

نشاط اجتماعی از دیدگاه روان‌شناسان

۱۸۳

مقدمه: شادی و نشاط گامی اساسی برای تغییر جوامع و اجتماعات شهری و روستایی و تحول و تکامل درونی انسانهاست. شادی و نشاط، گمشده انسان معاصر و مطلوب مشترک همه انسانهاست. انسان موجودی هدفمند و جویای نشاط (شادکامی)، خوشبختی و سعادت است و تا زمانی که به آنچه می‌خواهد دست نیابد احساس نشاط، خوشبختی و سعادت نمی‌کند. شادبودن اجتماعات انسانی یکی از عوامل مؤثر بر توسعه اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و سیاسی است و باعث توسعه پایدار می‌شود. تحقیق حاضر با رویکرد اجتماعی پدیدارشناختی و با هدف بررسی تجربیات روان‌شناسان از نشاط اجتماعی انجام گرفت.

روش: اطلاعات با استفاده از مصاحبه‌های نیمه‌ساختاریافته از شانزده روان‌شناس دارای مدرک دکتری و با سابقه حداقل پنج سال تدریس در سطح آکادمیک گردآوری شد. برای تحلیل داده‌ها از روش پدیدارشناسی اسمیت استفاده شد.

یافته‌ها: در این تحقیق، از داده‌ها ۸ مقوله اصلی و ۴۶ مقوله فرعی استخراج شد. نتایج نشان داد که در برخی مقوله‌های فرعی نظیر تعریف نشاط اجتماعی، پیامدها، موانع و علل، بین نظر روان‌شناسان با پیشینه پژوهش تا حدودی همسویی وجود دارد؛ ولی در راهکارها نتایج متفاوتی دیده می‌شود. روان‌شناسان بر اساس دیدگاه روان‌شناسی و تجارب خود راهکارهای مختلفی برای والدین و سازمانها در سطح خرد و کلان پیشنهاد کرده‌اند. ازجمله، راهکارهای پیشنهادی آنان می‌توان به سیاسی‌نکردن نشاط اجتماعی، دقت در انتخاب مسئولان و شایسته‌سالاری، کاهش فاصله طبقات اجتماعی، سامان‌بخشیدن به وضعیت اقتصادی، داشتن نگاه علمی به مسئله نشاط اجتماعی و چند راهکار دیگر اشاره کرد.

بحث: یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد، روان‌شناسان نشاط اجتماعی را به‌صورت سازه‌ای چندبعدی تعریف می‌کنند که در سه وجه هیجانی، شناختی و گرایش به عمل متعهدانه نمود می‌یابد و شامل پویایی و تحرک تک‌تک افراد جامعه، احساس امنیت و احساس تعلق به بافت است. درنهایت این‌که نتایج حاصل از این پژوهش راهگشای تحقیقات بیشتر در حوزه مداخلات مربوط به نشاط اجتماعی خواهد بود.

۱. **نرگس پورطالب** ◀
دکتر روان‌شناس، دانشگاه رشديه،
روان‌شناس، مدرس و مسئول فنی
دفتر مشاوره شهرداری منطقه ۲
تبریز، تبریز، ایران (نویسنده
مسئول)
<pourtalebn@gmail.com>

۲. **سیده بهناز موسویان‌النجق** ◀
کارشناس ارشد روان‌شناسی
شناختی، گروه روان‌شناسی،
دانشکده علوم تربیتی و
روان‌شناسی، دانشگاه علامه
طباطبایی، تهران، ایران.

۳. **سمیه غنی‌زاده** ◀
کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی،
روان‌شناس شهرداری منطقه ۵
تبریز، تبریز، ایران.

۴. **شیرین دیلمقانی** ◀
کارشناس ارشد روان‌شناسی تربیتی،
روان‌شناس شهرداری منطقه ۱
تبریز، تبریز، ایران.

واژه‌های کلیدی:


پدیدارشناسی، روان‌شناسی،
روان‌شناسی اجتماعی، شادی، نشاط
اجتماعی


تاریخ دریافت: ۱۳۹۹/۱۱/۰۳


تاریخ پذیرش: ۱۴۰۱/۰۴/۲۹




Social vitality from the perspective of psychologists

▶ **1- Narges Pourtaleb** 
Ph. D. in Psychology,
Department of Psychology,
Roshdih University,
Lecturer and Head of
Technical Consultation
Office of Tabriz District 2
Municipality, Tabriz, Iran
(corresponding author)
<pourtalebn@gmail.com>.

▶ **2- SeyyedehBehnaz MousavianAlenagh** 
M. A. in psychology,
Allameh Tabatabaai
university, Tehran, Iran

▶ **3- Somayyeh Ghanizadeh** 
M. A. in psychology,
municipal psychologist of
Tabriz region 5, Tabriz, Iran

▶ **4- Shirin Dilmaghani** 
M. A. in psychology,
municipal psychologist of
Tabriz region 1, Tabriz, Iran

Key Words

Phenomenology, Psychol-
ogy, Social psychology,
Happiness, Social vitality.

Received: 2021/01/22

Accepted: 2022/07/20

Introduction: Joy and cheerfulness is the missing thing of contemporary man and the common desire of all people. Man is a purposeful being who seeks joy, happiness, and prosperity, and he does not feel joy, happiness, and prosperity until he achieves what he wants. The cheerfulness is one of the factors affecting economic, social, cultural, and political development and promotes sustainable development.

Methods: The present study was conducted with a phenomenological social approach and with the aim of examining psychologists' experiences of social vitality. Data were collected through semi-structured interviews with 16 psychologists with PhD degrees and at least five years of teaching experience in the academic level.

Findings: Smith's phenomenological method was used to analyze the data, during which eight main themes and 46 sub-themes were extracted from the data.

Discussion: The results showed that in some sub-themes such as the definition of social vitality, consequences, obstacles, and causes, there is some alignment between the views of psychologists and the background; However, there are different results in the solutions. Psychologists, based on their psychological perspectives and experiences, have proposed various solutions for parents and organizations at the micro and macro levels. For example, their proposed solutions include not politicizing social vitality, careful selection of officials and meritocracy, reducing the distance between social classes, organizing the economic situation, having a scientific view on the issue of social vitality and several other strategies. The results of this study will pave the way for further research in the field of interventions related to social vitality.

Citation: Pourtaleb N, MousavianAlenjagh B, Ghanizadeh S, Dilmaghani S. (2023) Social Vitality from the Perspective of Psychologists. *refahj*; 22 (87) :183-219

URL: <http://refahj.uswr.ac.ir/article-1-4012-en.html>



Extended Abstract

Introduction: Joy and cheerfulness is the missing thing of contemporary man and the common desire of all people. Man is a purposeful being who seeks joy, happiness, and prosperity, and he does not feel joy, happiness, and prosperity until he achieves what he wants. Some believe that the main importance of life is happiness, and the main motivation of people at all times is how to achieve, maintain and improve it. Happiness and vitality cause emotional, mental, physical, and hopeful health and also provide life. It makes it pleasant and facilitates the desire to engage in social activities (Ghattery, 2008). Happiness that is associated with satisfaction, and it can play an important role in promoting society and its growth; for this reason, since 2000, one of the indicators for determining the level of development of countries is the variable of vitality and happiness (Diner & Swligman, 2002; Sharifzadeh et al., 2017).

There are several perspectives on happiness in the field of psychology (Kazmark, 2017). Argyle defines social vitality with three components: positive emotion, life satisfaction, and the absence of negative emotions, including depression and anxiety (Hills & Argayel, 2001). According to the economic approach, material conditions and income growth are recognized as the main factor in explaining vitality, which has lasting and stable effects on happiness (Sterlin, 2003; Mousavi, 2012). The importance of social vitality arises from the fact that one of the most important principles in the field of human resource management is vitality because a cheerful human being is an efficient, productive, innovative, and constructive human being. In modern theories of development, the progress of any society depends on the optimal use of human resources of that society (Hezarjaribi & Moradi, 2014). On the other hand, studies comparing different countries in terms of happiness show that Iran is ranked 106th in the world between 2015 and 2017 (Helliwell et al., 2018) and 117th in the world from 2016 to 2019, which is a measure of happiness (Helliwell, 2019). It is decreasing and this situation is deplorable.

Numerous research studies have been conducted in this direction, including the research of Gandlach and Krener (2004), which compare social vitality in nine European countries. Their main question is why countries with similar economic levels, different levels of social vitality and life satisfaction. Their research find-

ings show that social vitality at the individual and micro level is affected by communication areas and stable relationships. At the macro level, it shows that social conditions and environments that strengthen social relations and capital affect the level of social vitality in different countries, and therefore Putnam's theory regarding the importance of social capital in this regard can be accepted.

These results are the result of little research though. While the main purpose of qualitative research, including phenomenology, is to examine people's inner experience of phenomena and their understanding of their mental experiences of these events. The aim of this study was to investigate the lived experiences of psychologists on the phenomenon of social vitality and to examine strategies to increase it in the community from a psychological perspective so that the results can pave the way for the development of strategies to increase social vitality by different people at the individual and social level.

Methods: In this research, a qualitative research method of phenomenological type was used. The data collection tool was a semi-organized qualitative interview. The statistical population of this study includes psychologists in Tabriz. For sampling, purposive sampling method was used. Due to the fact that in the phenomenological method, the number of samples varies between 5 and 25 people (Bek et al., 2011). In this study, after interviewing 16 psychologists, the data became saturated, so the sample size was 16. Data were collected using in-depth semi-organized interviews. During the interview, general questions such as the definition of social vitality, what causes vitality? And what can be done to increase social vitality? was asked and sub-questions were created from the answers of the interviewees. The main criterion for entering the research was having at least five years of experience in psychological services and teaching at the academic level. To interview these individuals, interviews were conducted at their workplace after initial coordination.

Smith's phenomenological method was used to analyze the data, which includes: 1. Data generation is 2. Analysis of data and 3. Synthesis of items (Ahadiarson, 2012). In this way, the interviews were converted into text after recording on an audio file, and the researcher read and re-read the text of each interview frequently, and then the sub-topics were identified and named. In the beginning, 10 main

themes and 118 sub-themes were obtained.

Findings: After analyzing the data, eight main themes and 46 sub-themes were extracted, which can reflect the lived experiences of women of social vitality. Each of these themes is described in detail below.

