



The Relationship between Feelings of Happiness and Happiness on Academic Achievement of First Grade High School Students in Karaj

Shima Zabihi Far^{1*}, Morteza Mohammadzade², Arsalan Afsar³

1 Master student of educational psychology, Shahid Rajaei University

2 Master of Educational Management, Shahid Beheshti University of Tehran

3 BA in Educational Sciences, Farhangian University, Imam Khomeini Salmas, elementary school teacher

* **Corresponding author:** Master student of educational psychology, Shahid Rajaei University

Received: 2020-08-07

Accepted: 2020-08-07

Abstract

The aim of the present study was to investigate the relationship between happiness and academic achievement among male high school students in Karaj. The method of the present study is correlational. The statistical population of the study consists of all first grade high school students in Karaj, of which 340 people were selected by simple random sampling based on Morgan's proposed table. The selected samples answered the conditional self-efficacy tests of colleagues and the Oxford Happiness Questionnaire. Also, the grade point average of the first semester of the 99-98 academic year was considered as a measure of academic achievement. Data were analyzed using Pearson correlation test. Findings showed a significant relationship to the constructive role of happiness in academic achievement and with increasing the level of happiness and vitality among students, we will see their academic progress and more effort.

Keywords: academic achievement, Happiness, Students



رابطه احساس شادی و شادکامی بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهر کرج

شیمای ذبیحی فر^{۱*}، مرتضی محمدزاده^۲، ارسلان افسر^۳

^۱ دانشجوی ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه شهید رجایی

^۲ کارشناسی ارشد مدیریت آموزشی دانشگاه شهید بهشتی تهران

^۳ کارشناسی علوم تربیتی دانشگاه فرهنگیان امام خمینی سلماس آموزگار ابتدایی

* نویسنده مسئول: دانشجوی ارشد روانشناسی تربیتی دانشگاه شهید رجایی. ایمیل: Shima.zabihi@yahoo.com

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۹/۰۵/۱۷

تاریخ دریافت مقاله: ۱۳۹۹/۰۵/۱۷

چکیده

هدف پژوهش حاضر، بر روی رابطه بین شادی با پیشرفت تحصیلی در بین دانش آموزان پسر دانش آموزان مقطع متوسطه شهر کرج می باشد. روش مطالعه حاضر از نوع همبستگی می باشد. جامعه آماری پژوهش را کلیه دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهر کرج تشکیل می دهند، که از این تعداد ۳۴۰ نفر بر اساس جدول پیشنهادی مورگان به صورت نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب شدند. نمونه های انتخاب شده به آزمون های خودارزشمندی مشروط کراکرد همکاران و پرسشنامه شادکامی آکسفورد پاسخ دادند. همچنین معدل نیمسال اول سال تحصیلی ۹۸-۹۹ به عنوان معیار پیشرفت تحصیلی در نظر گرفته شد. داده ها با استفاده از آزمون آماری همبستگی پیرسون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. یافته به نقش سازنده شادی در پیشرفت تحصیلی ارتباط معناداری را نشان داد و با افزایش سطح شادی و نشاط در بین دانش آموزان شاهد پیشرفت تحصیلی و تلاش بیشتر آنان خواهیم بود.

واژگان کلیدی: پیشرفت تحصیلی، شادی، دانش آموزان.

تمامی حقوق نشر برای فصلنامه رویکردی نو در علوم تربیتی محفوظ است.

مقدمه

است. پیشرفت تحصیلی تقریباً در اکثر پژوهش های انجام شده در این زمینه در شکل کمی آن با معدل دروس فرد در مدرسه با دانشگاه با هر محیط آموزشی دیگر که فرد در آن تحصیل می کند سنجیده می شوند [۱].

احساس شادی پیامدهای مثبتی بر روی سبک زندگی و موفقیت تحصیلی دانش آموزان دارد و میل به انجام رفتارهایی که با موفقیت تحصیلی مرتبط هستند را افزایش م دهد. این توضیح ریشه در مطالعات بسیاری دارد که بیان کرده اند شادی به

تعلیم و تربیت انسانی گروه عظیمی است که هر چه بیشتر در آن سیر شود، مسائل و مشکلات آن مرتع گردیده و باعث رشد عمه جان انسانها و آسایش محیط اجتماعی می گردد. به عبارت دیگر تعلیم و توسیت فرایندی است که به رشد همه جاه نحشت انسانها مربوط در این فرایند پیشرفت تحصیلی از جایگاه مهمی برخوردار می باشد پیشرفت تحصیلی در طی حدود یک قرن گذشته یکی از مسایل مهم در روانشناسی و علوم وایسته بوده

۱- حمایت ۲- عشق خانوادگی ۳ رقابت ۴- ظاهر ۴- عشق به خدا ۵- صلاحیت و شایستگی تحصیلی ۶- تقوا و پاکدامنی ۷- تایید دیگران

به نظر می رسد خودارزشمندی مشروط به عنوان یک عامل بچیده و جن د بغانی، و سادکامی به عنوان یک بعد سلامت روان افراد. در افزایش میزان پیشرفت تحصیلی دال آموزان نقش موثری داشته باشد. با توجه به مطالب یاد شده در مطالعه حاضر فرض شد که، سادکامی و خودارزشمندی مشروط می توانند پیشرفت تحصیلی را پیش بینی کنند. و اگر یافته ها، این فرض ما را تایید کردند، برای پیشرفت تحصیلی دانش آموزان می توان در کنار مطالب درسی به متغیرهای دیگر و رشد سلامت دانش آموزان نیز توجه کرد.

