

Formulation of an integrated model of vitality-oriented lifestyle based on Grounded theory theory

Mohsen Niazi, Professor of Social Sciences, Faculty of Humanities, Kashan University, Kashan, Iran,
Niazim@kashanun.ac.ir

Ali Frhadian, Assistant Professor, Department of Management, Financial Sciences, Management and
Entrepreneurship, Kashan University, Kashan, Iran, Farhadian84@gmail.com

Elham Rezaei, Master's Student in Social Science Research, Kashan University, Kashan, Iran,)Corre-
sponding Author(Rezaieelham22@gmail.com

Shokoufeh Abshirin, Master's Student in Social Science Research, Kashan University, Kashan, Iran,
Shokoofeh3390@gmail.com

Abstract

The present research aimed to develop an integrated model of a vitality-oriented lifestyle. Vitality has always been an essential inherent need of humans and with an accelerating role in the process of society development. This research was conducted within the framework of a qualitative approach, using the grounded theory (GT). To this end, studies on vitality and happiness from 2012 to 2021 were evaluated. Data analysis was performed in three stages, namely open, axial, and selective coding, based on which a qualitative research model was designed. The research results indicated the extraction of 49 codes or basic concepts from the interviews, as well as 19 concepts and 9 dimensions. Social, cultural, economic, psychological, demographic, and religious factors are some determinants of a vitality-oriented lifestyle. Based on the research findings, the components of social and economic factors directly affected the vitality-oriented lifestyle. Religiosity and cultural factors intervened in the vitality-oriented lifestyle. Furthermore, demographic status and psychological characteristics were the underlying factors of a vitality-oriented lifestyle. The increase in social capital, improvement of psychological status, and human development were also the consequences of a vitality-oriented lifestyle.

Keywords

Lifestyle, Happiness, Life expectancy, Social Capital, Grounded theory.



تدوین الگوی یکپارچه سبک زندگی نشاط محور با اتکا به نظریه داده بنیاد

محسن نیازی^۱، علی فرهادیان^۲، الهام رضایی^۳، شکوفه آب شیرین^۴

چکیده

این پژوهش باهدف تدوین الگوی یکپارچه سبک زندگی نشاط محور انجام شده است. نشاط همواره یکی از ضروری‌ترین نیازهای فطری بشر بوده است و نقش تسریع‌کننده‌ای در فرایند توسعه جامعه داشته است. این پژوهش در چارچوب رویکرد کیفی و با به کارگیری روش تحقیق داده بنیاد انجام گرفته است. به همین منظور مطالعات صورت گرفته در زمینه نشاط و شادکامی در بازه زمانی سال ۱۳۹۱ تا ۱۴۰۰ موردبررسی قرار گرفت. تجزیه و تحلیل داده‌ها در سه مرحله کدگذاری باز، کدگذاری محوری و کدگذاری انتخابی انجام گرفت و بر اساس آن، مدل کیفی پژوهش طراحی شد. نتایج پژوهش پیش‌رو، نشان‌دهنده استخراج ۴۹ کد یا مفهوم اولیه از مصاحبه‌ها و ۱۹ مفهوم و ۹ بعد است. عوامل اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، روان‌شناختی، جمعیت شناختی و دینداری از عوامل تأثیرگذار بر سبک زندگی نشاط محور هستند. یافته‌های پژوهش نشان داد مؤلفه‌های عوامل اجتماعی و اقتصادی تأثیر مستقیم بر سبک زندگی نشاط محور دارند. دینداری و عوامل فرهنگی از عوامل مداخله‌گر بر سبک زندگی نشاط محور است. شرایط جمعیت‌شناختی و ویژگی‌های روانی از عوامل زمینه‌ای مؤثر بر سبک زندگی نشاط محور هستند؛ همچنین افزایش سرمایه‌های اجتماعی، بهبود وضعیت روان‌شناختی و توسعه انسانی از پیامدهای سبک زندگی نشاط محور است.

واژگان کلیدی

سبک زندگی، شادکامی، امید به آینده، سرمایه اجتماعی، داده بنیاد.

تاریخ دریافت: ۱۴۰۲/۰۲/۱۲ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۵/۲۸

Niazim@kashanun.ac.ir

۱. استاد علوم اجتماعی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران.

Farhadian84@gmail.com

۲. استادیار گروه مدیریت، علوم مالی، مدیریت و کارآفرینی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران.

Rezaieelham22@gmail.com

۳. دانشجوی کارشناسی ارشد پژوهش علوم اجتماعی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران، نویسنده مسئول.

Shokoofeh3390@gmail.com

۴. دانشجوی کارشناسی ارشد پژوهش علوم اجتماعی، دانشگاه کاشان، کاشان، ایران.

مقدمه

سبک زندگی^۱ نشاط محور از عوامل اساسی جهت ارتقا زندگی افراد است و پاسخگوی بعد سلامت جسمی، روانی و اجتماعی است (فرزعلیان، گنجی و نیازی، ۱۳۹۸: ۳۹۷). شادی و نشاط همواره از اساسی‌ترین نیازهای روانی و خواسته‌های فطری انسان‌ها بوده است و تأثیر عمده‌ای بر بهسازی و سلامت فرد و جامعه دارد (افشانی، ۱۳۹۲: ۲) و باوجود تغییرات سریع زندگی، بشر نه‌تنها نیازمند نشاط بوده؛ بلکه روزبه‌روز بر اهمیت آن افزوده‌شده است (کلانتری، کشاورز و مؤمنی؛ ۱۳۹۷: ۴۲). شادی همواره با امید، خوش‌بینی، خرسندی و اعتماد همراه است و می‌تواند، نقش تسریع‌کننده‌ای در فرایند توسعه جامعه داشته باشد (زکی، ۱۳۹۹: ۲). از سال ۲۰۰۰ میلادی سازمان ملل برای تعیین سطح توسعه‌یافتگی متغیر نشاط و شادکامی را به‌عنوان یکی از متغیرهای کلیدی در نظر گرفته است به‌صورتی که اگر مردم جامعه‌ای نشاط و شادکامی نداشته باشند نمی‌توان آن جامعه را توسعه‌یافته در نظر گرفت (Diener and Seligman, 2002: 83).

فقدان نشاط در جامعه نتایج منفی بسیاری دارد که می‌توان به افسردگی و بدبینی، اعتیاد به مواد مخدر، رواج خشونت در روابط اجتماعی، بی‌علاقگی به کار و فقدان وجدان کاری اشاره کرد (کارگر، ایمان و عباسی شوازی، ۱۳۹۵: ۱۳۱). دنیای مدرن هرچند دارای محاسنی هست اما درعین‌حال معایبی هم دارد از نظر گیدنز مدرنیته در بعضی از حوزه‌ها و سبک‌های زندگی خطر را کاهش می‌دهد اما می‌تواند مخاطرات جدید و ناشناخته را نیز وارد این حوزه‌ها کند برای مثال مدرنیته سبب کاهش نشاط و شادمانی شده است. ازجمله عوامل تهدیدکننده نشاط از نظر گیدنز تهدیدهای ناشی از صنعتی شدن جنگ احساس ناامیدی و اضطراب ضعف ریشه‌های اعتماد به نظام‌های انتزاعی است (Giddens, 1383، نقل از فرز علیان، ۱۳۹۷: ۷۷).

از نگاه جامعه‌شناسی نشاط از تعاملات بین اعضای جامعه و بسترسازی ساختارهای اجتماعی حاصل می‌گردد. گام نهادن در مسیر پیشرفت و جامعه‌ای که در آن آرامش و سعادت محقق شود نیازمند مقدماتی همچون شادی است، شادی در فرایند رابطه فرد و گروه و در جامعه تحقق پیدا می‌کند در غیر این صورت شادی چیزی جز هیجانات و کیفیات روحی فردی نخواهد بود (نیازی، رضوانی، آرانی، سخایی، ۱۴۰۰: ۹۵).
نشاط و شادمانی پیوند نزدیکی با سبک زندگی دارد و سبک زندگی ازجمله عواملی

است که بر شادمانی تأثیرگذار است. سبک زندگی مجموعه‌ای منسجم از تمامی رفتارها و فعالیت‌های یک فرد در جریان زندگی روزمره است (Giddens, ۱۳۷۸)، به نقل از احمدی، گنجی و محمدی). سبک زندگی نشاط محور گونه‌ای از سبک زندگی است که در آن افراد روشی از زندگی، مصرف، اوقات فراغت و ... را برمی‌گزینند که نشاط و شادمانی را در آن‌ها به وجود آورد. این گونه از سبک زندگی دارای مؤلفه‌هایی خواهد بود که با عرف جامعه و فرهنگ جامعه همخوانی داشته باشد و برای افراد جامعه در دستیابی به آن میسر باشد (فرزعلیان، ۱۳۹۷: ۹).

نتیجه موج چهارم پیمایش ارزش‌های جهانیان اینگلهارت^۱ نشان داد که میانگین سطح شادمانی نمونه ایران از میان ۶۹ کشور در رتبه ۶۱ قرار دارد (موسوی، ۱۳۹۹ به نقل از کارگر، ایمان و عباسی شوازی، ۱۳۹۶: ۴).