Table 1: Main and secondary themes extracted from the data

Main themes	Sub-themes
Definition of social vitality	Definition of social vitality
	Having positive beliefs and cognitions
	Having a commitment and a tendency to act in the community
Consequences of social vitality	Increase work motivation
	Increase labor productivity and increase production
Underlying causes of social vitality	Promote life expectancy
	Increase mental health and life satisfaction
	Individual factors
	Family factors
	social factors
	cultural factors
	Economic factors
	Political factors
	Media
	Organizations
	Urban facilities and amenities
Barriers to social vitality	Inefficiency of education system
	Culture and beliefs that govern society
	Lack of happiness and vitality in the priority of the programs of the organizations in charge of culture and emphasis on the quantity of the implemented programs
	Lack of rituals of happiness
	Poverty and poor economic conditions

Main themes	Sub-themes
Barriers to social vitality	Lack of equal distribution of amenities and municipal services
	There is no balance between the number of graduates and the job opportunities of the society
Solutions for parents	Unconditional admission of children
	Having authority, not external control
	Reducing the value of the entrance exam
Proposed solutions at the macro level	Designing family games
	Recognize joy and fun
	Careful selection of officials and meritocracy
	Reducing the distance between social classes
Suggested solutions for education	Organizing the economic situation
	Having a scientific view on the issue of social vitality
	Recognize joy and fun
	Definition of special joy rituals
	Life skills training
Solutions for cultural organizations	Use expert and committed consultants
	Encourage talented people in the humanities
	Integration and balanced distribution of welfare services
	Use of trained instructors in educational fields
	Strengthen spontaneous social groups
	Education to families
	Designing special parks for children and families with free services
	Holding occasional festivals
"Talk to me" campaign	
Design programs at three levels of development, prevention and treatment	

Discussion: Based on what has been proposed, the strategies extracted from the findings as practical solutions can be effective in promoting social vitality at the organizational and family level and even in macro-national policies.

Ethical Consideration:

Authors' contributions

All authors have made substantial contributions to this study.

Conflicts of interest

The authors declared no conflict of interest.

Acknowledgments

We would like to thank all those who contributed to this study.

مقدمه

شادی و نشاط، گمشده انسان معاصر و مطلوب مشترک همه انسانها است. انسان موجودی هدفمند و جویای نشاط (شادکامی)، خوشبختی و سعادت است و تا زمانی که به آنچه می‌خواهد دست نیابد احساس نشاط، خوشبختی و سعادت نمی‌کند. برخی معتقدند اهمیت عمده زندگی، در نشاط نهفته است و انگیزه اصلی انسانها در همه زمانها، چگونگی دست‌یابی و حفظ و ارتقای آنهاست. شادی و نشاط موجبات سلامتی عاطفی، روانی، جسمی و امیدواری را فراهم می‌کند و هم‌چنین زندگی را خوشایند ساخته و اشتیاق برای پرداختن به فعالیتهای اجتماعی را آسان می‌کند.

به عبارتی، یکی از چالشهای فراروی انسان در دنیای امروز، احساس بهزیستی و شادمانی است؛ چراکه با وجود پیشرفتهای چشمگیر در فن‌آوری و تأمین آسایش انسان، احساس شادمانی وی افزایش نیافته است (گاتری^۱، ۲۰۰۸). شادی و نشاط که با خرسندی و رضایت همراه است می‌تواند نقش مهمی در ارتقای جامعه و رشد آن داشته باشد. به همین دلیل از سال ۲۰۰۰ میلادی یکی از شاخصهای تعیین سطح توسعه‌یافتگی کشورها متغیر نشاط و شادکامی محسوب می‌شود. در واقع اگر افراد جامعه‌ای احساس نشاط و شادی نداشته باشند جامعه (به‌ویژه از نظر اجتماعی) توسعه نخواهد یافت (داینر و سلیگمن، ۲۰۰۲؛ شریف‌زاده و همکاران، ۲۰۱۷).

بر همین اساس نشاط در فرایند رابطه فرد با جامعه و گروه تحقق می‌یابد؛ در غیر این صورت از دیدگاه یک ناظر بیرونی نشاط چیزی جز کیفیات و حالات روحی خوشایند نخواهد بود. در واقع نشاط اجتماعی، سطح برخورداری افراد از مواهب عمومی همراه با اقناع ذهنی و اجماع عینی است؛ یعنی باید تعریف فردی و بیرونی از نشاط با همدیگر مقارن باشند (شریف‌زاده و همکاران، ۲۰۱۷).

1. Ghatrey

اویشی^۱ و همکاران (۲۰۱۳) با مطالعه سی فرهنگ لغت از کشورهای مختلف دریافتند که مفهوم نشاط اجتماعی در نقاط مختلف جهان و نیز در ادوار تاریخی گوناگون، دارای معانی متفاوتی است و ویژگیهای فرهنگی و اجتماعی ملتها و جوامع، فاکتوری مهم در تعریف آن به شمار می‌آید. البته بدیهی است؛ چون اساسا نشاط اجتماعی مفهومی فربه است و دارای ابعاد مختلف روان‌شناختی، اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی است.

دیدگاههای متعددی در حوزه شادی و نشاط در عرصه روان‌شناسی مطرح است (کازمارک^۲، ۲۰۱۷). در یک دیدگاه، نشاط اجتماعی، برابر است با قضاوت و ارزیابی فرد درباره کلیت زندگی خود. از این منظر، نشاط مفهومی هم‌خانواده مفاهیم لذت و رضایت‌مندی، پنداشته می‌شود. از این‌رو نشاط، پنداشت (شناخت) و ارزیابی و احساسی مثبت راجع به لذاذ و خواسته‌ها و ترجیحات شخصی است (عنبری، ۲۰۱۳). ذیل همین دیدگاه، آرگایل نشاط اجتماعی را با سه جزء هیجان مثبت، رضایت از زندگی و نبود هیجانات منفی از جمله افسردگی و اضطراب تعریف می‌کند (هیلز و آرگایل^۳، ۲۰۰۱) و روابط مثبت با دیگران، هدفمندبودن زندگی، رشد شخصیتی، دوست‌داشتن دیگران و طبیعت را از اجزای نشاط می‌داند (آرگایل، ۲۰۰۱).

از نگاه جامعه‌شناختی، نه‌تنها نشاط مفهومی فراتر از ادراک و پنداشت آدمی است، بلکه پدیده‌ای اجتماعی است که باید آن را در مناسبات اجتماعی، تجربه‌زیسته افراد، نظام قدرت، بافت تاریخی و فرهنگی و نیز ارزشهای جامعه جستجو کرد (بارترام^۴، ۲۰۱۱). به بیان دیگر روان‌شناسی، نشاط را به‌عنوان ماهیتی می‌بیند که مربوط به شخصیت افراد است، درحالی‌که اندیشمندان اجتماعی آن را یک وضعیت اجتماعی می‌پندارند که دارای مبنایی اجتماعی است. از منظر فردی، نشاط معادل میزان دسترسی به اهداف یعنی آرزوهای فردی است. اما

1. Oishi

2. Kaczmarek

3. Hills and Argayel

4. Bartram

ممکن است از منظر ناظر بیرونی این نوع دسترسی فراهم نشده باشد و فقط فرد کنشگر چنین پنداری داشته باشد. زمانی که ناظر کنش، چنین ارتباطی را تأیید کند، آن از سطح فردی و روان‌شناختی به سطح اجتماعی ارتقاء یافته است (گالاترر، ۲۰۰۰؛ به نقل از موسوی، ۲۰۱۴؛ عنبری، ۲۰۱۳).

علاوه بر دیدگاه‌های روان‌شناختی و جامعه‌شناختی، دیدگاه اقتصادی هم نسبت به پدیده نشاط اجتماعی وجود دارد که برخی از پژوهشگران با توجه به این رهیافت، به مقوله نشاط اجتماعی پرداخته‌اند. طبق رویکرد اقتصادی، شرایط مادی و رشد درآمد به‌عنوان عامل اصلی در تبیین نشاط شناخته می‌شود که آثار بادوام و باثباتی بر شادمانی دارد. تئوری غالب در این حوزه را می‌توان ((هرچه بیشتر، بهتر)) نامید. طبق این نگاه، نشاط اجتماعی را در سطح خرد می‌توان با میزان درآمد افراد و در سطح کلان با تولید ناخالص ملی و توسعه اقتصادی تحلیل کرد (استرلین، ۲۰۰۳؛ به نقل از موسوی، ۲۰۱۴).

اهمیت نشاط اجتماعی از آن‌جا ناشی می‌شود که، یکی از مهم‌ترین اصول موردتوجه در حوزه مدیریت منابع انسانی، نشاط است. زیرا انسان بانشاط انسانی کارا، مولد، مبتکر و سازنده است. در نظریه‌های نوین توسعه، پیشرفت هر جامعه را در گرو استفاده بهینه از نیروی انسانی آن جامعه می‌دانند و در سند ۲۰ ساله جمهوری اسلامی بر لزوم توجه به نیروی انسانی سالم و بانشاط تأکید شده است (هزارجریبی و مرادی، ۲۰۱۴).

از آن گذشته در بیانیه گام دوم انقلاب نیز موضوع نشاط مخصوصاً در حوزه‌های کاری مورد تأکید رهبری بوده و به‌عنوان یکی از راه‌حلهای مشکلات جاری به آن پرداخته شده است. در این بیانیه موضوع مشارکت مردمی مورد تأکید قرار گرفته است و به مصادیق آن در سالهای قبل اعم از شرکت مردمی در انتخابات و مسائل سیاسی، کمک‌رسانی در شرایط بحرانی و... اشاره شده است. این مشارکت اجتماعی بعد عمل متعهدانه نشاط اجتماعی است (بیانیه گام دوم انقلاب، ۲۰۱۹).

در سوی دیگر مطالعات مربوط به مقایسه کشورهای مختلف از لحاظ میزان شادی نشان می‌دهد که ایران در حدها فصل سالهای ۲۰۱۵ تا ۲۰۱۷ در رتبه ۱۰۶ جهانی (هلیول^۱ و همکاران، ۲۰۱۸)، و در سالهای ۲۰۱۶ تا ۲۰۱۹ در رتبه ۱۱۷ جهانی قرار دارد که به‌مرور از میزان شادی کاسته می‌شود و این وضعیت اسف‌بار است (هلیول و همکاران، ۲۰۱۹). چنین شرایطی ایجاب می‌کند تا در مسیر آسیب‌شناسی چنین وضعیتی، گام‌های اساسی برداشته شود.