بیان مسئله در تعلیم و تربیت، پیشرفت تحصیلی با معانی گوناگونی به کار رفته است. در یکی از این تعاریف پیشرفت تحصیلی به توانایی های آموخته شده یا اکتسابی فرد در موضوعات آموزشی اطلاق می شود که از طریق آزمون های فراگیری استاندارد شده یا آزمونهای معلم ساخته اندازه گیری می شود به طور کلی، این اصطلاح به معنای مقدار یادگیری آموزشی فرد است، به طوری که بتوان آنها را در دو مقوله کلی عوامل مربوط به ((تفاوت های فردی و عوامل مربوط به ((مدرسه و نظام آموزش و پرورش)) مورد مطالعه قرار داد [۴] از سوی دیگر عملکرد تحصیلی و با موفقیت افراد در امور تحصیلی و عوامل و شرایط، امکانات و مقتضیات آن از جمله موضوعات مورد علاقه و جالب توجه روانشناسان و صاحب نظران علوم تربیتی است. داشتن سلامت روانی و احساس سادکامی از جمله عوامل موثر بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان می باشد [۵]

نقش شادی و نشاط در زندگی افراد به حدی است که متفکر اجتماعی راسکین بر این نکته تاکید می ورزد که ثروتمندترین کشورها، کشوری است که بیشترین افراد شاداب را داشته باشد در گذشته روانشناسان به جای توجه بر هیجانات مثبت از جمله شادی و رضایت از زندگی بیشتر بر هیجانات منفی مثل اضطراب و افسردگی تمرکز می کردند. اگر چه امروزه محتوای تعدادی از کتابها و مقالات علمی، به جای شادی پر درد و رنج انسانی تاکید دارند، اما در چند دهه اخیر علاقه بسیاری از محققان و نویسندگان به سوی لذت، شادی و رضایت از زندگی معطوف است. ما این وجود، مطالعات مربوط به شادی هنوز در مراحل ابتدایی و اولیه است، اگرچه مسأله نظام بخشیدن به شاخص مربوط به شادی، می تواند خوش بینانه باشد، اما میتوان به تحقیقات کرده در باره این موضوع در میان مدت و بر بلندتهاست توجه کرد. در گذشته های دور مفهوم شادی، مترادف با سانس بود.

فعالیت های جذاب و تولید کننده منجر می شود شادی به عنوان یک عاطفه مثبت، می تواند روابط بین فردی را تسهیل و پیامدهای مثبت شناخت، سطح فعالیت اجتماعی و سلامتی داشته باشد [۲]. در طی سال های اخیر، بررسی تجربه سادکامی نیز توسط روانشناسان و جامعه شناسان افزایش یافته است و روانشناسان علاقه مند به حیطة روانشناسی مثبت نگر، توجه خود را بر منافع بالقوه احساس های مثبت، نظیر احساس سادکامی معطوف کرده اند [۳].

از دیدگاه روانشناسی دو نوع سادکامی وجود دارد، یک نوع سادکامی از رهگذر شرایط محسوس زندگی نظیر زناشویی، تحصیل، شغل و امکانات مالی و رفاهی حاصل می شود که سادکامی عیشی نامیده می شود نوع دیگر، متاثر از حالات درونی و ادراکات شخصی است که از آن به سادکامی ذهنی تعبیر می شود. سادکامی مولد انرژی، شور و نشاط، حرکت و پویایی است و همچون سپری می تواند آدمی را در برابر استرس ها و مشکلات محافظت نموده و سلامت جسمی و روانی او را نیز تضمین کند. احساس غم و افسردگی و نداشتن احساس سادکامی می تواند متاثر از، ارزشی باشد که فرد برای خود قائل است. در برخی از تحقیقات، مشکلات تحصیلی و اجتماعی ناشی از خودارزشمندی مشروط، ناپایدار و شکننده میشود. عزت نفس هم می تواند مشروط، و هم واقعی باشد. عزت نفس واقعی، به صورت طبیعی از خود مختاری، عمل موثر در زمینه های حمایتی و روابط موثر رشد می یابد. در حالی که خودارزشمندی مشروط به دلیل مشروط کردن عزت نفس خود به دلایل و شرایط گوناگون دچار مشکلاتی می شود. در سال ۲۰۰۱ کراکر^۱ با تاکید و جستجوی پایه های عزت نفس به یک مفهوم تازه در روانشناسی رسید و آن احساس خودارزشمندی مشروط در فرد بود. وی با اضافه کردن مشروط به خودارزشمندی، خودارزشمندی مشروط را مطرح کرد و برای آن هفت مولفه را در نظر گرفت. خودارزشمندی مشروط نیز به این علت مشروط نام گذاری شده است که برخی دوست داشتن ها و نداشتن ها، قضاوت در مورد میزان ارزش خود و ترجیح های مشروط به اما و اگرها و شرایط مختلف می دانند. کراکر و ولف^۲ اعتقاد دارند که ما از طریق بررسی منابع خاص اعتماد به نفس میتوانیم اعتماد به نفس و رفتارها را بهتر درک کنیم. خودارزشمندی مشروط بیان کن ند. حوزد ای است که که عزت نفس، به خاطر گذشته و ناتوانایی ها و نواقص تهدید می شود، در نتیجه ممکن است افراد، به احتمال زیاد تمایلات و واکنش های منفی در حوزء های ی از وقایع آینده الان دهند. کراکر و همکاران و هفت مولفه را برای مشروط شدن خود ارزش شمنادی مشخص کرده اند. این مولفه ها عبارتند از:

