که حتی ابعاد سنجش رضایت در این پیمایش‌ها متفاوت‌اند. برای مثال، در موج سوم درباره میزان رضایت از شرایط اقتصادی کشور سؤال شده است؛ درحالی‌که در طرح‌های قبلی در این‌باره پرسشی مطرح نشده بود. این وضعیت قابلیت مقایسه نتایج را مخدوش می‌کند؛ اما در صورتی که بتوان شاخص‌های یکسانی را مبنای مقایسه قرار داد، این مشکل تا حدودی برطرف می‌شود. بنابراین، باوجود تعدد شاخص‌های سنجش رضایت در پیمایش‌های یادشده، مبنای نتیجه‌گیری در گزارش حاضر، گویه‌های مشابه و تکرارشونده در پیمایش‌ها خواهد بود. یافته‌های برخی از پیمایش در طیف سه‌گزینه‌ای و برخی دیگر در دامنه پنج‌گزینه‌ای گزارش شده بودند که در ابتدا، همه آن‌ها به سه‌گزینه‌ای تبدیل شدند (از طریق تجمیع گزینه‌های طیف کم/خیلی کم و زیاد/خیلی زیاد). در گام بعد، با توجه به تفاوت در گویه‌ها و همچنین تعداد گویه‌ها در هر پیمایش، فقط گویه‌هایی که در پیمایش‌های یادشده بیشترین شباهت و قرابت را داشتند (همچون احساس خوشبختی، رضایت از زندگی، رضایت از وضعیت سلامت خود و غیره)، با یکدیگر ترکیب شدند؛ و توزیع فراوانی پاسخ‌گویان در هر یک از گویه‌ها و مقولات آن گویه وزندهی و به نمره‌های تراز بر مبنای ۱۰۰ تبدیل شد. فرایند این محاسبه بدین صورت بود که از طریق میانگین مجموع گویه‌ها به تحلیل روند شادی و نشاط (یا همبسته آن یعنی رضایت) اقدام شد.



$$s = \frac{x - \min}{\max - \min} \times 100$$

S نمره متغیر در تراز ۱۰۰

X جمع نمره وزن دهی شده پاسخ گویان در سه گویه

min کمترین نمره در طیف

max بیشترین نمره در طیف

در این معادله، نحوه محاسبه X بدین صورت است که در اینجا به دلیل سه گزینه‌ای بودن جدول‌های فراوانی گزارش شده، وزن دهی بدین صورت انجام شده که درصد فراوانی پاسخ گویان در گزینه کم در عدد ۱، گزینه متوسط در عدد ۲ و گزینه زیاد در عدد ۳ ضرب شده و حاصل جمع از حداکثر درصد بالقوه پاسخ گویان در گزینه میزان رضایت کم (یعنی صد) کسر شده است. مخرج معادله فوق هم حاصل اختلاف همین مقدار از حداکثر درصد بالقوه در گزینه رضایت زیاد (یعنی ۱۰۰ ضربدر ۳) به دست آمده است. البته در جدولی که تعداد گزینه‌ها چهار مورد است، روال محاسبات اندکی متفاوت اما بر همین منطق استوار است.

پیش از گزارش یافته‌های هر مجموعه از پیمایش‌ها، شاخص‌های مدنظر از آن به صورت تفصیلی ارائه خواهند شد. ساختار گزارش بدین شکل است که در ابتدا، وضعیت شادی ایرانیان در گزارش‌های بین‌المللی ارائه و درباره آن‌ها بحث خواهد شد و در گام بعد، به بحث و بررسی یافته‌های پیمایش‌های ملی پرداخته می‌شود که در آن‌ها به صورت مستقیم یا غیرمستقیم درباره شادی داده‌های قابل اتکایی وجود دارند.

### وضعیت شادی در ایران بر اساس داده‌های بین‌المللی

در مقیاس جهانی، مؤسسه نظرسنجی گالوپ تاکنون ۹ موج پیمایش جهانی در سنجش وضعیت شادی انجام داده است. در این بررسی‌ها، شادکامی معادل «ارزیابی ذهنی فرد از وضعیت زندگی خود» تعریف شده است. به بیان دیگر،



اینکه پاسخ‌گویان در زندگی‌شان تا چه حد احساسات مثبت (خنده و تجربه‌های لذت‌بخش) و احساسات منفی (خشم، نگرانی، غمگینی) را تجربه می‌کنند. نمره شادی افراد، میانگین نمره‌های آن‌ها در وضعیت‌های یادشده است. حجم نمونه در سال‌های مختلف بین ۵۰۰ تا ۱۰۰۰ نفر در هر کشور متغیر است؛ و به‌دلیل شیوع ویروس کرونا، نظرسنجی ۲۰۲۱ به شیوه تلفنی انجام شده است که ممکن است نتایج آن نسبت به موج‌های پیشین تحت‌الشعاع قرار گیرند؛ چندان‌که خود مؤسسه نیز در گزارش ۲۰۲۱ به آن اشاره و جایگاه کشورهای مختلف را نسبت به سال پیش از آن که مصاحبه‌ها حضوری بودند، مقایسه کرده است تا خواننده را به رعایت احتیاط در تفسیر نتایج دعوت کند.

جدول ۲: رتبه و میانگین نمره شادی ایران در پیمایش‌های جهانی (۲۰۲۱-۲۰۱۲)

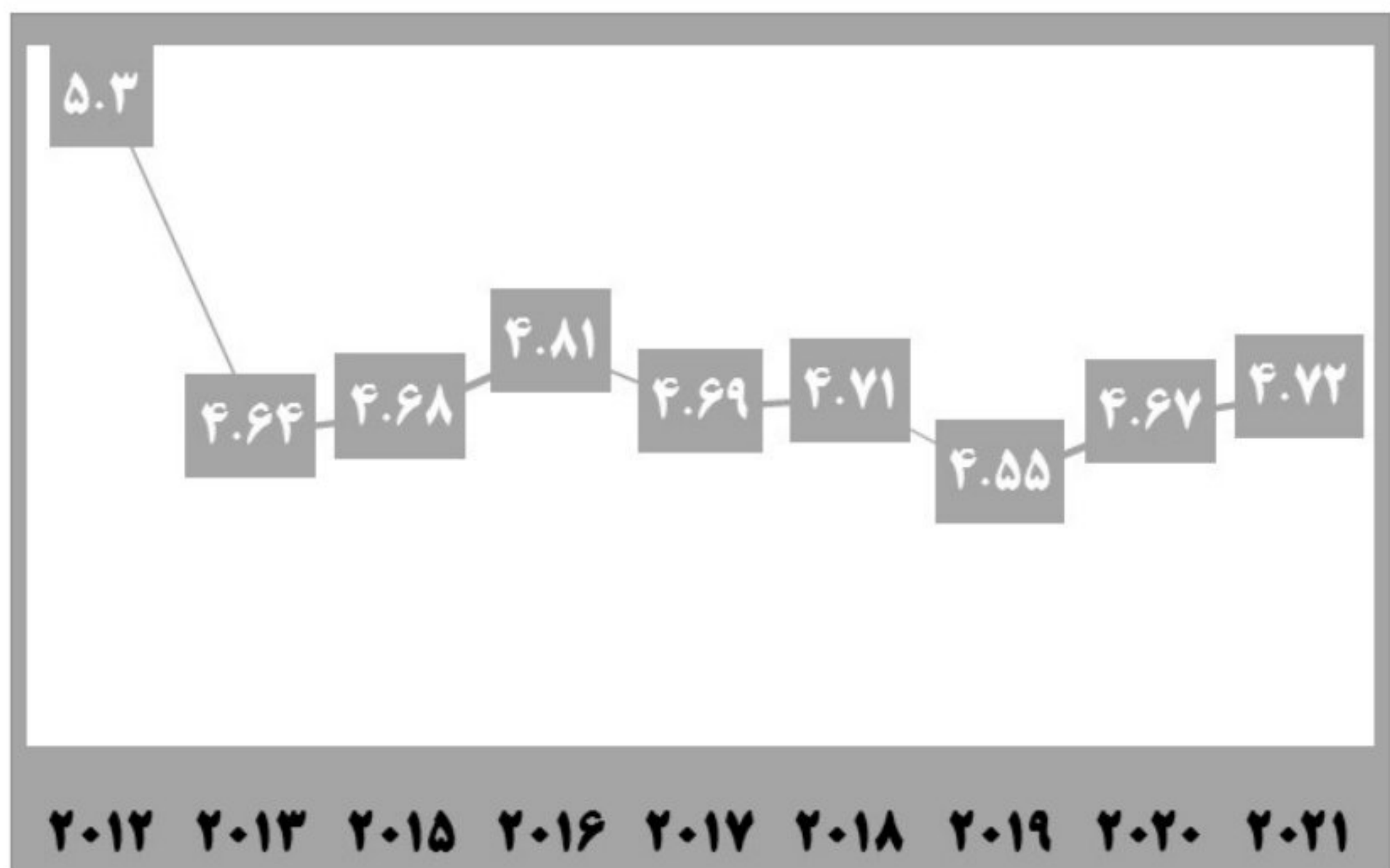
سال متغیر	۲۰۱۲	۲۰۱۳	۲۰۱۵	۲۰۱۶	۲۰۱۷	۲۰۱۸	۲۰۱۹	۲۰۲۰	۲۰۲۱
تعداد کشورها	۱۰۵	۱۵۶	۱۵۸	۱۵۷	۱۵۵	۱۵۶	۱۵۶	۱۵۳	۱۴۹
رتبه ایران	۸۱	۱۱۵	۱۱۰	۱۰۵	۱۰۸	۱۰۶	۱۱۷	۱۱۸	۱۱۸
میانگین نمره شادی (دامنه صفر تا ده)	۵/۳	۴/۶۴	۴/۶۸	۴/۸۱	۴/۶۹	۴/۷۱	۴/۵۵	۴/۶۷	۴/۷۲

با مرور نتایج گزارش‌های وضعیت شادی در بین کشورهای مختلف، اولین نکته‌ای که جلب‌توجه می‌کند، جایگاه پایین کشورمان در رتبه‌بندی‌های مربوط به شادی است؛ به‌صورتی که همواره در رتبه‌های پایانی و گروه کشورهای دارای میزان پایین شادی جای دارد. در ارزیابی کیفی هم می‌توان میزان شادی را در حد متوسط یا متوسط رو به پایین ارزیابی کرد. البته نقدی که معمولاً به پژوهش‌هایی از این



قبیل می‌شود، این است که استفاده از گویه‌های یکسان برای همه کشورها که هر یک دارای فرهنگ خاص خود و به تبع آن استنباط‌ها و ارزش‌گذاری‌های متفاوت هستند، چندان مطلوب نیست و در این بین ممکن است دیدگاه‌های طراحان گویه‌ها محور ارزیابی‌ها قرار گیرند؛ اما به نظر می‌رسد در صورت تفاوت در گویه‌های هر کشور، چنین نقدی متوجه نتایج باشد و گفته شود تفاوت در میزان شادی کشورها به دلیل تفاوت در گویه‌های آن‌ها باشد. از طرف دیگر، هر گویه‌ای طرح شود، با توجه به زیرمجموعه‌ها و تفاوت‌های فرهنگی درون یک کشور همچنان جای بحث باقی است و به ناچار باید بر استنباط‌های کلی این پیمایش‌ها اعتماد کرد و دست کم به عنوان شاخصی برای تغییرات سالانه بدان توجه کرد.

بر اساس داده‌های جدول ۱، به نظر می‌رسد میزان شادی در بین ایرانیان در سال‌های اخیر با کاهش اندکی مواجه شده؛ اگرچه همواره مقدار آن در حدود متوسط بوده است. قابل توجه اینکه طی سال‌های اخیر، برخی از کشورهای همسایه از جمله عراق، پاکستان یا حتی سوریه در جایگاه بالاتری از کشور ما قرار گرفته‌اند.



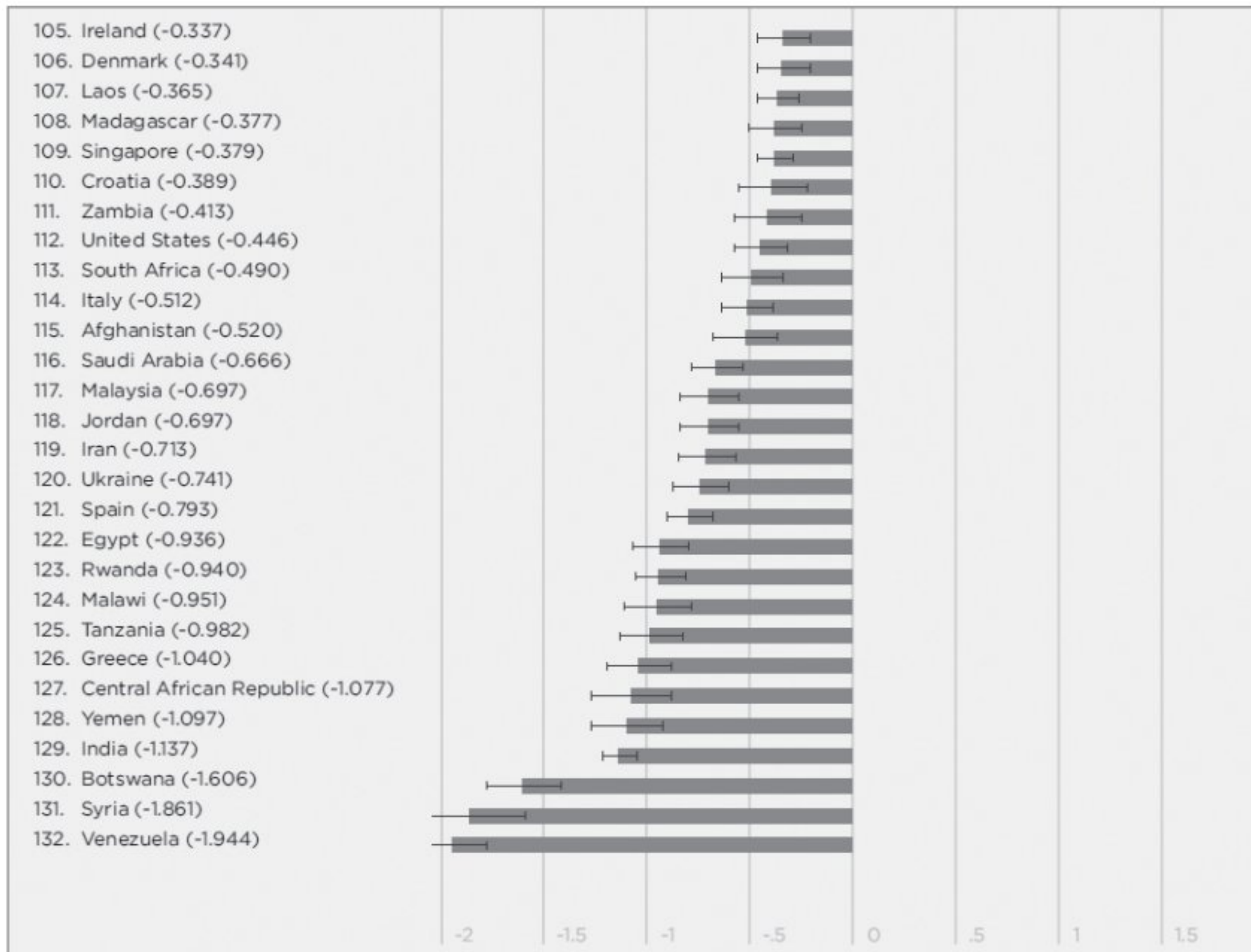
نمودار ۱: روند تغییرات میانگین نمره شادی ایران در ۹ گزارش جهانی (۲۰۲۱-۲۰۱۲)



