

تحول معنای شادی در گذار دوره زندگی: پژوهشی در میان زنان شهر کرمان

لیدا آخوندفیض* ، محمدسعید ذکائی**

تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۱/۲۲ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۵/۹/۲۲

چکیده

برخی مطالعات تجربی موجود نشان می‌دهند که شادی به‌مثابه یک مقوله و یک سازه اجتماعی تغییرپذیری‌هایی را در دوره‌های مختلف زندگی به نمایش می‌گذارند. واقعیت بیولوژیک سن در کنار تأثیر اجتماعی نسل، کیفیت تجربه شادی و واکنش به موقعیت‌های شادی‌آفرین را می‌تواند توضیح دهد و در پی پاسخگویی به این سؤال است که چگونه زنان و دختران در دوره‌های مختلف زندگی خود شادی را تجربه و معناسازی می‌کنند. در این مقاله با اتکا به رویکردی کیفی و براساس مصاحبه‌های نیم‌ساخت‌یافته فردی و گروه‌های

* کارشناس ارشد جامعه‌شناسی؛ دانشگاه علامه طباطبائی تهران (نویسنده مسئول).

Lida_a920@yahoo.com

** استاد و عضو هیئت علمی دانشکده علوم اجتماعی دانشگاه علامه طباطبائی تهران.

Saeed.zokaei@gmail.com

کانونی، با دختران و زنان شهر کرمان، ذهنیت و تجربه و تفسیر این گروه‌ها در سه دوره سنی (نوجوانی، جوانی و میانسالی) از سازه شادی بررسی شده است. نتایج پژوهش بیانگر این است که درک و تفسیر زنان از شادی در چرخه زندگی ثابت نیست و تجارب نسلی، سیاست جنسیتی و واقعیت بیولوژیک سن چطور در دوره‌های مختلف زندگی تغییراتی را نمایش می‌دهند و در فعالیت‌ها و علایق آنها نمود خارجی می‌یابد. نتیجه فوق علاوه بر آن که مؤید اهمیت تفسیرهای جامعه‌شناختی از شادی به موازات توجه به وجوه روان‌شناختی غالب از آن است، دلالت‌هایی را نیز برای برخی اقدامات و مداخلات مثبت در مدیریت عواطف این گروه‌های سنی دارد.

مفاهیم کلیدی: شادی، دوره زندگی، زنان، تجربیات نسلی

مسئله پژوهش

شادی یکی از مؤلفه‌های کیفیت زندگی و رفاه ذهنی است که آرزوی دیرینه و همیشگی هر انسانی بوده و هست (Veenhoven, 1997). همه تلاش انسان‌ها در اعصار و در همه دوره‌های زندگی برای رسیدن به این مقوله ریشه‌ای و نهادی صورت گرفته است. شادی مفهومی تک‌علتی نیست و عوامل مختلف (خرد، میانه و کلان) در معنا و تجربه آن تبلور می‌یابد. شادی از هیجان‌ات اولیه و مثبت آدمی است که وجود آن از سلامت روانی افراد یک جامعه حکایت می‌کند. در واقع پویایی هر جامعه در گرو خلاقیت و شادمانی و افرادی است که درون آن جامعه زندگی می‌کنند، متأسفانه گاه در جامعه امروزی ما بنا به تعبیرهای غلط و بدون استدلال، تفکر شادی مطرود شده است و به‌رغم آنکه در فرهنگ دینی ما شادی و نشاط از آموزه‌های محکم و انکارناپذیر است. برخی به غلط اندوه و گوشه‌نشینی را جایگزین شادی کرده‌اند. تا جایی که آثار زیان‌بار آن، هر روز بیش از پیش نمایان می‌شود (بهرامی ۱۳۸۴: ۱۵). برخی قراین و داده‌های آماری بیانگر افول فرهنگ شادی در جامعه ایرانی است. آمارها پیوسته جایگاه نسبتاً

تحول معنای شادی در گذار دوره زندگی ... ۳

پایین ایران را در پیمایش‌های استاندارد شادی در سطح جهانی نشان می‌دهند. (Helliwell et al., 2013 and 2016) از سوی دیگر مقایسه تجربه زنان و مردان در مؤلفه‌های مربوط به شادی و کیفیت زندگی آسیب‌پذیری بالاتر دختران و زنان (به‌ویژه در گروه‌های سنی جوان‌تر) را در شاخص‌هایی چون امید به زندگی، افسردگی و مشکلات روحی و نارضایتی از تجارب فراغتی خویش نشان می‌دهند. به‌نظر می‌رسد زمینه‌ها و شرایطی چون امکانات و ساختارهای تفریحی و فراغتی ناکافی، فشارهای مربوط به نقش‌های چندگانه، برخی محدودیت‌های اجتماعی و حساسیت‌های فرهنگی، بازنمایی‌های نادرست از ارزش‌ها و رفتارهای مربوط به شادی و عواطف مرتبط با آن در مجموع زنان را در موقعیت آسیب‌پذیرتری قرار می‌دهد. بدیهی است که انرژی عاطفی پایین و افول هیجان‌ات مثبت دختران و زنان هزینه‌های اجتماعی و اقتصادی سنگینی را متوجه جامعه ساخته و سطح پایین رضایت از زندگی آنها را به‌دنبال خواهد داشت. این نارضایتی‌ها به‌نوبه خود گرایش‌های منفی به کل جامعه را به‌دنبال خواهد داشت. دوره‌های طولانی برآورده‌نشده آرزوها و انتظارات، موجب ظهور نگرش‌های بدبینانه‌ای می‌شود که این بدبینی از نسلی به نسل دیگر منتقل می‌شود (اینگلهارت، ۱۳۷۳: ۳).

کم‌توجهی به انتظارات و خواسته‌های زنان و دختران (از سوی خانواده و جامعه) و فراهم نساختن زمینه‌های ابراز خود و تخلیه هیجان‌ات، به انزوا و یا جایگزینی ابزار، روی آوردن به شادی‌های کاذب و گاه ابتلا به انواع آسیب‌های اجتماعی (اعتیاد، فحشا و خودکشی) و حس بی‌معنایی زندگی منجر می‌شود. اخبار و اطلاعات دقیق درمورد میزان آسیب اجتماعی انتشار نشده است، اما گزارش‌ها به‌طور کلی از روند صعودی آسیب‌های اجتماعی خبر می‌دهد؛ از جمله آمارهای نیرو انتظامی از میزان دستگیری دختران جوان فراری یا دچار بیماری فحشا روند ۲۰ برابری آن را از سال ۱۳۶۵ نسبت به سال ۱۳۷۸ بیان می‌کند؛ همچنین این میزان از سال ۱۳۷۸ نسبت به سال ۱۳۸۰، ده درصد

افزایش یافته است (راشیدی و مصری، ۱۳۸۴: ۱۴). شرایط نامساعد خانواده، بی‌توجهی ساختارهای کلان به نیازهایشان و مهیا نساختن موجبات تأمین آنها (اشتغال، ازدواج و امکانات فراغتی) و افسردگی از زندگی روزمره، همه اینها می‌تواند زمینه مناسبی برای آسیب‌پذیری دختران باشد. پژوهش‌ها نشان می‌دهد، بیکاری و نداشتن برنامه فراغتی و کمبود امکانات فراغتی و تفریحی، تأثیر بسزایی در گرایش جوانان، از جمله دختران، به رفتارهای آسیبی دارد (نوابی‌نژاد، ۱۳۷۹؛ رفعت‌جاه، ۱۳۹۰: ۱۵۴).

از سوی دیگر تأثیر تغییرات در الگوی گذار و غیرخطی شدن و غیر استاندارد شدن آن بر زندگی زنان بیش از مردان بوده است. افزایش سن ازدواج، تأخیر و کاهش فرزندآوری، توجه بیشتر به تحصیلات عالی، تمایل روزافزون به ورود به بازار کار، علاقه به حضور بیشتر در حوزه عمومی و مصرف عرصه‌های فراغتی، از جمله نشانه‌های تغییر بیشتر در عادتواره‌های زنان است (ذکایی، ۱۳۹۰). به‌رغم این تحولات، مطالعات موجود نشان می‌دهند که برای دختران در فرهنگ و جامعه ایران محدودیت‌های رفتاری بیشتری وجود دارد و دختران از نظر فضا و فعالیت‌های فراغتی در دسترس، با مشکلات فراغتی بیشتری مواجه هستند (رفعت‌جاه، ۱۳۹۰: ۱۵۳ و ۱۸۷). فرصت‌ها و شرایط تولیدکننده نشاط در چرخه زندگی علاوه‌بر زمینه‌های فرهنگی، ارزشی و ساختاری، وابستگی زیادی به پذیرش و یا تغییر نقش‌های هنجاری (مانند ازدواج و مادری) دارند. عاملیت و نیز آزادی عمل آنها در تدارک، انتخاب، مشارکت و تفسیر فرصت‌های مفرح آشکارا از اقتضائات دوره زندگی و موقعیت و تجارب نسلی آنها تأثیر می‌پذیرد.

توجه به نیازهای فراغتی زنان و دختران که با الزام‌ها عرفی و اجتماعی بیشتری نسبت به پسران مواجه هستند و نقش محوری در تربیت فرزند و انسجام‌بخشی کانون گرم خانواده را ایفا می‌کنند، حائز اهمیت است و اثرات

تحول معنای شادی در گذار دوره زندگی ... ۵

بهبودهای بر نشاط و سلامت روح و روان آنها و سازندگی جامعه بر جای می-گذارد. در این پژوهش به دنبال رسیدن به فهمی جامعه‌شناسانه از درک زنان و دختران از سازه شادی و فرصت‌های شادی‌بخش و نیز موانع و چالش‌هایی که در تأمین فرصت‌های آن در دوره‌های مختلف زندگی پیش روی خود می‌بینند هستیم.