هدف از انجام این پژوهش بررسی عوامل و ابعاد تأثیرگذار در سبک زندگی نشاط محور است تا بتوان با شناخت عوامل و ابعاد مؤثر در سبک زندگی نشاط محور، با اتخاذ راه‌کارهای مناسب میزان شادی را در سبک زندگی بهبود بخشید. با توجه به ضرورت نشاط و شادمانی در زندگی و اهمیت شادکامی در سلامت افراد و توسعه جوامع این سؤال مطرح است که کدام ابعاد و عوامل مؤثر بر سبک زندگی نشاط محور تأثیرگذارند؟

ادبیات پژوهش

سبک زندگی

از نظر گیدنز سبک زندگی در حوزه مصرف و اوقات فراغت نمود بیشتری دارد می‌توان سبک زندگی را شیوه‌های رفتاری در نظر گرفت که گروه‌های منزلتی انتخاب می‌کنند تا بتوانند خود را از دیگران متمایز کنند (فرزعلیان، ۱۳۹۷: ۵۶). از نظر زیمل انسان برای تمایز یابی از دیگران شیوه رفتاری خاصی را برمی‌گزیند و به این وسیله تلاش می‌کند جایگاه خود را در نظام اجتماعی حفظ کند که به آن سبک زندگی می‌گویند (Simmel, 1914)، به نقل از نیازی، آرانی و خداکرمیان، ۱۳۹۸: ۵۷). در نظریه ویلن^۲ سبک زندگی با مصرف و تظاهر ارتباط عمیقی دارد. ویلن انگیزش‌های اجتماعی را برای رفتار رقابت‌آمیز و چشم‌وهم‌چشمی را پایه و اساس تبیین پدیده

مصرف مدرن قرار می‌دهد (به نقل از گنجی، احمدی و محمدی، ۱۴۰۰: ۹). وبلن در مفهوم سبک زندگی تأکید زیادی بر مصرف دارد؛ مصرف چشمگیر، تن‌آسایی چشم‌گیر و نمایش چشم‌گیر نمادهای بلندپایگی و سالی هستند که انسان‌ها می‌کوشند با آن‌ها خود را برتر نشان داده و با نمایش این سبک زندگی برای خود اعتبار و آبرو کسب کنند (Coser, ۱۳۸۳، به نقل از گنجی، احمدی و محمدی، ۱۴۰۰: ۱۱).

بورديو سبک زندگی را بازتاب منزلت اجتماعی در نظر می‌گرفت و به تحلیل انتخاب‌های سبک زندگی پرداخت. او مشخص کرد که چگونه گروه‌های اجتماعی خاص به‌ویژه طبقات خاص اقتصادی و اجتماعی انواع کالاهای مصرفی، روش ارائه خوراک و غذا خوردن لباس پوشیدن، آرایش کردن، مبلمان و تزئین داخلی منزل را بکار می‌گیرند تا روش مجزای زندگی خویش را مشخص کنند (کارگر، ایمان و عباسی شوازی، ۱۳۹۵: ۱۳۹).

نشاط

اولین مطالعات در رابطه بانشاط در طول دهه ۱۹۶۰ و ۱۹۷۰ انجام گرفته است. شادکامی افراد در جامعه تک علتی نیست و عوامل روا شناختی، اجتماعی، فرهنگی و دموگرافیکی بر آن تأثیرگذار است (نیازی، صادقی آرانی و خداکرمیان، ۱۳۹۸: ۱۰۰). آلستون و دادلی^۲ (۱۹۸۷) می‌گویند شادی عبارت است از: توانایی لذت بردن از تجربه‌های فردی، همراه با درجه‌ای از هیجان (مهدی‌زاده، گنجی و غیاث‌آبادی، ۱۳۹۳: ۷). نظریه‌های هدف نهایی معتقدند که شادکامی زمانی به دست می‌آید که افراد، به اهداف مبتنی بر ارزش‌ها و نیازهای خود جامعه عمل ببوشانند. افرادی که اهدافشان را مهم‌تر و احتمال موفقیت و رسیدن به آن‌ها را بیشتر در نظر می‌گیرند، احساس شادکامی و خوشبختی بیشتری خواهند کرد (شفیع‌آبادی، اسماعیلی‌فر و احقر، ۱۳۹۰: ۲۸). داینر شادمانی را دارای سه جزء اساسی می‌داند: ۱. بعد عاطفی؛ ۲. بعد شناختی و ۳. بعد اجتماعی. بعد عاطفی، خلق‌های مثبت و خوشایند افراد است. بعد شناختی برخورداری از تفکری که وقایع را با خوش‌بینی تعبیر و تفسیر می‌کند. بعد اجتماعی که بیانگر گسترش روابط اجتماعی فرد با دیگران و به دنبال آن افزایش حمایت اجتماعی است (زکی، ۱۳۹۹: ۴).

برخی نظریات جامعه‌شناسی، پدیده شادمانی را در ارتباط با نظام‌های چهارگانه،

1. Bourdieu

2. Altson & Dudly

یعنی نظام اقتصادی، نظام فرهنگی، نظام اجتماعی و سیاسی مطرح می‌کنند. چنانچه هریک از چهار نظام اصلی جامعه، پاسخگوی مؤثر علایق فرد و جامعه باشد، نوعی احساس مثبت ایجاد می‌کند که زمینه‌ساز شادمانی افراد است (عباس‌زاده، علیزاده اقدام، کوهی، علی‌پور، ۱۳۹۱: ۲۱۹).

سبک زندگی نشاط محور

در میان انواع متفاوت سبک زندگی می‌توان به گونه‌ای از سبک زندگی با عنوان سبک زندگی نشاط محور اشاره کرد. (فرزعلیان، گنجی و نیازی، ۱۳۹۸: ۴۰۱). سبک زندگی نشاط محور گونه‌ای از سبک زندگی است که مؤلفه‌های آن به‌نوعی تعریف می‌شوند تا موجب دستیابی افراد به نشاط و شادمانی را فراهم شوند. به‌این ترتیب کسانی که از سبک زندگی نشاط محور برخوردارند افرادی هستند که از میزان افسردگی کمتر و بهره‌وری بیشتری برای جامعه برخوردارند و در برخورد با مسائل و مشکلات زندگی، توان مقابله بیشتری دارند دنیای مدرن هرچند دارای محاسنی است (فرزعلیان، ۱۳۹۷: ۷۷). مؤلفه‌های سبک زندگی نشاط محور عبارت‌اند از: مصرف فرهنگی نشاط محور، مدیریت بدن نشاط محور، مصرف نشاط محور، فعالیت‌های اوقات فراغت نشاط محور (فرزعلیان، ۱۳۹۸: ۷۷).

رابطه مدیریت بدن و سبک زندگی نشاط محور:

فدرستون^۱ بر این باور است که مدیریت بدن به فهرست بلندی از اعمالی نظیر تاتو، پیرسینگ، بریدن بخشی از بدن، ژیمناستیک، بدن‌سازی و رژیم گرفتن اطلاق می‌شود. در مورد مصرف مواد غذایی و توجه به سلامت تحقیقات نشان داده‌اند دانشجویانی که هرروز صبحانه می‌خورند و بیش از ۸ واحد میوه و سبزی روزانه مصرف کند فعالیت بدنی کافی همچنین وضعیت اقتصادی- اجتماعی بالاتری دارند و نشاط آنان بالاتر است. اگر به بعد مراقبت بهداشتی بپردازیم متخصصان معتقدند که افرادی که با آب سرد دوش بگیرد بعد از پایان این کار به احساس سرمستی و نشاط رسیده و روحیه خوبی دارند (نوری، ۱۳۸۶ به نقل از نیازی، صادقی آرانی و خداکرمیان، ۱۳۹۸: ۶۰).

رابطه سرمایه اقتصادی و سبک زندگی نشاط محور:

ازنظر بورديو سرمایه اقتصادی از پهنه اقتصادی سرچشمه می‌گیرد. همچنین سرمایه اقتصادی یا ثروت مادی درواقع، قدرت پرداخت برای شکلی از سرمایه است

که می‌تواند تبدیل به کالای مادی شود. افراد با داشتن سرمایه اقتصادی می‌توانند، کالای فرهنگی بیشتری را در اختیار داشته باشند و از این طریق سرمایه فرهنگی خود را افزایش دهند (خدایی، ۱۳۸۸: به نقل از نیازی و همکاران، ۱۳۹۸: ۶۰). بدین طریق موقعیت افراد برحسب حجم و نوع سرمایه آنان مشخص می‌شود و جایگاه آنان ابتدا در خانواده و سپس در جامعه مشخص می‌شود (Isaac, 1387). به نقل از نیازی و همکاران، ۱۳۹۸: ۶۱). ازجمله نظریه‌پردازان کلاسیک معتقد است وضعیت نشاط افراد جامعه به وسیله‌ای موقعیت مادی تحت تأثیر قرار داده است، کارل مارکس^۱ است. وی می‌گوید که وضعیت عینی و مادی زندگی، رفاه و سعادت را به ارمغان آورده است (نیازی، صادقی آرانی و خداکریمان، ۱۳۹۸: ۶۰).