نمودار روند تغییرات شادمانی ایرانیان نشان می‌دهد که در سال ۲۰۱۲ میانگین برابر ۵/۳ و اندکی بالاتر از متوسط بوده و در سال بعد، با کاهش محسوس مواجه شده است؛ و پس از آن هرچند نوسانات اندکی داشته، در این سال‌ها (یعنی ۲۰۱۳ تا ۲۰۲۱) تغییر در میانگین میزان شادی درخور توجه نبوده و رتبه ایران در طول انجام شدن این نظرسنجی‌ها تقریباً یکسان بوده است. دلیل این عدم تغییر در جایگاه کشورمان، به رشد یا کاهش میانگین سایر کشورها برمی‌گردد که تغییرات در نمره ایران در مقایسه با تغییرات آن‌ها نتوانسته است تغییری در جایگاه ایجاد کند. برای مثال، در سال ۲۰۱۲ بین ۱۰۵ کشور رتبه ۸۱ کسب شده؛ اما سال بعد تعداد کشورهای مورد بررسی نزدیک به ۵۰ درصد بیشتر شده، درحالی‌که رتبه ایران با کاهش در نمره میانگین نیز نزدیک به ۵۰ درصد افت کرده و به ۱۰۵ تنزل یافته است. به بیان دیگر، باوجود افت اندک در میانگین، رتبه (در صورتی‌که تعداد کشورها ثابت فرض شود) تغییر درخور توجهی نداشته است.

یکی دیگر از نمودارهایی که در گزارش جهانی شادمانی درخور توجه است، رتبه‌بندی کشورها بر اساس میزان افزایش یا کاهش در میانگین نمره شادمانی آن‌ها در دوره انجام پیمایش‌هاست.





### نمودار ۲: جایگاه ایران در تغییرات میزان شادی در ده سال اخیر بر اساس گزارش جهانی شادی ۲۰۲۰

بررسی‌ها حکایت از آن دارند که در یک ارزیابی کلی، در روند تقریباً ده‌ساله انجام این پیمایش‌ها، ایران کاهش در میانگین شادمانی را تجربه کرده است؛ که عمده آن به دلیل کاهش میزان شادی از سال ۲۰۱۲ تا ۲۰۱۳ است. به بیان دیگر، میانگین نمره شادی در ۲۰۱۲ برابر با ۵/۳ بوده، اما این میزان با ۰/۶۶ کاهش، در سال بعد به ۴/۶۴ رسیده است؛ درحالی که در سال‌های بعد میزان نوسان (کاهش یا افزایش) در نهایت به ۰/۳ می‌رسد؛ که البته آن هم فقط یک سال بوده است و در سال‌های قبل و بعد اغلب به ۰/۲ می‌رسد. بر اساس داده‌های نمودار ۲ که رتبه اول به کشوری اختصاص دارد که بیشترین افزایش را در میانگین شادمانی داشته است و رتبه‌های آخر نصیب کشورهای شده‌اند که بیشترین کاهش را داشته‌اند، ایران جایگاه ۱۱۹ را به دست آورده است که نشان‌دهنده محسوس بودن میزان کاهش شادمانی



در طول دوره‌های انجام این پیمایش‌هاست. اگرچه میزان تغییرات از سال ۲۰۱۳ تا ۲۰۲۱ چندان زیاد نبوده است، کاهش محسوس نمره از ۲۰۱۲ تا ۲۰۱۳ عامل این وضعیت است.

## وضعیت شادی در پیمایش‌های ملی

(یک) پیمایش‌های ارزش‌ها و نگرش‌های ایرانیان

از نخستین پیمایش‌هایی که داده‌های قابل اعتماد در سطح ملی تولید کرد، این پیمایش بود که تاکنون سه موج آن به شرح جدول زیر اجرا شده‌اند. در این پیمایش‌ها به صورت مستقیم سؤالی درباره شادی پرسیده نشده است و فقط می‌توان به برخی از شاخص‌ها همچون احساس آسایش اشاره کرد که یکی از متغیرهای مورد سنجش در این پیمایش است؛ زیرا بر اساس برخی تحقیقات، احساس آسایش و رضایت با مفاهیم شادی و شادکامی ارتباط قوی دارند. البته می‌توان استدلال کرد که سایر شاخص‌های این پیمایش‌ها همچون پنداشت از عدالت یا نگرش نسبت به آینده نیز می‌توانند موجد شادی باشند؛ اما به دلیل محدودیت‌های پژوهش حاضر، به مؤلفه‌هایی که همبستگی بالاتری دارند، پرداخته می‌شود؛ که البته باید در تفسیر احتیاط‌های لازم را مدنظر داشت.

جدول ۳: مشخصات پیمایش‌های سه گانه ارزش‌ها و نگرش‌های ایرانیان

موج اول (۱۳۷۹)	جامعه آماری	جمعیت شهری بالای ۱۵ سال ساکن مراکز استان
	حجم نمونه	۲۴,۱۶۸ نفر
	شاخص‌های مدنظر در این گزارش	رضایت از امکانات رفاهی خانواده، رضایت از وضعیت سلامتی خود، رضایت از زندگی خانوادگی، رضایت از شغل



موج دوم (۱۳۸۲)	جامعه آماری	جمعیت شهری بالای ۱۵ سال ساکن مراکز استان
	شاخص های مدنظر در این گزارش	میزان احساس خوشبختی، رضایت از خانواده، رضایت از وضع سلامتی، رضایت از وضع مالی، رضایت از وضع مسکن، رضایت از اوضاع سیاسی کشور، رضایت از اوضاع اقتصادی کشور
موج سوم (۱۳۹۴)	جامعه آماری	جمعیت شهری بالای ۱۵ سال ساکن مناطق شهری و روستایی
	حجم نمونه	۱۴,۹۰۶ نفر
	شاخص های مدنظر در این گزارش	میزان احساس خوشبختی، رضایت از اعضای خانواده، رضایت از وضع سلامتی رضایت از وضع مالی، رضایت از وضع مسکن، رضایت شغلی، رضایت از اوضاع سیاسی کشور، رضایت از اوضاع اقتصادی کشور

الف) ارزش ها و نگرش های ایرانیان- موج اول، ۱۳۷۹

در این پیمایش از پاسخ گویان درباره میزان رضایت آن ها در برخی مؤلفه ها پرسش شده است؛ که از بین سنجه های فوق، بیشترین همبستگی با مفهوم شادمانی را گویه های میزان رضایت از امکانات رفاهی، زندگی خانوادگی و رضایت از سلامتی خود داشتند. وضعیت پاسخ گویان در این ابعاد در جدول زیر آمده است.

جدول ۴: توزیع درصد فراوانی پاسخ گویان در شاخص های رضایت- پیمایش ارزش ها، ۱۳۷۹

سنجه ها	ناراضی	بینابین	راضی	تراز از ۱۰۰
رضایت از امکانات رفاهی خانواده	۲۱/۱	۲۱/۶	۵۴/۷	۶۴/۲
رضایت از وضعیت سلامتی خود	۱۳/۴	۱۰/۷	۷۵/۹	۸۱/۳



سنجه‌ها	ناراضی	بینابین	راضی	تراز از ۱۰۰
رضایت از زندگی خانوادگی	۷/۴	۱۲/۱	۸۰/۴	۸۶/۴
میانگین کل ابعاد	۱۳/۹۶	۱۴/۸	۷۰/۳	۷۴

در موج اول پیمایش ارزش‌ها و نگرش‌های ایرانیان، بیشتر پاسخ‌گویان رضایت زیادی از امکانات رفاهی خانواده، وضعیت سلامت خود و زندگی خانوادگی خود ابراز کرده‌اند؛ به‌صورتی که در هر بُعد، دست‌کم نیمی از پاسخ‌گویان از موارد یادشده اعلام رضایت کرده‌اند. در مجموع، می‌توان گفت سطح رضایت به‌نسبت مطلوب بوده است.

#### ب) ارزش‌ها و نگرش‌های ایرانیان - موج دوم، ۱۳۸۲

در پیمایش موج دوم، ابعاد رضایت به رضایت از وضع سلامت، وضع مالی، وضع مسکن و وضع شغل محدود شده است؛ و برخلاف گزارش قبلی که داده‌ها به تفکیک استان‌ها و در طیف پنج‌گزینه‌ای ارائه شده بودند، در این پیمایش یافته‌ها به‌صورت کلی و برای کل کشور و در سه گزینه تجمیع شده‌اند.

#### جدول ۵: توزیع درصد فراوانی پاسخ‌گویان در شاخص‌های رضایت - پیمایش ارزش‌ها، ۱۳۸۲

سنجه‌ها	کم	متوسط	زیاد	تراز از ۱۰۰
میزان احساس خوشبختی	۱۲/۱	۲۸/۲	۴۹/۷	۶۳/۷
رضایت از خانواده	۳/۵	۱۱/۵	۸۵	۹۰/۷
رضایت از وضع سلامتی	۷/۱	۱۱/۸	۸۱	۸۷
رضایت از وضع مالی	۱۹/۴	۳۶/۳	۴۴/۳	۶۲/۵
میانگین کل ابعاد	۱۰/۵۲	۲۱/۹۵	۶۵	۷۳/۵



اگر گویه‌های میزان رضایت افراد در حوزه‌های مختلف اجتماعی را به‌عنوان شاخصی همبسته با شادی بپذیریم، در نتایج پیمایش مشاهده می‌شود که پاسخ‌گویان در شاخص‌های سطح فردی همچون احساس خوشبختی، رضایت از سلامت یا وضع مسکن میزان رضایتشان بالاست که می‌تواند نشان‌دهنده شادمانی فردی آن‌ها باشد؛ اما در همین گزارش، در شاخص‌های کلان‌کشور یعنی رضایت از وضعیت اقتصادی و سیاسی کشور، پاسخ‌گویان میزان بالایی از نارضایتی را ابزار کرده‌اند. دلیل این تفاوت در نگاه به وضعیت کلی کشور و رضایت از وضعیت فردی را می‌توان در ارزیابی نهایی شادمانی بر اساس وضعیت شخصی و نه وضعیت کلی جامعه جست‌وجو کرد. به بیان دیگر، اگرچه در سطح فردی ابراز رضایت و به تبع شادمانی شده است، در سطح کلان از جمله وضعیت اقتصادی کشور نارضایتی وجود دارد و ممکن است برآیند این دو به استنباط شادمانی در حد متوسط منتهی شود. اما با توجه به مؤلفه‌های فرهنگی جامعه ایران، می‌توان گفت وضعیت رضایت در سطح فردی تعیین‌کننده قوی‌تری برای شادمانی است؛ و از این‌رو، با توجه به برآیند کلی داده‌ها می‌توان گفت رضایت بخش عمده‌ای از پاسخ‌گویان در حد بالا یا متوسط به بالاست.

### ج) ارزش‌ها و نگرش‌های ایرانیان- موج سوم، ۱۳۹۴

در موج سوم، شاخص‌های متعدد به طرح افزوده شدند، اما همچنان به‌صورت عیان درباره وضعیت شادی شهروندان پرسش نشده است؛ و از این‌رو، ناچار به استنباط وضعیت شادی از همان گویه‌های شاخص رضایتمندی هستیم.



جدول ۶: توزیع درصد فراوانی پاسخ‌گویان در شاخص‌های رضایت-پیمایش ارزش‌ها، ۱۳۹۴

سنجه‌ها	کم	متوسط	زیاد	تراز از ۱۰۰
میزان احساس خوشبختی	۱۱	۴۲	۴۷	۶۸
رضایت از اعضای خانواده	۲/۲	۱۱	۸۶/۸	۹۲/۳
رضایت از وضع سلامتی	۶/۸	۱۷/۷	۷۵/۶	۸۴/۵
رضایت از وضع مالی	۱۹/۵	۳۷/۵	۴۳	۶۱/۷
میانگین کل ابعاد	۹/۸۷	۲۷	۶۳	۷۶/۴

داده‌های این پیمایش نیز مؤید شکاف بین مؤلفه‌های سطح خرد و کلان است؛ به‌صورتی که میزان احساس خوشبختی در حد متوسط و زیاد اعلام اما هم‌زمان، میزان رضایت از اوضاع اقتصادی در حد بسیار پایینی گزارش شده است. به نظر می‌رسد گویۀ احساس خوشبختی قرابت بیشتری با مفهوم شادی داشته باشد، اما نگارنده بر این باور است که متغیرهای سطح کلان که در نهایت بر زندگی‌های افراد در جزئی‌ترین امور نیز اثرگذارند، سنجه‌های معتبرتری برای سنجش شادمانی (دست‌کم در یک نگاه بلندمدت) به شمار می‌روند. به بیان دیگر، اگرچه الان پاسخ‌گویان احساس خوشبختی می‌کنند، پیامدهای اقتصادی و سیاسی‌ای که اکنون از آن ناراضی هستند، در بلندمدت میزان احساس خوشبختی آن‌ها را نیز تحت‌الشعاع قرار خواهد داد.

#### دو پیمایش‌های سنجش سرمایه اجتماعی کشور

پیمایش ملی سنجش سرمایه اجتماعی کشور در سه دوره انجام شده که مشخصات هر یک در جدول زیر آمده است. لازم به ذکر است محقق نتوانست به داده‌های موج اول این مجموعه پیمایش‌ها دسترسی پیدا کند و صرفاً به گزارش وضعیت در موج‌های دوم و سوم طرح اکتفا کرده است.