پیشینه پژوهش

درباره مفهوم شادی از فلاسفه یونان باستان (۱۹۶۰ میلادی) تا فلاسفه و سیاستمداران و متفکران مدرن پژوهش و بررسی کرده‌اند (Veenhoven, 1997; McMahon, 2006). و بعدها مورد توجه رویکردهای مختلف روان‌شناسی، اقتصاد، جامعه‌شناسی، ورزش قرار گرفته است. مطالعات علمی و تجربی در مورد مراحل اولیه رشد انسان از قرن هفدهم آغاز شد. جان لاک (۱۷۰۴-۱۳۶۲) معتقد بود که ذهن انسان از زمان نوزادی همچون لوح سفیدی است و تجربه‌های او در عرصه خانواده و اجتماع او را از دیگران متمایز می‌سازد (تکثیرسازان، ۱۳۸۹، dociran.com). هدف اصلی مطالعات رشد کشف الگوی حاکم بر زندگی انسان بود، چرا که رشد انسان در مراحل سنی مختلف از اصول مشخصی پیروی می‌کند (احمدی و جمهری، ۱۳۸۵). درباره دوره زندگی و شادی، با کمال تعجب، توافق کمی بر روی چگونگی تنوع شادی در چرخه زندگی وجود دارد. درکل درباره مطالعات دوره زندگی و شادی، پیشینه‌ای با دو رویکرد اقتصادی و روان‌شناسی اجتماعی وجود دارد:

ارتباط شادی با سن چندی قبل از سال ۲۰۰۰ میلادی مورد توجه روان‌شناسان و اقتصاددانان بوده است (Easterlin, 2006: 464). روان‌شناسان، اثر خوشبختی را وضعیت‌های عینی در نظر می‌گیرند که با آن فرایندهای روان‌شناسانه که مردم خودشان

را با فرازونشیب شرایط زندگی‌شان سازگار می‌کنند، تعدیل شده است. به عبارت دیگر، درحالی‌که اقتصاددانان بر وضعیت‌های عینی متمرکزند، روان‌شناسان بر این امر تأکید دارند که نه خود این شرایط عینی، بلکه گزارش ذهنی مردم از این وضعیت‌ها، بیان‌کننده شادی کلی افراد است (Ibid: 2) البته اغلب مطالعات با رویکرد اقتصادی و تا حدودی روان‌شناختی بیش از توجه به معنای شادی، تحلیل دوره زندگی و سطح شادی را در نظر گرفته‌اند. در پژوهش‌های قبلی در سال ۲۰۱۳، در گزارش دانشگاه کلمبیا (مؤسسه گالوپ)، ایران بین ۱۵۶ کشور جهان، رتبه ۱۱۵ را به خود اختصاص داد که نشان‌دهنده سیر کاهنده رتبه شادی ایران نسبت به داده‌های سال ۲۰۰۵-۲۰۰۷ است (Helliwell et al., 2013: 20). بررسی وبلاگ شخصی ۱۲ میلیون نفر کاربر نشان داده است که معنای شادی ثابت نیست و به‌شکل سیستمی در هر دوره از زندگی تغییر می‌کند؛ درحالی‌که جوان‌ترها بیشتر احتمال دارد که شادی را به هیجان مرتبط بدانند، افراد با افزایش سن بیشتر احتمال دارد که شادی را به صلح و آرامش مربوط سازند (Mogilner et al., 2011: 395). در پژوهشی دیگر نشان داده شده که شادی در میان مردم تایوان در سنین مختلف، متفاوت نبوده، بلکه عوامل اجتماعی، روابط مختلفی با شادی را در بین گروه‌های سنی مختلف نشان می‌دهند. بدین معنی که نظارت رسمی کمتر، نظارت کمتر خانواده و اعتماد اجتماعی بیشتر برای جوان‌ترها؛ روابط خانوادگی و مشارکت اجتماعی بیشتر برای میانسالان و آموزش، تربیت و رفاه ذهنی برای گروه مسن‌تر مورد توجه است (Hsu et al., 2015: 9). تغییرات ارزشی و فرهنگی در گذر زمان همراه با افزایش سن به اختلاف معنا بین زنان و دختران در دوره‌های مختلف زندگی منجر می‌شود. برخی مطالعات نشان داده‌اند که مفهوم شادی در طول زمان در فرهنگ‌های مختلف اختلاف معنایی دارد، اما با این حال دو شباهت اساسی بین فرهنگ‌های گوناگون و در گذر زمان وجود دارد که اغلب مکرر به آن اشاره می‌شود. این دو حالت خوش‌شانسی و احساسی درونی مطلوب‌اند (Oishi et al., 2013: 560). مطالعه‌ای دیگر نشان می‌دهد که شادی یک ساختار ثابت در ذهن نیست، بلکه در یک

منبع فرهنگی موجود، افراد گونه‌های مختلفی از شادی را می‌سازند؛ و هر کسی شادی را در قالب اصطلاحات خودش تعریف می‌کند (Bratu, 2013: 34).

پژوهش‌های داخلی، اغلب به عوامل موثر بر شادی با روش کمی پرداخته‌اند و غالباً بر پایین بودن میزان شادی در جامعه ایران صحنه می‌گذارند. پژوهشی با عنوان «بررسی جامعه‌شناختی عوامل موثر بر شادمانی در سطوح خرد و کلان» که در سال ۱۳۸۷ انجام شده است؛ نشان می‌دهد که شادمانی در جامعه ایران پایین (۴۸/۶۰ براساس مقیاس ۰ تا ۱۰۰) است و بیش از نیمی از افراد میزان شادمانی کمتر از حد متوسط دارند. در این مطالعه انزوای اجتماعی بیشترین رابطه معکوس را با شادمانی دارد (چلبی و موسوی، ۱۳۸۷). پژوهش دیگری با عنوان «عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی (با تأکید بر استان تهران)» به شناسایی عوامل موثر بر نشاط در بین افراد رده سنی ۱۵-۶۵ سال ساکن تهران می‌پردازد، تحلیل نتایج از آزمون‌های شدت همبستگی و رگرسیون چندمتغیره، نشان داد همه متغیرهای مستقل، به‌جز متغیر بیگانگی اجتماعی، رابطه معناداری با نشاط دارند. بدین صورت که شادی با احساس محرومیت رابطه معکوس و منفی دارد و با متغیرهای امید به آینده، ارضای نیاز، احساس مقبولیت، عدالت اجتماعی، پایداری به ارزش‌ها، مناسب بودن اخلاق عمومی، احساس امنیت، رابطه مثبت و مستقیم دارد و براساس نتایج رگرسیونی، به‌ترتیب متغیرهای امید به آینده، ارضای نیاز عاطفی و مقبولیت اجتماعی بیش از نیمی از تغییرات متغیر نشاط اجتماعی را به خود اختصاص می‌دهند (هزارجریبی و آستین‌فشان، ۱۳۸۸). همچنین در پژوهشی با عنوان «رویکری جامعه‌شناختی به احساس شادمانی سرپرستان خانوار در شهر اصفهان» به این سؤال پرداخته شده که «شادی افراد مورد مطالعه با کدام متغیر اجتماعی همبسته است؟». نتایج پژوهش نشان می‌دهد احساس شادی با متغیرهای منزلت نقشی (کارآمدی اجتماعی، خانوادگی و فردی)، رضایت از خدمات و

امکانات شهری (فضای سبز، امکانات ورزشی)، دسترسی به امکانات فرهنگی و بهداشتی (سینما، شهربازی، موزه و مراکز درمانی و مشاوره)، سرمایه اجتماعی (تعاملات اجتماعی، تعهد، تعلق اجتماعی و مشارکت)، برخورداری از حقوق شهروندی (آزادی بیان، احساس عدالت و امنیت و دستیابی به شغل متناسب) و درآمد رابطه مثبت و مستقیم دارند؛ همچنین احساس شادی سرپرستان خانوار برحسب متغیرهای زمینه‌ای، از جمله جنس، وضعیت تأهل و شغل متفاوت است. بدین معنی که مردان سرپرست خانوار نسبت به زنان سرپرست شادترند (میانگین ۵۷/۵۹ در برابر ۴۹/۵۷). برحسب وضعیت تأهل، متأهل‌ها از بقیه گروه‌ها شادترند (۵۷/۸۲) و بعد به ترتیب مجردها (۵۲/۳۲) همسر فوت‌شده‌ها (۴۹/۳۴) و مطلقه‌ها (۴۶/۸۱) شادند؛ و برحسب شغل میانگین شادی، به ترتیب در میان کارمندان دولت (۶۰/۳۸)، مشاغل آزاد (۵۶/۷۸)، بازنشستگان (۵۴/۱۹)، سرپرستان خانه‌دار (زنان) (۴۹/۴۹)، بیکاران (۴۸/۶۵) بوده است، درکل متغیرهای مؤثر بر اساس رگرسیون گام‌به‌گام حدود ۴۵ درصد از واریانس احساس شادی جامعه آماری را تبیین کرده است که بیشترین تأثیر را حقوق شهروندی، منزلت نقشی و سرمایه اجتماعی داشته‌اند (ربانی و دیگران، ۱۳۹۰).

پژوهش‌های متعددی درباره مقوله شادی شده است که در این مجال امکان پرداختن به آنها فراهم نیست. به‌طورکلی مطالعات پیشین اغلب با روش کمی و با پرسشنامه آکسفورد صورت گرفته است و یا با دیدگاه روان‌شناسانه به موضوع پرداخته‌اند. درواقع بررسی ارتباط دوره زندگی با فهم از شادی به‌ندرت موضوعی برای مطالعات تجربی به‌ویژه کیفی بوده است. فهم تفسیر و نگاه زنان از شادی در برش‌های مختلف نسلی (نوجوانی، جوانی و میانسالی) می‌تواند علاوه بر

آشنایی با ارزش‌ها و اولویتهای زندگی این گروه دریچه جدیدی بر روی مطالعات دوره زندگی و جامعه‌شناسی عواطف بگشاید.