پیشینه پژوهش

تاکنون پژوهش‌های متعددی در زمینه شادکامی و سبک زندگی صورت پذیرفته است که در این پژوهش‌ها یک یا چند عامل مؤثر بر شادکامی موردبررسی قرارگرفته است که در ذیل به این تحقیقات اشاره شده است.

الماسی، محمودیانی و جعفری (۱۳۹۳) در پژوهشی با عنوان «عوامل مرتبط بااحساس شادکامی سالمندان» دریافتند همبستگی بین عوامل مرتبط سرمایه اجتماعی؛ میزان درآمد و سازگاری با متغیر احساس شادکامی مستقیم و در سطح حداقل ۹۵ درصد معنی دارد. رابطه متغیرهایی ازخودبیگانگی، پرخاشگری و محرومیت نسبی با شادکامی معکوس و ارتباط معنی‌داری بین شادکامی و جهت‌گیری مذهبی مشاهده نشد. نصرتی‌نژاد، سخایی و شریفی (۱۳۹۳) در پژوهشی با عنوان «مطالعه رابطه بین سرمایه اجتماعی جوانان و میزان شادکامی آنان» دریافتند میان سرمایه اجتماعی و ابعاد آن و سرمایه اجتماعی رابطه وجود دارد. مشارکت اجتماعی قوی‌ترین رابطه و بعدازآن اعتماد اجتماعی رابطه قوی با میزان شادکامی دارند.

خادمیان و خان‌محمدی (۱۳۹۳) پژوهشی با عنوان «بررسی تأثیر عدالت اجتماعی بر شادی اجتماعی جوانان شهر تهران» انجام دادند. یافته‌های تحقیق نشان می‌دهد که شادمانی اجتماعی و عدالت اجتماعی در سطح متوسط هستند و شادمانی اجتماعی بین گروه‌های مختلف جنسیتی، قومی، تحصیلی، وضعیت تأهل و محل تولد تفاوت معناداری دارد و ارتباط بین دو متغیر عدالت اجتماعی و شادمانی اثبات گردیده است.

خوش فر، جانعلی زاده، اکبری و دهقانی (۱۳۹۳) پژوهشی با عنوان «سرمایه فرهنگی و شادی جوانان» به روش پیمایش انجام داده‌اند. نتایج پژوهش نشان داد متغیر سرمایه فرهنگی و ابعاد آن با شادی جوانان همبستگی مستقیم دارد بین متغیرهای زمینه‌ای (جنسیت سن و وضعیت تأهل) هیچ‌کدام با شادی رابطه نداشتند و تنها متغیرهای تحصیلات و پایگاه اقتصادی اجتماعی با شادی رابطه معنی‌دار داشتند.

صلحی و ایران‌دوست (۱۳۹۴) پژوهشی با عنوان «تحلیل کیفی تجربه دانشجویان از شادکامی» به روش کیفی و پدیدارشناسی انجام دادند نتایج این پژوهش بیانگر آن است که مقولات اصلی شامل تحقق اهداف پیوندهای اجتماعی و نابسامانی‌های زندگی بود مشارکت‌کنندگان شادکامی را در جریان زندگی کسب کردند و در کنار آن تلاش‌های فردی را برای رسیدن به خواسته و شادکامی اساسی می‌دانستند.

شریف‌زاده و همکاران (۱۳۹۶) در پژوهشی با عنوان «عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی در ایران» که با روش فرا تحلیل صورت گرفته است به این نتایج دست یافتند که متغیرهای رضایت از زندگی، عزت نفس، دینداری و ارتباط اجتماعی به نسبت سایر متغیرها تأثیر زیادی بر نشاط اجتماعی در ایران دارند.

کارگر، ایمان و عباسی شوازی (۱۳۹۸) پژوهشی با عنوان «تبیین جامعه‌شناختی رابطه سبک زندگی و شادمانی اجتماعی» با روش پیمایش انجام داده‌اند. نتایج پژوهش نشان داد که در بین سازه‌های تحقیق ابعاد سبک زندگی مصرف‌گرا بر شادمانی اجتماعی و شناختی، سبک زندگی ورزشی بر شادمانی کل و سبک ورزشی (بعد سلامت) بر ابعاد شادمانی، مدیریت بدن بر بعد اجتماعی شادمانی تأثیر دارند و در بین متغیرهای جمعیتی رابطه سن، پایه تحصیلی، درآمد خانواده، طبقه اجتماعی با شادمانی معنادار است.

نیازی صادقی آرانی و خداکریمیان (۱۳۹۸) پژوهشی با عنوان «ارائه مدل ساختاری-تفسیری عوامل مؤثر بر سبک زندگی نشاط محور» به صورت کیفی انجام داده‌اند نتایج پژوهش نشان می‌دهد عوامل سرمایه اقتصادی، سرمایه اجتماعی، دینداری، مصرف فرهنگی، فعالیت‌های اوقات فراغت، حقوق شهروندی، هویت فردی، هویت جمعی و مدیریت بدن از ابعاد و شاخص‌های سبک زندگی نشاط محور به شمار می‌آیند.

زکی (۱۳۹۹) در پژوهش «فرا ترکیب پژوهش نشاط اجتماعی در ایران» به این نتایج دست‌یافت که بیشترین فراوانی عوامل مؤثر فرعی بر نشاط اجتماعی عبارت‌اند از دینداری، سرمایه اجتماعی، اعتماد اجتماعی، امنیت اجتماعی، سرمایه فرهنگی، احساس محرومیت نسبی و طبقه اجتماعی، احساس مقبولیت اجتماعی، آنومی، هوش معنوی

و عزت نفس، کارکردهای نشاط اجتماعی در ایران در شش دسته اصلی طبقه‌بندی شده‌اند. بیشترین فراوانی اثرات فرعی نشاط اجتماعی عبارت‌اند از سلامت عمومی، رضایت زناشویی، موفقیت تحصیلی و رضایت شغلی.

جی لی و بارگاو^۱ (۲۰۰۴) در پژوهشی با عنوان «اوقات فراغت و نشاط اجتماعی» به این نتایج دست یافتند که در میان عامل‌های اجتماعی- جمعیتی درآمد، اشتغال، سن، جنس و نشاط عامل مؤثری در استفاده از اوقات فراغت و نشاط اجتماعی هستند و افراد متأهل اوقات فراغت کمتری نسبت به افراد مجرد دارند.

هیلر و آرگایل^۲ (۲۰۰۵) پژوهشی با عنوان «تجارب مذهبی و موسیقایی و ارتباط آن بانشاط» انجام دادند. یافته‌های پژوهش نشان داد تجارب مذهبی و موسیقایی تا حدودی در ایجاد نشاط مؤثر است یکی از نتایج پژوهش این است که تأثیر مثبت موسیقی و مذهب بر نشاط به واسطه این است که روابط اجتماعی افراد را توسعه می‌دهند.

داینر و لوکاس^۳ (۲۰۰۶) پژوهشی با عنوان «فراتر از تردمیل لذت‌گرا: بازنگری در نظریه سازگاری رفاه» انجام دادند. یافته‌ها نشان داد جوامع بیمار از طریق عدم کارایی در ایجاد امکانات فرهنگی اجتماعی و یا به وجود آوردن استانداردهای نسبی برای افراد جامعه شرایط ناخوشایند را ایجاد می‌کند و جوامع سالم در تلاش‌اند تا شرایط شادی و سرزندگی را ایجاد کنند.

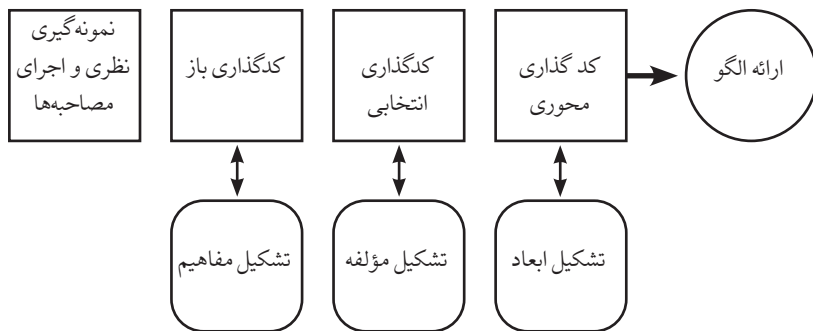
تیان و یانگ^۴ (۲۰۰۸) در پژوهشی با عنوان عوامل درآمدی و غیر درآمدی در ارتقا نشاط چه تفاوتی با یکدیگر دارند؟ نشان دادند که درآمد باعث نشاط می‌شود اما تنها در یک نقطه معین اما هنگامی که سطوح عوامل غیردرآمدی به دست آمد افزایش این نقطه که قبلاً نیز افزایش یافته بود منجر به تخصیص ناکارآمد شده است و نشاط افراد را کاهش می‌دهد.