جدول ۷: مشخصات پیمایش‌های سنجش سرمایه اجتماعی کشور

موج اول (۱۳۸۳)	جامعه آماری	جمعیت شهری بالای ۱۸ سال ساکن مراکز استان‌ها
	حجم نمونه	۱۳,۸۴۳ نفر
	شاخص‌های مورد سنجش	رضایت از زندگی، رضایت از درآمد، رضایت از محل سکونت، رضایت از شغل
موج دوم (۱۳۹۴)	جامعه آماری	جمعیت بالای ۱۵ سال ساکن مراکز شهری و روستایی کل کشور
	حجم نمونه	۱۳,۸۴۳ نفر
	شاخص‌های مورد سنجش	شاخص‌های پیشین
موج سوم (۱۳۹۷)	جامعه آماری	جمعیت بالای ۱۸ سال ساکن مراکز شهری و روستایی کل کشور
	حجم نمونه	۱۷,۰۰۰ نفر
	شاخص‌های مورد سنجش	گویه‌های رضایت: احساس راحتی و آرامش، رضایت از محل سکونت، رضایت از شغل، رضایت از وضع مالی گویه‌های نشاط: مردم ما چقدر بانشاط و شاداب هستند؟ مردم ما چقدر از زندگی‌شان لذت می‌برند؟، چقدر مردم به بهتر شدن آینده‌شان امید دارند؟، چقدر از زندگی خانوادگی‌تان لذت می‌برید؟، چقدر آینده خود را روشن و خوب می‌بینید؟

## الف) پیمایش سرمایه اجتماعی کشور- ۱۳۹۴

در موج دوم پیمایش سرمایه اجتماعی کشور نیز به صورت مستقیم درباره وضعیت شادی شهروندان سؤال نشده است؛ و از این رو، باید به گویه‌های



همبسته با شادی همچون رضایت بسنده کرد. البته در این پیمایش‌ها، رضایت به چهار بُعد رضایت از زندگی، رضایت از محل سکونت، رضایت از شغل و رضایت از درآمد محدود شده است. در اینجا، توزیع فراوانی پاسخ‌گویان فقط در دو گویه‌ای گزارش می‌شود که به نظر می‌رسد نزدیک‌ترین گویه‌ها و همبسته‌های قوی‌تری برای متغیر شادی محسوب می‌شوند.

جدول ۸: توزیع درصد فراوانی پاسخ‌گویان در شاخص‌های رضایت- پیمایش سرمایه اجتماعی کشور، ۱۳۹۴

سنجه‌ها	کم	متوسط	زیاد	تراز از ۱۰۰
رضایت از زندگی	۲۵/۹	۴۰/۵	۳۳/۶	۵۳/۸۵
رضایت از درآمد	۳۲	۵۴	۱۴	۴۱
میانگین کل ابعاد	۲۸/۹۵	۴۷/۲۵	۲۳/۸	۴۷/۴۲

در این پیمایش، سنجش رضایت به متغیرهای فردی همچون رضایت از زندگی و درآمد محدود شده و دیگر درباره میزان رضایت از وضعیت سیاسی یا اقتصادی پرسش نشده است. با این حال، در پیمایش‌های قبلی که حدود نیمی از پاسخ‌گویان دارای میزان رضایت زیاد یا خیلی زیاد بودند، اکنون با تغییر محسوسی، در دامنه رضایت متوسط یا رضایت کم جای گرفته‌اند. اگرچه به داده‌های موج اول پیمایش‌های سرمایه اجتماعی کشور دسترسی وجود نداشت، با توجه به وضعیت مؤلفه‌های کلان همچون شرایط نامساعد اقتصادی، می‌توان استنباط کرد وضعیت رضایت در موج بعدی نسبت به قبل نزول کرده باشد.

#### ب) پیمایش سرمایه اجتماعی کشور- ۱۳۹۷

در این پیمایش، افزون بر آنکه گویه‌های رضایت موجود است، به صورت مستقیم درباره شادی نیز از شهروندان پرسیده شده است؛ و با توجه به تازگی زمانی و حجم نمونه زیاد، نتایج آن از اعتبار بالاتری برخوردارند. نتایج مرتبط



با شادی شهروندان بر اساس وضعیت آن‌ها در سنجه‌های ذکر شده در جدول ۸ ارزیابی شده‌اند.

جدول ۹: توزیع درصد فراوانی پاسخ‌گویان در شاخص‌های رضایت و شادی - پیمایش سرمایه اجتماعی، ۱۳۹۷

سنجه‌ها	اصلاً	کم	متوسط	زیاد	تراز از ۱۰۰
احساس راحتی و آرامش	-	۱۶/۴	۳۶/۸	۴۶/۸	۶۵/۲
رضایت از وضع مالی	-	۴۱/۲	۴۰/۶	۱۸/۲	۳۸/۵
شاخص رضایت کل	-	۲۸/۸	۳۸/۷	۳۲/۵	۵۱/۸
مردم ما چقدر بانشاط و شاداب هستند؟	۱۲/۶	۴۶/۸	۲۷/۸	۹/۷	۴۲/۸
مردم ما چقدر از زندگی‌شان لذت می‌برند؟	۱۲/۹	۴۷/۲	۲۷/۱	۹/۲	۴۱/۸
چقدر مردم به بهتر شدن آینده‌شان امید دارند؟	۱۵/۱	۴۵/۱	۲۴/۷	۱۱/۷	۴۲
شاخص نشاط کل	۱۳/۵	۴۶/۴	۲۶/۵	۱۰/۲	۴۲/۲

\* کمتر بودن درصدها از ۱۰۰ به دلیل بی‌پاسخی یا گزینه نمی‌دانم است.

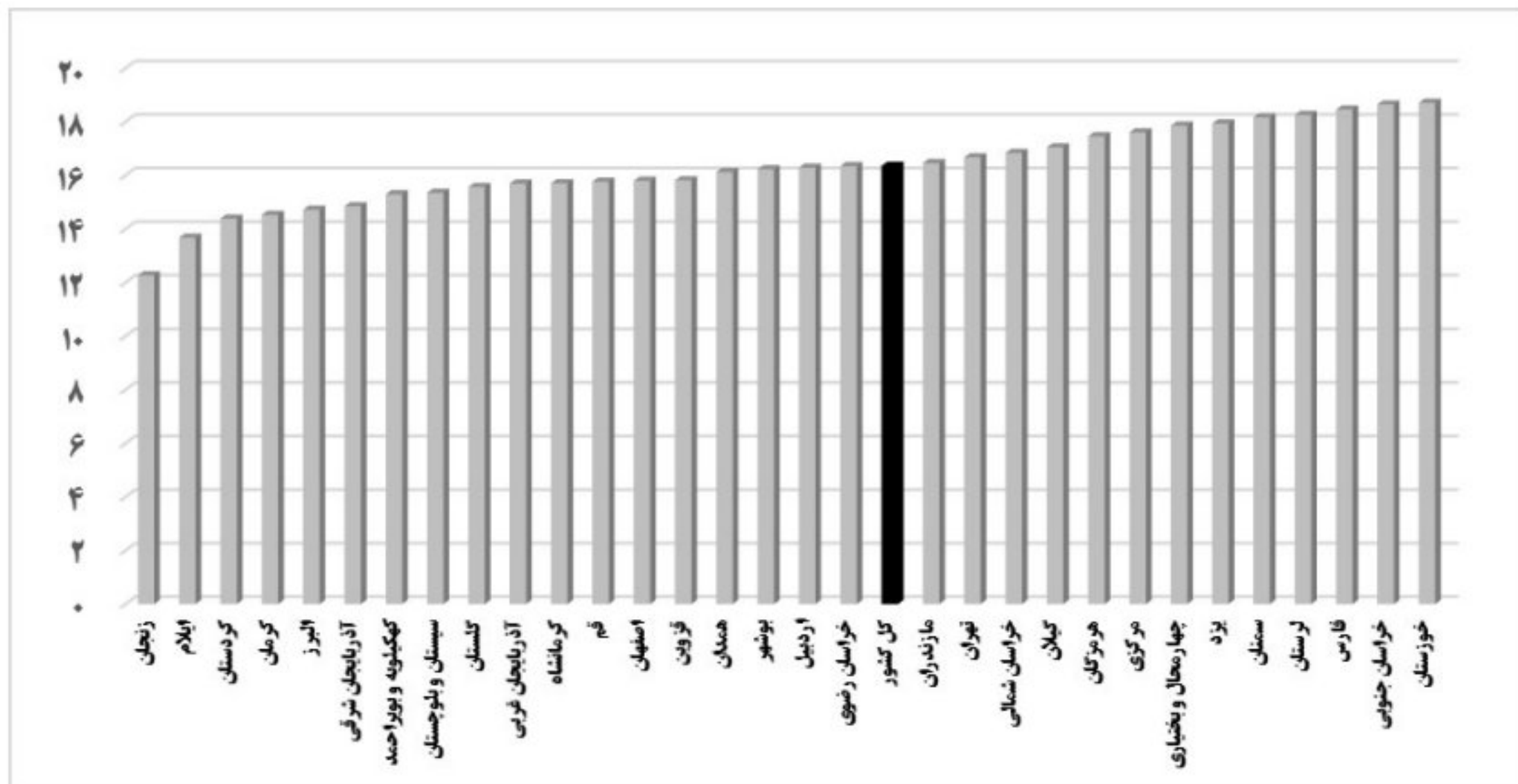
داده‌های این پیمایش در دو بخش به نمایش آمدند. بخش اول مربوط به گویه‌های رضایت است که در پیمایش‌های قبلی نیز طرح شده بودند و با هدف مقایسه، در اینجا نیز (باوجود گویه اختصاصی برای سنجش نشاط) آمده‌اند. اما آنچه در این پیمایش درخور توجه است آنکه به‌صورت اختصاصی درباره وضعیت نشاط شهروندان پرسش شده است. سنجش وضعیت امید و نشاط اجتماعی در سال ۱۳۹۷ نشان می‌دهد که بخش عمده‌ای از شهروندان درجه‌های پایینی از نشاط دارند؛ به‌صورتی که تقریباً نیمی از پاسخ‌گویان در



گزینه‌های میزان نشاط اصلاً، خیلی کم و کم قرار گرفته‌اند. اگرچه در برخی از گویه‌ها دیدگاه پاسخ‌گو دربارهٔ مردم پرسیده شده است، این نوع سنجش درواقع سنجش غیرمستقیم دیدگاه خود فرد است و چنانچه می‌گوید مردم ما کم شاداب هستند، درواقع خود او نیز شاداب نیست؛ اگرچه در این شکل از تعمیم، درصدی خطا نیز محتمل است.

در این طرح، با توجه به اینکه به‌صورت مستقیم دربارهٔ وضعیت شادی و نشاط پاسخ‌گویان پرسش شده، به سؤال‌های رضایت‌بهایی داده نشده است؛ و در اینجا، فقط برای مقایسه با پیمایش قبلی آورده شد که به سنجش وضعیت رضایت پاسخ‌گویان محدود بود. شاخص نشاط با استفاده از گویه‌های بخش دوم جدول محاسبه و گزارش شده است. به بیان کلی، ۱۰ درصد از پاسخ‌گویان اصلاً احساس شادی و نشاط نمی‌کنند و امیدی نسبت به بهبود وضعیت آینده ندارند؛ و ۳۷ درصد میزان شادابی خود یا مردم را در حد کم و خیلی ارزیابی کرده‌اند؛ و البته ۳۱ درصد نیز در دستهٔ متوسط قرار گرفته‌اند که ممکن است با اندک تغییرات منفی وارد گروه شادابی کم بشوند. در این بین، فقط ۱۹ درصد از نمونهٔ تحقیق میزان شادابی و نشاطشان را در حد بالا ابراز کرده‌اند که عدد درخور توجهی نیست و بیانگر نامطلوب بودن وضعیت است. در این پیمایش، بر اساس میانگین کل پاسخ‌گویان هر استان که توسط مجری محاسبه و گزارش شده است، استان‌های زنجان، ایلام و کردستان کمترین میزان شادی و استان‌های فارس، خراسان جنوبی و خوزستان بیشترین شادکامی و امید را گزارش کرده‌اند. در نمودار ۳ رتبهٔ استان‌ها در شاخص شادی و امید و نسبت هر استان با وضعیت کل کشور به تصویر کشیده شده است.





نمودار ۳: میانگین شادکامی استان‌ها در مقایسه با میانگین کل کشور - پیمایش سرمایه اجتماعی کشور، ۱۳۹۷

### سه) پیمایش وضعیت اجتماعی، فرهنگی و اخلاقی جامعه ایران - ۱۳۹۵

این پیمایش نیز با هدف شناخت و فهم وضعیت جامعه ایران در برخی شاخص‌های اجتماعی و فرهنگی تصویب و اجرا شد؛ که البته در این پیمایش نیز درباره میزان شادی و نشاط پرسش مستقیمی وجود ندارد؛ و از این رو، به سنجه‌های میزان رضایت تکیه خواهد شد. مشخصات این پیمایش در جدول زیر آمده‌اند.

#### جدول ۱۰: مشخصات پیمایش وضعیت اجتماعی، فرهنگی و اخلاقی جامعه ایران

پیمایش وضعیت اجتماعی و فرهنگی (۱۳۹۵)	جامعه آماری	شهروندان ۱۸ سال و بالاتر ساکن ۴۲۶ نقطه شهری در کشور
	حجم نمونه	۸۲,۵۰۰ نفر
	شاخص‌های مورد سنجش	احساس خوشبختی، رضایت از ازدواج، رضایت از شریک زندگی، رضایت از اعضای خانواده، رضایت از وضعیت سلامتی، رضایت از وضعیت مالی، رضایت از کیفیت مسکن، رضایت از محله، رضایت از وضعیت شغلی



در این پیمایش، شاخص رضایت با هشت مؤلفه سنجیده شده است و نتایج به دست آمده در یک طیف سه گزینه‌ای گزارش شده‌اند. توزیع فراوانی مؤلفه‌های مدنظر گزارش حاضر در جدول ۱۰ آمده است.

جدول ۱۱: توزیع فراوانی پاسخ‌گویان در سنجه‌های رضایت-پیمایش وضعیت فرهنگی، ۱۳۹۵

سنجه‌ها	کم	متوسط	زیاد	تراز از ۱۰۰
احساس خوشبختی	۱/۸	۲۹	۶۹/۲	۸۳/۲
رضایت از اعضای خانواده	۲/۸	۱۳	۸۴/۳	۹۱
رضایت از وضعیت سلامتی	۷/۶	۲۱/۷	۷۰/۸	۸۱/۷
رضایت از وضعیت مالی	۲۵/۵	۴۱/۱	۳۳/۴	۵۳/۵
میانگین کل ابعاد	۹/۴۲	۲۶/۲	۶۴/۴	۷۷

بر اساس یافته‌های این پیمایش، بخش عمده‌ای از پاسخ‌گویان اعلام کرده‌اند که احساس خوشبختی می‌کنند و از اعضای خانواده خود و همچنین از سلامتی‌شان رضایت بالایی دارند؛ اما در مؤلفه وضعیت مالی میزان رضایت کاهش یافته است. برآیند کلی مؤید آن است که میزان رضایت نزدیک به ۱۰ درصد از پاسخ‌گویان در حد پایین و ۲۶ درصد در حد متوسط است؛ و ۶۴ درصد میزان رضایت خود را به میزان زیاد اعلام کرده‌اند.