رابطه ای بین خود ارزشمندی مشروط و شادی با پیشرفت تحصیلی در ب دانش آموزان مقطع دوم متوسطه وجود دارد؟

اهمیت و ضرورت پژوهش

دوران نوجوان یکی از حساس ترین دوران رسی به حساب می آید، زیرا عوامل ریس، روانی و اجتماعی توأماً در بروز دوره نوجوان دخالت دارند، این مرحله از گی نوجوانان مصادف با ورود آنان به مقاطع تحصیلی راهنمای و دبیران می باشد رمانی که کودکان به مرحله نوجواس می رسند، کم کم مکان انتخاب کرده کل امال حسی، ساخت ارزی شان رسد[۶]

یکی از نگرانی های معلمان، والدین، و مولان مربوط به نظام آموزشی، پیشرفت تحصیلی و راه کارهای جلوگیری از افت تحصیلی می باشد. پیشرفت تحصیلی به عنوان یک موفقیت می باشد که می تواند، متاثر از شادی و با به طور کلی تکرار احساسات مثبت باشد. چرا که موفقیت مساوی با داشتن احساس شادکامی است علاوه بر اینها، داشتن احساس شادکامی در جریان آموزش، نقش بالایی در کاهش کسالت در کلاس بی حوصلگی، امراض جسمی و روحی و در نهایت افت تحصیلی دارد[۷].

شادی به عنوان مهم ترین جزء یک زندگی مطلوب است و بالاتر از ثروت، سلامتی یا فعالیت جنسی درجه بندی می شود. همچنین شادی یکی از متغیرهای مهم در پیشرفت تحصیلی یان گیرندگان می باشد که باعث رشد و پیشرفت در امور آموزشی می شود[۵]. از طرف دیگر به علت تاثیر گذار بودن شادی بر تمام جنبه های شخصیت انسان و چگونگی بروز و ظهور رفتارهای مختلف، بررسی شادی یک ضرورت مهم به شمار می رود[۳].

خود ارزشمندی مشروط شش بالای در رقابت و احساس کفایت در کارها دارد[۸]. از طرفی دیگر می شیائی عزت نفس یا آسیب پذیری نسبت به افسردگی رابطه دارد. این بدین معنی است که خود ارزشمندی مشروط در ترکیب با وقایع مربوطه، ممکن است که افزایش علائم افسردگی را پیشگویی کند[۸]. با توجه به داشتن رابطه بین خودارزشمندی مشروط با افسردگی به نظر می رسد با بررسی حوزه های مختلف خودارزشمندی مشروط می توان به نتایج بهتری در این باره ریت چرا که بررسی این حوزه ها ما را در شناخت بیشتر افرا کند، به خصوص در مشاوره و روان درمانی که بر اهمیت داشت خود ارزشمندی تاکید می شود دلیل بررسی حوزه شان خود ارزشمندی می تواند در فرایند مشاوره دانش آموزان موثر واقع شود[۸].

با توجه به مسائل مطرح شده و اهمیت پیشرفت تحصیلی دانش آموزان، ضروری به نظر می رسد که پیش بینی کننده های

بدین معنی که سخت تحت تاثیر نیروهای خارجی، اقدام به انجام رفتاری می کند. همگام با عصر روسگری این باور تا حدود زیادی تعبیر یافت. در این عشر عشد. - مستثولیب سخت به اندازه ای است که او قادر خواهد بود بدون وابگی به دیگران، سر نوس کند. بسابر این معهوم شادی به مع بومی تبدیل شد که برای حمد و در هر زمان و مکان دست یافته بود. این واقعیت که ما می توانیم شاد بانید باعث شد شادی در جوامع به یک ارز میدل سود و اساس نظام شومتان را در جوامع ما تشکیل دهد. از دیدگاه روانشناسی دو نوع شادکامی وجود دارد. یک نوع شادکامی از رهگذر شرایط محسوس زندگی نظیر زناشویی، تحصیل، شغل و امکانات مالی و رفاهی حاصل می شود که شادکامی عینی نامیده می شود، نوع دیگر، متاثر از حالات درونی و ادراکات شخصی است که از آن به شادکامی ذهنی تعبیر می شود. شادکامی مولد انرژی، شور و نشاط، حرکت و پویای ی است و همچون سپری می تواند آدمی را در برابر استرس ها و مشکلات محافظت نموده و سلامت جسمی و روانی او را نیز تضمین کند.

به نظر می رسد از دیگر عوامل پیش بینی کننده پیشرفت تحصیلی افراد، داشتن احساس خودارزشمندی مشروط باشد، چرا که وقتی افراد، خودارزشمندی خود را مشروط به صلاحیت و داشتن شایستگی تحصیلی می کنند، از میزان فعالیت بیشتر و انگیزش بالاتری در یادگیری دروس برخوردار می شوند همچنین برای برخی، عزت نفس ممکن است به جذاب بودن، عشق، یا تای ید دیگران و برای برخی دیگر هم ممکن است به پاکدامنی، قوی بودن، با حمایت خانوادگی وابسته باشد. به عبارت دیگر افراد در خودارزشمندی مشروط، برای داشتن عزت نفس بالا و راضی کننده متفاوت هستند. در این صورت افراد را بر آن پایه قرار دهند. به عنوان نمونه زمانی که فردی عزت نفس و یا خودارزشمندی تای ید از دیگری مشروط می کند. رفتار های را دنبال می کند که از تای ید دیگران نور دار باشد. با توجه به این مطالب، خودارزشمندی افراد زمانی تهدید می شود که آنها نواقصی در انجام امور و توانایی های خود داشته باشند. تفاوت های فردی و ثبات عزت نفس، در طی زمان ممکن است ناشی از تعامل خودارزشمندی، با وقایع باشد. موفقیت ها و رفتار هایی که خودارزشمندی مشروط را ارضاء می کنند، ترس ها و اضطراب ها را نیز مدیریت می کنند.