تحقیقات متعددی در این راستا انجام گرفته است. از جمله تحقیق گاندلاچ و کریئر^۲ (۲۰۰۴)، که به مقایسه نشاط اجتماعی در نه کشور اروپایی می‌پردازند. پرسش اصلی آنها این است که چرا کشورهای دارای سطح اقتصادی مشابه، سطح نشاط اجتماعی و رضایت از زندگی متفاوتی دارند. به‌منظور پاسخ به پرسش، آنها نه کشور اروپایی با سطح توسعه اقتصادی نزدیک و سطح امنیت اجتماعی مشابه را مورد بررسی قرار دادند. یافته‌های پژوهش آنان نشان می‌دهد که نشاط اجتماعی در سطح فردی و خرد تحت‌تأثیر حوزه‌های ارتباطی و روابط پایدار و محکم قرار دارد. در سطح کلان نشان می‌دهد که شرایط و محیط‌های اجتماعی که تقویت‌کننده روابط و سرمایه اجتماعی هستند، بر میزان نشاط اجتماعی در کشورهای مختلف تأثیرگذارند و از این‌رو می‌توان نظریه پاتنام در رابطه با اهمیت سرمایه اجتماعی را در این مورد پذیرفت.

همچنین شریف‌زاده و همکاران (۲۰۱۷) در فراتحلیلی به بررسی عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی در ایران پرداختند که بر اساس آن رضایت از زندگی منجر به افزایش نشاط اجتماعی می‌شود. علاوه بر این لئو و همکاران (۲۰۲۲) به بررسی اشکال سرزندگی اجتماعی و ارتباط آن با ادراک اجتماعی پرداخته‌اند؛ آنها به این نتیجه رسیدند که سرزندگی اجتماعی

1. Helliwell
2. Gundelach and Kreiner

می‌تواند شناخت اجتماعی و عاطفه اجتماعی را پایه‌گذاری کند.

جولاندا و همکاران (۲۰۲۱) نیز پژوهشی با موضوع «پیامدهای نابرابری اقتصادی برای سرزندگی اجتماعی و سیاسی جامعه: تحلیل هویت اجتماعی» انجام دادند. کارملی و همکارانش (۲۰۲۱) در پژوهشی با عنوان «حمایت اجتماعی به‌عنوان منبع نشاط در بین دانشجویان: نقش تعدیل‌کننده خودکارآمدی اجتماعی» به این نتیجه رسیدند که حمایت اجتماعی نقش مثبتی در بهبود نشاط اجتماعی دانشجویان دارد.

البته این نتایج حاصل تحقیقات کمی هستند. درحالی‌که عمده‌ترین هدف تحقیقات کیفی از جمله پدیدارشناسی بررسی تجربه درونی افراد از پدیده‌ها و درک تجارب ذهنی آنها از این وقایع است. از طرف دیگر با توجه به این‌که روان‌شناسان بر اساس دانش خود به‌خوبی می‌توانند پدیده‌های انسانی را از زوایای مختلف تحلیل کنند و در عرصه‌های مختلف اجتماعی نیز حضور دارند و نقش اساسی در بهبود روند زندگی انسان قرن حاضر دارند؛ به‌عنوان درمانگران و معلمان در زندگی فردی انسانها اثرات پایداری در روحيات انسانها و به‌تبع آن در روابط اجتماعی آنها خواهند گذاشت.

با عنایت به آنچه مطرح شد، پژوهش حاضر با هدف بررسی تجربه‌های زیسته روان‌شناسان از پدیده نشاط اجتماعی و بررسی راهکارهای افزایش آن در سطح جامعه از منظر روان‌شناسی انجام گرفت تا درنهایت نتایج آن بتواند مسیر توسعه راهبردهای افزایش نشاط اجتماعی توسط اقشار مختلف مردم در سطح فردی و اجتماعی را هموار کند.

روش

در این پژوهش، روش تحقیق کیفی از نوع پدیدارشناسی به کار برده شد. مشارکت‌کنندگان تحقیق، روان‌شناسان شهر تبریز بودند که برای انتخاب آنها، از شیوه نمونه‌گیری هدفمند استفاده شد. با توجه به این‌که در روش پدیدارشناسی تعداد نمونه بین ۵ تا ۲۵ نفر متغیر است (بک و همکاران، ۲۰۱۱)، در این مطالعه نیز پس از مصاحبه با ۱۶ نفر از روان‌شناسان داده‌ها به حالت اشباع رسیدند، لذا تعداد نمونه ۱۶ نفر شد.

با استفاده از مصاحبه نیمه‌ساختاریافته عمیق داده‌ها گردآوری شد. در جریان مصاحبه سؤالات کلی نظیر تعریف نشاط اجتماعی، اینکه چه چیزی باعث نشاط می‌شود؟ و برای افزایش نشاط اجتماعی چه اقداماتی می‌توان انجام داد؟ پرسیده شد و از دل جوابهای مصاحبه‌شوندگان سؤالات فرعی درآمد. معیار اصلی ورود به پژوهش داشتن حداقل پنج سال سابقه خدمات روان‌شناختی و تدریس در سطح آکادمیک بود. برای مصاحبه با این افراد بعد از هماهنگی اولیه در محل کارشان مصاحبه شد.

برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از روش پدیدارشناسی اسمیت استفاده شد که شامل: ۱. تولید داده‌ها ۲. تجزیه و تحلیل داده‌ها و ۳. تلفیق موردها است (احدیارسون، ۲۰۱۲). به این ترتیب که مصاحبه‌ها پس از ضبط روی فایل صوتی به نوشتار تبدیل شده و محقق به خواندن و بازخوانی مکرر متن هر یک از مصاحبه‌ها پرداخته و سپس مقوله‌های جزئی و فرعی تعیین و نام‌گذاری شد. به طوری‌که در ابتدا ۱۰ مقوله اصلی و ۱۱۸ مقوله فرعی به دست آمد. پس از آن، محقق با استمرار مقایسه و لحاظ کردن تفاوتها و شباهتهای مقوله‌های فرعی، مقوله‌های کلی‌تر {درون‌مایه‌ها} را استخراج کرد. برای هر یک از مصاحبه‌ها، یک جدول خلاصه‌سازی تدوین شد و در نهایت از طریق تلفیق، فهرست کاملی از مقوله‌ها، (۸ مقوله اصلی و ۴۶ مقوله فرعی) استخراج شد.

برای دستیابی به اعتبار سؤالات کلی و اولیه مصاحبه از نظرهای اساتید استفاده شد و در جریان مصاحبه سؤالات جزئی تر بر اساس پاسخهای مصاحبه‌شوندگان پرسیده شد. برای حصول اطمینان از قابلیت اطمینان داده‌های پژوهش از روش مطالعه مکرر، مقایسه داده‌ها، خلاصه‌سازی و دسته‌بندی اطلاعات بدون این‌که در داده‌ها تغییری ایجاد شود استفاده شد. برای تأیید صحت علمی و استحکام داده‌های پژوهش از قابلیت تأیید، قابلیت اعتبار و قابلیت اعتماد استفاده شد. از طریق مقایسه با پیشینه تحقیق، نظارت مداوم بر پژوهش از ابتدا تا انتها و استفاده از نمونه کافی و مناسب و ادامه مصاحبه‌ها تا رسیدن به اشباع سعی شد تا قابلیت تأیید حاصل شود. به‌علاوه قابلیت اعتبار با تحلیل و کدگذاری داده‌ها توسط محقق دیگر و مقایسه نتیجه آن با تحلیل خود محقق و درنهایت با برگرداندن مصاحبه‌های مقوله‌بندی شده و نتایج تحلیل به تعدادی از مصاحبه‌شوندگان و اخذ نظرات آنها، حاصل شد.

با توجه به این‌که در تحقیق کیفی خود محقق به‌عنوان ابزار تحقیق محسوب می‌شود، لذا قابلیت اعتماد تحقیق به توانایی و تلاش محقق وابسته است. به همین دلیل یک فرایند کامل طراحی شد تا اطمینان حاصل شود که از هرگونه سوءگیری پرهیز شده و تجارب آشکار مصاحبه‌شوندگان با پیش‌فرضها و دانسته‌های قبلی محقق آلوده نشده است. در این تحقیق برای رعایت اخلاق پژوهش به آزمودنیها در خصوص محرمانه‌ماندن نظرات آنها و از بین بردن اطلاعات بعد از پایان پژوهش اطمینان کامل داده شد.

یافته‌ها

پس از تجزیه و تحلیل داده‌ها، ۸ مقوله اصلی و ۴۶ مقوله فرعی استخراج شد که می‌تواند نشان‌دهنده تجربه‌های زیسته روان‌شناسان از نشاط اجتماعی باشد. در ادامه هرکدام از این مقوله‌ها به تفصیل بیان شده است.

جدول ۱: مقوله‌های اصلی و فرعى مستخرج از داده‌ها

مقوله‌های اصلی	مقوله‌های فرعى
تعريف نشاط اجتماعى	تجربه هیجانهای مثبت
	داشتن باورها و شناخته‌های مثبت
	داشتن تعهد و گرایش به عمل در اجتماع
پیامدهای نشاط اجتماعى	افزایش انگیزش کار
	افزایش بهره‌وری نیروی کار و افزایش تولید
	ارتقا امید به زندگی
علل زمینه‌ساز نشاط اجتماعى	افزایش سطح سلامت روان و رضایت از زندگی
	عوامل فردى
	عوامل مربوط به خانواده
	عوامل اجتماعى
	عوامل فرهنگى
	عوامل اقتصادى
	عوامل سیاسى
	رسانه
	سازمانها
	امكانات شهرى و خدمات رفاهى
موانع نشاط اجتماعى	ناکارآمد بودن نظام آموزش و پرورش
	فرهنگ و باورهای حاکم بر جامعه
	نبود شادى و نشاط در اولویت برنامه‌های سازمانهای متولى فرهنگ و تأکید بر کمیت برنامه‌های اجراشده
	نداشتن مناسک شادى
	فقر و شرایط اقتصادى نابسامان
	عدم توزیع یکسان امکانات رفاهى و خدمات شهرى
	نبود توازن بین تعداد فارغ‌التحصیلان با فرصتهای شغلى جامعه

مقوله‌های اصلی	مقوله‌های فرعی
راهکارهایی برای والدین	پذیرش بی‌قیدوشرط کودکان
	داشتن اقتدار نه کنترل بیرونی
	کاستن از ارزش کنکور
	طراحی بازیهای خانوادگی
راهکارهای پیشنهادی در سطح کلان	امنیتی و سیاسی نکردن نشاط اجتماعی
	دقت در انتخاب مسئولان و شایسته‌سالاری
	کاهش فاصله طبقات اجتماعی
	سامان‌بخشیدن به وضعیت اقتصادی
	داشتن نگاه علمی به مسئله نشاط اجتماعی
راهکارهای پیشنهادی برای آموزش و پرورش	به رسمیت شناختن شادی و تفریح
	تعریف مناسک شادی خاص
	آموزش مهارت‌های زندگی
	استفاده از مشاوران متخصص و متعهد
	ترغیب افراد مستعد به رشته‌های علوم انسانی
راهکارهایی برای سازمانهای متولی فرهنگ	یکپارچه‌سازی و توزیع متعادل خدمات رفاهی
	استفاده از مربیان آموزش دیده در حوزه‌های آموزشی
	تقویت گروه‌های خودجوش اجتماعی
	آموزش به خانواده‌ها
	طراحی پارک‌های ویژه کودک و خانواده با خدمات رایگان
	برگزاری جشنواره‌های مناسبی
	برپایی کمپین «با من حرف بزن»
	طراحی برنامه‌ها در سه سطح رشدی، پیشگیری و درمان

۱- تعریف نشاط اجتماعی

نخستین مقوله اصلی شناسایی شده، تعریف نشاط اجتماعی بود که برای آن سه مقوله فرعی «تجربه هیجانهای مثبت، داشتن باورها و شناختهای مثبت و داشتن تعهد و گرایش به عمل در اجتماع» شناسایی شد.