چارچوب نظری پژوهش

دو مفهوم اصلی این پژوهش شادی و دوره زندگی است. اساساً مقوله شادی در دو قالب کلی تعریف می‌شود: شادی عاطفی، که یک تجربه‌ی خاص و محسوس روانی یا جسمانی قلمداد می‌شود. نظیر احساسی که پس از پیروز شدن تیم ورزشی مورد علاقه وجود دارد. به عبارت دیگر در این تعریف، حالت ظاهری و گذاری خنده و شادی مدنظر است؛ و دوم، جنبه شناختی شادی که حالتی درونی و نسبتاً پایدار شادی را در نظر دارد که بیشتر تحت عنوان رضایت، خرسندی و نشاط از آن یاد می‌شود (Fitzpatrick, 2002: 20). در این قالب، شادی یک تصوّر، عقیده و ارزیابی مثبت نسبت به کل زندگی تعبیر می‌شود؛ اینکه شخص چقدر زندگی خود را دوست دارد. در این معنا، شادی با اصطلاح «رضایت از زندگی»^۱ و همچنین با اصطلاح «رفاه ذهنی»^۲ اغلب به معنایی یکسان مشخص می‌شود (Veenhoven, 1997: 5; Veenhoven, 2006: 1).

دوره یا چرخه زندگی از جمله مفاهیمی است که به‌طور گسترده در علوم اجتماعی از آن استفاده می‌شود. مفهوم چرخه زندگی، نسل، رده‌های سنی، گروه همسن را دربرمی‌گیرد (Orand and Krecker, 1990: 241). اکثر مفاهیم چرخه زندگی در علوم اجتماعی به ایده‌های قرن نوزدهم در سه حوزه مربوط می‌شود. در زیست‌شناسی، به ارتباط بین توسعه فردی و پیشرفت تاریخی انواع؛ در فلسفه اجتماعی، به منشأ و تکامل اشکال خانواده و نظام‌های خویشاوندی از بی‌قیدی بدوی تا تک‌همسری وابسته به پدرسالاری و در

1. Life-satisfaction
2. Subjective well-being

روانشناسی رشد اولیه، به رشد و توسعه انسان تا مرگ اشاره دارد (Ibid.: 242). در این پژوهش حوزه سوم چرخه زندگی مورد نظر است.

در پژوهش حاضر مفهوم چرخه زندگی شامل سه دوره سنی یا به عبارت دیگر سه میدان اجتماعی می‌شود، که عبارتند از: نوجوانی، جوانی و میانسالی. در فرهنگ لغت کمبریج نوجوان به فردی که بین ۱۳ تا ۱۹ سالگی قرار گرفته است، گفته می‌شود (dictionary.cambridge.org, 2015). برای تعیین شروع و پایان جوانی نیز رویکردهای مختلفی وجود دارد. غیراستاندارد شدن دوره جوانی از جمله، تأخیر در ازدواج و ورود دیرنگام به بازار کار به علت تمایل برای ورود به دانشگاه و طولانی شدن دوره‌های تحصیلی، هم به طور واقعی و هم مجازی، دوره جوانی را طولانی‌تر می‌سازد (ذکایی، ۱۳۹۱: ۷۱ و ۱۱۰). براساس استانداردهای جهانی، دوره جوانی ۱۵ تا ۲۴ سالگی در نظر گرفته شده است، اما تعیین دامنه سنی دقیق این دوره با توجه به شرایط فرهنگی، اجتماعی کشورها نسبی بوده و تعیین آن براساس نگاه مدیریتی هر کشور تعیین می‌شود. برای مثال در ایران، وزارت کشور ۱۸ تا ۳۵ سالگی را دامنه سنی جوان در نظر گرفته است؛ و سازمان ملی جوانان فاصله سنی بین متوسط سن بلوغ، یعنی ۱۵ سال، تا متوسط سن اشتغال و ازدواج، یعنی ۲۹ سال، را مبنای دامنه سنی جوانی در ایران در نظر می‌گیرد (سازمان ملی جوانان؛ library.tebyan.net). در نتیجه ورود دیرنگام به بازار کار و بنابراین خروج دیرتر از بازار کار، دوره میانسالی نیز طولانی‌تر شده است. دوره میانسالی میان جوانی و سالخوردگی قرار دارد و از حدود ۴۰ تا ۶۰ سالگی در نظر گرفته شده است (thefredictionary.com, 2015).

در پژوهش حاضر، درک از مفهوم شادی زنان، شامل هر دو بُعد عاطفی (سطحی) و شناختی (درونی) می‌شود؛ و تجربه زنان در سه محدوده

تحول معنای شادی در گذار دوره زندگی ... ۱۱

سنی، ۱۳ تا ۱۹ سال (نوجوانی)، ۲۰ تا ۳۴ سال (جوانی) و ۳۵ تا ۶۰ سال (میانسالی) مطالعه می‌شود.

روش پژوهش

پژوهش حاضر ماهیتی اکتشافی دارد که با هدف کشف و توصیفی تفسیری از معنا و فهم شادی از دیدگاه زنان و دختران در دوره‌های سنی مختلف در متن زندگی روزمره صورت گرفته است. در پژوهش‌های با رویکرد تفسیری مهم-ترین هدف پژوهش اجتماعی، روشن ساختن این نکته است که، چگونه بشر حقیقت اجتماعی خود را بنیان می‌نهد (استربرگ، ۱۳۸۴: ۱۶). این پژوهش با روش تحلیل مضمونی انجام شده است. تحلیل مضمون^۱ یکی از روش‌های بنیادین تحلیل کیفی است که بر منطقی تکرار شونده (چرخشی) استوار است. در این روش تلاش بر این است تا براساس ایده‌ها، اندیشه‌ها و تجارب پرتکرار ظاهر شده در متن و میدان اجتماعی مورد مطالعه، به مقولاتی دست یافت که پاسخگوی اهداف و سؤالات پژوهش باشند.

انتخاب میدان پژوهش

نمونه پژوهش از بین زنان و دختران نوجوان، جوان و میانسال شهر کرمان انتخاب شده‌اند. دختران نوجوان از دبیرستان‌های دولتی و جوانان از بین دانشجویان و میانسالان از میان کارمندان مدارس یا دانشگاه برگزیده شده‌اند. برای انتخاب نمونه‌ها از شیوه‌های نمونه‌گیری غیراحتمالی، از جمله نمونه‌گیری همگن^۲، موارد عادی^۳ و گلوله‌برفی^۱ استفاده شده است. در انتخاب نمونه‌ها

-
1. Thematic analyze
 2. Homogeneous sampling
 3. Typical case sampling

برای هر گروه سعی شده افرادی با ویژگی‌های متعارف و نزدیک به متوسط گروه هدف به لحاظ اجتماعی و اقتصادی انتخاب شوند. (مثلاً از طبقه متوسط باشند). همچنین نمونه‌گیری تا مرحله جمع‌آوری اطلاعات و شواهد کافی برای پاسخگویی به سؤالات پژوهش ادامه یافت. در مجموع در مطالعه حاضر ۱۵ مصاحبه فردی و ۷ مصاحبه متمرکزگروهی ۵ نفره در سه گروه سنی مورد بحث انجام شده است. ترکیب مصاحبه‌ها و مشخصاً نمونه‌های مصاحبه‌شوند به شرح زیر است:

جدول ۱- مشخصات پاسخگویان

وضعیت تأهل	طبقه اقتصادی - اجتماعی	وضعیت اشتغال	تحصیلات	سن	اسم (مستعار)	دوره سنی
مجرد	متوسط رو به بالا	دانش آموز	دوم تجربی	۱۶	الناز (فردی)	نوجوان
مجرد	متوسط رو به بالا	دانش آموز	دوم تجربی	۱۷	سارا (فردی)	
مجرد	متوسط رو به بالا	دانش آموز	اول دبیرستان	۱۵	عارفه (فردی)	
مجرد	متوسط - متوسط	دانش آموز	دوم ریاضی	۱۶	فائزه (فردی)	
مجرد	متوسط - متوسط	دانش آموز	پیش‌دانشگاهی تجربی	۱۹	فاطمه (گروه ۱)	
مجرد	متوسط رو به پایین	دانش آموز	پیش‌دانشگاهی تجربی	۱۸	رضوان (گروه ۱)	
مجرد	متوسط - متوسط	دانش آموز	پیش‌دانشگاهی تجربی	۱۹	آزاده (گروه ۱)	
مجرد	متوسط - متوسط	دانش آموز	پیش‌دانشگاهی تجربی	۱۸	راضیه (گروه ۱)	
مجرد	متوسط - متوسط	دانش آموز	پیش‌دانشگاهی تجربی	۱۹	زهره (گروه ۱)	
مجرد	متوسط رو به پایین	دانش آموز	دوم تجربی	۱۷	معصومه (گروه ۲)	
مجرد	متوسط - متوسط	دانش آموز	دوم تجربی	۱۶	زهرا (گروه ۲)	
مجرد	متوسط - متوسط	دانش آموز	دوم تجربی	۱۷	فاطمیما (گروه ۲)	

مجرد	متوسط رو به بالا	دانش آموز	دوم تجربی	۱۶	فرزانه (گروه ۲)	
مجرد	متوسط - رو به پایین	دانش آموز	دوم تجربی	۱۷	مهدیه (گروه ۲)	
مجرد	متوسط - متوسط	دانش آموز	دوم تجربی	۱۶	زینب (گروه ۳)	
مجرد	متوسط رو به بالا	دانش آموز	دوم تجربی	۱۶	مهرناز (گروه ۳)	
مجرد	متوسط رو به بالا	دانش آموز	دوم تجربی	۱۷	سپیده (گروه ۳)	
مجرد	متوسط - متوسط	دانش آموز	دوم تجربی	۱۷	بهار (گروه ۳)	
مجرد	متوسط رو به پایین	دانشجو	کارشناسی علوم اجتماعی	۲۲	خاطره	جوان
مطلقه	متوسط - متوسط	دانشجو	کارشناسی ارشد حقوق	۲۴	حدیث	
مجرد	متوسط - متوسط	دانشجو	کارشناسی ارشد جامعه‌شناسی	۲۵	آیدا	
مجرد	متوسط - متوسط	دانشجو	کارشناسی ارشد حقوق	۲۷	ندا	
مجرد	متوسط - متوسط	کارمند آژانس مسافرتی	کارشناسی مدیریت	۲۵	مهسا (گروه ۱)	
مجرد	متوسط - رو به پایین	کارمند آژانس مسافرتی	کارشناسی زبان	۳۲	محبوبه (گروه ۱)	
مجرد	متوسط - متوسط	آرایشگر	کارشناسی	۲۶	فیروزه	