#### چهار) پیمایش‌های پژوهشکده علوم بهداشتی در سنجش شادکامی

منتظری و همکاران در پژوهشکده علوم بهداشتی جهاد دانشگاهی نیز در دو پیمایش درباره شادکامی مردم ایران به کنکاش پرداخته‌اند. در پیمایش ملی ادراک مردم ایران از سلامت خود، به صورت مستقیم و با یک گویه از پاسخ‌گویان خواستند که میزان شادکامی خود را ابراز کنند. افزون بر این،



حدود ده سال بعد آن‌ها در یک پیمایش اختصاصی به سنجش شادکامی پرداختند. در اینجا، پس از ذکر مشخصات این پیمایش‌ها، به بحث درباره یافته‌های آن‌ها پرداخته خواهد شد.

جدول ۱۲: مشخصات پیمایش‌های پژوهشکده علوم بهداشتی در سنجش شادکامی ایرانیان

پیمایش ادراک از سلامت (۱۳۸۸)	مجری	علی منتظری و همکاران
	کارفرما	پژوهشکده علوم بهداشتی جهاد دانشگاهی
	جامعه آماری	شهروندان ۱۸ تا ۶۵ ساله ساکن مناطق شهری و روستایی کل کشور
	حجم نمونه	۲۷,۸۱۳ نفر
پیمایش شادکامی (۱۳۹۶)	مجری	علی منتظری و همکاران
	کارفرما	پژوهشکده علوم بهداشتی جهاد دانشگاهی
	جامعه آماری	متاهلان ۲۰ تا ۴۰ ساله ساکن مناطق شهری و روستایی کل کشور
	حجم نمونه	۱۴,۲۳۹ نفر

#### الف) پیمایش ادراک از سلامت (۱۳۸۸)

نتایج این پیمایش به صورت وضعیت میزان شادکامی شهروندان در یک طیف اصلاً تا بسیار زیاد و در سطح ملی و استانی گزارش شده‌اند. یافته‌ها مؤید آن هستند که حدود ۴۷/۵ درصد از پاسخ‌گویان میزان بالایی از شادکامی را تجربه می‌کنند؛ در حالی که میزان شادکامی حدود ۳ درصد از پاسخ‌گویان هیچ و ۱۰ درصد کم و بسیار کم بوده است. ۴۰/۵ درصد از پاسخ‌گویان نیز شادکامی‌شان را در حد متوسط بیان کرده‌اند. در همین مطالعه است که میزان شادکامی زنجان بالاترین (۳/۶۹) و یزد پایین‌ترین (۳/۱۲) محاسبه و گزارش شد؛ که به‌ویژه بازنشر نتایج آن در سال گذشته (۱۳۹۹) بحث و نقدهای متعددی را برانگیخت. افزون بر چالش‌های روش‌شناختی، یکی از مهم‌ترین انتقادات وارد شده این بود که میانگین استان‌ها



اختلاف درخور توجهی از یکدیگر ندارند؛ به صورتی که گاهی فقط با اختلاف چند صدم، رتبه استان‌ها متفاوت می‌شود و در مطالعه‌ای با آن مختصات، انتشار و تعمیم یافته‌ها امری دشوار و بحث‌برانگیز است.

جدول ۱۳: وضعیت شادکامی افراد مورد مطالعه به تفکیک استان‌ها و کل کشور-  
پیمایش سلامت، ۱۳۸۸

استان‌ها	رتبه	میانگین	بسیار زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
آذربایجان شرقی	۲۵	۳/۳۵	۱/۸	۳/۷	۳/۷	۳/۷	۲/۹
آذربایجان غربی	۱۸	۳/۴۱	۳/۵	۳/۱	۳/۷	۴/۲	۲/۲
اردبیل	۲۳	۳/۳۶	۲/۹	۴/۲	۴/۲	۴/۴	۴/۸
اصفهان	۱۹	۳/۴۱	۳/۷	۲/۹	۴/۲	۳/۱	۳
ایلام	۷	۳/۵۳	۳/۸	۲/۹	۳	۲	۳/۱
بوشهر	۳	۳/۶۳	۶/۴	۴/۵	۲/۳	۳/۶	۲/۴
تهران	۱۶	۳/۴۳	۳/۵	۴/۶	۴/۳	۳/۸	۴
چهارمحال و بختیاری	۲۷	۳/۳۳	۳/۳	۲/۹	۳/۷	۳/۹	۴/۹
خراسان جنوبی	۱۵	۳/۴۴	۳	۳/۴	۳/۹	۳	۱/۹
خراسان رضوی	۱۳	۳/۴۶	۱/۹	۲/۶	۴/۲	۴/۲	۶
خراسان شمالی	۲۰	۳/۴۱	۳/۶	۲/۹	۳	۲/۶	۵/۶
خوزستان	۵	۳/۶	۴/۶	۴/۲	۳/۱	۲/۴	۳/۲
زنجان	۱	۳/۶۹	۵	۴/۱	۳/۱	۱/۷	۱/۲
سمنان	۸	۳/۵۲	۳/۵	۳/۴	۲/۸	۲/۹	۲/۳



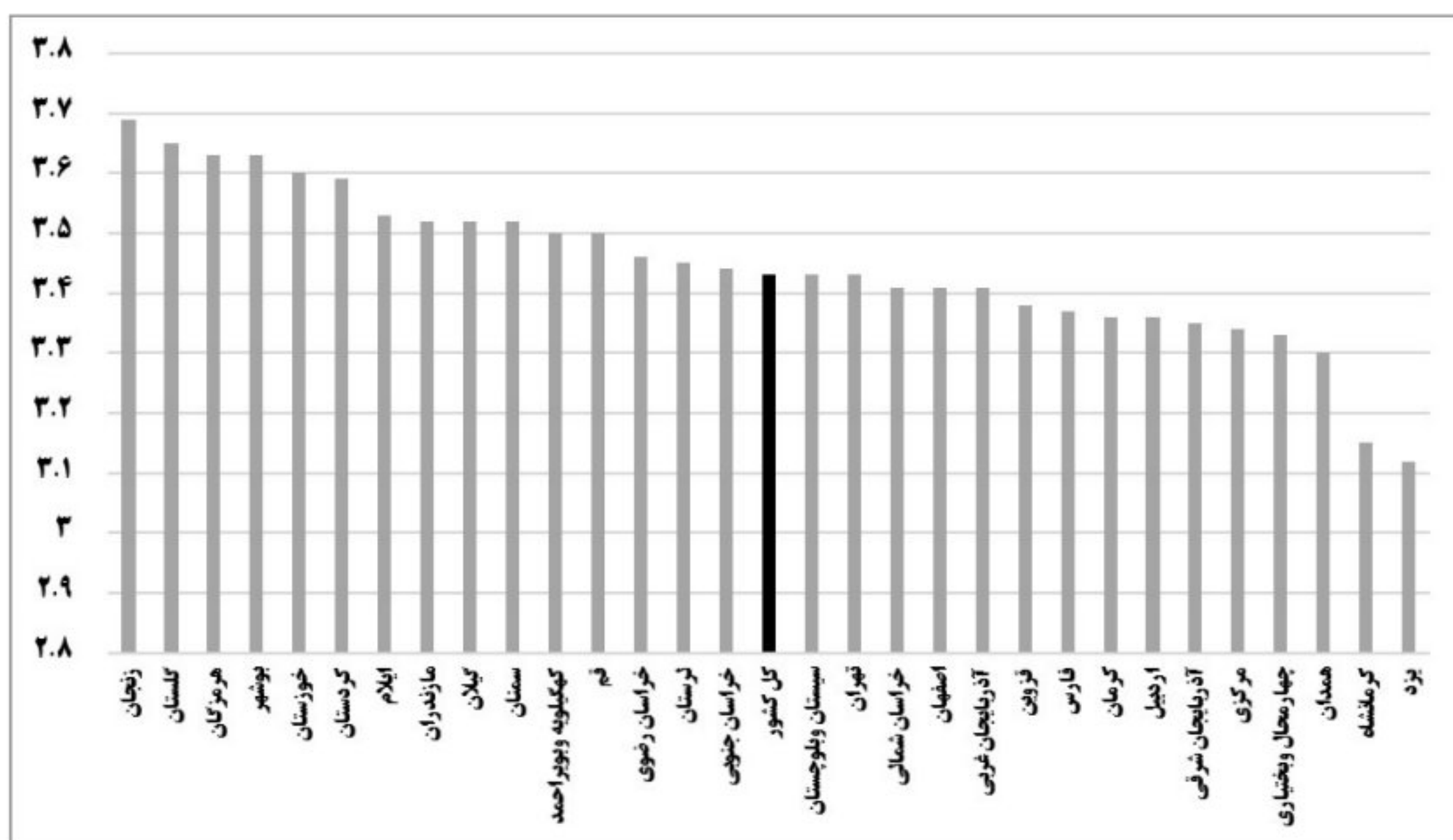
## گزارش رصد فرهنگی (۱۰)

استان‌ها	رتبه	میانگین	بسیار زیاد	زیاد	متوسط	کم	اصلاً
سیستان و بلوچستان	۱۷	۳/۴۳	۳	۲/۹	۳/۵	۳	۲
فارس	۲۲	۳/۳۷	۲/۱	۴/۳	۲/۵	۳/۴	۴/۹
قزوین	۲۱	۳/۳۸	۳/۵	۳/۵	۳/۲	۳/۸	۶
قم	۱۱	۳/۵	۲/۶	۲/۳	۲/۳	۱/۸	۱/۹
کردستان	۶	۳/۵۹	۴/۸	۳/۴	۳/۱	۲/۶	۲
کرمان	۲۴	۳/۳۶	۲/۹	۲/۴	۲/۸	۳/۶	۳/۲
کرمانشاه	۲۹	۳/۱۵	۱/۶	۳	۳/۷	۵/۶	۶/۱
کهگیلویه و بویراحمد	۱۲	۳/۵	۳/۵	۳/۱	۲/۹	۲/۲	۳/۷
گلستان	۲	۳/۶۵	۵/۴	۳/۸	۲/۹	۲/۶	۲/۲
گیلان	۹	۳/۵۲	۴/۱	۳/۳	۳/۵	۲/۱	۳/۲
لرستان	۱۴	۳/۴۵	۴/۲	۴	۳/۸	۲/۹	۱/۸
مازندران	۱۰	۳/۵۲	۳/۶	۲/۵	۲/۷	۱/۷	۳/۲
مرکزی	۲۶	۳/۳۴	۳/۲	۲/۸	۳/۶	۳/۹	۴/۱
هرمزگان	۴	۳/۶۳	۳/۹	۴/۳	۳/۲	۲/۲	۱
همدان	۲۸	۳/۳	۲/۸	۳/۵	۳/۵	۶/۱	۳/۲
یزد	۳۰	۳/۱۲	۱/۸	۲/۴	۳/۸	۶/۹	۳/۶
کل کشور	–	۳/۴۳	۱۲/۳	۳۵/۴	۳۹/۴	۹/۹	۳

یافته‌ها حکایت از آن دارند که استان‌های کرمانشاه، خراسان رضوی، قزوین و خراسان شمالی استان‌های دارای بیشترین پاسخ‌گویانی هستند که



اصلاً احساس خوشبختی نمی‌کنند و در مقابل، استان‌های بوشهر، گلستان، زنجان، کردستان و خوزستان بیشترین افراد دارای بالاترین حس شادکامی را داشته‌اند. نمره تراز شادکامی بر مبنای ۱۰۰ عدد ۶۲/۵ به دست آمد. باین حال، به دلیل تعدد طیف وضعیت احساس شادکامی، به نظر می‌رسد میانگین، شاخص واقع‌بینانه‌تری باشد. از این رو، در نمودار ۴ به مقایسه میانگین شادکامی استان‌های مختلف پرداخته شده است.



نمودار ۴: میانگین شادکامی استان‌ها در مقایسه با میانگین کل کشور- پیمایش سلامت، ۱۳۸۸

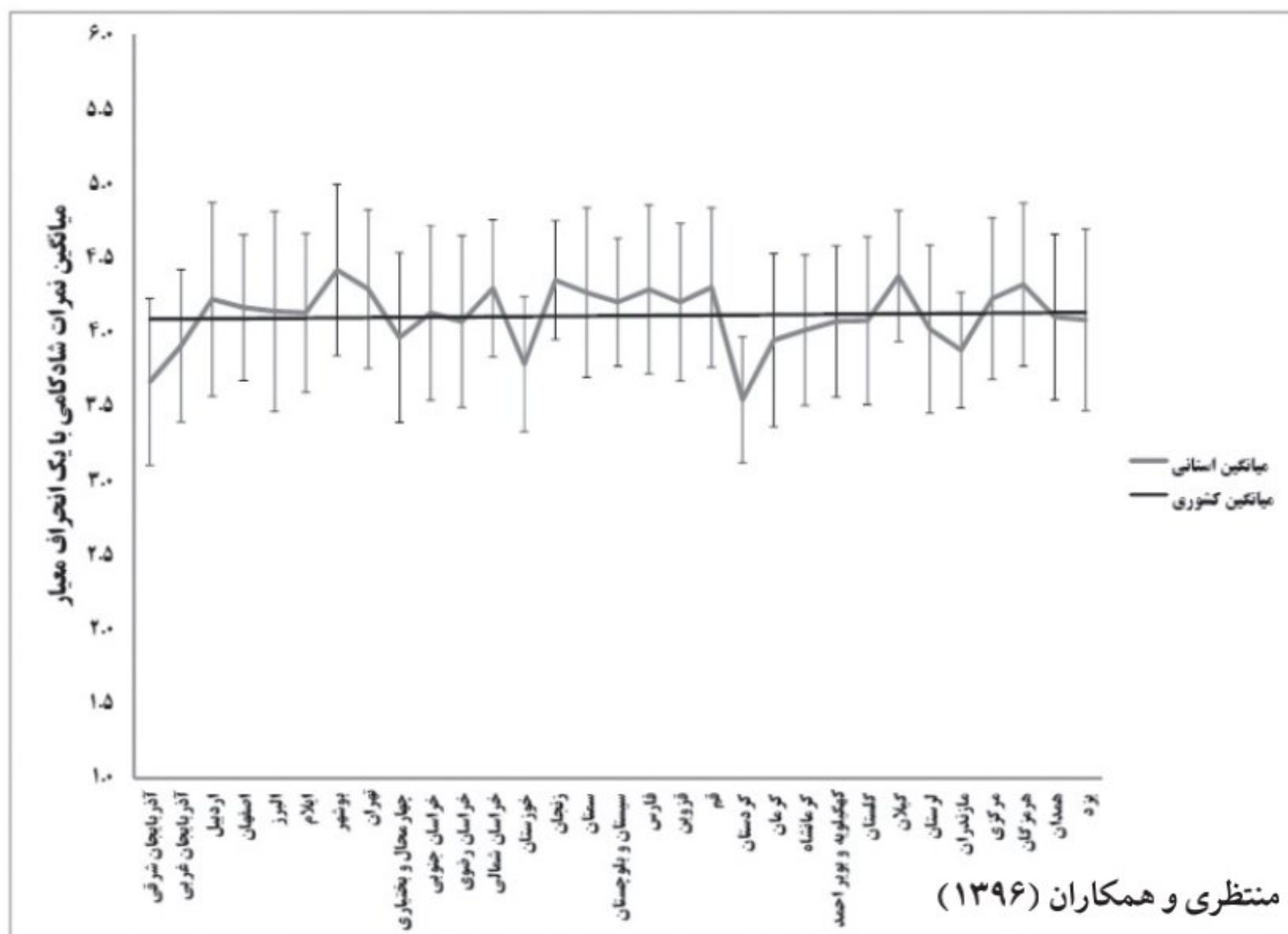
همان‌طور که مشاهده می‌شود، استان زنجان با میانگین (۳/۶۹) بالاترین و استان یزد با میانگین (۳/۱۲) پایین‌ترین میانگین شادکامی را داشته‌اند. البته چندان‌که پیش‌تر ذکر شد، اختلاف میانگین شادی استان‌ها چندان درخور توجه نیست و به اختلاف در حد چند دهم محدود می‌شود؛ و در نتیجه، مقایسه وضعیت استان‌ها بر اساس چنین رتبه‌بندی‌ای چندان قابل تکیه نخواهد بود.