روش‌شناسی

راهبرد نظریه داده بنیاد، نوعی روش‌شناسی عمومی برای تدوین نظریه‌هاست که ابتدا توسط استراوس و گلاسر^۵ معرفی شد (نوروزی و همکاران، ۱۳۹۱: ۴۳). شاید بتوان این روش پژوهشی را نوعی از روش‌های پژوهش کیفی دانست که به نوعی از لحاظ نظم

1. G.Lee & Bhargava
2. Hills & Argyle
3. Diener & Lucas
4. Tian & yang
5. Strauss & Glasser

و ساختار تحت تأثیر روش‌های پژوهش کمی بوده است. توجه به این نکته که یکی از پدیدآورندگان این نظریه بارنی گلیسر از پرورش یافتگان مکتب کمی دانشگاه کلمبیاست، این نظر را تأیید می‌کند (دانایی فرد و امامی، ۱۳۸۶: ۷۳). راهبرد نظریه داده بنیاد از مهم‌ترین روش‌های کیفی پژوهش است که به‌نوعی می‌توان گفت مهم‌ترین روش پژوهش کیفی نظام‌مند در مقابل انواع روش‌های کمی مختلف است (نوروزی و همکاران، ۱۳۹۱: ۴۴؛ به نقل از Charmaz 509: 1990). همچنین نظریه داده بنیاد برای تفسیر رفتار فرد و همچنین رفتار گروه قابل استفاده است (Goulding, 2002: 39). این مسئله استفاده از این راهبرد را در مسئله تصمیم‌گیری که گاهی به‌صورت فردی و گاهی به‌صورت گروهی اجرا می‌شود توجیه می‌کند. راهبرد نظریه‌پردازی داده بنیاد طرح‌های مختلفی دارد که در این پژوهش از راهبرد نظریه‌پردازی داده بنیاد - طرح نظام‌مند استفاده شده است. مراحل روش نظام‌مند که در نگاره ۱ نشان داده شده است به‌طور خلاصه شامل اجرای مصاحبه‌ها، کدگذاری باز، کدگذاری محوری، کدگذاری انتخابی و ارائه الگو است.



شکل ۱. مدل پارادایمی کدگذاری محوری

نمونه‌گیری و جامعه آماری

جامعه آماری این پژوهش شامل کلیه پژوهش‌های انجام گرفته در حوزه نشاط و شادکامی است که از طریق سامانه جستجوی کتابخانه‌ها و پژوهشکده‌هایی چون جهاد دانشگاهی^۱، پایگاه نشریات کشور (مگیران) و ایران‌داک، با کلمه عوامل سبک زندگی

نشاط محور و شادکامی در قسمت عنوان و محدود کردن جستجو به زبان فارسی و محدوده سال‌های ۱۳۹۱ تا ۱۴۰۰ جمعاً ۳۳ پژوهش پذیرفته شده، به دست آمد. نمونه‌گیری این پژوهش، نظری است. در نمونه‌گیری نظری، از رویدادها و نه لزوماً از افراد نمونه‌گیری می‌شود و هدف از مراجعه به افراد برای مصاحبه، کاوش رویدادها است. رویدادهایی که مبین مقولات گوناگون مرتبط با پدیده موردبررسی پژوهش هستند (Strauss, 1998: 18 & Corbin). در این پژوهش از ۳۳ مقاله در زمینه نشاط و شادکامی استفاده شده است.

این متدولوژی جهت شفاف‌سازی مفاهیم و الگوها و نتایج در پالایش حالت‌های موجود دانش و ظهور مدل‌های عملیاتی و تئوری‌ها پذیرفته شده است. در طول تجزیه و تحلیل، محقق موضوعات یا تم‌هایی را جستجو می‌کند که در میان مطالعات موجود در فرایند مرور نظام‌مند پدیدار شده‌اند. به‌طوری‌که محقق تم‌ها یا موضوعاتی را مشخص می‌کند. به محض اینکه موضوعات شناسایی و مشخص شدند، بررسی‌کننده یک طبقه‌بندی را شکل می‌دهد و طبقه‌بندی‌های مشابه و مربوطه را در موضوعی قرار می‌دهد که آن را به بهترین نحو توصیف می‌کند.

مرحله آماده‌سازی

در پژوهش پیش‌رو، ابتدا تمام عوامل استخراج شده از مطالعات را به‌عنوان کد در نظر می‌گیریم. سپس با در نظر گرفتن مفهوم هریک از این کدها، آن‌ها را در یک مفهوم مشابه دسته‌بندی می‌کنیم. به این ترتیب مفاهیم (تم‌ها) تحقیق را شکل می‌دهیم. در جدول ۱، ۲، ۳، ۴ و ۵ این عوامل به‌طور خلاصه نشان داده شده است. اولین قدم در اجرای تحلیل محتوا تعیین سؤال یا سؤال‌هایی است که پژوهشگر قصد پاسخگویی به آن‌ها را دارد. بنابراین تحلیل محتوا نیز مانند سایر پژوهش‌ها باهدف معین و مسئله‌ای که ذهن پژوهشگر را مشغول کرده است آغاز می‌شود (دلاور، ۱۳۷۴). سپس بایستی مجموعه‌ای از اسناد، مقالات و پیام‌ها را که می‌توان به کمک آن‌ها به این سؤال پاسخ داد را جمع‌آوری کرد (سرمد، ۱۳۸۰). در این تحقیق نیز از طریق تحلیل محتوا قصد پاسخ‌گویی به سؤالات مقابل را داشتیم:

چه عواملی بر سبک زندگی نشاط محور مؤثرند؟ کدام عوامل تأثیر مستقیم (عوامل علی) بر مسئله دارند؟ شرایط زمینه‌ای و عوامل مداخله‌گر مؤثر بر سبک زندگی نشاط محور کدام‌اند؟ راهبردهای مؤثر برای ایجاد سبک زندگی نشاط محور چیست؟ نتایج داشتن سبک زندگی نشاط محور چیست؟

بررسی پیام‌ها

در این مرحله با انجام یک مطالعه مقدماتی، در هر مقوله اجزاء عمومی و مشترک به عنوان واحد تجزیه و تحلیل تعیین گردیده است. لازم به ذکر است در تحلیل محتوای صورت گرفته تنها به محتوای آشکار (معنای سطحی) متن توجه نشده است بلکه لایه‌های عمیق‌تر معانی نیز مورد تحلیل قرار گرفته است از طرفی مقوله‌ها و واحدهای تجزیه و تحلیل طوری انتخاب شده‌اند که از یک طرف جامع و فراگیر باشند به نحوی که تمام اجزاء اشاره شده توسط محققان مختلف می‌توانند در مقوله‌های مناسب خود قرار گیرند و از طرف دیگر دارای ویژگی مانع بودن نیز باشند؛ یعنی هر مقوله دربرگیرنده واحدهایی باشد که آن را سایر مقوله‌ها جدا کند (مقدم و همکاران، ۱۳۹۵: ۱۳۲).

تحلیل داده‌ها

کدگذاری باز سبک زندگی نشاط محور

جدول ۱. کدگذاری باز

پیامد	راهبرد	مداخله‌گر	شرایط زمینه‌ای	شرایط علی
افزایش سلامت جسمی و روانی، افزایش امنیت، بالا رفتن روحیه مشارکتی، افزایش میزان توسعه	ایجاد فرصت‌های فراغتی مناسب برای هر دو جنس، ایجاد فرصت‌هایی در جهت افزایش سرمایه اجتماعی، ایجاد رسانه‌های خصوصی برای بازتاب خواسته‌های مردم از طریق رسانه‌ها، ترویج فرهنگ شادی، مهار تورم و افزایش قدرت خرید مردم، اصلاح باورهای فرهنگی در مورد شادی، فرهنگ‌سازی و آگاهی‌رسانی در مورد مفهوم نشاط، تلاش در جهت کاهش فقر و نابرابری و افزایش عدالت اجتماعی، آموزش حقوق شهروندی، ایجاد فضاهای مناسب تفریحی، فرهنگسرا، کتابخانه و ...	دینداری، کار با اینترنت، مطالعه، گوش دادن به موسیقی، تماشای فیلم و تئاتر، رفتن به سخنرانی و کنفرانس، آشنایی با زبان خارجی، ورزش، تعداد مقالات منتشره، بازی کامپیوتری، مصرف فرهنگی، اوقات فراغت	سن، جنسیت، تحصیلات، قومیت، وضعیت تأهل، وضعیت اشتغال، شهر محل سکونت، عزت نفس، خلق مثبت، احساسات خوشایند، علاقه به دیگران، سازگاری رضایت از زندگی	شرایط اقتصادی، وضعیت رفاهی، مشارکت اجتماعی، انسجام اجتماعی، اعتماد اجتماعی، شبکه روابط، آگاهی، عدالت اجتماعی، امنیت اجتماعی، امید به آینده

کدگذاری انتخابی

جدول ۲. تشکیل دهنده بخش عوامل مؤثر

مؤلفه	مفاهیم
ارتباطات اجتماعی، عضویت در گروه‌ها	مشارکت اجتماعی، انسجام اجتماعی، اعتماد اجتماعی، شبکه روابط، آگاهی، عدالت اجتماعی، امنیت اجتماعی، امید به آینده
گوش دادن به موسیقی، تماشای فیلم و تئاتر، رفتن به سخنرانی و کنفرانس	کار با اینترنت، مطالعه، آشنایی با زبان خارجی، ورزش، تعداد مقالات منتشره، بازی کامپیوتری، مصرف فرهنگی، اوقات فراغت
سن، جنسیت، تحصیلات، قومیت، وضعیت تأهل، وضعیت اشتغال، شهر محل سکونت	عوامل زمینه‌ای
خوش بینی، اعتماد به نفس	عزت نفس، خلق مثبت، احساسات خوشایند، علاقه به دیگران، سازگاری، رضایت از زندگی
ملک‌های تحت مالکیت، ارزش ماشین شخصی	منزل مسکونی، ارزش ماشین شخصی، درآمد، ارزش وضعیت رفاهی
باور دینی، بعد پیامدی، بعد تجربی، رفتارهای دینی، تعهد مذهبی	دینداری