تحول معنای شادی در گذار دوره زندگی ... ۱۵

			حسابداری		(گروه ۱)	
مجرد	متوسط - متوسط	دانشجو	کارشناسی ارشد حقوق	۲۴	مژده (گروه ۲)	
مجرد	متوسط رو به بالا	مشاور	کارشناسی ارشد مشاوره	۲۶	بهاره (گروه ۲)	
مجرد	متوسط - متوسط	بیکار	کارشناسی ارشد حقوق	۲۶	زهرا (گروه ۲)	
مجرد	متوسط - متوسط	دانشجو	کارشناسی ارشد حقوق	۲۵	زهرة (گروه ۲)	
مجرد	متوسط رو به پایین	دانشجو	کارشناسی پژوهشگری	۲۲	رقیبه (گروه ۳)	
مجرد	متوسط رو به بالا	دانشجو	کارشناسی مدیریت	۲۳	فاطمه (گروه ۳)	
مجرد	متوسط - متوسط	دانشجو	کارشناسی روزنامه‌نگاری	۲۱	سارا (گروه ۳)	
متاهل	متوسط رو به پایین	دانشجو	کارشناسی ارشد جامعه‌شناسی	۲۴	محبوبه (گروه ۳)	
مجرد	متوسط - متوسط	دانشجو	کارشناسی ارشد علوم سیاسی	۲۸	نسترن (گروه ۳)	
متاهل، دو فرزند	متوسط رو به بالا	بازنشسته	کارشناسی ارشد ادبیات	۵۴	پوران	میانسال
متاهل، دو فرزند	بالا (رو به پایین)	استاد دانشگاه	دکتری شیمی	۳۷	اکرم	
متاهل، دو فرزند	متوسط - متوسط	مشاور	کارشناسی ارشد مشاوره	۳۵	فاطمه	
متاهل، دو فرزند	بالا (رو به پایین)	استاد	دکتری جامعه‌-	۳۹	سوده	

فرزند		دانشگاه	شناسی		
متاهل، دو فرزند	متوسط - متوسط	مشاور	کارشناسی علوم تربیتی	۴۹	مهناز (گروه ۱)
متاهل، سه فرزند	متوسط - متوسط	مشاور	کارشناسی علوم تربیتی	۴۷	صدیقه (گروه ۱)
متاهل، دو فرزند	متوسط - متوسط	مربی پرورشی	کارشناسی الهیات	۴۱	عفت (گروه ۱)
متاهل، دو فرزند	متوسط رو به بالا	معاون	کارشناسی فیزیک	۴۲	فائقه (گروه ۱)
متاهل، دو فرزند	متوسط - متوسط	کارمند کتابخانه	فوق‌دیپلم	۵۲	زری (گروه ۲)
متاهل، بدو ن فرزند	متوسط - متوسط	کارمند بخش اداری	فوق‌دیپلم	۵۴	فروغ (گروه ۲)
متاهل، دو فرزند	متوسط - متوسط	کارمند بخش اداری	دیپلم	۴۵	طاهره (گروه ۲)
متاهل، دو فرزند	متوسط - متوسط	کارمند کتابخانه	دیپلم	۴۷	حوری (گروه ۲)

گردآوری داده‌ها

داده‌ها با تکنیک مصاحبه‌های گروه‌های قانونی و مصاحبه‌های فردی نیمه-ساخت‌یافته جمع‌آوری شده است. گروه‌های قانونی، به‌صورت گروه‌های کوچک ساختاریافته‌ای، با تعداد ۴ یا ۵ نفر، از شرکت‌کنندگان منتخب، تشکیل شدند.

1. Data gathering

سؤالات مصاحبه از قبل طراحی شدند اما در روند مصاحبه با بازاندیشی در هر مرحله، سؤالاتی حذف یا اضافه شدند. همچنین با استناد به پژوهش‌های پیشین و با به‌کارگیری چند روش (کتابخانه‌ای و میدانی) سعی شد، اعتبار یافته‌ها افزایش یابد. سؤالات به‌صورت کلی طراحی شدند تا به پاسخ‌دهنده مجال بیشتری برای پاسخگویی بدهد و براساس آنچه خود مهم می‌انگارد، پاسخ دهد. مضمون کلی سؤالات متمرکز بر مقولانی چون معنای شادی، فرصت‌ها محدودیت‌های تجربه شادی، اوقات فراغت و موارد مشابه بوده‌اند.

پردازش و تحلیل داده‌ها^۱

براساس روش تحلیل مضمون و به‌منظور رسیدن به تم‌های کلی پژوهش مراحل طی شده است که به این شرح است: به محض گراوری داده‌ها، چند مرتبه فایل صوتی مصاحبه‌ها گوش داده شد و سپس به پیاده‌سازی شد؛ همچنین چندین بار مکرر متون پیاده‌شده مصاحبه‌ها مرور شده است و مطالب غیرمرتبط را حذف شد، سپس به طبقه‌بندی و کدگذاری داده‌ها پرداخته شد؛ سپس سعی شد از مضامین ظاهری به سمت مضامین انتزاعی جهت‌گیری شود، متون پیاده‌شده، به بخش‌هایی تقسیم و کدهای اولیه استخراج شد، بدین منظور جدولی متناسب با سؤالات پژوهش و هدف پژوهش، برحسب هر گروه سنی به صورت جداگانه تنظیم و کدهای توصیفی در آن یادداشت شد، در مرحله کدگذاری آزاد^۲ حدود ۵۰ تا ۶۰ مفهوم شناسایی شد و در فاز دوم، با قرار دادن مفاهیم مشابه در یک گروه، به مقوله‌سازی پرداخته شد و تعداد کدهای توصیفی به حدود ۳۰ تا ۴۰ کد تفسیری تقلیل یافت، در فاز سوم تلاش شد تم‌ها را شناسایی شود، به‌عبارت دیگر مفاهیمی که ویژگی تکرار شونده و

1. Data analysis
2. Open coding

تمتایز در متن دارند و همه اطلاعات چند مقوله را دربرمی‌گرفت، در قالب یک تم شناسایی و در نهایت به تعدادی تم فراگیر دست یافتیم، که برای نام-گذاری آنها از ایده محقق و متون نظری استفاده شد.

یافته‌های پژوهش

در بررسی و تحلیل داده‌های حاصل از کار میدانی به چند تم کلی دست یافتیم. در این میان مبنای طبقه‌بندی و استخراج تم‌ها، چگونگی فهم و ذهنیت زنان و دختران از مقوله شادی در دوره‌های مختلف زندگی است.

درک از شادی

به طور کلی در پاسخ به این سؤال که «شادی چیست؟» اغلب، در تجربه و فهم مصاحبه‌شوندگان نمونه پژوهش دو معنای کلی مقوله شادی (عاطفی و شناختی) در هم ترکیب شده است. و این معانی را در قالب زبان خود و متناسب با نیازها و خواسته‌هایی که در هر دوره سنی دارند، بیان و انتخاب‌هایی در زندگی روزمره داشته‌اند. درباره تعریف شادی، به نظر می‌آید معناسازی از آن در دوره زندگی تغییراتی را تجربه کرده است و گروه‌های سنی مختلف تلقی متفاوتی از آن داشته‌اند. البته این تفاوت‌ها نسبی و بیشتر به اولویت‌های معنایی مربوط است. به‌طورکلی براساس تحلیل متون پیاده‌شده حاصل از مصاحبه‌های فردی و گروه‌های کانونی می‌توان گفت، شادی مفهومی است که در تعامل فرد با محیط و مناسبات اجتماعی - فرهنگی که فرد در آن قرار گرفته‌است، برساخته می‌شود. همچنین شادی مقوله‌ای است که زنان و دختران در گروه‌های سنی مختلف به اقتضای نیازهایشان، آن را در قالب اصطلاحات و رفتارهای گوناگون تعریف می‌کنند. در تحلیل داده‌های متنی، سه وجه مشترک در معنای شادی بین سه دوره سنی مذکور به چشم می‌خورد که عبارت‌اند از: دستیابی

به هدف، داشتن آرامش درونی و نداشتن غصه و غم. البته دختران و زنان در سه دوره سنی مذکور این سه وجه را در قالب مفاهیم و اعمال خودشان به تناسب نیازها و علایق آن دوره سنی تجربه و معناسازی کرده‌اند.

الناز ۱۶ساله: «(با مکث) شادی!! اینکه امتحانارو لغو کنیم (خنده)، ... دوستایی داری که باهاشون بری بیرون، کلاً هر جور کاری که بخوام با دوستام انجام بدم خیلی شادم می‌کنه، شادی یعنی اینکه ته دلت قرص باشه و اینکه تا یه جایی به اون اهدافی در ذهنت داشتی، رسیده باشی. مثلاً الان یکی از بزرگترین غصه‌ها و دغدغه‌های ما دانشگاه هست. واقعاً آگه ما بتونیم رشته خوب قبول شیم دیگه اوج شادیمونه».

به‌طورکلی می‌توان گفت، دختران در دوره نوجوانی، به تجربیاتی مانند تمام شدن امتحانات، کاهش حجم تکالیف درسی، درک شدن از جانب والدین و توجه به اقتضائات سنی‌شان، در کنار دوستان بودن، پذیرفته شدن در کنکور سراسری و دستیابی به استقلال نسبی اشاره کرده‌اند. در دوره جوانی، احساس امنیت، آزادی (بیان، پوشش)، استقلال (مالی، زندگی)، داشتن تصویر روشن از آینده و امید به آینده، وجود پشتیبان عاطفی غیر از خانواده، رضایت از خود، پذیرش خود، هدفمند بودن، کاهش نظارت رسمی خانواده، وجود میدان‌ها و بسترهای تخلیه هیجان، از بین رفتن تبعیض جنسیتی، وجود بسترهای پیشرفت، امکانات فراغتی متنوع و در دسترس و نداشتن احساس روزمرگی در زندگی اظهار می‌شود. برای زنان میانسال نیز مقوله شادی با بازسازی ارزش-های اخلاقی در جامعه و نیروهای معنوی پیوند می‌خورد و به مفاهیمی چون، نوع دوستی، داشتن ایمان و اعتقاد، رضایت از روابط زناشویی، سپاسگزار بودن همسر از آنها، سلامتی اعضای خانواده، رضایت شغلی و احساس امنیت شغلی، لذت از داشته‌ها و مقایسه نکردن خود با دیگران اشاره کرده‌اند.