با توجه به مطالب گفته شده پژوهش حاضر قصد دارد به سوال زیر پاسخ دهد که وقتی خودارزشمندی دانش آموزان، مروت شده باشد، آیا دانش آموزان می توانند شاد باشند؟ و اینکه در صورت موفقیت در تحصیل نیز آیا می توانند ساد هم باشند

معیار های پیشرفت تحصیلی

در مورد معیارهای پیشرفت تحصیلی باید گفت که پیشرفت تحصیلی از راههای مختلف و با معیارهای متفاوت مشخص می شود، یکی از این معیارها معدل دانش آموزان در یک نیم سال تحصیلی و محاسبه معدل یک سال است، معیار دیگر مشخص کردن پیشرفت تحصیلی، محاسبه نمرات دانش آموزان در یک درس است. شیون دیگر استفاده از مجموعه نمرات دروس یک سال می باشد و مار آخر تعیین پیشرفت تحصیلی در طی چند سال و یا یک دوره تحصیلی است [۱۱]. اگر یک نمره از یک دوره تحصیلی با میانگینی از یک گروه از دروس مختلف در حیطه موضوعی خاص با میانگینی از دوره های مختلف تحصیلی، ملاکی برای پیشرفت تحصیلی باشد، این ملاک ها مسائل و مشکلات تشخیص را به دنبال خواهد داشت. مثلا کاربرد یک نمره واحد از یک دوره تحصیلی ویزد دارای روایی و پایایی کمتر است تا نمره ای که بر اساس ترکیب چندین نمره بدست می آید. کاربرد نمره های بدست آمده از دوره های مختلف تحصیلی در موضوعات مختلف نیز به منظور بدست آوردن معدل نمرات کلاس مسأله ای دشوار و غامض است، زیرا این گونه مرات شامل نمرات است که از دوره ها و رشته های تحصیلی متفاوت بدست آمد است و در یک مقیاس واحد ترکیب شده اند، در صورتیکه هر یک از دانش آموزان می توانند سطوح متفاوتی از رفت را در هر موضوع داشته باشند [۱]. نظر می رسد که بدترش یک مقیاس جین بعد از پیشرفت به جای مقیاس یک بعدی از پیشرفت تحصیلی، مفیدتر است. این بدین دلیل است که میانگین نمرات کلاسی برای هر مجموعه از دوره های تحصیلی پیش بینی کنند بیشتری از پیشرفت تحصیلی می باشد تا ترکیب مجموعه ای از دروس متفاوتمانند ریاضیات، علوم، تاریخ و ادبیات و غیره تحت عنوان معدل کلاسی ویژه طبقه بندی کود در حالی که مقیاس های معدل کلاسی عمومی به پیشرفت فرد در همه موضوعات اشاره می کند. از طریق انتخاب یک مقیاس های معدل کلاسی ویژه این امکان وجود دارد که پیشرفت تحصیلی هر فرد در یک گروه ویژه از موضوعات مربوطه تعیین کرد، ولی زمانی که معدل کلاس عمومی» به کار برده می شود امکان پیگیری پیشرفت فرد در حیطه های موضوعی مختلف وجود ندارد. خلاصه اینکه میانگین نمرات کلاسی، ملاکی رایج برای اندازه گیری پیشرفت تحصیلی می باشد [۱].

پیشرفت تحصیلی دانش آموزان را شناسایی کنیم، و همچنین با توجه به نبود تحقیقات مستقیم در این زمینه، موجب است که این پژوهش انجام شود.

سوال پژوهش

ایا بین احساس شادی و پیشرفت تحصیلی رابطه معناداری وجود دارد؟

پیشرفت تحصیلی

پیشرفت تحصیلی دانش آموزان یکی از شاخص های مهم در ارزشیابی آموزش و پرورش است و تمام کوششها در این نظام درواقع تلاش برای جامعه عمل پوشاندن بدیامر تلقی می شود. به طور اعم کل جامعه و به طور اخص نظام آموزش و پرورش نسبت به سرنوشت کودکانه رشد و تکامل موفقیت آمیز آنان جایگاه آنها در جامعه علاقه مند و نگران است و انتظار دارد دانش آموزان در جوانب گوناگون، اعم از ابعاد شناختی و کسب مهارت و توانایی ها و نیز در ابعاد عاطفی و شخصیتی، آنچنان که باید رفت [۹].

بنا به تعریف پیشرفت تحصیلی تسلط بر اطلاعات و دانش های نظری در یک زمینه تعریف شده می باشد رفت تحصیلی معنی که در ایران تا چه حد در رسیدن به اهداف دوره آموزشی موفق بوده اند. پیشرفت تحصیلی را توانایی آموخته شد. با اتمام حاصل از دروس یارانه شده یا به عبارت دیگر توانایی آموخته سه با اکامی قره در موتوعات آموگاش می دانی که به وسیله آزمونهای استاندارد شده اندازه گیری می شود [۱۰].