تشکیل دهنده بخش نتایج

جدول ۳. کدگذاری انتخابی نتایج

مؤلفه	مفاهیم
افزایش مشارکت، عضویت در انجمن و گروه‌ها	افزایش امنیت، بالا رفتن روحیه مشارکتی
رضایت از زندگی، امید به آینده، عزت نفس، خلق مثبت، سازگاری	افزایش سلامت روانی
توسعه فرهنگی، سیاسی، اجتماعی، اقتصادی	افزایش توسعه

کدگذاری محوری

در کدگذاری محوری، مفاهیم بر اساس اشتراکات، در کنار هم قرار می‌گیرند، درواقع کدها و دسته‌بندی‌های انجام‌شده در کدگذاری انتخابی ایجاد شده‌اند، مورد مقایسه قرار می‌گیرند و با ادغام کدهایی که از نظر مفهومی با یکدیگر مشابه‌اند، دسته‌هایی که به یکدیگر مربوط می‌شوند، حول محور مشترکی قرار می‌گیرند.

تشکیل دهنده بخش عوامل مؤثر

جدول ۴. کدگذاری محوری عوامل مؤثر

ابعاد	مؤلفه	مفاهیم
عوامل اجتماعی	ارتباطات اجتماعی، عضویت در گروه‌ها	مشارکت اجتماعی، انسجام اجتماعی، اعتماد اجتماعی، شبکه روابط، آگاهی، عدالت اجتماعی، امنیت اجتماعی، امید به آینده
عوامل فرهنگی	گوش دادن به موسیقی، تماشای فیلم و تئاتر، رفتن به سخنرانی و کنفرانس	کار با اینترنت، مطالعه، آشنایی با زبان خارجی، ورزش، تعداد مقالات منتشره، بازی کامپیوتری، مصرف فرهنگی، اوقات فراغت
عوامل جمعیت شناختی	مدرک تحصیلی، شاغل بودن	سن، جنسیت، تحصیلات، قومیت، وضعیت تأهل، وضعیت اشتغال، شهر محل سکونت
عوامل روان شناختی		عزت نفس، خلق مثبت، احساسات خوشایند، علاقه به دیگران، سازگاری، رضایت از زندگی
عوامل اقتصادی	ملک‌های تحت مالکیت، ارزش ماشین شخصی، پایگاه اقتصادی	منزل مسکونی، ارزش ماشین شخصی، درآمد، ارزش وضعیت رفاهی
دینداری	باور دینی، بعد پیامدی، بعد تجربی، رفتارهای دینی، تعهد مذهبی	دینداری

تشکیل دهنده بخش نتایج

جدول ۵. کدگذاری محوری نتایج

ابعاد	مؤلفه	مفاهیم
سرمایه اجتماعی	افزایش مشارکت	افزایش امنیت، بالا رفتن روحیه مشارکتی
روان شناختی	رضایت از زندگی، امید به آینده، عزت نفس، خلق مثبت، سازگاری	افزایش سلامت روانی
توسعه انسانی	توسعه فرهنگی، سیاسی، اجتماعی، اقتصادی	افزایش توسعه

در این پژوهش سبک زندگی نشاط محور مقوله محوری در نظر گرفته شده است. با توجه به تحلیل داده‌ها در دستیابی به هدف پژوهش عوامل اجتماعی، عوامل فرهنگی، جمعیت شناختی، روان شناختی، اقتصادی و دینداری شناسایی شد.

شرایط علّی: شرایط علّی مجموعه‌ای از وقایع و شرایط است که بر مقوله محوری، اثرگذارند. دو مقوله عوامل اجتماعی و اقتصادی به‌عنوان شرایط علّی اثرگذار بر پدیده محوری شناسایی گردیدند.

عوامل اجتماعی: عوامل اجتماعی مقوله‌ای علّی است که بر سبک زندگی نشاط محور اثر می‌گذارد. عوامل اجتماعی دربرگیرنده مشارکت اجتماعی، انسجام اجتماعی، اعتماد اجتماعی، شبکه روابط، آگاهی، عدالت اجتماعی، امنیت اجتماعی، امید به آینده است. انسجام اجتماعی و یکپارچگی و همدلی از دیگر عوامل زمینه‌ساز شادی است. همبستگی و وحدت و اعتمادسازی زمینه‌ساز شادی است و تقویت نقاط اشتراک و هویت ملی نیز زمینه‌ساز شادی در افراد است (عباس‌زاده و همکاران، ۱۳۹۰: ۲۴۱). کاهش سطح تعاملات اجتماعی افراد را دچار انزوای اجتماعی می‌کند و احساس انزوا و احساس تنهایی در سطح جامعه گسترش می‌یابد و سبب تقویت احساس منفی در فرد می‌شود و سلامت روانی آنان را کاهش می‌یابد که درنهایت تأثیر چشمگیری در کاهش شادمانی افراد جامعه به همراه خواهد داشت (عباس‌زاده و همکاران، ۱۳۹۵: ۱۶۳).

عوامل اقتصادی: یکی دیگر از شرایط علّی اثرگذار بر سبک زندگی نشاط محور عوامل اقتصادی است. منزل مسکونی، ارزش ماشین شخصی، درآمد، وضعیت رفاهی از عوامل اقتصادی تأثیرگذار بر سبک زندگی نشاط محور است. وضعیت رفاهی و درآمد فرد با دسترسی به امکاناتی همچون وسایل ارتباطی، رفتن به کنسرت و تئاتر و... که از عوامل فرهنگی مداخله‌گر هستند ارتباط مستقیم دارد. می‌توان گفت شاغل بودن فرد نسبت به بیکار بودن وی تأثیر مستقیم بر نشاط اجتماعی وی دارد؛ اما بعد از اشتغال، نکته تأثیرگذار، رضایت فرد از شغلی است که به آن مشغول است (هزارجریبی، ۱۳۹۹: ۵۰۸).

عوامل زمینه‌ای: مجموعه‌ای از شرایط خاص هستند که در یک‌زمان و مکان خاص جمع می‌آیند تا مجموعه مسائلی را پدیدآورند که اشخاص با تعامل به آن‌ها پاسخ دهند. سن، جنسیت، تحصیلات، قومیت، وضعیت تأهل، وضعیت اشتغال، شهر محل سکونت، عزت‌نفس، خلق مثبت، احساسات خوشایند، علاقه به دیگران، سازگاری، رضایت از زندگی. عوامل فردی و روان‌شناختی از عوامل زمینه‌ای در سبک زندگی نشاط محور هستند.

عوامل مداخله‌گر: مجموعه‌ای از وقایع و شرایط هستند که پس از شروع مطالعه و در حین انجام پژوهش رخ می‌دهند. در این پژوهش، شرایط مداخله‌گر عواملی هستند

که در فرایند اجرای راهبردی بهبود قابلیت‌های کارآفرینانه، رخ می‌دهند. دینداری، کار با اینترنت، مطالعه، گوش دادن به موسیقی، تماشای فیلم و تئاتر، رفتن به سخنرانی و کنفرانس، آشنایی با زبان خارجی، ورزش، تعداد مقالات منتشره، بازی کامپیوتری، مصرف فرهنگی، اوقات فراغت از عوامل مداخله‌گر شناسایی شده هستند.

راهبردها: اقداماتی هستند که توسط افراد در مواجهه با مسائل به کار می‌رود و در نهایت هر جا انجام یا عدم انجام عمل معینی در پاسخ به مسئله از سوی فرد انتخاب شود پیامدهایی پدید می‌آید (استرس و کوربین ۱۳۹۰ به نقل از باب الحوائجی، ۱۳۹۳: ۴۵۷). راهبردها یا کنش‌ها، اقدامات هدفمندی هستند که راه‌حل‌هایی برای پدیده موردنظر فراهم می‌سازند و منجر به ایجاد پیامدها و نتایجی می‌شوند (مقدم و همکاران، ۱۳۹۵: ۱۳۹). سرمایه‌گذاری اجتماعی و فرهنگی و همچنین بهبود شرایط اقتصادی از راهبردهای پدیده موردنظر هستند.