(ب) پیمایش شادکامی (۱۳۹۶)

حدود یک دهه بعد، منتظری و همکاران (۱۳۹۶) در پیمایش دیگری به صورت



اختصاصی به سنجش وضعیت شادکامی ایرانیان با استفاده از پرسش‌نامه استاندارد شادی آکسفورد پرداختند. نتایج این طرح به صورت تفصیلی گزارش نشده است و محقق طرح مذکور در مقاله‌ای به تحلیل وضعیت شادکامی بر اساس متغیرهایی همچون جنسیت، تحصیلات و غیره پرداخته و وضعیتی کلی شادکامی در یک طیف مدرج گزارش نشده است. آنچه از این طرح در دسترس است، مقایسه وضعیت میانگین شادکامی افراد مورد مطالعه در استان‌های مختلف در مقایسه با خط مرجع (میانگین شادکامی کل افراد مورد مطالعه در کشور) است؛ که در نمودار ۵ گزارش می‌شود.



نمودار ۵: میانگین امتیاز شادکامی در استان‌های مختلف کشور- پیمایش شادکامی، ۱۳۹۶

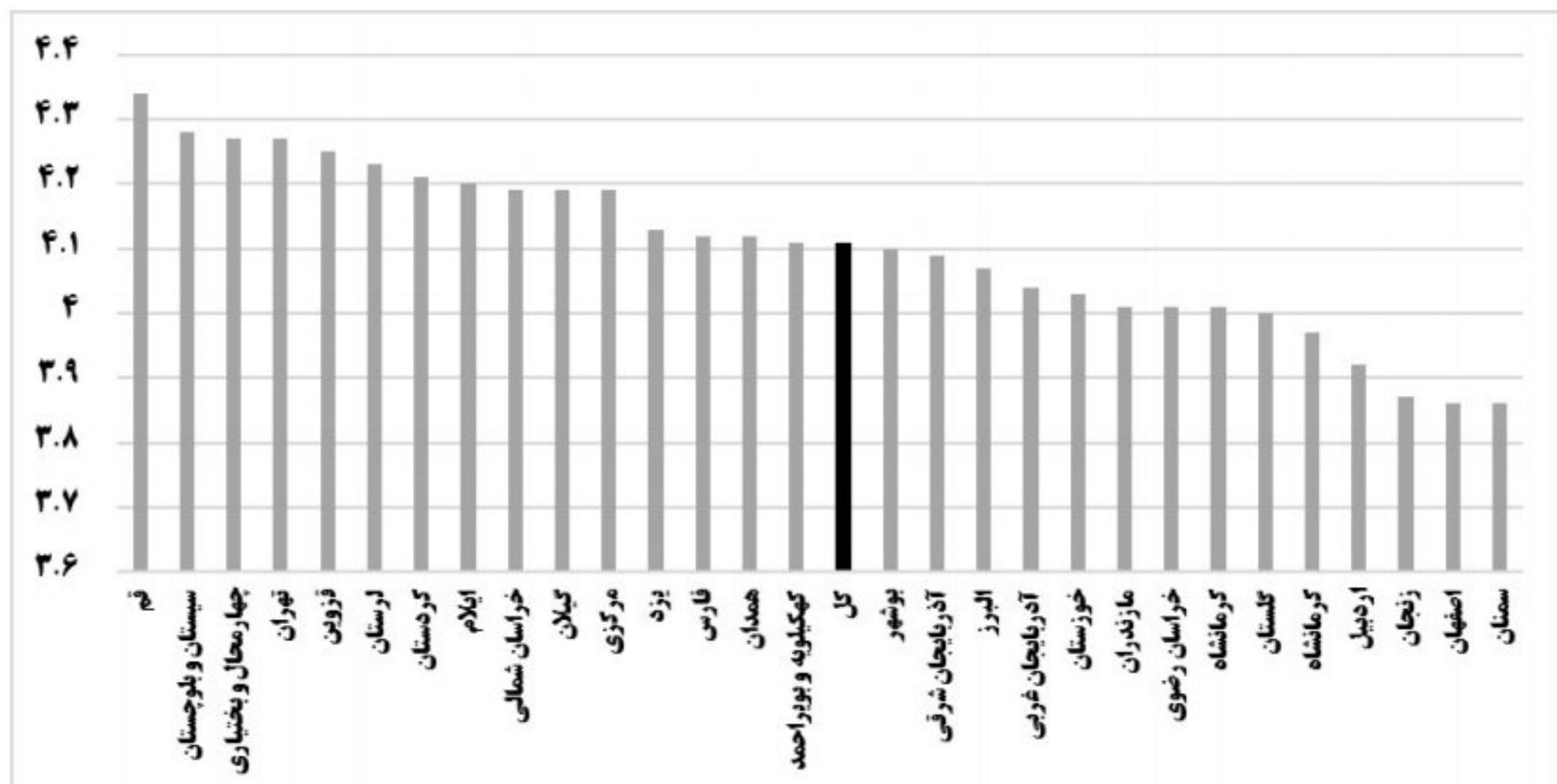
همان‌طور که مشاهده می‌شود، در این مطالعه، استان‌های گلستان، بوشهر، هرمزگان و کردستان از میزان شادکامی بالاتری از خط میانگین برخوردار هستند؛ و میزان شادکامی یزدی‌ها و همدانی‌ها که در مطالعه قبلی



کمترین بود، اکنون در نزدیکی خط میانگین قرار گرفته است؛ و کردستان دارای کمترین میزان شادکامی است.

البته محقق این پیمایش‌ها به‌تازگی اعلام کرده است که پژوهش تازه‌تری با عنوان «رابطه شادکامی و سلامت به روش خودگزارشی» در سال ۱۳۹۸ و در میان افراد ۱۸ تا ۶۵ ساله با استفاده از پرسش‌نامه آکسفورد (۲۹ گویه ۴ گزینه‌ای) انجام داده است، اما نتایج آن هنوز به‌صورت رسمی منتشر نشده‌اند و تلاش نگارنده برای دستیابی به نتایج آن ناکام ماند. بر اساس پیمایش یادشده، که در مصاحبه با همشهری آنلاین به ذکر جزئیاتی درباره آن اکتفا شده است، قم، سیستان و بلوچستان، هرمزگان، چهارمحال و بختیاری، تهران، قزوین، لرستان و کردستان در وضع مطلوب‌تری از نظر شادکامی قرار دارند و در مقابل، افراد شرکت‌کننده از اصفهان، سمنان و زنجان پایین‌ترین میزان شادکامی را گزارش کرده‌اند؛ چیزی که تا حد زیادی با نتایج طرح‌های قبلی متفاوت است. پژوهش یادشده با یک نمونه ۱۹,۴۹۹ نفری از زنان و مردان ۱۸ تا ۶۵ ساله انجام شده است و میانگین شادکامی در ایران را ۴/۱ (از ۶ امتیاز) نشان می‌دهد. استان‌های با وضع مطلوب‌تر، بالاتر از میانگین ۴/۲ قرار دارند و استان‌های با وضع پایین‌تر شادکامی، میانگینی پایین‌تر از ۳/۱ به دست آورده‌اند. نتیجه این پیمایش در نمودار ۶ که بر اساس داده‌های ارائه‌شده مجری طرح در مصاحبه با روزنامه همشهری (کد خبر ۵۸۷۹۹۸) ترسیم شده است، در ادامه می‌آید.





نمودار ۶: میانگین شادکامی استان‌ها در مقایسه با میانگین کل کشور- پیمایش شادی، ۱۳۹۸

در این نمودار، استان‌ها برحسب بالاترین نمره میانگین شادکامی مرتب شده‌اند. همان‌گونه که مشاهده می‌شود، استان قم با نمره ۴/۳۴ بیشترین و استان‌های سمنان و اصفهان با نمره ۳/۸۶ کمترین میزان شادکامی را دارند. همچنین در رده‌بندی کلی، به‌ترتیب قم، سیستان و بلوچستان، هرمزگان، چهارمحال و بختیاری، تهران، قزوین، لرستان، کردستان، ایلام و خراسان شمالی در ۱۰ رتبه اول قرار دارند؛ و استان‌های کرمان، اردبیل، زنجان، سمنان و اصفهان در پایین‌ترین رتبه‌های شادکامی قرار دارند. در کل کشور نیز میانگین شادکامی ۴/۱۱ است که می‌توان گفت در طبقه نسبتاً شاد قرار دارد.

پنج) پیمایش مرکز تحقیقات صداوسیما درباره میزان شادی- ۱۳۹۹

مرکز تحقیقات در شهرهای دارای مرکز صداوسیما به انجام دادن طرح تحقیقاتی در سنجش میزان شادی مردم پرداخته که مشخصات این پیمایش در جدول ۱۳ آمده است.



جدول ۱۴: مشخصات پیمایش ملی شادی مرکز تحقیقات صداوسیما

پیمایش شادکامی (۱۳۹۶)	کارفرما	مرکز تحقیقات صداوسیما ج.ا.ا
	جامعه آماری	افراد ۱۵ سال و بالاتر ساکن مناطق شهری دارای مرکز صداوسیما
	حجم نمونه	۱۵,۶۲۸ نفر

بر اساس این گزارش، نزدیک به ۶۰ درصد از پاسخ‌گویان «شاد یا بسیار شاد» و ۲۵ درصد «کمی شاد» هستند. همچنین ۱۱ درصد از پاسخ‌گویان «کمی غمگین» و ۴/۵ درصد «بسیار غمگین یا غمگین» هستند. میانگین نمره پاسخ‌گویان در این شاخص، از ۲۰ نمره برابر با ۱۳/۸ بوده است که بیانگر نمره «شادی زیاد» است. در جدول ۱۴ وضعیت شادی در شاخص کل و مؤلفه‌های تشکیل‌دهنده آن گزارش شده است.

جدول ۱۵: وضعیت شادی در بین پاسخ‌گویان- پیمایش صداوسیما

متغیر	میزان شادی به تفکیک درصد			تراز از ۱۰۰
	کم	متوسط	زیاد	
ابعاد شادی	شادی احساسی	۳۳/۱	۱۱/۲	۵۵/۵
	شادی شناختی	۱۳/۶	۲۶/۱	۶۰/۱
	شادی اجتماعی	۳/۶	۲۰/۲	۷۶
-	شاخص کل شادی ۱۴	۴/۵	۳۶	۵۹/۵
				۶۲/۵

بر اساس دسته‌بندی فوق، می‌توان گفت ۴/۵ درصد از پاسخ‌گویان دارای میزان شادی کم، ۳۶ درصد در حد متوسط و بیشتر پاسخ‌گویان یعنی نزدیک به ۶۰ درصدشان در گروه افراد دارای شادی زیاد جای گرفته‌اند. میانگین



نزدیک به ۱۴ از ۲۰ نشان‌دهنده اندکی بالاتر از متوسط بودن میزان شادی پاسخ‌گویان بوده است.

### تحلیل روند شادی بر اساس پیمایش‌های ملی

اگرچه هر یک از پیمایش‌هایی که تا به اینجا مورد بررسی قرار گرفتند، شاخص‌های کمابیش متفاوت و جامعه آماری مختلفی داشته‌اند، سعی می‌شود با ترکیب و استانداردسازی نتایج آن‌ها، بتوان به تصویری از روند تغییرات طی تقریباً سه دهه‌ای دست یافت که این پیمایش‌ها انجام شده‌اند. در اینجا به سه صورت اقدام شده است:

- ارائه روند میانگین رضایت شهروندان (به‌عنوان همبسته شادی) بر اساس پیمایش‌های انجام‌شده؛
  - ارائه روند میانگین شادی و نشاط شهروندان بر اساس پیمایش‌هایی که به‌صورت مستقیم گویه‌ای در این باره داشتند؛ و
  - ترکیب محتاطانه نمره‌های رضایت و شادی در یک طیف.
- یک) روند میانگین رضایت شهروندان بر اساس پیمایش‌هایی که صرفاً رضایت را سنجیده‌اند