پیشرفت تحصیلی به جلوه ای (نهایی) از جایگاه تحصیلی دانش آموزان اشاره دارد که این جلوه ممکن است بیانگر نمره ای برای یک دوره، میانگین نمرات در دوره ای مربوط به یک موضوع با میانگین نمرات دوره های مختلف باشد. برای پیشرفت تحصیلی می توان ملاک های گوناگون را در نظر گرفت که مشهورترین آنها میانگین نمرات کلاس می باشد [۱].

از پیشرفت تحصیلی به عنوان یکی از شاخص های پیشرفت در نظام آموزش و پرورش مفهوم انجام تکالیف و موفقیت دانش آموزان در گذراندن دروس یک پایه تحصیلی مشخص» با موفقیت دانش آموزان در امر یادگیری مطالب درسی» استفاده می شود. وجه مخاف ان آفت تحصیلی است که یکی از معضلات نظام آموزشی می باشد که بهشویه های گوناگون همچون عدم موفقیت دانش آموزان در دست یابی به هدف های مقاطع تحصیلی مربوطه، مردودی و تکرار پایه های تحصیلی، ترک تحصیل زودرس، بیکاری و بلاتکلیفی خود را نشان می دهد [۹].

عوامل درونی و بیرونی موثر بر پیشرفت تحصیلی

اصلی ترین عوامل تاثیر گذار بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان در دو دسته ی کلی عوامل درونی و بیرونی تقسیم شده است [۱۲]

- ۱- عوامل درونی یا عوامل فردی مانند هوش، انگیزش، خود ندارد، عزت نفس، خود کارآمدی، مکان کنترل
- ۲- عوامل بیرونی با عوامل محیطی مانند خانواده، شرایط محیطی و جغرافیایی محل زندگی، تجهیزات و فضاهای آموزشی

شادی

شادی یکی از مفاهیم و مؤلفه های اساسی زندگی افراد به ویژه دانش آموزان است به شمار می رود و بسیاری از رشته ها از جمله شاخه های روان شناسی، سعی در فهم و تهیل آن در زندگی اقران دارند شادی رشته ای نسبتا تازه در مطالعات روان شناسی می باشد [۲]. شادی بر نگرش و ادراکات شخصی متنی است و حالتی مطبوع و دلپذیر است و از تجربه های مست و رضایت از زندگی نشات می گیرد [۲].

اجزا شادی

شادی دارای سه جزء اصلی است : هیجان مثبت، رضایت از زندگی، فقدان هیجان منفی از قبیل افسردگی و اضطراب [۱۳]. مایرز و دینیز^۳ (۱۹۹۵) نیز بر این باورند که شادی دارای مؤلفه های اجتماعی، و شناختی است مؤلفه ی عاطفی باعث می شود که فرد همواره از نظر خلقی، شاد و خوشحال باشد. مؤلفه ی اجتماعی، موجب گسترش روابط اجتماعی با دیگران و افزایش حمایت اجتماعی می شود. مؤلفه ی شناختی موجب می گردد فرد نوعی تفکر و پردازش اطلاعات ویژه خود را داشته باشد. روابط مثبت با دیگران، هدفمند بودن زندگی رشد شخصی، دوست داشتن دیگران و طبیعت نیز از اجزای شاد کامی به حساب می آید [۲]. افراد دارای شادی با ثباتی هستند. همانطور که، کانی که رژیم می گیرند، دوباره وزن از دست داده را بدست می آورند، افراد غمی نیز در نهایت به شادی نمی رسد و افراد شاد غمگین می شوند، در حالی که شواه جدید حاکی از امکان دستیابی به شادی پایدار است [۲]. این مؤلفه روانی، از عوامل فراوانی تأثیر می پذیرد. برخی از این عوامل عبارتند از: ابعاد مختلف شخصیت همچون درونگرایی، برونگرایی و روان نژندی [۱۴] وضعیت مالی زندگی خانوادگی، سلامت جسمانی و اشتغال) معنای زندگی ، مذهب و جهت گیری مذهبی [۶]

شادی پیامدهای مثبتی بر روی سبک زندگی و موفقیت تحصیلی دانش آموزان دارد و میل به انجام رفتارهایی که با موفقیت تحصیلی مرتبط هستند را افزایش می دهد. این توضیح

ریشه در مطالعات بسیاری دارد که بیان کرده اند شادی به فعالیت های جذاب و تولید کنند منجر می شود. شادی به عنوان یک عاطفه مست، می تواند روابط بین فردی را تسهیل و پیامدهای مثبت که بر شناخت، سلح فعالیت اجتماعی و سلامتی داشته باشد [۲]

ویژگی افراد شاد

از ویژگی های افراد شاد آن است که عزت نفس بالایی برخوردارند و خود را دوست دارند. این افراد به اخلاقیات توجه بسیار داشته و عقلانی رفتار می کنند. دوم آن که افراد شاد، کنترل شخصی بیشتری را در خود احساس می کنند، آنهایی که در انجام امور بیشتر به توانای ی های خود می اندیشند تا به درماندگی و ناتوانی های خویش، با استرس مقابله می کنند. سوم آن که افراد شاد، خوش بین هستند. این افراد موفق و شاد تر از افراد بدبین هستند. چهارم آن که افراد شاد، برون گرا هستند و در ارتباط و همکاری با دیگران توانمندند. افراد شاد، در مقایسه با افراد نا شاد، چه در تنهایی و چه در حضور دیگران، احساس شادی کرده و از زندگی خود و دیگران در نواحی گوناگون شهری با روستایی و اشتغال در مشاغل گوناگون انفرادی و برخی مطالعات اجتماعی به یک اندازه لذت می برند کرمی نوری، مکرمی، محمدی فر، یزدانی گزارش کرده اند که افراد با شاد کامی بالا، انرژی روانی بیشتری دارند. عواطف منفی همچون خشم، سب ب می شود ذهن فرد فقط به تولید واکنش دفاعی در برابر موضوعات ایجاد کننده ی این عواطف منفی، محدود شود. در صورتی که عواطف مثبت سبب می شوند که ذهن فرد، بر روی محرک ها باز باشد و این مسئله به نوبه خود فرصت هایی را برای توجه بیشتر به محیط، ایجاد کرده و در نتیجه خلاقیت فرد را بیشتر کرده و موجب شادی شود.