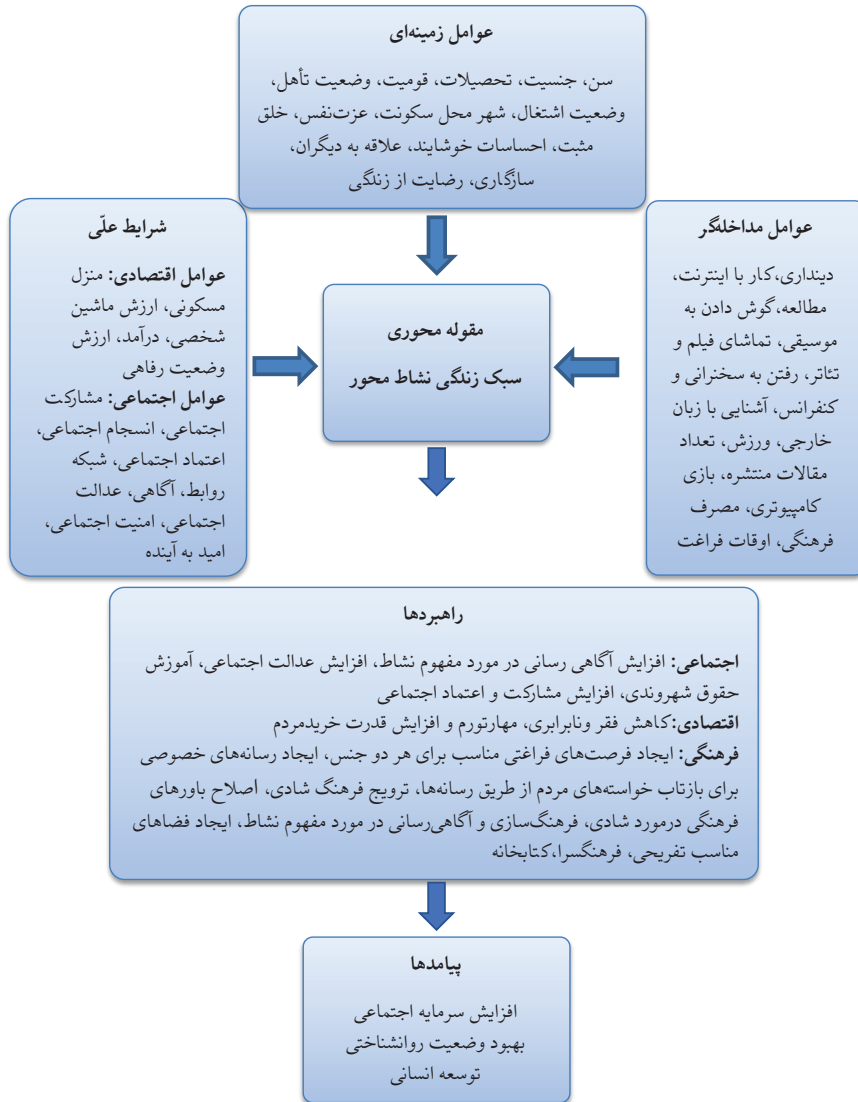
سرمایه‌گذاری فرهنگی: یکی از راهبردها است که شامل مفاهیم ایجاد فرصت‌های فراغتی مناسب برای هر دو جنس، ایجاد رسانه‌های خصوصی برای بازتاب خواسته‌های مردم از طریق رسانه‌ها، ترویج فرهنگ شادی، اصلاح باورهای فرهنگی در مورد شادی، فرهنگ‌سازی و آگاهی‌رسانی در مورد مفهوم نشاط، ایجاد فضاهای مناسب تفریحی، فرهنگسرا، کتابخانه و... .

سرمایه‌گذاری اجتماعی ایجاد فرصت‌هایی در جهت افزایش آگاهی‌رسانی در مورد مفهوم نشاط، افزایش عدالت اجتماعی، آموزش حقوق شهروندی، افزایش مشارکت و اعتماد اجتماعی است.

بهبود شرایط اقتصادی: شامل مفاهیم تلاش در جهت کاهش فقر و نابرابری، مهار تورم و افزایش قدرت خرید مردم است.

پیامدها: پیامدها نتایجی هستند که از راهبردها و کنش‌های مربوط به مقوله محوری حاصل می‌شوند. افزایش سرمایه اجتماعی، بهبود وضعیت روان‌شناختی و توسعه انسانی از پیامدهای سبک زندگی نشاط محور است. رضایت از زندگی، امید به آینده، عزت نفس، خلق مثبت، سازگاری از مؤلفه‌های مفهوم سلامت روانی است که از پیامدهای سبک زندگی نشاط محور است.

مطالعات ایرانی تاکنون به روش سیستماتیک داده بنیاد به بررسی شادکامی نپرداخته‌اند. همچنین در این مقاله مجموعه عوامل، راهبردها و پیامدهای اساسی شادکامی به صورت توأمان موردبررسی قرار گرفته‌اند و به صورت مدل ارائه شده است.



شکل ۲. مفهومی پژوهش (محقق ساخته)

نتیجه گیری:

شادی و نشاط به عنوان یکی از احساسات مثبت انسانی، دارای ابعاد و تجلیات مختلف است و نقش تعیین کننده‌ای در تأمین سلامت فرد و جامعه دارد. تمدن بشری از آغاز تاکنون، هدف و غایت زندگی را رسیدن به شادمانی دانسته و همواره به دنبال شاد زندگی کردن بوده؛ باین وجود درک بیشتر از نشاط، متفاوت بوده است.

در این پژوهش سعی بر این بوده است که سهم عوامل تعیین کننده سبک زندگی نشاط محور مورد بررسی و تبیین قرار گیرد. جامعه‌ای که می‌خواهد پیشرفت کند و به توسعه اقتصادی و اجتماعی دست یابد، داشتن جامعه‌ای شاداب برای سیاست‌گذاران در حوزه‌های مختلف سیاسی، اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی و ... فرصتی مغتنم شمرده می‌شود که می‌تواند آن‌ها را در رسیدن به اهدافشان یاری نماید (عزیزی و همایونی، ۱۳۹۸: ۱۵۶). عوامل تأثیرگذار بر سبک زندگی نشاط محور به عوامل زمینه‌ای و ساختاری تقسیم شده است. بر اساس یافته‌های این پژوهش عوامل تأثیرگذار به شرایط علی، شرایط مداخله‌گر، شرایط زمینه‌ای تقسیم‌بندی شده‌اند. شرایط علی شامل عوامل اقتصادی و عوامل اجتماعی است. عوامل اجتماعی همچون امنیت اجتماعی، امید به آینده، مشارکت اجتماعی، شبکه روابط اجتماعی، انسجام اجتماعی و ... از عواملی هستند که تأثیر مستقیم بر مقوله محوری یعنی سبک زندگی نشاط محور دارند. بر اساس یافته‌های پژوهش، شادکامی ارتباط مثبت و معناداری با امید به آینده در میان جوانان دارد. لیوبومیرسکی و لائوس (۲۰۱۳) امید به آینده را یکی از زمینه‌های اصلی و مهم در احساس شادی معرفی می‌کنند. افزایش سطح تعاملات اجتماعی و شبکه روابط اجتماعی تأثیر مستقیم بر میزان شادی در افراد دارد. یافته‌های این پژوهش با یافته‌های پژوهش عباس‌زاده و همکاران (۱۳۹۵)، افشانی (۱۴۰۰) مطابقت دارد.

عوامل اقتصادی همچون میزان درآمد و رفاه نیز از عواملی است که تأثیر مستقیم بر مقوله محوری دارد. نتیجه پژوهش‌هایی که میزان درآمد خانواده و فرد را مورد سؤال قرار داده‌اند، نشان می‌دهد میزان درآمد ماهیانه خانواده با نشاط اجتماعی رابطه مستقیم و معنادار دارد. تیانگ و یانگ (۲۰۰۸)، نیازی و همکاران (۱۳۹۸)، خادمیان و فرجی (۱۳۹۲)؛ الماسی و همکاران (۱۳۹۳). بین میزان درآمد و نشاط اجتماعی در شهر، رابطه مستقیم و معنادار وجود دارد؛ اما در روستا رابطه معناداری وجود ندارد امنیت اقتصادی و امنیت شغلی نیز در همه پژوهش‌ها رابطه معناداری با نشاط اجتماعی دارد (هزارجریبی، ۱۳۹۹: ۵۰۹ و ۵۱۴). عوامل زمینه‌ای می‌توانند بر سبک زندگی نشاط

محور تأثیرگذار باشند. متغیرهای زمینه‌ای جنسیت، سن، تأهل، تحصیلات و محل سکونت، به‌تنهایی رابطه معناداری بانشاط اجتماعی ندارند و در موارد معنادار بودن این رابطه، به‌واسطه حضور عوامل دیگر بوده است (هزارجریبی، ۱۳۹۹: ۵۱۳). تورم اقتصادی و مشکلات ناشی از آن فشار زیادی را به افراد متأهل (در مقایسه با افراد مجرد) وارد کرده است و به کاهش نشاط آن‌ها منجر شده است (افشانی، ۱۴۰۰: ۱۸). این یافته‌ها با نتایج تحقیقات هزارجریبی (۱۳۹۹)، نصرتی نژاد و همکاران (۱۳۹۳، افشانی ۱۴۰۰) مطابقت دارد. دینداری و شرایط فرهنگی از عوامل مداخله‌گر بر سبک زندگی نشاط محور هستند که با پژوهش هیلر و آرگایل (۲۰۰۵)، شریف‌زاده و همکاران (۱۳۹۶) و زکی (۱۳۹۹) همسو است. دارا بودن امکانات فرهنگی بیشتر از داشتن مدارک تحصیلی و فرهنگی و مهارت فرهنگی بر میزان شادی افراد اثرگذار است. داشتن تحصیلات و مدارک بالاتر امکان در اختیار دادن مشاغل پردرآمد را افزایش می‌دهد و سبب تغییر پایگاه اقتصادی- اجتماعی فرد می‌گردد و دسترسی افراد به امکانات فرهنگی نیز بیشتر می‌شود در نتیجه مجموعه این عوامل سبب افزایش شادی و نشاط خواهد شد (خوش‌فر و همکاران، ۱۳۹۳: ۱۱۵). این یافته با پژوهش نیازی و همکاران (۱۳۹۸)، داینر و لوکاس (۲۰۰۶) و زکی (۱۳۹۹) مطابقت دارد. داشتن تحصیلات و مدارک بالاتر امکان در اختیار دادن مشاغل پردرآمد را افزایش می‌دهد و سبب تغییر پایگاه اقتصادی- اجتماعی فرد می‌گردد و دسترسی افراد به امکانات فرهنگی نیز بیشتر می‌شود در نتیجه مجموعه این عوامل سبب افزایش شادی و نشاط خواهد شد (خوش‌فر و همکاران، ۱۳۹۳: ۱۱۵).