کنش‌های شادی‌بخش نیز در قالب فعالیت‌های متنوعی نمود می‌یابد. دختران نوجوان، به مواردی چون درس خواندن و گرفتن نمره درسی خوب، خنده‌های بلند و بیخود، تفریح و خوشگذرانی با دوستان (تولد گرفتن، خوردن بستنی و رفتن به کوهنوری)، گوش دادن به آهنگ‌های شاد و رقص و آواز اشاره کرده‌اند. دختران جوان، تلاش و موفقیت تحصیلی (رفتن به کلاس‌های آموزش و یادگیری مهارت)، رفتن به مسافرت، گپ و گفت‌وگو با دوستان، بیرون رفتن (کافی‌شاپ و رستوران، سینما)، با دوستان (همجنس و غیرهمجنس)، تحقق علایق به دور از کلیشه‌های جنسیتی (عکاسی در شب، موسیقی، دوچرخه و موتورسواری)، خندیدن بلند با دوستان را جذاب یافته‌اند. سرانجام زنان میانسال شادی را در کارهایی چون، شرکت در مهمانی‌های زنانه، گذراندن ساعاتی خوش با همسر، دریافت توجه از جانب همسر، بیرون رفتن با خانواده (پارک، مراکز خرید)، ارتقای شغلی، دعا کردن و نماز خواندن، صحبت با فرزندان و گفت‌وگو با همسر، جست‌وجو کرده‌اند. همچنین مثبت‌نگری و ایمان به خدا دو موردی است که هر سه گروه سنی برای به‌دست آوردن آرامش درونی با عناوین مختلف از جمله، آسان گرفتن مسائل، فکر نکردن به مشکلات، دیدن نیمه پر لیوان، صحبت با خدا، نامه به خدا، دعا کردن و نماز خواندن به آن اشاره کرده‌اند. البته این مسئله با تأکید و تکرار بیشتر در بین زنان میانسال وجود داشت. ایمان و اعتقاد به منبعی ناشناخته موجب می‌شود بخشی از مسئولیت خود را به منبع ایمان نسبت بدهند تا بدین صورت تسلی خاطر بیشتری یابد.

به‌طورکلی، به‌نظر می‌آید شادی با افزایش سن از سمت امور عینی به سمت امور ذهنی جهت می‌یابد (اکبرزاده، ۱۳۷۶: ۱۱۵). دختران نوجوان و جوان سطوح آموزشی بالاتر (مدرک‌گرایی)، پول، احساس قدرت و ملزومات عینی زندگی را مهم به‌شمار می‌آوردند، درحالی‌که زنان میانسال به سلامت

روحی و جسمی خانواده، احساس احترام و مقبولیت و معنویات (ایمان و ارتباط با خدا) اهمیت می‌دادند. برخورداری از پشتیبان عاطفی و روابط اجتماعی پایدار یک معنای مهم در فهم و تجربه شادی در هر سه گروه سنی بیان شده است. در دختران نوجوان در قالب ارتباط و اعتماد به دوستان همجنس و همکلاسی و روابط خوب با والدین معنا می‌شود، دختران جوان اغلب به روابط قابل اعتماد و وجود عنصر تعهد به دوستانی همجنس و غیرهمجنس اهمیت می‌دهند. در واقع در این دوره سنی هرچند روابط با خانواده خوب باشد اما به دنبال حمایت عاطفی غیر از خانواده نیز هستند، و سرمایه اجتماعی در زنان میانسال در قالب روابط گرم درون خانواده، صله ارحام و مشارکت اجتماعی تعریف می‌شود (1: Twenge et al., 2015). اما اغلب دختران جوان در زمینه ازدواج دلخواه و موفق ناامیدند و با داشتن این تصور، نسبت به آینده خود مضطرب و نگران هستند (1: Ibid.).

عاملیت فردی یا شرایط نهادین

در تجربه و معنای شادی صرفاً عوامل اجتماعی و ساختاری اظهار نشده است بلکه علاوه بر عوامل کلان، ویژگی‌های درونی افراد بر شاد بودن یا نبودن آنها مؤثر است. شخصیت از جمله عواملی هست که به خود فرد برمی‌گردد. شخصیت انسان از دو بُعد: برون‌گرایی و درون‌گرایی تشکیل شده است که در هر انسان به‌طور معمول یک بُعد از بُعد دیگر قوی‌تر است. بررسی‌ها نشان داده‌اند، برون‌گرایی با شادی و به‌طور کلی عاطفه مثبت همبستگی قوی‌ای دارد. برون‌گرایان دارای مهارت‌های اجتماعی قوی‌تر و تجارب مثبت بیشتری نسبت به درون‌گرایان هستند (آرگایل، ۱۳۸۶: ۲۳۶). همچنین زن و تربیت خانوادگی و اینکه والدین از ابتدا چه برداشتی از زندگی به فرزند خود انتقال دهند، اهمیت دارد. در واقع به گفته وینهون زندگی خوب ناشی از دو عامل است،

یکی عملکرد خوب و دیگر شرایط لازم پنداشته شده برای یک زندگی خوب (Veenhoven, 1997: 2). زنان میانسال در فهم از مقوله شادی در صحبت-هایشان اغلب به عملکرد خوب فرد و تعلیم و تربیت او در بستر خانواده اشاره داشتند. خوشبینی و داشتن نگرش مثبت اصل مهم در شخصیت افراد است. افرادی که اکثر اوقات به جنبه‌های مثبت زندگی نگاه می‌کنند، درمورد دیگران نظر مثبت دارند، به آینده خوشبین هستند، تجارب خوشایند بیشتری را تجربه می‌کنند و همچنین محرک‌ها بیشتری را به‌عنوان خوشایند ارزیابی می‌کنند. در مقابل افراد بدبین به جنبه‌های منفی امور نظر دارند و ناشادتر هستند. البته گاهی ناکامی در خوشبینی‌های مکرر به بدبینی منجر می‌شود که در این موارد عوامل محیطی نقش ایفا می‌کنند (آرگایل، ۱۳۸۶: ۲۴۵). برای تشریح این نکته به دو مورد از مصاحبه‌های گروهی اشاره می‌شود:

مهناز ۴۹ ساله: «من فکر می‌کنم یک چیز درونی باید باشه. اینکه آدم به ظواهر نگاه کنه یا اینکه چه خونه و زندگی‌ای داشته باشه یا ارتباطش با دیگران، شادی نیست. یعنی اگه در درون خودش احساس شادی نکنه یعنی هیچ‌کدوم از اینا شادی نمیارن. یعنی از همون زمان که تو خونه پدر و مادرش هست شکل می‌گیره یعنی از زمان بچگی، اینکه پدر و مادر از اول چه برداشتی از زندگی به آدم بدن».

عفت ۴۱ ساله: «(در تأیید حرف مهناز) یعنی تربیت خانوادگی و خصوصیات اخلاقی و رفتاری پدر و مادر بر بچه مؤثره، یعنی شادی باید نهادینه بشه در وجود بچه».

با نگاه جامعه‌شناختی می‌توان شادی را نیز مفهوم و یا ارزشی اجتماعی دانست که باید در نهاد خانواده، مدرسه و جامعه در فرد نهاییه و آموخته شود. ایثار و گذشت، آسان‌گیری مسائل و مشکلات، نگرش مثبت، کاهش توقعات و مقایسه نکردن خود با دیگران، فرهنگ قناعت، لذت از امکانات موجود و در

لحظه زندگی کردن از جمله مواردی است که زنان میانسال آن را تجاربی شادی بخش می‌دانند. به عبارت دیگر، به عقیده آنها رفتار و افکار و شیوه زندگی خود فرد و تربیت والدین شکل‌دهنده نگرش به شادی و یا اندوه است. زنان میانسال در مقایسه با دختران جوان و نوجوان به عوامل ساختاری و اجتماعی متفاوتی در تجربه شادی اشاره داشتند؛ برای مثال در دوره نوجوانی و جوانی به شرایطی، مانند: کمبود امکانات فراغتی - تفریحی در دسترس و متنوع، هنجارها و قوانین محدودیت‌زا برای تحقق خود و علایق خود (از جمله گشت ارشاد و نگاه جنسیتی جامعه در حیطه تجربه‌های فراغتی و نحوه حضور در اجتماع)، ابهام آینده و نبود برنامه‌ای کلان برای رفع چالش‌های جوانان (از جمله آینده تحصیلی و شغلی)، بازنمایی رسانه‌ای (جناسی، ایدئولوژیک و انقلابی)، کم‌رنگ شدن اخلاقیات (رواج و عادی شدن خیانت پسران) و نبود بسترهای ازدواج موفق محدودکننده تجربه شادی اشاره شده است. از سوی دیگر زنان میانسال عوامل دیگری چون، رکود وضعیت اقتصادی کشور، پیش‌بینی ناپذیری وضعیت اقتصادی - سیاسی کشور، نبود فرهنگ‌سازی استفاده از ابزارها (تلفن همراه و شبکه‌های مجازی) و نبود آموزش صحیح نیروی انسانی، نداشتن برنامه‌ریزی کارآمد برای بهبود وضعیت زیست‌محیطی (بحران آب، آلودگی هوا)، کم‌رنگ شدن ارزش‌های اخلاقی در جامعه (رواج دورویی، دروغ و کلک، هم‌نوع‌دوستی)، اختلاط بی‌رویه سیاست با زندگی مردم و جنجال‌های سیاسی دولتمردان به‌طور کلی در محدودیت تجربه شادی اشاره شده است.