۱-۱) تجربه هیجانهای مثبت: تحلیل تجارب تعداد زیادی از مصاحبه‌شوندگان نشان داد که افراد بانشاط، اغلب در جامعه هیجانهای مثبت را تجربه می‌کنند. «ما زمانی می‌گوییم نشاط اجتماعی وجود دارد که افراد جامعه در بستر آن هیجانهای مثبت نظیر لذت، علاقه، ذوق، شادی و شور و شوق و امید به آینده را تجربه می‌کنند.» (شرکت‌کننده شماره ۳).

۱-۲) داشتن باورها و شناختهای مثبت: داشتن باور و شناخت مثبت نسبت به مسئولان، مسائل شهری و فعالیتهای اجتماع یکی دیگر از مقوله‌ها فرعی در مفهوم نشاط اجتماعی بود. برای نمونه یکی از مصاحبه‌شوندگان گفته است: «نشاط اجتماعی زمانی مطرح می‌شود که افراد افکار و باورهای مثبتی درباره عملکرد مسئولان، مسائل شهری و اجتماعی دارند.» (شرکت‌کننده شماره ۹).

۱-۳) داشتن تعهد و گرایش به عمل: بر اساس نتایج حاصل از تحلیل، در صورت بالابودن سطح تعهد و مشارکت در فعالیتهای اجتماعی، نشاط اجتماعی چشم‌گیرتر است. نظر شرکت‌کننده شماره ۲ مؤید این مقوله است: «زمانی که افراد جامعه نسبت به بافتی که در آن زندگی می‌کنند متعهد باشند و در امور اجتماعی مشارکت کنند، نشاط اجتماعی را تجربه خواهیم کرد.»

بنابراین جامع‌ترین تعریف از منظر روان‌شناسان عبارت است از اینکه: نشاط سازه‌ای چندبعدی است که در سه وجه هیجانی، شناختی و گرایش به عمل متعهدانه نمود می‌یابد. نشاط اجتماعی هم‌پویایی و تحرک تک‌تک افراد جامعه، احساس امنیت و احساس تعلق به بافت است که منجر به تجربه هیجانهای مثبت مانند لذت، علاقه، شادی، شور و شوق و امید

به آینده می‌شود و افکار و شناخته‌های مثبت نسبت به امور اجتماعی و گرایش به مشارکت متعهدانه در جامعه را به همراه دارد.

۲) مصادیقی از پیامدهای نشاط اجتماعی

در پژوهش حاضر، این‌که از نظر روان‌شناسان نشاط اجتماعی چه پیامدهایی را به دنبال دارد، نیز مورد بررسی قرار گرفت و مقوله اصلی دوم یعنی مصادیقی از پیامدهای نشاط اجتماعی از مصاحبه‌ها استخراج شد که خود شامل چهار مقوله فرعی بود.

مقوله‌ها فرعی عبارت بودند از: افزایش انگیزش کار، افزایش بهره‌وری نیروی کار و افزایش تولید، ارتقا امید به زندگی، افزایش سطح سلامت روان و رضایت از زندگی.

۱-۲) افزایش انگیزش کار: شرکت‌کنندگان در مصاحبه، افزایش انگیزش کار را به‌عنوان مصداق عینی از پیامدهای نشاط اجتماعی معرفی کردند. «از جمله پیامدهای نشاط اجتماعی می‌توانم به افزایش انگیزش کار و فعالیتهای اجتماعی افراد اشاره کنم که در مورد خودم اتفاق افتاده است. زمانی که شاد هستم، انرژی زیادی برای کار کردن دارم.» (شرکت‌کننده شماره ۱).

۲-۲) افزایش بهره‌وری نیروی کار و تولید: تحلیل داده‌های حاصل از مصاحبه‌ها، همچنین افزایش بهره‌وری و تولید را به‌عنوان یکی دیگر از پیامدهای نشاط اجتماعی نشان داد؛ مثلاً یکی از آنها گفته است: «قطعاً اگر در جامعه نشاط اجتماعی بالاتری داشته باشیم، میزان بازده کاری افراد و به تبع آن میزان تولید و وضعیت اجتماعی هم بالاتر خواهد بود.» (شرکت‌کننده شماره ۷).

۳-۲) افزایش امید به زندگی: افزایش امید به زندگی یکی دیگر از پیامدهای نشاط اجتماعی استخراج شده از تجربه‌های زیسته روان‌شناسان است. «تعداد زیادی از افراد کارآمد جامعه که افراد شادی هستند، امید به زندگی بالایی دارند و در زندگی روزانه خود هدف دارند.» (شرکت‌کننده شماره ۱).

۲-۴) افزایش سطح سلامت روان: تقریباً همه شرکت‌کنندگان در پژوهش، افزایش سلامت روانی افراد جامعه را از جمله پیامدهای نشاط اجتماعی دانسته‌اند. «زمانی که شادی و نشاط در محیط وجود ندارد، افراد هم احساس خستگی، بی‌حالی، رخوت و سستی می‌کنند و خلق پایینی دارند؛ اما با افزایش نشاط اجتماعی وضعیت روحی و روانی افراد هم بهتر می‌شود.» (شرکت‌کننده شماره ۱۴).

۳) علل زمینه‌ساز نشاط اجتماعی

سومین مقوله اصلی، به علل زمینه‌ساز نشاط اجتماعی اشاره داشت که برای آن نه مقوله فرعی شامل عوامل فردی، عوامل مربوط به خانواده، عوامل اجتماعی، عوامل فرهنگی، عوامل اقتصادی، عوامل سیاسی، رسانه، سازمانها و امکانات شهری و خدمات رفاهی شناسایی شد. ۳-۱) عوامل فردی: روان‌شناسان شرکت‌کننده در پژوهش معتقد بودند، برخی از عوامل فردی در نشاط اجتماعی نقش اساسی دارند. «به نظرم برخی عوامل فردی مثل رسیدن به رشد اخلاقی و فضیلت‌های اخلاقی، حس انسجام خود برای پیشرفت، بلدبودن مهارت‌های زندگی، داشتن تفکر عمیق و خوش‌بینی و احساس ارزش و معنا در زندگی می‌تواند به نشاط اجتماعی کمک کند.» (شرکت‌کننده شماره ۲).

۳-۲) عوامل خانوادگی: در بررسی عوامل زمینه‌ساز نشاط اجتماعی، روان‌شناسان به برخی عوامل موجود در بستر خانواده اشاره کرده‌اند. «افرادی که نشاط اجتماعی دارند، اغلب از خانواده‌هایی شاد هستند که در اغلب این خانواده‌ها سبک فرزندپروری مقتدرانه، محیط تربیتی مثبت و معنویت بالاست و به پرورش مسئولیت‌پذیری، عزت‌نفس و امید به زندگی اعضای خانواده، مخصوصاً کودکان اهمیت داده می‌شود.» (شرکت‌کننده شماره ۶).

۳-۳) عوامل اقتصادی: از نظر روان‌شناسان شرکت‌کننده در پژوهش، افراد برای شادبودن نیازمند منابع مادی هستند. «شرایط اقتصادی امروز خرید منابع شادی را دشوار ساخته است.

وقتی افراد پول نداشته باشند تا به مسافرت بروند یا تفریح‌های ساده داشته باشند، طبیعتاً نشاط اجتماعی کاهش خواهد یافت.» (شرکت‌کننده شماره ۳)

۳-۴) عوامل اجتماعی: عوامل اجتماعی در ابعاد مختلف، می‌تواند زمینه نشاط یا ناراحتی را فراهم کند. «زمانی که افراد یک جامعه احساس امنیت را در ابعاد شغلی، اقتصادی، جانی و اجتماعی داشته باشند، جامعه بانشاط خواهد بود. در این میان امنیت اجتماعی، سرمایه اجتماعی و عدالت اجتماعی نقش تعیین‌کننده‌ای دارند.» (شرکت‌کننده شماره ۴)

۳-۵) عوامل فرهنگی: نقش فرهنگ حاکم بر جامعه بدون استثنا مورد تأکید همه مصاحبه‌شوندگان بود. «فرهنگ حاکم بر جامعه و نوع نگاهی که به انسان شاد دارد، در نشاط اجتماعی مؤثر است. در فرهنگی که بر آیینها و مناسک شادی‌آور تأکید شود، نشاط ارتقا می‌یابد. درحالی‌که در فرهنگ ما آیین و مناسک خاص فرهنگی که به‌طور رسمی تأیید شده باشد و منجر به نشاط شود وجود ندارد.» (شرکت‌کننده شماره ۳)

۳-۶) عوامل سیاسی: اغلب مصاحبه‌شوندگان بر نقش عوامل سیاسی به‌عنوان عامل زمینه‌ساز نشاط اجتماعی تأکید داشتند. «چقدر سیاست‌گذارهای کلی کشور برای افزایش شادی مردم است؟ اگر سیاست‌گذاران شادی و نشاط را جز اهداف برنامه‌های خود قرار دهند، یا برنامه‌های ویژه‌ای با همین هدف تعریف کنند، نشاط اجتماعی افزایش می‌یابد.» (شرکت‌کننده شماره ۱۶)