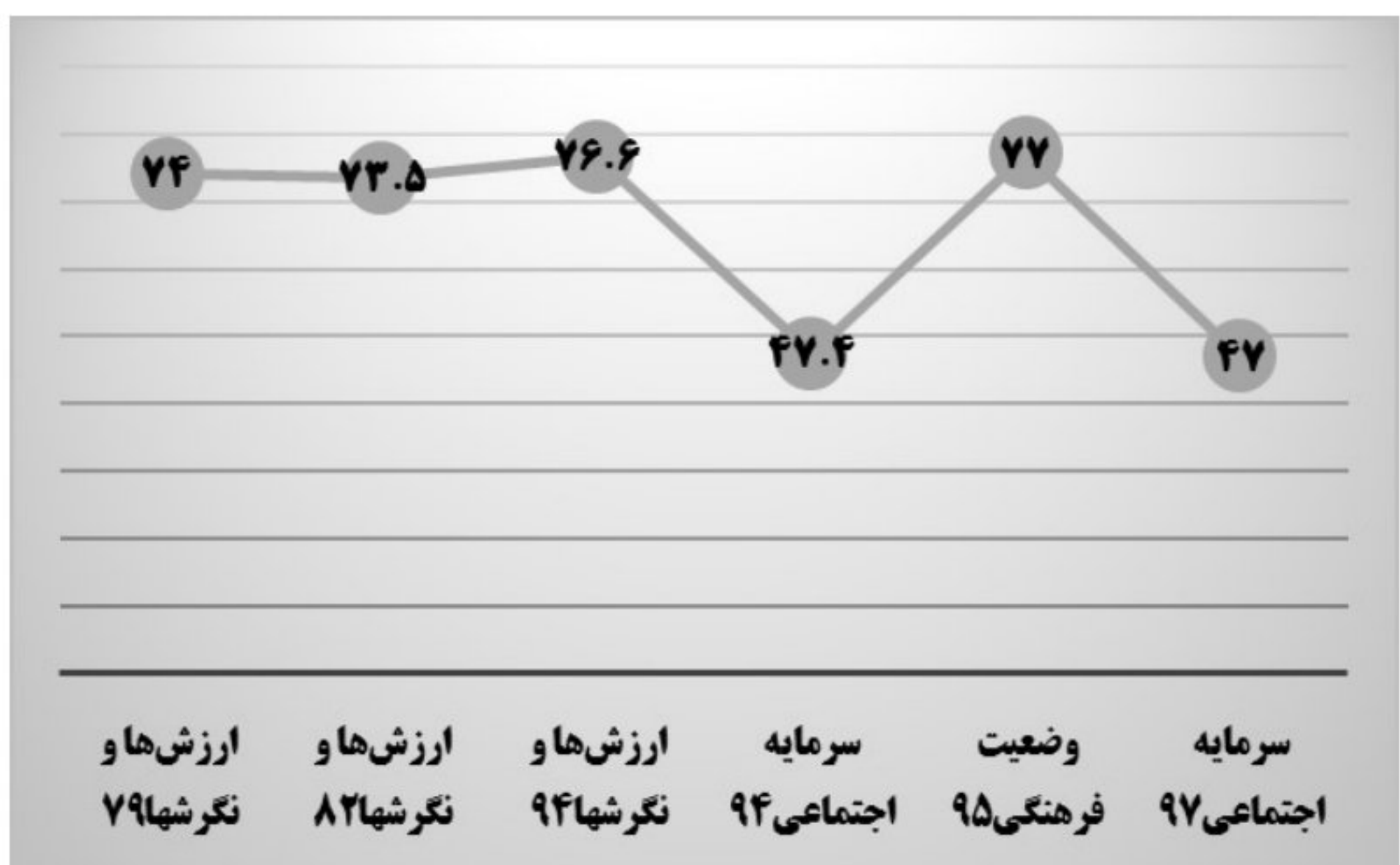
جدول ۱۶: نمره رضایت شهروندان بر اساس پیمایش‌های موجود (بر مبنای تراز ۱۰۰)

پیمایش	ارزش‌ها و نگرش‌ها ۱۳۷۹	ارزش‌ها و نگرش‌ها ۱۳۸۲	ارزش‌ها و نگرش‌ها ۱۳۹۴	سرمایه اجتماعی ۱۳۹۴	وضعیت فرهنگی ۱۳۹۵	سرمایه اجتماعی ۱۳۹۷
میانگین رضایت	۷۴	۷۳/۵	۷۶/۶	۴۷/۴	۷۷	۴۷

جدول ۱۶ بر اساس میانگین فراوانی پاسخ‌گویان در گویه‌های رضایت محاسبه شده که به‌صورت تصویری در نمودار ۷ نیز به نمایش درآمده است. بر این اساس، می‌توان گفت که باوجود افت‌وخیزهایی که مشاهده می‌شود،



روند کلی تاحدودی نزولی است. در این بین، یافته‌های پیمایش وضعیت فرهنگی در حدفاصل دو پیمایش سرمایه اجتماعی کمی اغراق‌آمیز به نظر می‌رسند.



نمودار ۷: روند تغییرات میزان رضایت در بین ایرانیان بر اساس پیمایش‌های ملی

دو) روند میانگین شادی و نشاط شهروندان بر اساس پیمایش‌هایی که به‌طور مستقیم شادی را سنجیده‌اند

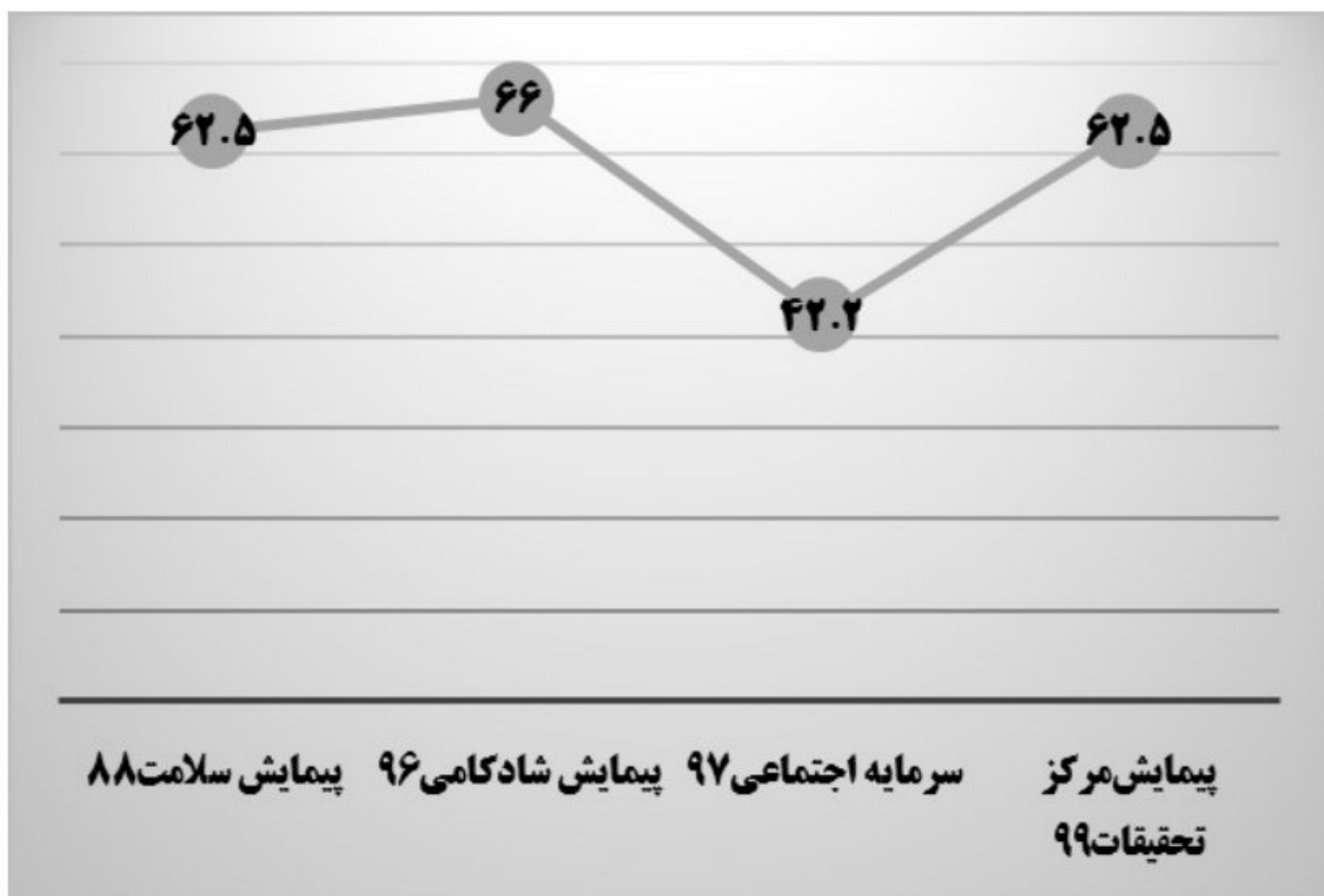
در جدول ۱۷ بر اساس چهار پیمایشی که به‌صورت مستقیم درباره شادی و نشاط پرسیده‌اند، میانگین میزان شادی بالا/زیاد محاسبه و گزارش شده است.

جدول ۱۷: نمره شادی شهروندان بر اساس پیمایش‌های موجود (بر مبنای تراز ۱۰۰)

پیمایش	پیمایش سلامت ۱۳۸۸	پیمایش شادکامی ۱۳۹۶	سرمایه اجتماعی ۱۳۹۷	پیمایش مرکز تحقیقات ۱۳۹۹
میانگین شادی	۶۲/۵	۶۶	۴۲/۲	۶۲/۵



طبق یافته‌های جدول فوق و نمودار ۸، وضعیت شادی تا سال ۱۳۹۷ با شیب تندی کاهشی بوده است؛ اما بر اساس نتایج پیمایش مرکز تحقیقات صداوسیما، میزان شادی شهروندان به یک‌باره افزایش درخور توجهی را نشان می‌دهد که به نظر می‌رسد با تجربه زیسته و شرایط اجتماعی و اقتصادی جامعه همخوان نیست. به علاوه اینکه مقدار شادی پایین‌تر از متوسط است که خود نکته‌ای تأمل برانگیز به شمار می‌رود.



نمودار ۸: روند تغییرات میزان شادی بین ایرانیان بر اساس پیمایش‌های ملی

سه) ترکیب محتاطانه نمره‌های رضایت و شادی در پیمایش‌های موجود محاسبه میانگین رضایت بالا یا شادی بالا در پیمایش‌های موجود و ترکیب زمانی آن‌ها در جدول ۱۸ آمده است.



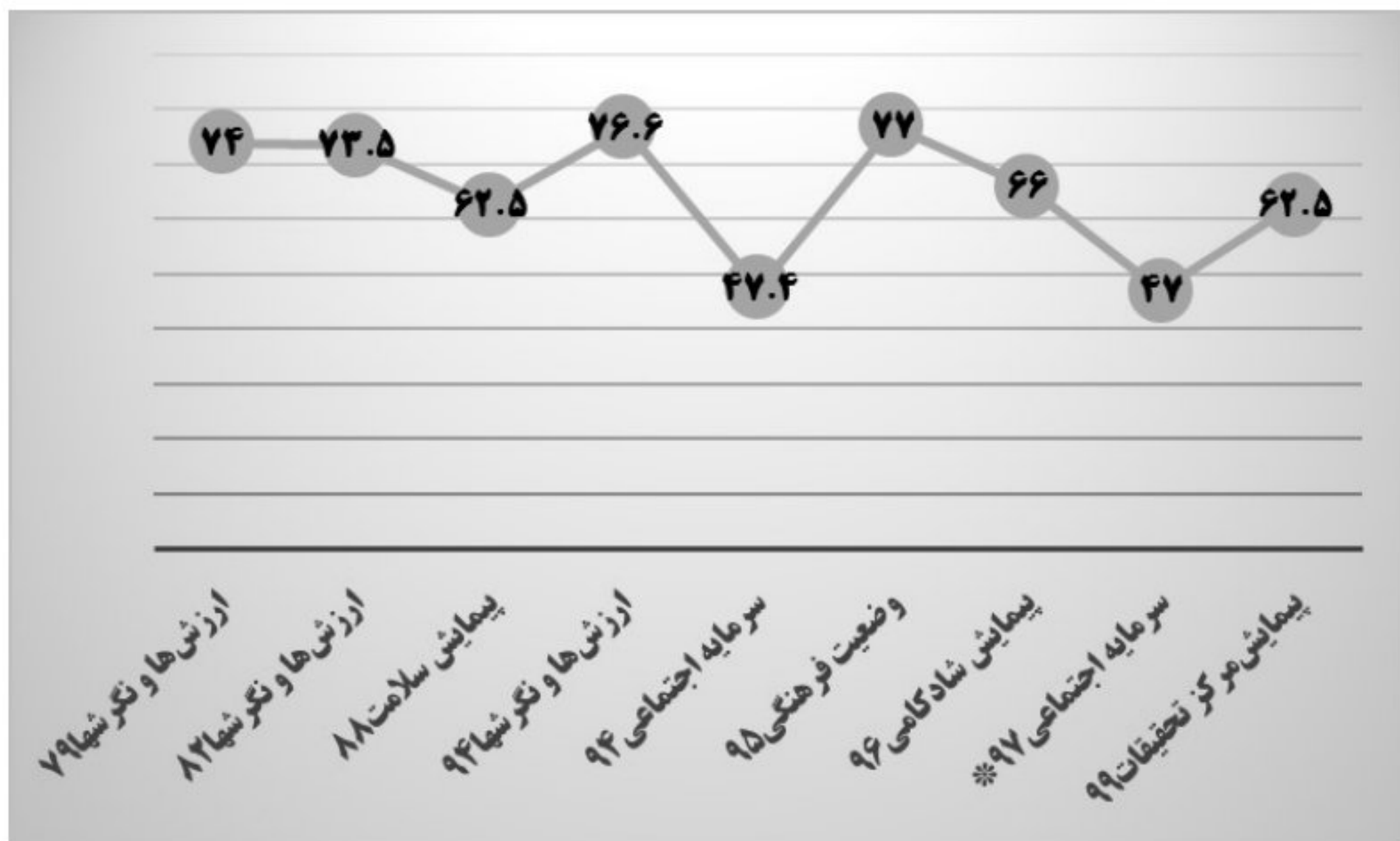
جدول ۱۸: نمره شادی یا رضایت (به عنوان متغیر همبسته شادمانی) بر اساس پیمایش های موجود (بر مبنای تراز ۱۰۰)

پیمایش	ارزش ها و نگرش ها ۱۳۷۹	ارزش ها و نگرش ها ۱۳۸۲	پیمایش سلامت ۱۳۸۸	ارزش ها و نگرش ها ۱۳۹۴	سرمایه اجتماعی ۱۳۹۴	وضعیت فرهنگی ۱۳۹۵	پیمایش شادکامی ۱۳۹۶	سرمایه اجتماعی ۱۳۹۷*	پیمایش مرکز تحقیقات ۱۳۹۹
میانگین	۷۴	۷۳/۵	۶۲/۵	۷۶/۶	۴۷/۴	۷۷	۶۶	۴۷	۶۲/۵

\* میانگین دو شاخص رضایت و شادی محاسبه شده است.

بر اساس محاسبات انجام شده، می توان یک سیر تاریخی از وضعیت شادکامی در ایران بنیان نهاد. البته باید توجه داشت گویه های این پیمایش ها همگی درباره شادی نبوده اند و همچنین، تفاوت در ابزار سنجش ممکن است به نتایج متفاوتی منجر شده باشد؛ و از این رو، باید جوانب احتیاط در تفسیر روند شادی در ایران در سه دهه اخیر رعایت شود. با این حال، چندان که از داده ها برمی آید، روند شادی در ایران دارای فراز و فرود بوده؛ اگرچه همواره در حد متوسط ارزیابی شده است. در نمودار ۶، روند تغییرات میانگین رضایت که آن را به عنوان همبسته شادمانی قرار دادیم، آمده است که به شکل گویاتری کم و کیف تغییرات را نمایش می دهد.