خودی از آن خود

ابراز خود، تحقق خود واقعی و پذیرفته شدن از سوی دیگران (خانواده، جامعه و حکومت)، مسئله‌ای است که موجب احساس خرسندی در فرد می‌-

شود. در واقع فاصله گرفتن از خود واقعی، بازی نقش و گذاشتن ماسک بر صورت، به گونه‌ای که اطرافیان یا حکومت تمایل دارند، موجی از اضطراب و نارضایتی درونی در دختران و زنان، به‌رغم حفظ ظواهر، به‌وجود می‌آورد و موجب رواج دورویی و دروغ می‌شود. مفهوم خودی از آن اشاره بر این دارد که فرد به دور از برخی محدودیت‌های قواعد رسمی، آداب تحمیلی و نظارت‌های افراطی خانواده بتواند آن‌طور که واقعاً هست رفتار کند. به بیان دیگر بدون محدودیت و اجبار هنجارهایی سخت‌گیرانه بتواند به شکلی که خود دوست دارد، فکر کند و عمل کند. در این حالت افراد خود را مسلط بر احساس تسلط خویش یافته و می‌توانند خود واقعی و دلخواهشان را تحقق بخشند.

محبوبه ۲۴ ساله: «وقتی شادم، بدون اینکه محدودیتی داشته باشم، حالا از لحاظ حجابم یا هر چیزی، شاید با چادر ورزش کنم بهم خوش بگذره (بدون اینکه بقیه چادرمو مسخره کنن)، یا نخوام رعایت کنم که فلان منطقه باید آرایش کم باشه، فلان منطقه باید زیاد باشه، کلاً اینکه خودم باشم، اگه می‌پسندم که لباس رنگی بپوشم، رنگ‌های جیغ و شاد، اینارو هم بپوشم. مثلاً تو شهره خودمون رعایت می‌کنم زیاد آرایش نمی‌کنم، یا بعضی رنگارو نمی‌پوشم، ولی خب تو تهران شادترم، می‌تونم همه اینکارارو انجام بدم، اینکه خودم هستم، نه اینکه بخوام به‌خاطر کسی همش همه چیو رعایت کنم».

خودی از آن خود مضمونی است که بیان‌کننده انتظارات دختران جوان در زندگی فردی و اجتماعی خود درباره آزادی پوشش، بیان و رفتار، انتخاب سبک زندگی، تصمیم‌گیری و حتی خندیدن است. به گونه‌ای که خودشان تشخیص دهند که به چه شیوه‌ای زندگی کنند و نگران تلقی‌های منفی و کلیشه‌ای دیگران نباشند. در دوره نوجوانی دختران علاوه بر آزادی پوشش و آرایش حداقلی در مدرسه (دخترانه)، درمورد انتخاب رشته تحصیلی نیز ملاحظاتی داشتند. آنها مایل بودند در رشته مورد علاقه خود ادامه تحصیل

دهند، نه آنچه والدینشان به تعبیر عام «باکلاس‌تر» می‌دانند. در واقع با تحلیل نظریه باختین می‌توان گفت، زمان یا مکانی که فرد به دور از نظارت خانواده، عرف و اجتماع به تحقق خود دلخواه بپردازد؛ به عبارت دیگر انسان رها شده از قیدوبندها با همه آنچه که در درون دارد، با همه ابعاد خودش ظاهر می‌شود و رفتارها و گفتارهای خود را دچار سانسور نمی‌کند و خود را آن‌طور که دوست دارد، خارج از حوزه دیده‌بانی و نظارت تحقق می‌بخشد (به نقل از مقدمه پوینده بر باختین، ۱۳۸۰). پاسخگویان پژوهش در مواردی به محدودیت‌هایی اشاره داشتند که سیاست فرهنگ و نیروهای رسمی به‌ویژه بر آنها تحمیل می‌کند و فرصت‌های تجربه کردن شادی را آنچنان‌که خود می‌پسندند محدود می‌سازد. تعبیه نشدن میدان‌ها و نیز زمینه‌های کافی برای خود ابرازی‌های مجاز می‌تواند به قول باختین فضاهای نهادین رسمی و عمومی را کارناوالیزه سازد. در مصاحبه‌های انجام‌شده در موارد زیادی دختران به راهبردهای خود برای عبور از برخی سخت‌گیری‌ها و هنجارهایی اشاره داشتند که از نظر خود دلیلی برای توجه به آنها نمی‌یافتند. برای مثال زمانی که دختری جوان ناخن‌های خود را لاک می‌زند و حراست دانشگاه با او برخورد می‌کند و به محض عبور از محل، دوباره عمل دلخواه را انجام می‌دهد، علاوه بر پرورش دورویی و نداشتن احساس امنیت روانی و ترس از برخورد دوباره، احساسی از محرومیت و تسلط نداشتن بر بدن خود در او به وجود می‌آید. مثال دیگر، زمانی که به مناسبت پیروزی در زمینه انتخابات یا ورزش، شادی‌های جمعی در خیابان اتفاق می‌افتد، اما نهادهای رسمی با آنها برخورد می‌کند، باعث ناکامی در تخلیه هیجان و نارضایتی می‌شود. در واقع قضاوت شدن برحسب نوع پوشش، مجرمانه تلقی شدن گونه‌هایی از فرهنگ عامه‌پسند و تولید هراس‌های اخلاقی غیرضروری از برخی جلوه‌های خودجوش و سالم شادی-های عمومی، احتیاط در ترویج فرهنگ خنده در حوزه رسمی و سطحی و

ابزاری شدن روابط اجتماعی، اغلب ما را مجبور به مواجهه با دیگران با خودهای جایگزین می‌سازد (ذکایی، ۱۳۹۴). بر این اساس مهیا ساختن بسترها و میدان‌های ابراز خود واقعی زمینه‌ای مؤثر بر تجربه و معنای شادی دختران نوجوان و جوان تلقی می‌شود.

فردگرایی جدید

فردگرایی (ترجیح منافع خود بر دیگران) یک عامل مهم در افزایش تجربه شادی به‌شمار می‌آید (1: Twenge et al., 2015). طبق نظر آهوویا، شادی بیشتر کشورهای پیشرفته، نه ناشی از افزایش میزان مصرف بلکه از طریق ایجاد فرهنگ فردگرایانه‌ای است که در آن افراد به پیگیری شادمانی فردی‌شان به دور از تشریفات و التزامات اجتماعی، ترغیب و تشویق می‌شوند (Ahuvia, 2002: 23). اما در کشوری در حال توسعه (مانند ایران) هیچ‌کدام از دو مفهوم به طور مطلق وجود ندارد و همین مسئله (تعارض در برخورد دو فرهنگ فردگرایانه و جمع‌گرایانه) ممکن است محدودکننده تجربه بیشتر شادی شود. براساس تحلیل مصاحبه‌ها می‌توان گفت دختران نوجوان و جوان فردگراتر به‌نظر آمدند؛ درحالی‌که در بین زنان میانسال گرایش‌های نوع‌دوستانه و جمع‌گرایی بیشتری دیده شده است. وجود گرایش‌های جمع‌گرایانه در دنیای امروز که همه چیز در حال فردی شدن است، می‌تواند موجب سرخوردگی و افسردگی خود فرد در صورت برآورده نشدن انتظارات از سوی دیگران باشد. فردگرایی مفرط در جامعه مدرن غربی نه تنها موجب ناشادی و افسردگی نمی‌شود، بلکه بنا بر گزارش‌ها در این نوع جوامع افراد شادتر نیز هستند و میزان شادی و امید اجتماعی بالاتر است. اما فردگرایی مفرط در جامعه‌ای چون جامعه ایران به‌علت اینکه هم عناصری از مدرنیته را داراست هم سنت، می‌تواند نوعی تعارض را به‌وجود آورد. براساس تحلیل مصاحبه‌های

انجام شده، دختران جوان و به‌ویژه زنان میانسال جمع‌گرایی و اهمیت افراطی به دیگران را عامل مهم محدودکننده تجربه شادی خود به‌شمار می‌آورند. نقل قول زیر بخشی از یک مصاحبه گروهی ۴ نفره است. زهرا ۲۶ ساله از طبقه متوسط اقتصادی - اجتماعی، با تحصیلات کارشناسی ارشد حقوق خصوصی می‌گوید:

«[...] یه چیزی که هست توی کرمان دیگرخواهی بیشتر هست تا خودخواهی‌ای که در شهرهای دیگه [می‌بینیم]، منظورم جنبه منفی خودخواهی نیست؛ حالا مثلاً اصفهان، مردم سعی می‌کنن به خودشون اهمیت بدن. خوشی رو برا خودشون ایجاد کنن ولی کرمان نه. در کرمان همه چیز خوب برای دیگرانه، بهترین غذا برای مهمانه، بهترین تفریح وقتی که مهمون داری. ولی برای خودشون همچین برنامه‌ای ندارن. برنامه‌هاشون همش وقتی هست که دیگران هستن، یا برنامه‌هاشونو با برنامه‌های دیگران تنظیم می‌کنند [...]».

این روحیه جمع‌گرایانه زنان میانسال در برخورد با اطرافیان و خانواده و دلخوری دختران جوان از این مسئله، و از طرف دیگر قدردانی نکردن و برآورده نشدن انتظارات از سوی طرف مقابل، اثری منفی بر روان آنها برجای می‌گذارد. البته از جهتی دیگر، فردگرایی مفرط و داشتن نگاه ابزاری صرف به همه روابط نیز محدودکننده تجربه شادی محسوب می‌شود. در واقع رواج فردگرایی افراطی و منفعت‌طلبی همان‌طور که هابرماس اظهار می‌دارد، موجب ابزاری شدن روابط شده و روابط مبتنی بر تفاهم ارتباطی را از بین برده است. بنابراین با تحلیل مصاحبه‌ها می‌توان گفت، شکل‌گیری روابط مبتنی بر تفاهم ارتباطی و شکل‌گیری رابطه ناب (با وام‌گیری از گیدنز) توأمأً فهم مناسبی از مقوله شادی را به‌دست می‌دهند. به بیان دیگر به دور از صرف الزامات و تعهدات جمعی و نیز منفعت‌طلبی مفرط شخصی، بخشی از معنای شادی محقق شود. برای رساندن این فهم از مقوله شادی، مفهوم «فردگرایی جدید»

به‌عنوان مضمونی برای توصیف ذهنیت و تجربه شادی افراد دوره‌های سنی مختلف به‌کار برده شده است. فردگرایی نهادینه‌شده مطلوب است و در عین توجه به منافع خود، به منافع دیگران نیز توجه دارد.