شاد بودن مسئله ای است که دنیای امروز به آن نیاز دارد. چون انسان های غمگین و افرده نمی توانند خود را کنترل کرده و به خود باوری برسند، و ویژگی های مثبت و توانمندی های خود را بروز دهند، راه انزوا را در پیش می گیرند، در واقع دوران طلای ی جوانی خود را بیهوده هدر می دهند، لذا شاد بودن، نیروی محرکه ای است که باعث انگیزه و حرکت می شود و انسان را در مسئولیت پذیری و تلاش برای موفقیت فعال می سازد و حتی در صورت شکست، با عزم قوی و عبرت از شکست ها برای موفقیت خود تلاش می کند و با دنیای اطراف ارتباط برقرار می کند [۱۵].

شادی را مجموع لذت ها، منهای درد ها و ترکیبی از حداکثر عاطفه مثبت به اضافه حداقل عاطفه منفی، معرفی کند [۱۶]. به نظر او افرادی که در معیار های شادی نصرت بالا می آورند،

نگرفته است، اما برخی پژوهش‌ها به صورت غیر مستقیم در رابطه با متغیرهای این پژوهش صورت گرفته که می‌توان به مطالعات زیر اشاره کرد

شولتز^۴ (۱۹۹۸) [۱۷] با هدف بررسی رابطه بین خودارزشمندی مشروط با سبک‌های دلبستگی در بین ۷۹۵ نفر از دانشجویان شهر میشیگان انجام دادند. این پژوهش در سه مرحله صورت گرفت، به این صورت که بار نخست قبل از آغاز سال تحصیلی بود، بار دوم در آغاز ترم دوم بوده و بار سوم دو هفته قبل از پایان سال تحصیلی انجام گرفت. در این تحقیق از تجزیه و تحلیل رگرسیون چند متغیره برای پیش‌بینی سبک‌های دلبستگی استفاده شده بود، که نتایج این پژوهش نشان داد که خودارزشمندی مشروط بر پایه حمایت خانوادگی با سبک‌های دلبستگی ایمن مرتبط بود. و همچنین سبک‌های دلبستگی نایمن با خودارزشمندی مشروط بر پایه ظاهر ارتباط همو داشتند. علاوه بر این در این پژوهش، خودارزشمندی‌های مشروط بر پایه تالی‌ید دیگران، عشق به خدا و حمایت خانوادگی با سبک‌های دلبستگی نایمن ارتباط کمتری دارند.

بیابان‌گرد (۱۳۸۴) [۱۸] در پژوهش بررسی رابطه بین عزت نفس، انگیزه پیشرفت تحصیلی که در بین دانش‌آموزان سوم دبیرستان انجام داد نتایج نشان از وجود رابطه نفس و پیشرفت و انگیزه پیشرفت حکایت داشت. جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه دانش‌آموزان سال سوم دبیرستان‌های شهر تهران بودند، که ۸۵۶ نفر به عنوان نمونه با استفاده از نمونه‌گیری تصادفی خوشه‌ای انتخاب شدند آزمودنی‌ها به پرسشنامه عزت نفس آیزنک انگیزه پیشرفت هرمنس پاسخ دادند و میانگین نیمسال تحصیلی دانش‌آموزان، نمره پیشرفت تحصیلی آنها بود. پس از گردآوری داده‌ها، با استفاده از روش‌های آماری توصیفی و استنباطی داده‌ها مورد تجزیه و تحلیل قرار دادند.

حیدر زادگان و همکاران (۱۳۹۰) [۵]، پژوهشی با هدف بررسی رابطه بین شادی و نشاط با موفقیت تحصیلی دانشجویان دانشگاه سیستان بلوچستان انجام دادند. در این پژوهش جامعه آماری شامل ۲۵۰ نفر از دانشجویان دانشگاه بودند که ۱۵۰ نفر از آنها به عنوان نمونه انتخاب شدند. داده‌ها با استفاده از فریب همبستگی پیرسون و رگرسیون گام به گام و آزمون t مستقل مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت، که نتایج این تحقیق رابطه معناداری را بین شادی و موفقیت تحصیلی دانشجویان نشان دادند. این بدان معنا بود که افزایش شادی در بین یادگیرندگان می‌تواند میزان کارایی و موفقیت تحصیلی آنها را بهبود بخشد.