نمودار ۹: روند تغییرات میزان شادی (یا همبسته آن یعنی رضایت) در بین ایرانیان بر اساس پیمایش های ملی

وضعیت شادی ایرانیان اگرچه همواره افت و خیزهایی داشته، به نظر می رسد طی سال های منتهی به ۱۳۹۷ با کاهش درخور توجهی مواجه شده است. این امر وقتی درخور توجه تر می شود که در یک ارزیابی از مختصات اجرایی پیمایش های موجود، در نظر بگیریم که پیمایش سنجش سرمایه اجتماعی کشور به لحاظ زمانی تازه تر بوده و با حجم نمونه زیاد و دقت ویژه انجام شده است. از این رو، به نظر می رسد نتایج این پیمایش توصیف گویاتری از وضعیت موجود در کشور باشند و نسبت به نتایج پیمایش مرکز تحقیقات یا پیمایش شادکامی (که فقط در بین زنان و مردان متأهل و با حجم نمونه کمتری انجام شده) قابل اعتمادتر هستند.

## جمع بندی و نتیجه گیری

با وجود اهمیت بالای شادی و پیامدهای گسترده آن در ابعاد فردی و اجتماعی، در پیمایش های ملی این مفهوم آن چنان که باید مورد توجه قرار نگرفته است. معدود پیمایش های در دسترس نیز به دو دلیل مهم چندان قابل اعتماد



نیستند؛ نخست اینکه آن‌ها به صورت مستقیم درباره شادی نپرسیده‌اند و دوم آنکه سنجه و شاخص‌های آن‌ها در هر پیمایش متفاوت‌اند و از این رو، مقایسه داده‌ها و یافتن روند دقیق تغییرات مقدور نیست. یافتن روند و تحلیل و سیاست‌گذاری بر اساس روندها مهم‌ترین بخش هر اقدامی است؛ که این خود نیازمند انجام دادن پیمایش‌هایی مشخص در سنجش وضعیت شادی است و نه پیمایش‌هایی همچون تحقیقات موجود که مثلاً درباره رضایت هستند. ممکن است شکافی بین رضایت و شادی وجود داشته باشد. به علاوه، همان‌طور که ملاحظه شد، نتایج رضایت در بُعد زندگی شخصی با رضایت از وضعیت اقتصادی بسیار متفاوت است؛ که این خود بیانگر چندبُعدی بودن مفهوم شادی است و در ارزیابی شادمانی و سنجش آن باید به این مسئله توجه کرد.

بر اساس محاسبات و تحلیلی که از روند شادی ایرانیان بر اساس داده‌های جهانی و ملی انجام شد، به نظر می‌رسد وضعیت دوگانه‌ای در این حوزه وجود دارد؛ به طوری که بر اساس داده‌های جهانی، میزان شادی شهروندان در حد پایین است و کشور ما در زمره ناشادترین کشورها قرار گرفته، در حالی که در پیمایش‌های داخلی (به جز پیمایش سرمایه اجتماعی سال ۱۳۹۷) میزان شادی شهروندان در سطح متوسط به بالا ارزیابی شده است. البته در دو پیمایش هم میزان رضایت شهروندان چندان تعریفی نبود. این دوگانگی را شاید بتوان به دلیل متفاوت بودن سنجه‌های پیمایش که مبنای ارزیابی نگارنده قرار گرفت، توجیه کرد؛ زیرا به هر حال، میزان رضایت و میزان شادی دو مفهوم کاملاً منطبق بر هم و دارای همبستگی یک نیستند؛ اما به هر حال این امر به ضرورت تحقیقات مستقل درباره شادی و ابعاد آن اشاره دارد.

اگر مبنای ارزیابی‌ها داده‌های جهانی باشد، به نظر می‌رسد با وجود مشکلات اقتصادی متعددی که در کشور وجود دارد و به افزایش نرخ بیکاری، تورم و غیره شده است، در سال‌های اخیر میزان شادی شهروندان تغییر درخور



توجهی نکرده است. البته باید توجه کرد، همین که در سال‌های اخیر تغییر محسوسی در میزان شادی حاصل نشده و بر اساس داده‌ها میزان آن تقریباً ثابت مانده، این خود امری نامطلوب است؛ زیرا انتظار می‌رود هر ساله نسبت به قبل میزان شادی و شادکامی شهروندان افزایش یابد. اما اگر مبنای ارزیابی از وضعیت شادی در ایران را پیمایش‌های ملی قرار دهیم، به صورت کلی می‌توان گفت میزان شادی در حد متوسط و یا اندکی کمتر از متوسط است. البته لازم به ذکر است که پس از آخرین پیمایش انجام شده (یعنی ۱۳۹۸) کشورمان تغییراتی اساسی را به‌ویژه در بخش اقتصادی تجربه کرده است که تورم شدید و بیکاری ناشی از شیوع کروناویروس از جمله آن‌هاست. از این رو، بسیار محتمل است که سطح رفاه بخش عمده‌ای از شهروندان کاهش یافته و به تبع شادمانی و احساس خوشبختی‌شان نیز افت کرده باشد. گرچه ممکن است گفته شود شاخص‌های رفاه عینی با شادی ارتباط ضعیفی دارند، می‌توان استدلال کرد که این امر برای زمانی است که حداقل‌های معیشت برآورده شوند و فرد غم نان شب نداشته باشد؛ اما پس از گذر از این مرحله، چه بسا با افزایش رفاه به ناچار میزان شادی افزایش نیابد. هرچند، می‌توان از این زاویه هم به وضعیت شادی در بین ایرانیان با وجود مشکلات اقتصادی نیز نگرست که «شادی» در میان ایرانیان ناشی از این است که شهروندان ایرانی اغلب از شبکه روابط گسترده‌ای برخوردارند که این شبکه روابط، با افزایش دامنه حمایت‌های اجتماعی، به نوعی به بهزیستی و شادکامی شهروندان منجر می‌شود. به عبارتی، گرایش‌ها و تمایلات ایرانیان نسبت به اجتماع اغلب در قالب علاقه‌مندی به هموعان خویش و تأثیرگذاری مثبت بر آن‌ها بوده است. عضویت و روابط اجتماعی افراد دربرگیرنده مشارکت در گروه‌های داوطلبانه و شبکه‌های غیررسمی خویشاوندان و آشنایان است؛ و درگیری افراد در این روابط، حاوی مبادلاتی است که طی آن افراد می‌توانند روابط و حمایت‌های موردنیاز را به دست آورند. امکانات عاطفی ازجمله منابعی هستند که افراد در این روابط اجتماعی مبادله می‌کنند؛ و احساس شادی و نشاط یکی از این



حالات عاطفی است (نبوی و همکاران، ۱۳۹۴: ۶).

در تصور غالب روزمره، انسان برای شادی و زندگی همراه با لذت آمده است. بنابراین در هر زمان امر مطلوب و فایده‌مند همیشه با میزانی از شادی و رضایت درونی همراه است. در این اندیشه، مجموعه‌ای از لذت‌ها، اعم از مادی و معنوی، به حساب شادی گذاشته شده‌اند؛ بی‌آنکه تقدم یا تأخر یا اولویت‌بندی آن‌ها مدنظر باشد. برخی محققان بر این باورند: «این مجموعه لذات مادی و معنوی مانند لذت حسی، لذت ثروت، لذت شهرت، لذت قدرت، لذت حافظه، لذت قدرت تصور و خیال، لذت رفاقت، لذت تقوا و پرهیزگاری، لذت خیرخواهی، لذت شرارت و بدی» است (عنبری، ۱۳۹۱). گروه زیادی زندگی را ساحلی دلپسند، زیبا و جذاب می‌پندارند که باید در آن نوشید و پوشید و شادمان بود. آن‌ها خوشبختی را به جلوه‌هایی مانند جمال و دارایی، قدرت و توانایی، رفاه و تن‌آسایی و فراغت و سرگرمی فرومی‌کاهند. حتی علوم مدرن نیز که در حوزه مادیات و تمتعات زندگی انسانی به اکتشافات و دستاوردهایی رسیده‌اند، نشاط و احساس خوشبختی را همسوی با این تصور رایج تعریف می‌کنند. بر این اساس، تا زمانی که جامعه ایران مواجهه خود را با مؤلفه‌های فوق شفاف، موزون و معقول نکند، مدیریت شادی در کشور نیز مبهم و نامؤثر باقی خواهد ماند. بدین منظور، نخست باید در شادی‌های عمومی و ملی به حکمرانی نشاط یعنی حضور سنجیده و منظم نهادهای دولتی و انتظامی به منظور خدمات‌رسانی بهتر و تأمین بهتر امنیت اقدام کرد. منظور از حکمرانی این است که با نوعی مدیریت مشارکتی مردم و دولت، جشن‌های محلی، ملی، سنتی و مذهبی و آیینی برگزار شوند. در سطح دوم، نوعی نشاط‌های گروهی و محلی است که در میان اقشار، طایفه‌ها یا گروه‌های خاص هستند. مادامی که این گونه‌گردهمایی‌های مفرح برای اجرا و احترام به رسوم و سنت‌های هنجار و عرفی هستند، دخالت دولت توصیه نمی‌شود. مثال آن مراسم عروسی و شادی‌های خانوادگی است. در این سطح مهم‌ترین وظیفه دولت تأمین فرصت و امنیت فضای شکل‌گیری شادی‌های ملی و سنتی مردمی است. بی‌تردید امنیت دادن به این شادی‌ها باید به صورت نامحسوس و از طریق



سامان‌دهی گروه‌ها انجام شود. در سطح سوم، به شادی‌های شخصی و فردی می‌رسیم که باید معیار حضور و مداخله در آن‌ها قوانین رسمی باشند. مادامی که این گونه شادی‌ها به فرهنگ دینی و زندگی دیگر شهروندان آسیب نمی‌رسانند، دخالت کنترلی و مستقیم در آن‌ها نادرست، پرهزینه، کم‌نتیجه و یأس‌آور است. دخالت غیرمستقیم و با واسطه در اینجا پیشنهاد می‌شود. در عین حال، معمولاً برخورد‌های شخصی و سلیقه‌ای در این گونه موارد فراوان هستند که باید به حداقل ممکن برسند.

به‌طور کلی، در کشور به دلیل تأکید زیاد بر منابع مادی، فیزیکی و فنی، از اهمیت منابع اجتماعی نمادین و فرهنگی نظیر اعتماد عمومی و نشاط اجتماعی بحث جدی به میان نیامده است. به همین دلیل، در کشور پروژه و برنامه کلانی نیز تحت عنوان «نشاط اجتماعی» تعریف نشده و تا آنجا که اطلاعات موجود اجازه می‌دهند، در راه شاخص‌سازی آن گامی مؤثر و ملی برداشته نشده است. باید در نظر داشت که تعریف شرایط مناسب نشاط اجتماعی باید بر اساس واقعیت‌ها صورت گیرد؛ نه تصورات مبهمی که آلوده به خواست صرف برنامه‌ریزان باشند. افزایش نشاط به تحول در تمامی عرصه‌های زندگی مردم نیاز دارد. نشاط موضوعی در خلاء و به دور از رفاه و خوب زیستن نیست. واقعیت جافتاده این است که نشاط و حس امیدواری به آینده با احساس رفاه و امنیت‌خاطر همراه است. باید شرایطی فراهم کرد که مردم در هر نقطه‌ای از ایران خودشان تعریف کنند که نشاط و گونه‌های مناسب از دید آنان چیست و چگونه می‌توان با مشارکت آنان، شرایط بهتری برای نشاط فردی و جمعی فراهم آورد. نکته مهم دیگر این است که در شرایط فعلی جهانی شدن، احساس امنیت، نشاط اجتماعی و رضایت از زندگی در ایران در گرو داشتن برنامه‌های خردمندانه، سنجیده و کم‌مخاطره در ارتباط با نظام جهانی است. بخش مهمی از احساس شادکامی را مقوله امنیت و تعامل سازنده با کشورهای دیگر دنیا تبیین می‌کند. حس امنیت و شادکامی و رضایتمندی در ایران بهبود نخواهد یافت، اگر مردم نگران باشند که روابط با جهان بر اساس مصالح ملی تنظیم نمی‌شوند و پیش‌بینی‌پذیر نیست که این



روابط به کدام سمت و سو در حرکت است. بهتر است ارزیابی کنیم که چقدر بر اساس شعار معروف «عزت، حکمت و مصلحت» به منافع و دغدغه‌های مردمی پاسخ‌گو بوده‌ایم.

در نهایت اینکه سیاست‌گذاری علمی و مدون‌سازی اولویت‌های علمی در حوزه شادی و نشاط اجتماعی از اهمیت زیادی برخوردار است. به‌منظور پیشبرد هرگونه رفتار اجتماعی مطلوب و مثبت، نخست باید عناصر و موضوع‌های مرتبط به آن شناسایی، تبیین و تفهیم شوند. بدین منظور باید گروهی از مطالعات نظری و تحقیقات تجربی درباره مسئله موردنظر طراحی و اجرا شوند. از این حیث، ارتقا و بهبود وضعیت شادی در سطح جامعه نیز مدیون عملکردهای علمی و پژوهشی و اولویت یافتن تحقیق در این حوزه است؛ به‌طوری‌که در سطح کلان، باید پروژه‌های متعددی به‌منظور تعریف ابعاد، تدوین مؤلفه‌ها و ابعاد، نظریه‌پردازی درباره شرایط ایجاد شادی و مدل‌سازی و شاخص‌سازی در راستای نشاط و شاد زیستی تعریف و اجرا شوند. به عبارت دیگر، باید مقوله نشاط را بر مبنای ظرفیت‌های داخلی و خواست‌های مردمی و نیز تجارت مطلوب جهانی، به‌شکل جامعه و در راستای فرهنگ ایرانی و اسلامی و شواهد و قرائن موجود در جامعه مفهوم‌سازی و شاخص‌های معتبری در این حوزه تدوین کرد. در عین حال، باید سازوکارهای اجرایی معتبری در جهت سنجش وضع موجود شاد زیستی در جامعه طراحی کرد و از نتایج آن در برنامه‌ریزی‌ها و سیاست‌گذاری‌های محلی و ملی بهره برد.