۳-۷) رسانه: تعدادی از مصاحبه‌شوندگان بر نقش رسانه در شادی و نشاط اجتماعی اشاره داشتند. «رسانه‌ها اعم از رادیو و تلویزیون اگر واقعیتها را منعکس کنند، برنامه‌های شادی تعریف کنند، طبیعتاً با افزایش کیفیت برنامه‌ها رسانه ملی تمایل به رسانه‌های غربی کاهش می‌یابد و همین در شادی مردم نقش دارد.» (شرکت‌کننده شماره ۸)

۳-۸) سازمانها: از نظر روان‌شناسان برخی از سازمانها هم با در نظر گرفتن اصول برنامه‌ریزی در سطح خرد و کلان می‌توانند زمینه‌ساز نشاط اجتماعی باشند. «آموزش و پرورش از جمله

سازمانهایی است که در نشاط و پیشرفت جامعه نقش اساسی دارد. اگر شادی و نشاط دانش‌آموزان در اولویت سیاستهای آموزش و پرورش باشد و به صورت هدفمند برای آن برنامه‌ریزی کند و ارزشهای فرهنگی و الگوهای فکری حاکم در مدارس درباره شادی و نشاط تغییر یابد و چند رفتار شادی‌آور متناسب با فرهنگ و جامعه خودمان به صورت رسمی تعریف شود و بر اجرای دقیق آن تأکید شود، طبیعتاً نشاط در بین دانش‌آموزان که بخش زیادی از جمعیت را تشکیل می‌دهند افزایش می‌یابد و این نشاط به سطح جامعه نیز انتقال می‌یابد، چون هیجانها حالت شبیه مسری بودن دارند. یا سایر سازمانهای فرهنگی هم همین‌طور، اگر برنامه‌هایی صرفاً با هدف افزایش نشاط اجتماعی تعریف و پیاده کنند و به چند عکس و گزارش اکتفا نکنند، وضعیت نشاط در جامعه‌مان بهبود می‌یابد.» (شرکت‌کننده شماره ۳)

۳-۹) امکانات شهری و خدمات رفاهی: مصاحبه‌شوندگان در پژوهش بر نقش امکانات شهری و توزیع خدمات رفاهی در جاهای مختلف شهر تأکید داشتند. «میزان فضای سبز شهری، تعداد کتابخانه‌ها، استخرها، امکانات رفاهی، هزینه دسترسی به امکانات، پارکها، فضای بازی کودکان، برنامه‌های اوقات فراغت و ... اگر به صورت متعادلی توزیع شوند، به‌طوری‌که همه اقشار جامعه دسترسی راحتی به این امکانات داشته باشند؛ نشاط اجتماعی افزایش می‌یابد.» (شرکت‌کننده شماره ۴)

۴) موانع نشاط اجتماعی

مقوله اصلی دیگر اخذشده از تحلیل داده‌ها، موانع نشاط اجتماعی است؛ که از بطن آن هفت مقوله فرعی استخراج شد. این مقوله‌ها عبارت‌اند از: ناکارآمد بودن نظام آموزش و پرورش، فرهنگ و باورهای حاکم بر جامعه، نبود شادی و نشاط در اولویت برنامه‌های سازمانهای متولی فرهنگ و تأکید بر کمیت برنامه‌های اجرا شده، نداشتن مناسک شادی، فقر و شرایط

اقتصادی نابسامان، عدم توزیع یکسان امکانات رفاهی و خدمات شهری، نبود توازن بین تعداد فارغ‌التحصیلان با فرصت‌های شغلی جامعه.

۴-۱) **ناکارآمدبودن نظام آموزش و پرورش:** روان‌شناسان، نقص در نظام آموزش و پرورش را به‌عنوان مانعی در نشاط اجتماعی معرفی کردند. «نظام آموزش و پرورش ما برای نشاط و شادی برنامه ندارد و اگر هم باشد در اولویت‌های چن‌دم آن است. به جای آن تأکید بیشتر بر درس و کنکور و نمره که شادی و نشاط را از دانش‌آموزان گرفته است، دارد. به علاوه آموزش و پرورش با سیاست‌هایی مهارت زندگی، دین و مواردی از این قبیل را به درس و نمره تبدیل کرده که اثر سوء داشته و در دانش‌آموزان نگرشی منفی نسبت به آنها ایجاد کرده است. دینی و مهارت‌های زندگی را باید زندگی کرد نه این‌که صرفاً خواند و نمره گرفت و تمام. آموزش و پرورش با ایجاد فضای رقابتی شادی و نشاط بچه‌ها را گرفته و افرادی پرخاشگر، رقابت‌جو و سلطه‌طلب تحویل جامعه داده است.» (شرکت‌کننده شماره ۴).

۴-۲) **فرهنگ و باورهای حاکم بر جامعه:** مشارکت‌کنندگان در پژوهش، اعتقاد داشتند که فرهنگ و باورهای مردم مانع بزرگی در نشاط اجتماعی هستند. «باورهای مختلفی در خانواده‌ها و جامعه ما وجود دارد که مانع نشاط و شادی می‌شوند، مثل کسی که خیلی بخندد و شاد باشد، فرد سبک‌سری است یا اگر زیاد بخندید ضرر می‌بینید یا فرد فرهیخته کسی است که خیلی نخندد و سنگین باشد و...» (شرکت‌کننده شماره ۱۲).

۴-۳) **فقر و شرایط اقتصادی نابسامان:** از نظر روان‌شناسان شرایط اقتصادی نابسامانی که در کشورمان تجربه می‌کنیم با سلب آرامش و ایجاد نگرانی شادی و نشاط را گرفته است. «وقتی مردم در تهیه مایحتاج روزانه زندگی مشکل دارند، طبیعتاً غم و اندوه را تجربه خواهند کرد نه شادی و نشاط را. به علاوه تفریح و مسافرت و مواردی از این قبیل نیاز به هزینه دارد.» (شرکت‌کننده شماره ۳).

۴-۴) **نبود شادی و نشاط در اولویت برنامه‌های سازمان‌های متولی فرهنگ و تأکید بر**

کمیت برنامه‌های اجراشده: بررسی نظرات روان‌شناسان نشان داد، شادی و نشاط در اولویت برنامه‌های سازمانهای متولی فرهنگ نیست و صرفاً بر کمیت برنامه‌های اجراشده تأکید می‌شود. «سازمانها در جامعه ما بر افزایش تعداد برنامه‌های اجراشده تأکید دارند تا گوی سبقت را از هم ببرند بدون اینکه برنامه‌هایشان هدفمند باشند و مورد ارزیابی تخصصی قرار بگیرند. که اگر این طور بود وضعیت نشاط جامعه ما بسیار بهتر از امروز بود.» (شرکت‌کننده شماره ۱۰).

۴-۵) نداشتن مناسک شادی: بیشتر روان‌شناسان در مورد موانع شادی و نشاط اجتماعی، نداشتن رفتارها و مناسک شادی رسمی را مطرح کرده‌اند. «در کشور ما آیین رسمی شادی آور وجود ندارد. مردم هم هر زمان چه در چهارشنبه‌سوری چه زمانی که تیم ملی برنده می‌شود و چه ... بخواهند شادی کنند چون شکل رسمی و تأییدشده‌ای نداریم، لذا تنها حرکت، دستگیری آنها توسط نیروی انتظامی است که طبیعتاً تشنج را در جامعه افزایش می‌دهد و مانع بزرگی برای شادی است.» (شرکت‌کننده شماره ۳).

۴-۶) عدم توزیع یکسان امکانات رفاهی و خدمات شهری: تحلیل داده‌های حاصل از مصاحبه همچنین عدم توزیع یکسان امکانات رفاهی و خدمات شهری را به‌عنوان مقوله فرعی برای موانع نشاط اجتماعی روشن ساخت. «در طول سالیان زیادی عدالت اجتماعی کمتر و کمتر شده و حتی امکانات رفاهی هم به شکل عادلانه‌ای در جامعه توزیع نشده‌اند. شهر طبقاتی شده و حتی در لغت هم بالای شهر و پایین شهر را به کار می‌بریم. درحالی‌که نشاط قرین با احساس عدالت است.» (شرکت‌کننده شماره ۱۱).

۴-۷) نبود توازن بین تعداد فارغ‌التحصیلان با فرصتهای شغلی جامعه: شرکت‌کنندگان در پژوهش همچنین، نبود توازن بین تعداد فارغ‌التحصیلان با فرصتهای شغلی جامعه را یکی از موانع نشاط اجتماعی جوانان تلقی کرده بودند. «همه‌ساله این همه دانشجو در رشته‌های مختلف در دانشگاههایی که شرایط کافی آموزش را ندارند، پذیرفته می‌شوند. آیا همه اینها

در حوزه رشته خود کار پیدا می‌کنند، با این وضعیت یک جوان چطور نشاط را تجربه خواهد کرد؟ اکثر دانشجویها با دیدن چنین وضعیتی انگیزش کافی ندارند و این باعث کاهش کیفیت یادگیری نیز شده است. دانشگاهها باید متناسب با نیاز جامعه در رشته‌های مختلف دانشجویی پذیرند.» (شرکت‌کننده شماره ۱۵).

۵) راهکارهایی برای والدین

مقوله اصلی دیگر اخذشده از تحلیل داده‌ها، راهکارهای پیشنهادی شرکت‌کنندگان برای والدین است؛ که از بطن آن چهار مقوله فرعی استخراج شد. این مقوله‌ها عبارت‌اند از: پذیرش بی‌قید و شرط کودکان، داشتن اقتدار نه کنترل بیرونی، کاستن از ارزش کنکور، طراحی بازیهای خانوادگی.

۵-۱) پذیرش بی‌قید و شرط فرزندان: روان‌شناسان معتقدند که اگر والدین فرزندان خود را بدون قید و شرط و با تمام ضعفها و قوت‌هایشان بپذیرند، شادی در خانواده و به تبع آن شادی در جامعه حاصل می‌شود. «والدین اگر برای دوست داشتن فرزندانشان شرط نگذارند و آنها را در گام اول بپذیرند و در کنار پذیرش به رشد و پیشرفتشان کمک کنند، فرزندان آن خانواده شاد می‌شوند و این افراد در جامعه هم شاد خواهند بود.» (شرکت‌کننده شماره ۱۶).

۵-۲) داشتن اقتدار نه کنترل بیرونی: اغلب مصاحبه‌شوندگان مقتدر بودن والدین در فرزندپروری را گامی مهم در نشاط اجتماعی می‌دانستند. «به نظرم اگر والدین از کنترل رفتارهای فرزندان دست بردارند و با مهربانی و قاطعیت با آنها برخورد کنند، فرزندان شادی خواهند داشت.» (شرکت‌کننده شماره ۱۳).