رابطه یا ضابطه

برقراری عدالت و نداشتن احساس اجحاف در حق خود، یک مفهوم مهم در فهم از مقوله شادی تلقی شده است. این احساس به برقراری عدالت در انواع زمینه‌ها از جمله خانواده، محل تحصیل و به‌طور کلی در جامعه در تجربه شادی حائز اهمیت است. البته دختران جوان و زنان میانسال در اشاره به مفهوم عدالت و نبود تبعیض علاوه‌بر زمینه‌های فراغتی اغلب به ساختارهای شغلی اشاره داشتند. با توسعه کشور و افزایش دانشگاه‌ها و راه یافتن خیل عظیمی از افراد به‌ویژه دختران به دانشگاه‌ها، انتظارات شغلی بسیاری به‌وجود آمده است. بدین معنی که دختری که سال‌ها تحصیل می‌کند، بعد از فراغت از تحصیل، این هدف را در ذهنیت خود دارد که امکان مشارکت مؤثر در جامعه داشته باشد و در جایگاه شغلی مطلوبی قرار گیرد و به درآمد مناسب دست یابد و به‌دنبال آن استقلال بیشتری یابد. امروزه شغل به بخشی مهمی از زندگی دختران تبدیل شده و عنصری هویت‌بخش برای دختران است. اما متأسفانه جایگزینی معیارهای غیرمرتبط در انتصاب مشاغل از جمله روابط، پارتی‌بازی-ها، نگاه جنسیتی، عقیدتی، قضاوت جنس زن برحسب نوع پوشش به جای ضوابط و معیارهای علمی - مهارتی، نوعی احساس اجحاف و محرومیت نسبی در آنها به‌وجود آورده است. در واقع بیکاری، به‌خصوص بیکاری یک زن که او را به خانه محدود می‌سازد، می‌تواند تأثیرات منفی قابل توجهی بر روان و شخصیت او بگذارد. بیکاری تأثیرات مخربی دارد، از جمله: موجب افسردگی، خودکشی، بی‌تفاوتی و عزت نفس پایین می‌شود (آرگایل، ۱۳۸۶):

۷۷). براساس مصاحبه‌ها، اغلب دختران جوان از بیکار ماندن ابراز نگرانی کرده‌اند و زنان میانسال از نداشتن امنیت شغلی ابراز دلخوری کردند:

«... یعنی من حتی توی شغلم هم استرس دارم. مثلاً فکر می‌کنم من الان پیمانی‌ام حالا گزینش من، نکنه یه نفر بیاد زیرآب منو بزنه، من نتونم رسمی بشم، من آدم موفق‌ام از لحاظ علمی، من آدم موفق‌ام از لحاظ پژوهش‌های، ولی همه اینا وابسته به چیزیه که واقعی نیست. یعنی الان گزینشی داره توی جامعه ما می‌شه یه معیار سنجش درستی نداره، راحت یه نفر می‌تونه باعث بشه که آدم عقب بیوفته از زندگیش، اینا همش با استرسه، یعنی من دارم پیشرفت علمی می‌کنم ولی با استرسه. چون همیشه فکر می‌کنم قرار اون جایگاهی را که داشته باشم، ندارم. مثلاً من برای گزینش پیمانی‌ام ۲ سال معطل شدم، در صورتی که اگه الان اون ۲ سال را معطل نمی‌شدم الان خیلی راحت می‌تونستم دانشیار بشم. ولی همه اینا داره عقب میوفته [...]» (اکرم ۳۷ ساله).

همان‌طور که مرتن بیان کرده است، شکاف بین اهداف و ابزار رسیدن به آنها به راهبردهای مختلف (انزوا، طغیان و نوآوری) منجر می‌شود (گروترز، ۱۳۷۸: ۱۴۸). دختران و زنان اغلب این شکاف را، به‌دلایل اجتماعی - سیاسی و ساختاری مرتبط می‌دانستند. در بین نمونه پژوهش حاضر، به‌نظر می‌آید اغلب راهبرد انزوای طلبی و یا جاگزینی وسایل یا اهداف انتخاب کنند، که گاه این انزوای طلبی موجب ناهنجار شدن دختران و آسیب روحی و روی آوردن به آسیب‌های اجتماعی و یا تن دادن به مشاغل دون شأن و غیرمرتبط با مهارت خود همراه می‌شود. تضمین نبودن آینده شغلی و نداشتن تصویری روشن از آینده و ترس از بیکار ماندن و نداشتن امنیت شغلی، پیوسته این دلهره و استرس را در دختران جوان و زنان میانسال ایجاد می‌کنند که در دستیابی به جایگاه شغلی مناسب خود ناکام بمانند. به‌طور کلی، برقراری عدالت، شایسته-

سالاری و نبودن تبعیض (جنسیتی، عقیدتی، روابطی) و تضمین آینده شغلی یک منبع مهم شادی محسوب می‌شود.

گذار سن و تغییرپذیری علایق

نتایج به‌دست‌آمده از تحلیل مصاحبه‌ها نشان می‌دهد که با افزایش سن و گذار از نوجوانی به جوانی، علایق از سمت چیزها و مسائل صرفاً لذت‌بخش به سمت پاسخگویی به نیازهای مفید و آینده‌نگرانه جهت یافته است. برای نمونه علایق از سمت بازی‌های بچه‌گانه و شیطنت، به سمت کلاس‌های آموزش - فرهنگی، خواندن رمان، سینما رفتن، یادگرفتن مهارت‌های علمی و شغلی و آنچه که احساس می‌کنند برای آینده می‌تواند مثرتر باشد، تغییر یافته است. شبکه‌های اجتماعی مجازی و سرگرم شدن با گوشی‌های هوشمند صرف‌نظر از مفید یا غیرمفید بودن جز علایق اصلی نوجوانان و جوانان است. علایق زنان میانسال به نسبت دوره جوانی از علایق احساسی و صرفاً خودمحور به سمت علایق منطقی‌تر و در نظر گرفتن دیگران مهم (فرزندان و همسر) در انتخاب و تجربه علایق و چگونگی گذراندن اوقات فراغت خود جهت یافته است. برای نمونه، علایقی چون، گوش دادن به اخبار روز، خیاطی، بافتنی و موارد این‌چنینی و فراغت خود را اغلب با در نظر گرفتن علایق فرزندان و همسر سپری می‌کنند. درواقع با افزایش سن، تحول کیفی در ذهن به‌وجود آمده است و علایق از سمت لذت‌جویی صرف و آرمان‌گرایی به سمت علایق منطقی‌تر و واقع‌گرایانه برای آینده سمت و سو یافته است. این تغییرات به‌وجودآمده در زنان و دختران، تنها حاصل از تغییر و تحولات سن به لحاظ بیولوژیک و فیزیولوژیک نیست، بلکه افراد با گذار سن و گذشت زمان و در نتیجه ورود به عرصه جامعه و مناسباتش، دچار تحولات ارزشی می‌شوند و تحولی شناختی در ذهنیت آنها به‌وجود می‌آید. درواقع مطابق با

نظریه شناختی پیازه، فرد با قرار گرفتن در سنین نوجوانی و یا جوانی از مکان و زمان حال خود فراتر می‌رود و درمورد آینده و احتمالات تصمیم می‌گیرد و تفکر آینده‌نگرانه می‌یابد (لطف‌آبادی، ۱۳۸۷). همچنین با افزایش سن، افراد توانایی مسئله‌یابی و حل مسئله بیشتری می‌یابند. این توانایی به تلفیق دانش و تجربه‌های زندگی فرد (هم تجارب شخصی و هم اجتماعی) بستگی دارد (احدی و جمهری، ۱۳۸۵: ۲۱۶).

«علاقم هم تغییر کرده. مثلاً من خودم قبلاً تو زمینه‌های ورزشی خیلی علاقه داشتم، دوست داشتم یه ورزشکار خیلی خوب بشم ولی الان نه، چون اون زمان آینده مهم نبود (به آینده فکر نمی‌کردیم). یعنی فکر می‌کردم الان این ورزش و دوست دارم. خب حالا بعد این ورزش به درد من می‌خوره یا نمی‌خوره، واقعاً مهم نبود. ولی الان فرق کرده. الان وقت خیلی مهم شده. اگه به یه چیزی علاقه دارم باید بینم اگه برم به سمت اون کار، بعداً کمک می‌کنه یا نه. یعنی الان این‌جوری شدم، علاقم بیشتر آینده‌نگرانه شده. یعنی الان به سمت چیزی میرم که برای آینده‌ام تأثیر داشته باشه. سعی می‌کنم به جای وقتی که روی ورزش می‌ذارم روی درس بذارم، یعنی برم کلاس‌های درسی [...] دیگه توی رنج سنی من، همه بچه‌ها علاقتشون اینه که با گوشی بازی کنن، ولی خب بعضی برنامه‌ها خیلی وقت‌گیرن و مفید نیستن [...]» (سارا ۱۷ ساله).

همچنین علایق دختران از سمت فعالیت‌های هیجانی با افزایش سن به سمت فعالیت‌های آرام‌تر جهت یافته است. دختران نوجوان به ورزش‌های هیجانی (دوی تند، بسکتبال، ووشو)، برگزاری توگلد با رقص و آواز با دوستان، کوه رفتن تمایل دارند. دختران جوان به فعالیت‌های ورزشی نسبتاً نیمه‌هیجانی چون، دوچرخه‌سواری، بدمیتون، ایروبیک و برگزاری مهمانی‌های پر شر و شور و بگو و بخندهای بلند با دوستان می‌پردازند. زنان میانسال نیز به فعالیت‌هایی چون پیاده‌روی، پیلاتس، برگزاری توگلد با صرف

شام در محیطی با موسیقی سنتی و آرام و رفتن به مهمانی‌های زنانه ابراز علاقه کرده‌اند. در واقع از دید دختران نوجوان و جوان جزء ثابت معنی شادی، تفریح کردن و خوشگذرانی و همراهی با دوستان است. اما زنان میانسال اغلب شادی را با وجود خانواده و اقوام نزدیک معنا می‌کردند.