در سطح مناطق قومی و محلی، سازمان‌های محلی و به‌ویژه شوراهای شهر و محله می‌توانند به‌عنوان متولی فهم شرایط موجود، طراحی و اجرای سیاست‌های شاد زیستی شهروندان را به عهده گیرند و برنامه‌های راهبردی خویش را در راستای شاخص‌های بهزیستی نشاط اجتماعی تعریف کنند. تشکیل بانک داده‌های نشاط و شاد زیستی شهروندی، شاخص‌سازی و طراحی مقیاس‌های بومی نشاط و اجتناب از تقلیل ایران‌پژوهی به تهران‌پژوهی در



تحقیقات مرتبط با شادی و نشاط از دیگر پیشنهاد‌های اجرایی و راهبردی مرتبط با ارتقای نشاط در ایران است. محلی‌گرایی در برنامه‌های نشاط (و اختصاص حوزه‌ای به طراحی و سازمان‌دهی و برگزاری شادی‌های محلی در برنامه‌های توسعه محلی و منطقه‌ای کشور)، تشکیل اجتماعات هویت‌بخش (تأکید بر شادی‌های جمعی سنتی و شادی‌های محله‌ای، ملی و مذهبی) و تمرکز بر نشاط حقیقی و آموزه‌های دینی شادی نیز از دیگر راهبردهای ارتقای پایدار شادی و نشاط اجتماعی است.

به‌عنوان نکته پایانی، بر ضرورت شروع تحقیقات پانل (طولی) در خصوص مفاهیم مهم و اثرگذار همچون شادی، اعتماد اجتماعی، رضایت و غیره تأکید می‌شود تا ضمن سنجش وضعیت فعلی، بتوان در سال‌های آینده میزان تغییرات و روند آن‌ها را شناسایی کرد و سیاست‌گذاری‌های مربوط را پی‌گرفت و این‌چنین در شناسایی وضعیت و روندهای آن سرگردان نماند.



## منابع

۱. اقلیما، مصطفی و اعظم ابراهیم نجف‌آبادی (۱۳۹۰)، «بررسی تأثیر میزان سرمایه فرهنگی در میزان احساس شادی زنان جوان (۱۵ - ۲۴ ساله) در شهر اصفهان»، جامعه‌پژوهی فرهنگی، پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی، سال ۲، شماره ۱، ص ۱-۲۴.
۲. اکبرزاده، فاطمه؛ حمید دهقانی، غلامرضا خوشفر و حیدر جانعلی‌زاده چوب بستی (۱۳۹۲)، «بررسی تأثیر سه نوع سرمایه اقتصادی، فرهنگی و اجتماعی بر شادی جوانان»، جامعه‌شناسی کاربردی، دوره ۲۴، شماره ۱، ص ۶۷-۸۸.
۳. امیرمظاهری، امیرمسعود و منا فخاریان (۱۳۹۵)، «نقش سرمایه اجتماعی در شادی جوانان» (مورد مطالعه دانشجویان دانشکده روان‌شناسی و علوم اجتماعی تهران مرکز)، مطالعات جامعه‌شناسی، سال ۹، دوره ۳۳، ص ۷-۲۴.
۴. اینگلهارت، رونالد (۱۳۷۳)، تحول فرهنگی در جامعه پیشرفته صنعتی، ترجمه مریم وتر، تهران: انتشارات کویر.
۵. آرگایل، مایکل (۱۳۸۳، ۱۳۸۶)، روان‌شناسی شادی، ترجمه فاطمه بهرامی و همکاران، اصفهان: انتشارات جهاد دانشگاهی.
۶. آقابابایی، ناصر (۱۳۹۴)، نقش واسطه‌ای هدف در زندگی در رابطه جهت‌گیری دینی با شادی و رضایت از زندگی، نشریه اسلام و پژوهش‌های روان‌شناختی، دوره ۱، شماره ۲ (پیاپی ۲)، ص ۷۷-۹۲.
۷. آیزنک، مایکل (۱۳۷۵، ۱۳۸۷)، روان‌شناسی شادی، ترجمه مهرداد فیروزبخت و خشایار بیگی، تهران: بدر.
۸. باختین، میخائیل (۱۳۸۰)، سودای مکالمه، خنده، آزادی، ترجمه محمدجعفر پوینده، تهران: نشر چشمه.
۹. باقری خلیلی، علی‌اکبر (۱۳۸۶)، «شادی در فرهنگ و ادب ایرانی»، فصلنامه مطالعات ملی، دوره ۳۰، شماره ۲، ص ۵۳-۸۱.
۱۰. بختیار نصرآبادی، حسنعلی و اعظم پهلوان صادق (۱۳۹۱)، «تأثیر سطح تحصیلات آموزش برنامه شادی فوردایس بر افزایش نشاط»، مطالعات روان‌شناسی تربیتی، دوره ۹، شماره ۱۵.



۱۱. برزینکا، ولفگانگ (۱۳۷۱)، نقش تعلیم و تربیت در جهان امروز، ترجمه مهرآفاق بایبوردی، تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
۱۲. پاکروان، مولود (۱۳۹۴)، «ارزش اقتصادی شادی»، تجارت فردا، شناسه خبر ۹۳۷۳ (۱۳۹۴/۰۷/۰۴)
۱۳. تاسیگ، مارک؛ جانیت میکلوو سری سوبدی (۱۳۸۶)، جامعه‌شناسی بیماری روانی، ترجمه احمد عبدالهی، تهران: سازمان مطالعه و تدوین کتب علوم انسانی دانشگاه‌ها (سمت).
۱۴. چلبی، مسعود (۱۳۸۳)، چارچوب مفهومی پیمایش ارزش‌های ایرانیان، تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.
۱۵. چلبی، مسعود و سید محسن موسوی (۱۳۸۸)، «بررسی جامعه‌شناختی عوامل مؤثر بر شادمانی در سطوح خرد و کلان»، مجله جامعه‌شناسی ایران، دوره ۹، شماره ۱ و ۲، ص ۳۴-۵۷.
۱۶. حسینی، سیده مریم؛ آذرمیدخت رضایی و زهره کیخسروی بیگزاده (۱۳۹۰)، «مقایسه حمایت اجتماعی و رضایت از زندگی و افسردگی و شادکامی در سالمندان زن و مرد»، نشریه زن و جامعه (جامعه‌شناسی زنان)، دوره ۲، شماره ۴ (مسلسل ۸)، ص ۱۴۳-۱۶۱.
۱۷. خوشفر، غلامرضا؛ حیدر جانعلی‌زاده چوب بستی، فاطمه اکبرزاده، فاطمه و حمیده دهقانی (۱۳۹۴)، «سرمایه فرهنگی و شادی جوانان»، فصلنامه انجمن ایرانی مطالعات فرهنگی و ارتباطات، دوره ۱۱، شماره ۳۸، ص ۸۹-۱۲۰.
۱۸. ربانی خوراسگانی، رسول؛ علی ربانی، محمدرضا عابدی و محمد گنجی (۱۳۸۶)، «فرهنگ و شادی: رویکردی نظری و تجربی در زندگی روزمره سرپرستان خانوار در شهر اصفهان»، مطالعات فرهنگی و ارتباطات، دوره ۳، شماره ۸، ص ۴۱-۷۸.
۱۹. شریف‌زاده، حکیمه‌السادات؛ سید احمد میرمحمدتبار و صمد عدلی‌پور (۱۳۹۶)، «بررسی عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی در ایران (فراتحلیلی از تحقیقات موجود)»، راهبرد فرهنگ، شماره چهارم، ص ۱۵۹-۱۸۰.
۲۰. شعاری‌نژاد، علی‌اکبر (۱۳۷۸)، روان‌شناسی رشد ۲، تهران: انتشارات دانشگاه پیام نور.



۲۱. طاهریان، حسین؛ داوود فیض و زهرا حیدرخانی (۱۳۹۳)، «عوامل مدیریتی و سازمانی مؤثر بر شادی و نشاط در دانشگاه‌ها و تأثیر آن‌ها بر تولید علم»، فصلنامه پژوهش و برنامه‌ریزی در آموزش عالی، شماره ۷۲، ص ۹۹-۱۱۶.
۲۲. عمید، حسن (۱۳۹۳)، فرهنگ فارسی عمید، تهران: مؤسسه انتشارات امیرکبیر.
۲۳. فرجی، طوبی و طلحه خادیمان (۱۳۹۲)، «بررسی نقش رضایت از زندگی بر میزان نشاط اجتماعی»، نشریه جامعه‌شناسی مطالعات جوانان، دوره ۴، شماره ۱۰، ص ۸۷-۱۰۲.
۲۴. قلاوندی، حسن؛ پیمان یارمحمدزاده؛ حسنعلی بختیار نصرآبادی، وحید سلطانزاده و یوسف پاشازاده (۱۳۹۰)، «بررسی رابطه نشاط، سلامت روان و رضایت از خانواده در شرکت شیرگاز آذران اصفهان»، نشریه فرایند مدیریت توسعه، دوره ۲۴، شماره ۷۷، ص ۱۰۹-۱۲۸.
۲۵. کارگر، سعید؛ محمدتقی ایمان و محمدتقی عباسی شوازی (۱۳۹۷)، «رابطه سبک زندگی فراغتی و دینی با شادمانی اجتماعی» (مورد مطالعه: دانش‌آموزان دبیرستانی شهر جهرم)، راهبرد فرهنگ، شماره ۴۴، ص ۱۷۰-۲۱۱.
۲۶. کرمانی مامازندی، زهرا؛ افضل اکبری بلوطبندگان و محمدعلی محمدی‌فر (۱۳۹۸)، «آزمون مدلی برای تبیین شادکامی بر اساس سازگاری زناشویی و رضایت از زندگی: نقش واسطه‌ای بخشش»، نشریه روان‌شناسی خانواده، دوره ۶، شماره ۲، ص ۲۹-۴۲.
۲۷. کرمی، جهانگیر؛ امیر سنجابی و پروانه کریمی (۱۳۹۵)، «پیش‌بینی رضایت از زندگی بر اساس تاب‌آوری و شادکامی در سالمندان»، نشریه روان‌شناسی پیری، دوره ۲، شماره ۴، ص ۲۲۹-۲۳۶.
۲۸. گنجی، محمد (۱۳۸۷)، تحلیل عوامل جامعه‌شناختی مؤثر بر میزان احساس شادی سرپرستان خانوار در شهر اصفهان، رساله دکتری جامعه‌شناسی، دانشکده ادبیات و علوم انسانی دانشگاه اصفهان.
۲۹. محمدی‌راد، منصور (۱۳۹۱)، بررسی عوامل اقتصادی اجتماعی مؤثر بر شادی و ارتباط آن با بهره‌وری نیروی کار، پایان‌نامه کارشناسی ارشد علوم اقتصادی، دانشگاه رازی کرمانشاه.
۳۰. مظفر، حسین (۱۳۷۹)، «اثر نشاط روحی بر شکوفایی فرد»، تربیت، شماره ۷.



۳۱. مقدسی، علی اصغر وشفیعه قدرتی (۱۳۹۰)، «بررسی نقادانه نظریه‌های جامعه‌شناسی عواطف، جان‌اتان ترنر، تئودور کمپر و ادوارد لاولر»، جامعه‌شناسی کاربردی، شماره ۲۴، ص ۱۴۳-۱۶۶.
۳۲. موسوی، سید محسن (۱۳۹۲)، شادمانی، رویکردهای نظری و یافته‌های تجربی، تهران: انتشارات سینا.
۳۳. نبوی، عبدالحسین؛ کریم رضادوست و نجمه صالحی (۱۳۹۴)، «بررسی تأثیر عوامل اجتماعی و روانی بر احساس نشاط» (مورد مطالعه: دانش‌آموزان ۱۶-۱۸ ساله شهر اهوان)، جامعه‌شناسی کاربردی، دوره ۲۶، شماره ۳، ص ۱-۲۲.
۳۴. نجف‌آبادی، اعظم و عزت الله سام آرام (۱۳۹۰)، «بررسی میزان احساس شادی زنان جوان (۱۵-۲۴ ساله) شهر اصفهان با تأکید بر میزان برخورداری از حقوق شهروندی»، مطالعات جامعه‌شناسی، دوره ۳، شماره ۱۱، ص ۵۱-۶۸.
۳۵. هاشمی، سید ضیاء؛ محمد رضایی و سپیده اکبرپوران (۱۳۹۵)، «از شادی تا نشاط: شادی در ساختار معنایی نظام آموزشی»، فصلنامه تحقیقات فرهنگی ایران، دوره ۹، شماره ۳، ص ۱۸۳-۲۰۴.
36. Alavi, H. R. (2007). Correlatives of happiness in the university students of Iran (A religious approach). J. Relig Health, 46, 480-499.
- 37.
38. Brulde, B. (2006), happiness theories of the good life, Journal of Happiness Studies, no. 7.
39. Diener, E. (1984). Subjective well – being. Psychology Bulletin, 95, 542-575.
40. Diener, E.D. & LuRas, C. (2000). explanation differences in social levels of happiness, *Journal of Happiness Studies*, no. 1.
41. Francis, L. (2003), The Relationship Between Religion and Happiness Among German Students, *Pastoral Psychology*, vol. 51, no. 4.
42. Fredrickson, B. L. (2002). Happiness. (2008/02/15). <http://www.Greydohmac.com/pp/HappinessmyersHtm> 39 k.
43. Glatzer, W. (2000). happiness: classic theory in the light of current research”, *Journal of Happiness Studies*, no. 1.



44. Gundelach, P., Kreiner, S (2004). Happiness and life satisfaction in advanced European countries, *Cross- cultural Research*, 38 (4): 359-386.
45. Haller, H., Hadler, M. (2006). How social relationship and structures can produce happiness and unhappiness, *social indicators research*, 75.
46. Lu, L. (2001). Understanding happiness: a look into the chinese folk psychology, *Journal of happiness studies*, 2.
47. Minkov, M. (2009) "Predictors of Differences in Subjective Well-Being Across 97 Nations ". *Cross-Culthral Research*, no.2:152-179.
48. Ott, J. (2005). book reviews: neuroscience of happiness, *Journal of Happiness Studies*, no. 6.
49. Rotter, J.C. (1966). Happiness: Is It Real or Just an Illusion?, *The Family Journal*, 8 (4), 387-389
50. Rojas, M. (2005). A Conceptual-Referent Theory of Happiness: Heterogeneity and its Consequences. *Social Indicators Research*, (74) 2, 261.
51. Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
52. Sharifi, K.H., Souki, Z., Tagharobi, Z., & Akbari, H. (2011). Happiness and its associated factors in students of Kashan University of Medical Sciences, Academic Year 2006-2007. *Feiz Journal of Kashan University*, 14(1), 62-69.
53. Veenhoveen, R. (1995). The unity of happiness, *social indicator research*, No.20.
54. Veenhoven, R. (1997). Advances in understanding happiness. Published in French in *Reve Quebecoise de psychologie*. 18, pp. 29-74 .
55. World Database of Happiness. Eur. IN. Rank Report 2006
56. <https://worldhappiness.report/>
57. Zingerle, A. (2000). Simmel on Happiness, *Journal of Happiness Studies*, 1.