۵-۳) کاستن از ارزش کنکور: از منظر تعدادی از مصاحبه‌شوندگان در پژوهش، در کشور ما مسئله کنکور نشاط بسیاری از افراد را گرفته است. «اگر والدین در یک حرکت جامع ارزش کنکور را کاهش دهند و به مهارت‌آموزی و بهبود کیفیت زندگی اهمیت دهند، جامعه شادابی را تجربه می‌کند.» (شرکت‌کننده شماره ۱۱).

۵-۴) انجام بازیهای خانوادگی با فرزندان: مصاحبه‌شوندگان وقت گذاشتن برای فرزندان از جانب والدین و بازی با آنان را راهکاری مهم برای افزایش شادی و نشاط می‌دانند. «زمانی که والدین بازیهای سستی را در منزل بازآفرینی کنند و بچه‌ها را از فضای مجازی و بازیهای رایانه‌ای تا حدودی دور کنند، نشاط اجتماعی به شکلی غیرمستقیم افزایش می‌یابد.» (شرکت‌کننده شماره ۱۴).

۶) راهکارهای پیشنهادی در سطح کلان

مقوله اصلی دیگر مستخرج از تحلیل داده‌ها، به راهکارهای پیشنهادی در سطح کلان مربوط است که پنج مقوله فرعی امنیتی و سیاسی‌نکردن نشاط اجتماعی، دقت در انتخاب مسئولان و شایسته‌سالاری، کاهش فاصله طبقات اجتماعی، سامان‌بخشیدن به وضعیت اقتصادی و داشتن نگاه علمی به مسئله نشاط اجتماعی را شامل می‌شود.

۶-۱) امنیتی و سیاسی‌نکردن نشاط اجتماعی: مصاحبه‌شوندگان معتقدند که بحث نشاط اجتماعی باید از مباحث سیاسی یا امنیتی جدا شود. «با محدودکردن شادی افراد جامعه جلوی مفسده را نمی‌توان گرفت. بالاخره هر برنامه‌ای دارای قوت و ضعف است. لذا باید بین این مباحث تمایز قائل شد و برنامه‌های شاد تا زمانی که آسیب جدی ایجاد نکرده‌اند، بهتر است محدود نشوند.» (شرکت‌کننده شماره ۳).

۶-۲) دقت در انتخاب مسئولان و شایسته‌سالاری: اغلب مصاحبه‌شوندگان بر کاهش پارتی‌بازی و توجه به شایسته‌سالاری در انتخاب مسئولان تأکید داشتند. «باید افرادی مسئولیتهای خطیر جامعه را عهده‌دار شوند که واقعا در آن حوزه متخصص باشند و یا حداقل آن قدر متعهد باشند که از متخصصان کمک بگیرند.» (شرکت‌کننده شماره ۷).

۶-۳) کاهش فاصله طبقات اجتماعی: این مقوله مورد تأکید اغلب روان‌شناسان بود. «بی‌عدالتی به هیجانهای منفی دامن می‌زند که مغایر با شادی و نشاط هستند. زمانی که فاصله

طبقاتی زیادی وجود داشته باشد، انتظار نشاط اجتماعی داشتن، انتظاری منطقی نیست.» (شرکت‌کننده شماره ۵).

۶-۴) سامان‌بخشیدن به وضعیت اقتصادی: همه مصاحبه‌شوندگان نقش بهبود وضعیت اقتصادی و ثبات آن را در ارتقا نشاط اجتماعی یادآور شدند. «افراد جامعه ما در هر سطحی نگران وضعیت اقتصادی جامعه هستند، این شرایط نشاط و شادی را در سهم خود کاهش می‌دهد. چراکه تعداد کثیری از نیازهای انسان با داشتن پول پاسخ داده می‌شود.» (شرکت‌کننده شماره ۱۱).

۶-۵) داشتن نگاه علمی به مسئله نشاط اجتماعی: بررسی نشاط اجتماعی به شکل علمی و توسط متخصصان مورد تأکید بود. «برای ایجاد نشاط اجتماعی باید نگاه علمی به آن داشته باشیم. یعنی برای ارتقا آن در جامعه اول باید نیازسنجی شود، متناسب با نیازها برنامه‌ریزی شود، برنامه‌های اجراشده موردبازنگری قرار گیرند و اصلاح شوند تا اثربخش باشند و الا با آزمون‌وخطا و صرف اجرای برنامه‌های بی‌پایه و گرفتن چند تا عکس و گزارش نشاط در جامعه حاکم نمی‌شود.» (شرکت‌کننده شماره ۲).

۷) راهکارهایی برای آموزش و پرورش

همه شرکت‌کنندگان در مصاحبه بلااستثنا به نقش اساسی آموزش و پرورش در ابعاد مختلف یک جامعه، مخصوصاً نشاط اجتماعی اشاره کرده‌اند. از بین این داده‌ها پنج مقوله فرعی به رسمیت شناختن شادی و تفریح، تعریف مناسب شادی خاص، آموزش مهارت‌های زندگی، استفاده از مشاوران متخصص و متعهد و ترغیب افراد مستعد به رشته‌های علوم انسانی به دست آمد.

۷-۱) به رسمیت شناختن شادی و تفریح: از منظر روان‌شناسان نشاط اجتماعی در گام اول باید به رسمیت شناخته شود. «تا زمانی که آموزش و پرورش شادی و تفریح را به‌عنوان یک

نیاز انسان به رسمیت نشناخته، مشکلی حل نخواهد شد. لذا اول باید این نشاط به رسمیت شناخته شود و در اولویت اهداف آموزش و پرورش قرار بگیرد تا بتوان آن را در جامعه ارتقا داد.» (شرکت‌کننده شماره ۶).

۲-۷) **تعریف مناسب شادی خاص:** مصاحبه‌شوندگان معتقدند که باید یکسری رفتارها و مناسب شادی که با فرهنگ ایرانی سازگار باشد تعریف شوند. «باید در سطح وزارت چند رفتار شادی آور مثل تخته‌نرد، شطرنج، رقصهای محلی (آذری)، داشتن موسیقی ریتمیک هنگام ورزش و... تعریف شوند؛ و به صورت کاملاً رسمی و در قالب بخشنامه لازم‌الاجرا به مدارس ابلاغ شوند و بر اجرای آنها در مدارس نظارت شوند.» (شرکت‌کننده شماره ۳).

۳-۷) **آموزش مهارتهای زندگی:** شرکت‌کنندگان در پژوهش معتقد بودند که آموزش مهارتهای زندگی به شکل اصولی نشاط را غیرمستقیم افزایش می‌دهد. «باید مهارتهای زندگی به شکلی علمی و توسط متخصصان به دانش‌آموزان آموزش داده شوند نه در قالب کتاب درسی سبک زندگی و... مثلاً در قالب یک اردوی چندروزه که مربیان متخصص با دانش‌آموزان همراه هستند می‌توان با ایجاد موقعیتهایی مهارتهایی مثل حل مسئله، تصمیم‌گیری، کنترل هیجان و... را به دانش‌آموزان آموزش داد که طبیعتاً اثربخشی آنها بسیار بیشتر از کتاب درسی خواهد بود.» (شرکت‌کننده شماره ۱۶).

۴-۷) **استفاده از مشاوران متخصص و متعهد:** استفاده از مشاوران متخصص و متعهد بسیار مورد تأکید روان‌شناسان بود. «متأسفانه مدارس ما مشاوره را خیلی جدی نمی‌گیرند. حتی در برخی مدارس افراد دیگری از رشته‌های نامرتبط به کار گرفته می‌شوند که حتی با اصول ابتدایی کار آشنا نیستند یا در برخی مدارس اصلاً مشاوره تعریف نشده است. درحالی‌که برنامه‌ها باید از آموزش و پیشگیری شروع شوند تا از بروز آسیبها که نشاط را از بین خواهند برد، پیشگیری شود.» (شرکت‌کننده شماره ۱۲).

۵-۷) **ترغیب افراد مستعد به رشته‌های علوم انسانی:** تعدادی از مصاحبه‌شوندگان معتقدند

که باید افراد مستعد به سمت رشته‌های علوم انسانی سوق داده شوند. «تا زمانی که علوم انسانی و علوم اجتماعی در جامعه ما مغفول است، در سیاست‌گذاری‌های کلان با مشکل مواجه خواهیم بود. لذا افرادی باید در حوزه‌های جامعه‌شناسی، روان‌شناسی، اقتصاد و سیاست وارد شوند که دانش، هوش و بینش کافی و عمیق در این حوزه داشته باشند، چون تصمیم‌های اجتماعی تصمیم‌های پیچیده‌ای هستند که نیازمند تفکر عمیق است. پس باید در انتخاب رشته دانش‌آموزان عمیق‌تر بیندیشیم.» (شرکت‌کننده شماره ۲).

۸) راهکارهایی برای سازمانهای متولی فرهنگ

از تحلیل مصاحبه‌ها اهمیت سازمانهای متولی فرهنگ روشن شد و هشت مقوله فرعی یکپارچه‌سازی و توزیع متعادل خدمات رفاهی، استفاده از مربیان آموزش‌دیده در حوزه‌های آموزشی، تقویت گروه‌های خودجوش اجتماعی، آموزش به خانواده‌ها، طراحی پارکهای ویژه کودک و خانواده با خدمات رایگان، برگزاری جشنواره‌های مناسبی، برپایی کمپین «با من حرف بزن» و طراحی برنامه‌ها در سه سطح رشدی، پیشگیری و درمان استخراج شد.

۸-۱) یکپارچه‌سازی و توزیع متعادل خدمات رفاهی: از دیدگاه اکثر مصاحبه‌شوندگان، توزیع متعادل خدمات رفاهی به ارتقا نشاط اجتماعی کمک می‌کند. «نشاط اجتماعی برآیندی است از فعالیتهای، امکانات و خدمات رفاهی. اگر این خدمات به شکل متعادلی در سطح شهر توزیع شوند، احساس عدالت اجتماعی و پیرو آن شادی و نشاط افزایش می‌یابد.» (شرکت‌کننده شماره ۱۴).

۸-۲) استفاده از مربیان آموزش‌دیده در حوزه‌های آموزشی: روان‌شناسان معتقدند که تخصص‌گرایی به بهبود وضعیت کمک می‌کند. «در هر جایگاه آموزشی اگر از افراد کاربلد و حرفه‌ای استفاده شود، افراد احساس سودمندی می‌کنند و چون یک هیجان مثبت است می‌تواند به سایر هیجانهای مثبت نظیر شادی و نشاط نیز منجر شود.» (شرکت‌کننده شماره ۱۲).