پیشنهادهای پژوهش

فضای جامعه جهت بیان خواسته‌های اجتماعی باز شود و حقوق شهروندی به افراد جامعه آموزش داده شود که در نتیجه آن به حقوق مردم تعرض نشود. فرصت‌های افزایش سرمایه اجتماعی به‌عنوان یکی از شرایط علی افزایش باید. با کاهش یافتن قیمت کافی شاپ‌ها و رستوران‌ها و یا تعریف کافی شاپ‌هایی با هزینه پایین‌تر توسط نهادهای دولتی می‌توان میزان ارتباطات اجتماعی را افزایش داد. همان‌طور که می‌دانیم کافی شاپ‌ها به‌عنوان مکان‌هایی تقریباً خصوصی جهت دور همی‌های دوستانه و بحث و تبادل نظر و افزایش سرمایه اجتماعی در همه‌جای دنیا باقیمت مناسب در دسترس همگان قرار دارد اما در ایران هزینه این مکان‌ها به‌قدری بالاست که تبدیل به مکان‌هایی لوکس برای افرادی خاص شده‌اند. از عوامل دیگر در جهت افزایش

سرمایه اجتماعی می‌توان به تقویت NGOها اشاره کرد. این مسئله هم می‌تواند افزایش اعتماد و مشارکت اجتماعی منجر شود و از سوی دیگر می‌تواند فرصت‌های دوست‌یابی را در اختیار افراد قرار دهد.

منابع و مأخذ

احمدی، یعقوب، گنجی، محمد و محمدی، محمدسعید (۱۳۹۹). فراتحلیل مطالعات سبک زندگی در پژوهش‌های ایرانی. جامعه‌شناسی و مدیریت سبک زندگی، ۱۶، ۱-۳۷.

افشانی، علیرضا (۱۳۹۲). بررسی میزان نشاط اجتماعی در بین جوانان یزدی و عوامل مرتبط با آن. مجله تحلیل اجتماعی، ۴(۶۹)، ۱-۲۷.

الماسی، مسعود، محمودیانی، سراج الدین و جعفری، مرتضی (۱۳۹۳). عوامل مرتبط با احساس شادکامی سالمندان مرکز تحقیقات مراقبت‌های پرستاری دانشگاه علوم پزشکی ایران. نشریه پرستاری ایران، ۲۷(۹۲)، ۳۲-۳۳.

خادمیان، طلحیه و خان‌محمدی، افسانه (۱۳۹۳). بررسی تأثیر عدالت اجتماعی بر شادمانی اجتماعی جوانان شهر تهران. مطالعات جامعه‌شناسی، ۴(۱۴)، ۱۰۹-۱۲۵.

خوش‌فر، غلامرضا، جانعلی زاده، حیدر، اکبرزاده، فاطمه و دهقانی، حمید (۱۳۹۳). سرمایه فرهنگی و شادی جوانان. فصلنامه انجمن ایرانی مطالعات فرهنگی و ارتباطات، ۱۱(۳۸)، ۸۹-۱۲۰.

دانایی‌فر، حسن و امامی، سیدمجتبی (۱۳۸۶). استراتژی‌های پژوهش کیفی: تأملی بر نظریه‌پردازی داده بنیاد. اندیشه مدیریت راهبردی، ۲(۲)، ۶۹-۸۹.

زکی، محمدعلی (۱۳۹۹). فراترکیب پژوهش نشاط اجتماعی در ایران. فصلنامه علمی تخصصی مطالعات کاربردی در علوم اجتماعی و جامعه‌شناسی، ۳(۳)، ۱-۲۴.

شریف‌زاده، حکیمه السادات، میرمحمدتبار، سیداحمد و عدلی‌پور، صمد (۱۳۹۶). بررسی عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی در ایران. فصلنامه راهبرد فرهنگ، ۱۰(۴۰)، ۱۵۹-۱۸۰.

شفیع‌آبادی، عبدالله، اسماعیلی‌فر، ندا و احقر، قدسی (۱۳۹۰). سهم خودکارآمدی در پیش‌بینی شادکامی. اندیشه و رفتار در روانشناسی بالینی (اندیشه و رفتار)، ۵(۱۹)، ۲۷-۳۴.

صنعتی شرقی، نادر، بخارایی، احمد، رستمی، شاه‌بخشی و شریتیان، محمد حسن (۱۳۹۷). مطالعه نشاط اجتماعی با تأکید بر محور سلامت اجتماعی پژوهشی ترکیبی در بین شهروندان شهر مشهد. پژوهشنامه مددکاری اجتماعی، ۳(۱۰)، ۱۴۷-۲۰۳.

طالب‌زاده شوشتری، لیلی و مزگی‌نژاد، سمیه (۱۴۰۰). بررسی نشاط اجتماعی و عوامل مؤثر بر آن (مورد مطالعه: شهر بیرجند). فصلنامه مطالعات فرهنگی- اجتماعی خراسان، ۱۶(۱)، ۳۳-۶۰.

عباس‌زاده، محمد، علیرزاده‌اقدم، محمدباقر، کوهی، کمال و علی‌پور، پروین (۱۳۹۰). انواع سرمایه‌ها، حلقه مفقوده در تبیین شادکامی و دانشجویان (دانشجویان دانشگاه تبریز). فصلنامه علمی- پژوهشی رفاه اجتماعی، ۱۳(۵۱)، ۲۴۴-۲۱۵.

عباس‌زاده، محمد، قاسم‌زاده، داود و صالح، نوشین (۱۳۹۵). بررسی ارتباط بین اشکال سرمایه و شادی در بین

حاشیه‌نشینان و غیر حاشیه‌نشینان شهر تبریز. فصلنامه برنامه‌ریزی رفاه و توسعه اجتماعی، ۸(۲۹)، ۱۵۷-۱۸۴.

عزیزی، زهرا، میرحسینی، زهرا و همایونی، فاطمه السادات (۱۳۹۸). تاثیر سرمایه اجتماعی و عوامل اقتصادی بر شادی زنان (تحلیل اقتصادسنجی درباره زنان شهر تهران). فصلنامه زن در توسعه و سیاست (پژوهش زنان)، ۱۷(۴)، ۵۵۷-۵۸۰.

فرزعلیان، الهه (۱۳۹۷). تبیین سبک زندگی نشاط محور در بین شهروندان تهرانی، پایان‌نامه دکتری، دانشگاه کاشان.

فرزعلیان، الهه، گنجی، محمد و نیازی، محسن (۱۳۹۸). بررسی نقش سرمایه های اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی در گرایش شهروندان به سبک زندگی نشاط محور. مطالعات و تحقیقات اجتماعی در ایران، ۲۸(۲)، ۳۷۹-۴۱۰.

کارگر، سعید، ایمان، محمدتقی و عباسی شوازی، محمدتقی (۱۳۹۶). تبیین جامعه‌شناختی رابطه سبک زندگی و شادمانی اجتماعی (مورد مطالعه دانش آموزان دبیرستانی شهر جهرم). فصلنامه علمی- پژوهشی علوم اجتماعی دانشگاه آزاد اسلامی واحد شوشتر، ۱۱(۲)، ۱۶۴-۱۲۹.

کلانتری، عبدالحسین، کشاورز، ام‌الله و مومنی، حسن (۱۳۹۷). رابطه بین سرمایه اجتماعی و نشاط اجتماعی جوانان شهرستان دهلران. پژوهشنامه مددکاری اجتماعی، ۳(۱۰)، ۴۱-۷۲.

مقدم، ابوالفضل، کمالیان، امیرضا، اورعی یزدانی، بدرالدین، کرد، باقر و روشن، سید علیقلی (۱۳۹۵). تبیین و طراحی الگوی مدیریت منابع انسانی کارآفرینانه: رویکرد داده بنیاد. نشریه علمی - پژوهشی بهبود مدیریت، ۴(۱۵۷)، ۱۲۳-۱۵۷.

مهدی‌زاده، شراره، گنجی، محمد و زارع غیاث‌آبادی، فاطمه (۱۳۹۳). مطالعه رابطه بین شادی و سرمایه اجتماعی در بین جوانان. مطالعات راهبردی ورزش و جوانان، ۱(۲۶)، ۸۵-۱۰۸.