عموماً افرادی شاد، خوشبین و سالم زندگی را با ارزش می‌دانند و با جهان در صلح و باشد از نظر شخصیتی بدبین، غمگین و مایوس بوده و با جهان در تضاد هستند، افراد شاد، احساس امنیت بیشتر کن‌ند، آسان‌تر تصمیم می‌گیرند. روحیه مارکلی بیشتری دارند و نسبت به کسان کن‌ناد، احساس رضایت بیشتری می‌کنند [۱۶]. سرزندگی، به عنوان یکی از مؤلفه‌های شادی، در بسیاری از نظام‌های پژوهشی مطرح است. اهمیت توجه به این مسأله تا حدی است که امروزه درباره شادی، شاخص‌های ملی تهیه می‌شود و هر کشور یک شاخص ملی شادی را برای جامعه خود تدوین کرده است احساس سرزنده بودن، با شادی، ارتباط نزدیکی دارد و به عنوان یکی از تجارب مهم انسانی به حاب می‌آید. سرزندگی را به عنوان تجارب درونی سرشار از انرژی معرفی کرده است. او سرزندگی را به عنوان انرژی سرچشمه گرفته از خود می‌داند [۱۶]. این انرژی از منابع درونی و نه از تهدید اشخاص، در محیط سرچشمه می‌گیرد، به عبارت دیگر، سرزندگی احساس سرزنده بودن است که تحریک و اجباری به انجام آن نیست. بنابراین، سرزندگی از شیدایی متفاوت است، زیرا سرزندگی همراه با تعادل روانی است در حالی که شیدایی همراه با بی‌ثباتی است. سرزندگی گاهی در وضعیت خاص یا پس از رویدادهای خاص در فرد ایجاد می‌شود و چیزی بیشتر از برانگیختگی، فعال بودن یا داشتن منابع ذخیره کالری در فرد است. به نظر می‌رسد این احساس، نوعی تجربه خاص روان‌شناختی است که در این تجربه، افراد در خود احساس شور و زندگی می‌کنند. افراد از نظر تجربه سرزندگی، با هم متفاوت هستند. این تفاوت‌ها تابع تأثیرات جمعی (مانند بیماری یا خستگی) و عوامل روان‌شناختی (مانند عاشق شدن، حس مؤثر بودن است، در واقع سرزندگی بازتاب سلامت روان شناختی فرد است اگر چه شادی و سرزندگی حالت‌های مثبت یا خوشایند هستند یعنی شادی و سرزندگی در زیر چتر عواطف مشت جای گرفته و به یک گروه متعلق‌هند و عواطف با سرزندگی (مانند: انرژی داشتن، فعال بودن، رضایتمندی) و شادی) مانند: خرسندی، شادی، راضی بودن) نوعاً با هم رابطه زیادی دارند به نحوی که همگی می‌توانند به یک عاطفه مثبت متعلق باشند، اما از لحاظ فعالیت با یکدیگر تفاوت زیادی دارند از این لحاظ که سرزندگی، بودن نوعی وضعیت مثبت و فعال است و با انرژی و فعالیت بالا مشخص و تعریف می‌شود [۱۶].

پیشینه پژوهشی

در رابطه با پژوهش‌های صورت گرفته درباره ارتباط بین خودارزشمندی مشروط با شادی و پیشرفت تحصیلی به علت جدید بودن عنوان پژوهش، پژوهشی به صورت مستقیم صورت

روش پژوهش

طرح پژوهش از نوع همبستگی، توصیفی - پیمایشی می باشد. جامعه آماری این پژوهش کلیه دانش آموزان مقطع متوسطه اول شهر کرج خواهند بود. ابزار اندازه گیریدر پژوهش حاضر از دو ابزار با نام های مقیاس شادکامی آکفورد و مقیاس خودارزشمندی مشروط استفاده گردیده است. شادکامی آکسفورد این پرسشنامه اولین بار توسط آرچیل ولو^۵ (۱۹۸۹) ساخته شد که دارای ۲۹ ماده می باشد و پنج عامل، رضایت، خلق مثبت، سلامتی، کارآمدی و عزت نفس را در بر می گیرد. پاسخ ها در یک طیف لیکرت ۴ درجه ای از صفر (اصلا تا ۳ (زیاد) قرار می گیرند. هیلز^۶ و آرچیل (۲۰۰۲) ضریب پایایی پرسشنامه را ۹۱ گزارش کرده اند. و همچنین هادی نژاد و زارعی(۱۳۸۸)، پایایی این پرسشنامه را برابر با ۷۸٪ گزارش کرده اند که بیانگر برخورداری پرسشنامه شادکامی از اعتبار لازم است. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با روش آلفای کرونباخ محاسبه شد که برابر بود با ۰.۸۹.

علی پور (۱۳۷۸) [۱۴] بیان می کند که به منظور بررسی روایی صوری پرسشنامه شادکامی از ۱۰ مخصص نظر خواهی شد که همگی توانایی پرسشنامه شادکامی را برای سنجش شادکامی در دانش آموزان تاکید کردند. پایایی این پرسشنامه در پژوهش حاضر با روش آلفای کرونباخ محاسبه و ۸۰٪ بدست آمد. برای تحلیل داده های تحقیق از روش های آماری توصیفی (میانگین، انحراف استاندارد، جداول توزیع فراوانی و نمودارهای هیستوگرام و دایره ای و استنباطی) ضریب همبستگی پیرسون، تحلیل رگرسیون چند متغیره (استفاده شد، و با استفاد از نرم افزار تحلیل آماری Spss برای تجزیه و تحلیل داده ها استفاده شده است.

یافته ها

آیا بین احساس شادی با پیشرفت تحصیلی رابطه معناداری وجود دارد؟

جدول ۱: همبستگی پیرسون

متغیر	میزان همبستگی پیرسون	مقدار معناداری
احساس شادی و پیشرفت تحصیلی	۰.۸۴	۰.۰۰۰

جدول شماره ۱ نشان میدهد میزان همبستگی پیرسون بین احساس شادی و پیشرفت تحصیلی دانش آموزان رابطه معناداری با میزان همبستگی ۰.۸۴ و مقدار معناداری ۰.۰۰۰ رابطه مثبت و معناداری وجود دارد.