۳-۸) تقویت گروه‌های خودجوش اجتماعی: از نظر مشارکت‌کنندگان در پژوهش گروه‌های خودجوش نقش مهمی در نشاط اجتماعی دارند. «دولت باید از گروه‌های خودجوش اجتماعی مثل انجمن بازنشستگان، حمایت از بیماران خاص و... حمایت کند. چون این گروه‌ها در قالب برنامه‌های همیاری و مشارکت در حل مسائل افراد گروه هدف به شادی و نشاط آنها کمک می‌کنند.» (شرکت‌کننده شماره ۴).

۴-۸) آموزش به خانواده‌ها: با توجه به اهمیت نقش خانواده در ایران، تأکید اکثر مصاحبه‌شوندگان بر آموزش اصولی خانواده‌ها در ابعاد مختلف بود. «با توجه به این‌که خانواده یکی از عوامل اصلی عامل و مانع نشاط می‌تواند باشد، لذا اگر تک‌تک اعضای آن در انجام وظایفشان کوشا و کارآمد باشند، به نشاط تک‌تک اعضا کمک خواهند کرد. این کارآمد بودن نیازمند یادگیری زندگی در ابعاد مختلف است، چون خوب زندگی کردن آموختنی است. اخیراً طرحی در استانداری اجرا شد تحت عنوان بازآفرینی مهارت‌های گفتگو؛ که اگر بتوانیم خانواده‌ها را به این مهارت مسلح کنیم طبیعتاً نشاط فردی و پیرو آن نشاط اجتماعی هم افزایش خواهد یافت.» (شرکت‌کننده شماره ۱۶).

۵-۸) طراحی پارک‌های ویژه کودک و خانواده با خدمات رایگان: از نظر روان‌شناسان اگر اقشار مختلف جامعه پارک‌ها و محله‌هایی برای تفریح راحت‌تر داشته باشند، وضعیت نشاط هم بهتر می‌شود. «به نظر همان‌طور که پارک بانوان داریم، اگر پارک‌های ویژه پسران نوجوان و جوان یا پارک ویژه خانواده و کودک داشته باشیم و به نیازهای آن قشر خاص در آن پارک‌ها توجه شده باشد، بعد هیجانی نشاط افزایش می‌یابد.» (شرکت‌کننده شماره ۱۱).

۶-۸) برگزاری جشنواره‌های مناسبی: برگزاری فستیوال‌های مختلف در مناسبت‌ها می‌تواند زمینه‌ساز نشاط باشد. «در کشورهای دیگر بسته به مناسبت‌های مختلف جشنواره‌هایی برگزار می‌شود که به شادی منجر می‌شود. در کشور ما هم اگر جشنواره‌هایی مثل جشنواره لباس‌های رنگی (حجاب رنگی)، جشنواره لباس‌های سنتی، جشنواره بازیهای سنتی یا بازیهای زمستانی

برگزار شود و برای عامه مردم شرکت در آنها آزاد باشد در افزایش نشاط اجتماعی تأثیر بیشتری خواهد داشت.» (شرکت‌کننده شماره ۳).

۷-۸) **برپایی کمپین «با من حرف بزن»:** اکثر روان‌شناسان معتقدند که اگر افراد به همدیگر به صورتی فعال گوش دهند، حالشان خوب خواهد بود. «با توجه به این‌که اغلب در مهارت گوش‌دادن توانمند نیستند و یا برخی افراد مسائلی دارند که نمی‌توانند به دیگران بازگو کنند به این دلیل که در جامعه تابو هستند (مثلاً مشکلات جنسی)، اگر کمپینهایی از متخصصان تشکیل شود که شنوای مشکلات افراد در سطوح مختلف باشند، طبیعتاً شادی و نشاط افزایش می‌یابد.» (شرکت‌کننده شماره ۱۰).

۸-۸) **طراحی برنامه‌ها در سه سطح رشدی، پیشگیری و درمان:** از نظر روان‌شناسان اگر برنامه‌ها اصولی و در سطوح مختلف و هدفمند باشند، منجر به نشاط می‌شوند. «به نظرم اگر برنامه‌ها در سطوح رشدی، پیشگیری و درمان تدوین شوند مؤثر خواهند بود. در سطح رشدی باید همه اқشار جامعه تحت پوشش برنامه قرار گیرند، در سطح پیشگیری افراد در معرض خطر مثلاً کودکان طلاق شناسایی و آموزش داده شوند تا تاب‌آوری آنها افزایش یابد و در سطح درمان افراد آسیب‌دیده شناسایی و مداخله‌های لازم را دریافت کنند. در این صورت می‌توانیم جامعه با نشاطی داشته باشیم.» (شرکت‌کننده شماره ۱).

بحث

پژوهش حاضر با هدف بررسی پدیده نشاط اجتماعی از دیدگاه پدیدارشناختی و بر اساس نظر روان‌شناسان انجام گرفت. نتایج حاصل تا حدودی با برخی تحقیقات از جمله لئو و همکاران (۲۰۲۲)، جولاندا و همکاران (۲۰۲۱)، کارملی و همکاران (۲۰۲۱) و شریف‌زاده و همکاران (۲۰۱۷) همخوانی دارد. یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد، روان‌شناسان نشاط اجتماعی را به صورت سازه‌ای چندبعدی تعریف می‌کنند که در سه وجه هیجانی، شناختی

و گرایش به عمل متعهدانه نمود می‌یابد و شامل پویایی و تحرک تک‌تک افراد جامعه، احساس امنیت و احساس تعلق به بافت است که منجر به تجربه هیجانهای مثبت مانند لذت، علاقه، شادی، شور و شوق و امید به آینده می‌شود و افکار و شناختهای مثبت نسبت به امور اجتماعی و گرایش به مشارکت متعهدانه در جامعه را به همراه دارد. این تعریف تا حدودی با تعریف هیلز و آرگایل (۲۰۰۱) همسو است. در بررسی پیامدها، علل و موانع نشاط اجتماعی از نظر روان‌شناسان با پیشینه همسویی دیده می‌شود. اما راهکارهای عملیاتی و کاربردی از جانب روان‌شناسان ارائه شده است که جای بحث دارند.

بر اساس نظر آرگایل روابط اجتماعی نقش پررنگی در نشاط اجتماعی افراد دارند که طبق آن می‌توان یافته‌های پژوهش حاضر را این‌چنین تبیین کرد که پویایی افراد جامعه و احساس تعلق آنها به بافت می‌تواند منجر به روابط اجتماعی گسترده‌تر و درنهایت نشاط اجتماعی شود. از نقطه‌نظر دورکیم نیز حضور افراد در جامعه و انجام اعمال داوطلبانه منجر به افزایش رضایت آنها می‌شود و این افزایش مشارکت و به دنبال آن افزایش رضایت در زندگی، نشاط اجتماعی را به دنبال دارد (گلابی و اخشی، ۲۰۱۶).

در تبیین یافته‌های این پژوهش، بخارایی و همکاران نیز به این نتیجه رسیدند که نشاط اجتماعی سازه‌ای تک‌عاملی نیست بلکه مجموعه‌ای از عوامل در آن دخیل‌اند که بر اساس شرایط ممکن است نشاط اجتماعی را تقویت کنند یا آن را کاهش دهند که علت آن می‌تواند ناشی از ماهیت انسان باشد؛ چراکه انسان به‌طور ذاتی پویا و هدفمند است و همواره در پی رسیدن به خواسته‌های آرمانی خود است. انسان تا زمانی که به اهداف خود نرسد احساس شادی و نشاط نمی‌کند. از طرفی نشاط اجتماعی یکی از مهمترین پشتوانه‌ها برای مواجهه با مشکلات است و از عوامل زنده‌بودن جوامع انسانی است و با سلامت اجتماعی همبستگی دارد (بخارایی و همکاران، ۲۰۱۶).

همچنین طبق نظریه نظریه‌پرداز مشهور انسان‌گرا، مزلو، یکی از ویژگیهای اصلی انسانهایی

که برای رسیدن به خودشکوفایی، کمال و اهداف والا تلاش می‌کنند احساس نشاط و شادی آنها است که فقدان آن منجر به افسردگی، بی‌علاقه شدن به اجتماع، کم‌رنگ شدن وجدان کاری، ناهنجاری اجتماعی و رواج خشونت در روابط بین فردی اجتماعی و... می‌شود (زکی، ۲۰۲۱). یافته‌های پژوهش حاضر را می‌توان بر اساس نتایج پژوهشهای علوم اعصاب‌شناختی نیز توجیه کرد. پژوهشها نشان داده‌اند که انتقال‌دهنده عصبی به نام دوپامین نقش اصلی در شادی، لذت و نشاط دارد. این انتقال‌دهنده عصبی نظم‌دهنده مجموعه وسیعی از مؤلفه‌های روان‌شناختی و رفتاری است (خلی و همکاران، ۲۰۲۱). به‌عبارت‌دیگر می‌توان این‌گونه بیان کرد که نشاط یک متغیر روان‌شناختی است که نوروشیمی مغز در آن دخیل است. تصویربرداریهای مغزی نشان داده‌اند که مشارکت در اجتماع منجر به افزایش فعالیت ورودیهای دوپامینرژیک قوی (نورونهایی که در ترکیب و آزادسازی دوپامین دخیل‌اند) می‌شود (مانویل و ابوت، ۲۰۱۹). بنابراین افزایش آزادسازی دوپامین طی پویایی و فعالیت در گروههای اجتماعی منجر به بهبود وضعیت نشاط اجتماعی می‌شود.

همچنین لئو و همکاران (۲۰۲۲) در پژوهش خود به این نتیجه رسیدند که وقتی که فرد اشکال مختلف نشاط اجتماعی را می‌بیند یا درک می‌کند؛ بخش خاصی از قشر جزیره‌ای (قسمتی از ساختار مغز که در هیجانات دخیل است) در مغز فرد فعال می‌شود و در پی آن نورونهای آینه‌ای ویژه‌ای در قشر جزیره‌ای به راه می‌افتند که به فرد اجازه می‌دهند تا بفهمد در جامعه اثربخش است و همچنین اعمال مفید و اثرگذار دیگران را نیز درک کند. این عامل می‌تواند یکی از علل عصب‌شناختی دخیل در نشاط اجتماعی روان‌شناسان باشد؛ چراکه آنها به‌واسطه شغل خود احساس اثرگذاری می‌کنند و این همان احساس نشاط را در پی دارد.