نصرتی‌نژاد، فرهاد، سخایی، ایوب و شریفی، حجت (۱۳۹۳). مطالعه رابطه بین سرمایه ی اجتماعی جوانان و میزان شادکامی آنان. فصلنامه مطالعات توسعه اجتماعی- فرهنگی، ۴(۲)، ۱۴۳-۱۶۷.

نوروزی، خلیل، باقری‌کنی، مصباح الهدی، آزادی احمدآبادی، جواد و نوروزی، محمد (۱۳۹۱). ارتقای قابلیت های پویا در دانشکده‌های مدیریت جمهوری اسلامی ایران (مورد مطالعه: دانشکده معارف اسلامی و مدیریت دانشگاه امام صادق (ع)). دو فصلنامه مدیریت در دانشگاه اسلامی، ۱(۳)، ۴۲۳-۴۴۶.

نیازی، محسن، صادقی آرانی، زهرا و خداکرمیان، ندا (۱۳۹۳). ارائه مدل ساختاری- تفسیری عوامل مؤثر بر سبک زندگی نشاط محور. دو فصلنامه علمی پژوهشی پژوهشنامه سبک زندگی، ۵(۹)، ۵۵-۸۲.

هزارجریبی، جعفر و مرادی، سجاد (۱۳۹۲). نشاط اجتماعی و عوامل مرتبط با آن (مطالعه در بین دانشجویان دانشگاه علامه طباطبائی)، فصلنامه مطالعات ملی، ۱۵(۴)، ۳-۲۶.

هزارجریبی، جعفر (۱۳۹۹). بررسی میزان نشاط اجتماعی بر مبنای پژوهش‌های دانشگاهی. فصلنامه فرهنگ در دانشگاه اسلامی، ۱۰(۴)، ۵۱۸-۵۰۱.

Abbaszadeh, Mohammad, Alizadeh Aghdam, Mohammad Bagher, Kohi, Kamal and Alipour, Parveen (2018). Types of funds, the missing link in explaining happiness and students (students of Tabriz University). Scientific-Research Quarterly of Social Welfare, 13(51), 215-244. [In Persian]

- Abbaszadeh, Mohammad, Qasimzadeh, Daoud and Saleh, Noushin (2015). Examining the relationship between forms of capital and happiness among the marginal and non-marginal residents of Tabriz city. *Welfare and Social Development Planning Quarterly*, 8(29), 157-184. [In Persian]
- Afshani, Alireza (2012). Investigating the level of social vitality among Yazdi youth and related factors. *Journal of Social Analysis*, 4(69), 1-27. [In Persian]
- Ahmadi, Yaqub, Ganji, Mohammad and Mohammadi, Mohammad Saeed (2019). Meta-analysis of lifestyle studies in Iranian research. *Sociology and lifestyle management*, 16, 1-37. [In Persian]
- Almasi, Masoud, Mahmoudiani, Sirajuddin and Jafari, Morteza (2013). Factors related to the sense of happiness of the elderly in the Nursing Care Research Center of Iran University of Medical Sciences. *Iranian Journal of Nursing*, 27(92), 23-32. [In Persian]
- Azizi, Zahra, Mir Hosseini, Zahra and Homayoni, Fatemeh Al Sadat (2018). The impact of social capital and economic factors on women's happiness (econometric analysis of Tehran women). *Women in Development and Politics Quarterly (Women's Studies)*, 17(4), 557-580. [In Persian]
- Charmaz, C (1990), «Discovering Chronic Illness: Using Grounded Theory», *Social Science and Medicine*, 30.
- Danaifar, Hassan and Emami, Seid Mojatba (1386). Qualitative research strategies: a reflection on foundational data theorizing. *Strategic Management Thought*, (2), 69-89. [In Persian]
- Diener, E. & M. Seligman. (2002). Very Happy People. *American Psychological Society*. 13(1)
- Diener, E. Lucas, R. E. & Scollon, C. N. (2006). Beyond the hedonic treadmill: Revising the adaptation theory of well-being. *American Psychologist*, 61(4), 305-314.
- Eastern Industry, Nader, Bokharai, Ahmad, Rostami, Shah Bakhti and Sharbatian, Mohammad Hassan (2017). The study of social vitality with an emphasis on the social health axis of a combined research among the citizens of Mashhad. *Research Journal of Social Work*, 3(10), 203-147. [In Persian]
- Farzalian, Elaheh (2017). Explaining the vitality-oriented lifestyle among Tehrani citizens, PhD thesis, Kashan University. [In Persian]
- Farzalian, Elaheh, Ganji, Mohammad and Niazi, Mohsen (2018). Examining the role of social, cultural and economic capitals in the tendency of citizens to live a life-oriented lifestyle. *Social Studies and Research in Iran*, 8(2), 379-410. [In Persian]
- G. Lee, Yoon and Bhargava, Vibha (2004). Leisure Time: Do Married and Single

- Individuals Spend It Differently?. Family and Consumer Sciences Research Journal, Vol.32:254-174.
- Goulding, Christina (2002), Grounded Theory a Practical Guide for Management, Business and Market Researchers, London: SAGE Publications.
- Hazarjaribi, Jafar (2019). Investigating the level of social vitality based on academic research. Quarterly Journal of Culture in Islamic University, 10(4), 501-518.
- Hazarjaribi, Jafar and Moradi, Sajjad (2012). Social vitality and factors related to it (a study among students of Allameh Tabatabai University). National Studies Quarterly, 15(4), 3-26.
- Hills, P. & M. Argyle. (2001). Happiness, Introversion-Extroversion and Happy Introverts. Personality and Individual Differences. No. 30.
- Kalantari, Abdul Hossein, Keshavarz, Amrullah and Momeni, Hassan (2017). The relationship between social capital and social vitality of the youth of Dehrlan city. Research Journal of Social Work, 3(10), 41-72. [In Persian]
- Kargar, Saeed, Iman, Mohammad Taghi and Abbasi Shawazi, Mohammad Taghi (2016). Sociological explanation of the relationship between lifestyle and social happiness (case study of Jahrom high school students). Scientific-Research Quarterly of Social Sciences, Islamic Azad University, Shushtar Branch, 11(2), 129-164. [In Persian]
- Khademian, Talaiyeh and Khanmohammadi, Afsana (2013). Investigating the effect of social justice on the social happiness of young people in Tehran. Sociological Studies, 4(14), 109-125. [In Persian]
- Khoshfar, Gholamreza, Janalizadeh, Haider, Akbarzadeh, Fatemeh and Dehghani, Hamid (2014). Cultural capital and youth happiness. The Quarterly Journal of the Iranian Association for Cultural and Communication Studies, 11(38), 89-120. [In Persian]
- Mahdizadeh, Sharare, Ganji, Mohammad and Zare Ghiyathabadi, Fatemeh (2013). Studying the relationship between happiness and social capital among young people. Strategic studies of sport and youth, 1(26), 85-108. [In Persian]
- Moghadam, Abolfazl, Kamalian, Amirza, Urei Yazdani, Badreddin, Kurd, Baqer and Roshan, Seyyed Aliqli (2015). Explanation and design of entrepreneurial human resource management model: Foundation's data approach. Scientific-Research Journal of Management Improvement, 4(157), 123-157. [In Persian]
- Niazi, Mohsen, Sadeghi Arani, Zahra and Khodakarmian, Neda (2013). Presenting a structural-interpretive model of factors affecting the vitality-oriented lifestyle. Two quarterly scientific research journals, Lifestyle Research Journal, 5(9), 55-82.
- Nowrozi, Khalil, Bagheri Kenny, Misbah Al-Hadi, Azadi Ahmadabadi, Javad and Nowrozi, Mohammad (2011). Promotion of dynamic capabilities in management

faculties of the Islamic Republic of Iran (case study: Faculty of Islamic Studies and Management of Imam Sadegh University (AS)). Two Quarterly Journals of Management in Islamic University, 1(3), 423-446. [In Persian]

Nusratinejad, Farhad, Sakhai, Ayoub and Sharifi, Hojjat (2013). Studying the relationship between the social capital of young people and their level of happiness. Socio-Cultural Development Studies Quarterly, 4(2), 143-167. [In Persian]

Shafiabadi, Abdullah, Esmaili Far, Nada and Akhr, Qudsi (2010). The contribution of self-efficacy in predicting happiness. Thought and Behavior in Clinical Psychology (Thought and Behavior), 5(19), 27-34. [In Persian]

Sharifzadeh, Hakimeh Elsadat, Mir Mohammad tabar, Seyedahmad and Adlipour, Samad (2016). Investigating factors affecting social vitality in Iran. Culture Strategy Quarterly, 10(40), 159-180. [In Persian]

Strauss, A. and Corbin, J. (1998). Basics of qualitative research. Newbury Park: sage.

Talebzadeh Shoushtri, Leila and Mazghinejad, Samiyeh (1400). Investigating social vitality and factors affecting it (case study: Birjand city). Khorasan Cultural-Social Studies Quarterly, 16(1), 33-60. [In Persian]

Zaki, Mohammad Ali (2019). The synthesis of research on social vitality in Iran. Specialized Scientific Quarterly of Applied Studies in Social Sciences and Sociology, 3(3), 1-24. [In Persian]