بحث و نتیجه گیری

در بررسی رابطه احساس شادی بر پیشرفت تحصیلی دانش آموزان یافته نشان داد، رابطه مثبت و معناداری در این پژوهش وجود دارد و همچنین پژوهش های حیدر زادگان و همکاران [۵] (۱۳۹۰)، پژوهشی با هدف بررسی رابطه بین شادی و نشاط با موفقیت تحصیلی دانشجویان دانشگاه سیستان بلوچستان انجام دادند. که نتایج این تحقیق رابطه معناداری را بین شادی و موفقیت تحصیلی دانش آموزان نشان دادند. این بدان معنا بود که افزایش شادی در بین یادگیرندگان می تواند میزان کارایی و موفقیت تحصیلی آنها را بهبود بخشد. احساس شادی و نشاط در جامعه و بخصوص رفتار فردی بر احساسات رضایت عمومی از زندگی و رشد تعاملات سازنده را به همراه دارد. وضعیت نشاط در ایران با توجه به مستندات و شواهد و آمارها چندان رضایت بخش نیست، نشاط در تمام عرصه یک جامعه محرکی جهت فعالیت های مهم نیز تقوی میشود. نشاط در دانش آموزان با بسیاری از رفتار های فردی و افزایش اعتماد به نفس و رشد هویت فردی را به همراه دارد و شکوفایی استعداد و توانمندی های افراد ظهور و بروز می کند. افزایش شادی در دانش آموزان با پیامد های مختلفی از جمله پیشرفت تحصیلی که در این تحقیق دقیق به نقش آن پرداخته شد نیز رسیدیم، شایسته است تا در رشد تعالی تمام افراد جامعه این متغیر مهم بررسی و نقش سازنده آن بررسی شود.

واژه نامه

۱. Cracker	کراکر
۲. Volef	ولف
۳. Myers and Denise	مایرز و دنیز
۴. Schultz	شولتز
۵. Arjeel welo	آرچیل ولو
۶. Hills	هیلز

فهرست منابع

- [1] Mehrafrooz H. Investigating the Relationship between Attitudes Towards Maternal Parenting Practices (Rational Authority, Authoritarianism, Free Transition) and the Place of Control and Academic Achievement in Fourth Grade Elementary Students. Master Thesis. Faculty of Psychology and Educational Sciences, Teacher Training University of Tehran. 1999. [Persian]
- [2] Alipour A, Hashemi T, Babapour Khairuddin J, Vatusi F. The relationship between coping strategies and students'

- [11] Dudangeh M. Investigating the relationship between anxiety and the source of control and academic achievement in students. Master Thesis. Faculty of Psychology and Educational Sciences - Qazvin boy in the academic year of 76 Allameh Tabatabai University. 1997.
- [12] Malek Makan M. The mother's attitude towards parenting practices with self-regulated learning and. Thesis - Academic achievement in third year high school students in the academic year of 77 master. Faculty of Psychology and Educational Sciences, Teacher Training University of Tehran. 1999.
- [13] Grossi Farshi MA, Bakhshipour A. The relationship between personality traits and feelings of happiness among students of Tabriz University. *Journal of Psychology, University of Tabriz*, 2006; 1(1):15-25
- [14] Alipour A, Noor Bala AA. Preliminary evaluation of the reliability and validity of the Happiness Questionnaire. 1999.
- [15] Mortazavi Zadeh SH. Happy. *Peyvand Magazine, Tehran*, 2004; 296.
- [16] Hosseini Nasab SD, Aghdam AA. Glossary, definitions and terms of education. Tabriz. Ahrar Publications. 1996; 587
- [17] Schultz D. Personality theories. Translator: Yahya Seyed Mohammadi. Tehran. Arasbaran Publications, 1997.
- [18] Biyaban Gard S. Ways to increase self-confidence in children and adolescents. Tehran. Roshd Publications, 1993.
- happiness. *Journal of Psychology, University of Tabriz*. 2010; 15:18. [Persian]
- [3] Raisi, M, Heydari S, Abedi Z, Bathaei A, Begloo J. Infallibility; Tehran, Hoda Ahmari The relationship between spiritual intelligence and happiness and academic achievement in students of Qom University of Medical Sciences. *Journal of Medical Education*. 13(5):38. [Persian]
- [4] Soleiman Nejad A, Shahrara M. Relationship between self-regulatory source and academic achievement. *Journal of Psychology and Educational Sciences*. 2001; 31(2):176
- [5] Heidarzadegan A, Mashhadi Abbas F. The Relationship between Happiness and Vitality with Academic Success of Sistan and Baluchestan University Students. *Culture Quarterly in Islamic University*. 2011; (1):83
- [6] Azmoude P, Shahidy Shahriar D. The relationship between religious orientation and stubbornness and happiness in students. *Journal of Psychology*, 2007; 11(1):74
- [7] Azad H, Nejat H. Mental health from Ellis' point of view. *Quarterly Journal of Mental Health Principles*. The first year of winter 1999; 78(4):230
- [8] Eisenhower M. Psychology of happiness. Translated by Mohammad Firooz Bakht and Khalil Beigi. Tehran. 1996.
- [9] Poor Shafei A. Investigating the relationship between self-esteem and academic achievement of third year high school students in Ghaen city. Master's thesis. Teacher Training University of Tehran, 1991.
- [10] Saif AA. Educational Psychology (Psychology of Learning and Teaching). Tehran: Agah Publishing, 2000.