در ارتباط با موانع نشاط اجتماعی از دیدگاه روان‌شناسان نیز این‌گونه می‌توان بیان کرد که افراد بر اساس نظریه اسناد، معمولاً افراد کم و کاستیها و نارضایتیهای موجود را به عوامل بیرونی نسبت می‌دهند. سبکهای اسنادی دربرگیرنده دو نوع رویداد مثبت و منفی هستند که هر یک از آنها

سه مؤلفه درونی-بیرونی، پایدار-ناپایدار و کلی-جزئی را دربر می‌گیرند (پیترسون و همکاران، ۱۹۹۵؛ به نقل از رجبی و شهنی، ۱۳۸۴؛ حدیدی، ۱۳۹۵). به عقیده پیترسون و سلیگمن (۱۹۸۴؛ به نقل از نریمانی و همکاران، ۱۳۹۲؛ به نقل از حدیدی، ۱۳۹۵) نسبت‌دادن اتفاقات منفی به عوامل درونی، پایدار و کلی و نسبت‌دادن اتفاقات مثبت به عوامل بیرونی، ناپایدار و جزئی از سبکهای ناسازگارانه به شمار می‌روند و بهداشت روانی فرد را به خطر می‌اندازند.

در این پژوهش نیز روان‌شناسان موانع نشاط اجتماعی را به عوامل بیرونی، پایدار و کلی نسبت می‌دهند و طبق این سبک ناسازگارانه، احساس کنترل کمتری بر این موانع دارند. در تبیین یافته‌های به شکلی کلی می‌توان به نظریه زیست‌بوم‌شناختی^۱ بروفن‌برنر^۲ پرداخت. این نظریه یکی از گسترده‌ترین چارچوبهای نظری برای مطالعه شخص در نظام بوم‌شناختی و بافت است (نیل و نیل، ۲۰۱۳). بر اساس این نظریه انسان در درون سیستم پیچیده روابط رشد می‌کند و چندین سطح از محیط پیرامون بر روند رشد او از ابعاد مختلف تأثیر می‌گذارند (برک، ۲۰۱۲). بنابراین در بحث نشاط اجتماعی نیز علاوه بر عوامل درون‌فردی، عوامل بیرونی اعم از محیط زندگی به صورت فیزیکی، سبک فرزندپروری والدین، سیستم آموزشی، رسانه، سازمانها، دولت و حکومت و سیاستهای آنان در سطح خرد و کلان تأثیرگذارند. لذا اگر برنامه‌ها اصولی و با در نظر گرفتن ابعاد مختلف و نقش هرکدام از عوامل تأثیرگذار باشند، در افزایش نشاط اجتماعی مؤثر خواهند بود. به زبان ساده‌تر می‌توان این‌گونه موضوع را مطرح کرد که نشاط اجتماعی در سطح کلان، وابسته به کیفیت جامعه و عواملی نظیر عدالت، سلامت و آزادی است. از این‌رو سیاست اجتماعی می‌تواند ارتقادهنده این شرایط باشد.

در سطح میانی نشاط وابسته به کیفیت نهادی مانند استقلال در کار یا مراقبتهای نهادی است. لذا اصلاح سازمانی و رفتار عادلانه با کارکنان در ابعاد مختلف و سایر اصلاحات

1. bioecological model
2. Uri Bronfenbrenner

می‌تواند برخی نهادها را بهبود بخشد. در سطح خرد نشاط وابسته به تواناییهای شخصی مانند کارآمدی، استقلال و مهارتهای زندگی است (وینهوون، ۱۹۹۵؛ نقل از شریفزاده، میرمحمدتبار و عدلی‌پور، ۲۰۱۷). مبتنی بر آنچه مطرح شد، راهکارهای مستخرج از یافته‌ها به‌عنوان راهکارهایی کاربردی می‌توانند در سطح سازمانی و خانوادگی و حتی در سیاست‌گذاریهای کلان کشوری، در ارتقای نشاط اجتماعی مؤثر باشند و گامی عملی در تحقق بخشیدن به فرمایشات رهبری که در بیانیه گام دوم انقلاب اشاره شده است، باشند. از آنجاکه انجام هر کار پژوهشی با محدودیتها و مشکلاتی مواجه است، این پژوهش نیز خالی از محدودیت نبود. از جمله مشکلات این پژوهش، محدود بودن نمونه به روان‌شناسان است. در انجام این پژوهش، جامعیت داده‌ها را زیر سؤال می‌برد. از این رو با در نظر گرفتن این محدودیت و با تأمل در نتایج حاصل، انجام پژوهشهای بیشتر در حوزه مربوط به راهکارها، با انجام مصاحبه‌هایی با جامعه‌شناسان، حقوق‌دانان و طراحی بسته‌های آموزشی ویژه والدین و سازمانها مبتنی بر نتایج پژوهشها، که حالت کاربردی داشته باشند و در بافتهای مختلف اجتماعی هنجاریابی شوند، ضروری به نظر می‌رسد. بر همین اساس انجام پژوهشهایی با اهداف فوق پیشنهاد می‌شود.

پیروی از اصول اخلاق پژوهش

در مطالعه حاضر تمامی ملاحظات اخلاقی از جمله شرط امانت، صداقت و عدم سرقت ادبی رعایت شده است.

تشکر و قدردانی

بدین طریق، پژوهشگران مراتب سپاس و قدردانی خود را از تمام افراد شرکت‌کننده در این پژوهش اعلام می‌کنند.

- Ahadiarson, K. (2012). *Study of the experiences of high school teachers in Tabriz from continuous evaluation in 2011-2012*. Tabriz university.
- Anbari, M. (2013). Happy Praises An effective model of popular happiness in Iran. *Iranian Journal of Anthropology* 10(18), 101-129[in persian].
- Argyle, G. (2001). *The psychology of happiness*. London: Rutledge press, Taylor & Francis group.
- Argyle, M. (2007). *Psychology of happiness* (F. B. Mehrdad Kalantari, Hassan Palahang , Hamid Taheranshatdoošt , Masoud Gohari, Trans.). University Jihad, Isfahan Branch. [in persian].
- Back, C., Gustafsson, P., Larsson, I., & Berterö, C. (2011). *Managing the legal proceedings: An interpretative phenomenological analysis of sexually abused children's experience with the legal process*. *Child abuse & neglect*, 35, 50-57. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2010.08.004>
- Bartram, D. (2011). Elements of a Sociological Contribution to Happiness Studies. *Sociology Compass*, 6, 644-656.
- Berk, L. (2014). *Development through the lifespan* (Y. seyyedmohammadi, Trans.; 6th ed.). Arasbaran.
- Bukharai, A., & Tawafi, P. (2016). Sociological study of the relationship between cheerfulness and social health (youth 18 to 30 years old in Malayer city). *Journal of Welfare Planning and Social Development*, 25(7), 1-40[in persian]. <https://www.noormags.ir/view/fa/articlepage/1121498>
- Diener, E. & M. Seligman. (2002). *Very happy people*. American psychological society. 13(1).
- El Kholy, S., Wang, K., El-Seedi, H. R., & Al Naggar, Y. (2021). Dopamine Modulates Drosophila Gut Physiology, Providing New Insights for Future Gastrointestinal Pharmacotherapy. *Biology*, 10(10), 983. <https://doi.org/10.3390/biology10100983>
- Golabi, F. Akhshi, N. (2016). Social Happiness and Social Participation. *Journal of Applied Sociology*, 26(3), 139-160[in persian]. <https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=322130>
- Ghatrhei, F. (2008). *Survey of happiness relationship and educational factors quality on elementary school in Tehran County*. University of Teacher Training]. Tehran.

- Gundelach, P., & Kreiner, S. (2004). Happiness and Life Satisfaction in Advanced European Countries. *Cross-Cultural Research*, 38, 386-359.
- Hadidi, F. (2017). Determining the relationship between mothers' lifestyle and attributional styles with adolescent resilience. *Journal of Family and Research*, 14(34), 103_120[in persian]. <https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=303002>
- Sharifzadeh, H. A.-S., & Adlipour, S. (2017). *Investigating the factors affecting social vitality in Iran; A meta-analysis of existing research*. 10(40), 159-180[in persian]. <https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?id=488795>
- Helliwell, J. F., Layard, R., & Sachs, J. D. (2018). *World Happiness Report*
- Helliwell, J. F., Layard, R., & Sachs, J. D. (2019). *World Happiness Report*
- Hills, P., & Argyle, M. (2001). Happiness, introversion–extraversion and happy introverts. *Personality and Individual Differences*, 30(4), 595-608. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00058-1](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00058-1)
- Jafar Hezarjaribi, S. M. (2014). Social vitality and related factors (a study among students of Allameh Tabatabai University). *Quarterly Journal of National Studies*, 15(60), 3_26[in persian]. <https://www.sid.ir/fa/journal/ViewPaper.aspx?ID=249981>
- Jolanda, J. et al. (2021). Consequences of Economic Inequality for the Social and Political Vitality of Society: A Social Identity Analysis. *Political Psychology*, 42, 241-266.
- Kaczmarek, L. D. (2017). *Happiness*. https://doi.org/DOI:10.1007/978-3-319-28099-8_522-1.
- khamanei, S. A. (2019). *The Statement of the Second step of the Iranian Revolution*.
- Liu, Q., Zhang, J., Dong, D., & Chen, W. (2022). A glimpse into social perception in light of vitality forms. *Front Psychol*, 13, 823971. doi:10.3389
- Carmeli, A, Peng, A, C., Schaubroeck, J, M., & Inbar, A. (2021). Social support as a source of vitality among college students: The moderating role of social self-efficacy. *Psychology in schools*, 58(2), 351-363.

- Manville RW, Abbott GW. Teamwork: Ion channels and transporters join forces in the brain. *Neuropharmacology*. 2019 Dec 15;161:107601. doi: 10.1016/j.neuropharm.2019.04.007. Epub 2019 Apr 5. PMID: 30959022; PMCID: PMC7737636.
- Mousavi, S. M. (2014). *The Happiness of Theoretical Approaches and Experimental Findings*. Tisa.
- Neal, J. W., & Neal, Z. P. (2013). Nested or networked? Future directions for ecological systems theory. *Social development*, 22(4), 722-737.
- Oishi, S. et al. (2013). Concepts of Happiness Across Time and Cultures. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39, 577 -559.
- Zaki, M. A. (2021). The transcendence of social vitality research in Iran: Presenting a comprehensive and integrated framework and model (review of all 20 years of scientific research articles in 1999-20). *Applied studies in social sciences and sociology*, 12(3), 1_24[in persian]. <https://www.noormags.ir/view/fa/articlepage/1714850>