در دوره نوجوانی فعالیت‌ها هیجانی با نگرانی کمتر به آینده همراه است. در دوره جوانی، فعالیت‌ها نسبتاً هیجانی و همراه با پیدایش نگرانی‌های اصلی به آینده نمود می‌یابد که این نگرانی‌ها به‌نوعی در گرایش به انواع هنر در قالب فعالیت‌های مختلف همچون ساز زدن، طراحی کردن، نقاشی، عکاسی، خوانندگی، شعر، گرایش به عرفان و سرودن شعر، برای ارضای نیاز و تسکین این نگرانی‌ها منعکس می‌شود. این نگرانی‌ها نسبت به آینده، ناشی از این است که واقع‌بین‌تر شده‌اند و بیشتر در عرصه واقعی جامعه و مناسباتش قرار گرفته‌اند. این در حالی است که زنان میانسال به فعالیت‌های آرام‌تر و با ریسک و دردسر کمتر، همچون پارک رفتن همراه خانواده یا مهمانی رفتن‌های بی‌سروصدا تمایل دارند.

به‌طور کلی درحالی‌که جوان‌ترها بیشتر احتمال دارد که شادی را به هیجان مرتبط بدانند، افراد با گذر سن، بیشتر احتمال دارد که شادی را به آرامش مربوط سازند (Mogilner et al., 2011: 396). به‌طور متفاوت و یا شاید متناقضی دختران نوجوان و دختران جوان نمونه پژوهش بیشتر به فعالیت‌های منفعل همچون خوابیدن، سرگرمی با شبکه‌های مجازی و اینترنت و غیره می‌پرداختند و زنان میانسال فعالیت‌های در حال فعالیت و تحرک همچون سحرخیزی، رسیدگی به امور منزل و کارهای عقب‌مانده انجام می‌دهند. دلیل این مسئله (که بررسی دقیق آن مستلزم پژوهش‌هایی مستقل است) ممکن است به کمبود بسترها و میدان‌های تجربه شادی و نبود امکانات

برای تحقق علایق و یا ایده‌آل‌های خود و یا کم بودن انگیزه و هدفمندی در نوجوانان و جوانان مربوط باشد.

نتیجه‌گیری

دختران جوان و زنان میانسال وجوه متفاوتی از زندگی را برای ارزیابی کیفیت زندگی خود مهم می‌دانند؛ و اولویت‌های آنها در طول زمان ثابت باقی نمی‌ماند. این تفاوت در ارزیابی، می‌تواند منتج از تفاوت در نیاز باشد. هر دو گروه سنی دختران نوجوان و جوان به دنبال یک منبع ارضای نیاز عاطفی غیر از خانواده هستند. این مسئله در دختران در دوره نوجوانی، بیشتر در دوستان همکلاسی و همجنس نمود می‌یابد، و در دختران جوان این نیاز علاوه بر تعهد و اعتماد به دوستان همجنس، در ارتباطات با غیرهمجنس نیز نمایان می‌شود. در واقع نقش خانواده زمینه‌ساز شادی برای دختران جوان و نوجوان محسوب می‌شود اما در دوره میانسالی، خانواده (همسر، فرزندان و اقوام) هم نقش زمینه‌ای هم فرعی را در ارضای نیاز عاطفی ایفا می‌کند. اشتغال و ازدواج به دلیل هویت‌یابی و ارضای نیازهای عاطفی، جسمی و گرفتن نگاه مثبت از سمت خانواده و اجتماع، زمینه مهم شادی برای دختران جوان محسوب می‌شود. پذیرفته شدن در کنکور سراسری و روابط خوب با والدین و دوستان برای دختران نوجوان مهم شمرده می‌شود و زنان میانسال بر روابط رضایت‌بخش با همسر و فرزندان، رضایت شغلی و سلامتی در معنای شادی تأکید دارند. شواهد و قراین تجربی زیادی بیانگر غلبه یافتن تدریجی نگاه ابزاری به ارتباطات انسانی و افول سرمایه اجتماعی در ایران است (ترکمانی، ۱۳۸۶؛ سعادت، ۱۳۸۷). در واقع نگاه سطحی و ابزاری به روابط اجتماعی فرصتی برای تخلیه روانی در مناسبات اجتماعی ما فراهم نمی‌سازد، پیش‌بینی‌پذیری،

کنترل‌پذیری و حس امنیت را در روابط اجتماعی تحلیل می‌برد و اغلب ما را مجبور به مواجهه با دیگران با خودهای جایگزین می‌سازد (ذکایی، ۱۳۹۴). بنابراین ایجاد فرصت‌ها و میدان‌های جمعی تجربه شادی و بسترهایی برای تعاملات مبتنی بر تفاهم ارتباطی، ارضای نیاز عاطفی و گفتمانی و تحقق خود دلخواه برای زنان میانسال، به‌ویژه دختران نوجوان و جوان که در سنی حساس قرار دارند، می‌تواند کارآمد باشد.

زنان و دختران در سه دوره سنی مذکور شادی را با مفاهیم و تعبیری چون دستیابی به اهداف، داشتن فکر و خیال آزاد و نبود غم توأم با احساس آرامش، که نمود عینی آن خنده، حس لذت و رضایت از زندگی است، معادل دانسته‌اند. زنان و دختران در دوره‌های سنی مختلف، اعمال و اصطلاحات مختلفی برای رسیدن به آرامش، دستیابی به اهداف و از بین بردن غم و غصه به‌کار می‌گیرند که این مسئله در گفتمان‌ها و فعالیت‌هایی که در زندگی رومزه انجام می‌دهند، نمود خارجی می‌یابد.

براین اساس می‌توان گفت سازه شادی مفهومی است که در تعامل دیالکتیکی مجموعه‌ای از عوامل خرد، میانه و کلان که در دوره‌های مختلف سنی با اولویت نسبی برخی عوامل بر برخی دیگر، برساخته می‌شود. از جمله مفاهیم و زمینه‌های برساننده شادی می‌توان به عاملیت فردی (مثبت‌نگری و هدفمندی)، سرمایه اجتماعی (اعتماد بین‌فردی و اجتماعی، تعهد و نبودن خیانت، امنیت اجتماعی)، سرمایه سیاسی (ثبات سیاسی، دموکراسی و نبودن دودستگی در دولت)، سرمایه اقتصادی (دستیابی به پول و درآمد در قالب تأمین نیازهای مادی نوجوانان از طرف والدین، دستیابی به جایگاه شغلی برای دختران جوان و امنیت شغلی برای زنان میانسال؛ ثبات اقتصادی و پیش‌بینی‌پذیری وضعیت اقتصادی)، سرمایه فرهنگی، اخلاقیات (صداقت، یک‌رویی، عدالت)، تسهیل شرایط ازدواج (در جامعه‌ای که از جهتی اسلامی و

ملزم به حفظ چارچوب در روابط و از جهت دیگر در حال فردی شدن و کاهش تمایل به ازدواج و افزایش سن دختران همراه با مشکلات روحی، دسترسی به امکانات فراغتی و ترویج میدان‌های تجربه شادی (وجود امکانات تفریحی کافی با هزینه مناسب)، ایجاد کارناوال‌های خیابانی و مردمی ساختن جشن‌ها و بسترهای تجربه شادی (همچون مراسم‌های عزا از جمله محرم) و امکان آینده‌نگری و پیش‌بینی‌پذیری اشاره کرد.

نتایج پژوهش حاضر با برخی پژوهش‌های قبلی خارجی (از جمله: تغییر کردن معنای شادی^۱، ارتباط شادی و عوامل اجتماعی در سراسر دوره‌های سنی در تایوان^۲ و تنوع واژگانی برای شادی^۳) همخوانی دارد. هر چند در معنای تفریحات و فعالیت‌هایی که با آن شادی را تجربه می‌کنند به لحاظ فرهنگی تمایز است، همچنین با کمی تسامح با یافته‌های پیشین داخلی که با روشی کمی به بررسی عوامل مؤثر بر شادی پرداخته‌اند (موسوی و چلبی، ۱۳۸۷؛ هزارجریبی و آستین‌فشان، ۱۳۸۸) نیز همخوانی دارد.

ایجاد فرصت‌های جدید، تغییر گفتمان‌های تجربه شادی، کم‌رنگ شدن نگاه جنسیتی به مسائل، ترویج فرهنگ خنده و شکستن نظم و قوانین خشک میدان‌های رسمی برای ساعاتی در زندگی روزمره با تسهیل قوانین مدرسه، تخفیف حجم درس‌ها و ایجاد فضای شادی و داوطلبانه در مدرسه به جای اجبار، توجه والدین به نیازهای فراغتی فرزندان به جای تأکید صرف بر موفقیت‌های تحصیلی؛ گسترش امکانات تفریحی، شایسته‌سالاری در انتصاب مشاغل، مهیا ساختن شرایط ازدواج، ایجاد ایامی به نام ایام سرور در تقویم ملی (رایگان‌سازی امکانات تفریحی و انواع کنسرت‌های موسیقی، سینماها برای

-
1. The shifting meaning of happiness, 2010
 2. Happeiness and social determinants across age cohorts in Taiwan
 3. Vocabularies of happiness, 2013

همگان، مثلاً یک هفته)، کم‌رنگ شدن نگاه نظارتی (خانواده، حکومت) و امکان تحقق خود دلخواه، قائل شدن ساعات کمتر کاری برای زنان شاغل با حقوق برابر با مردان (تبعیض مثبت)، ایجاد فراغت بیشتر به دلیل داشتن نقش‌های متعدد، افزایش پیش‌بینی‌پذیری و تقویت ارزش‌های اخلاقی جامعه با آموزش صحیح منابع انسانی، راهکارهایی برای افزایش شادی دختران و زنان در دوره‌های مختلف سنی است.

منابع

- آرگایل، مایکل. (۱۳۸۶)، *روانشناسی شادی*، ترجمه: مسعود گوهری انارکی، حمید طاهر نشاط‌دوست، حسن پالاهنگ و فاطمه بهرامی، اصفهان: انتشارات جهاد دانشگاهی.
- احدی، حسن و جمهری، فرهاد. (۱۳۸۵)، *روانشناسی رشد ۲: نوجوانی، جوانی، میانسالی، پیری*، تهران: انتشارات پردیس.
- استربرگ، کریستین جی. (۱۳۸۴)، *روش‌های تحقیق کیفی در علوم اجتماعی*، ترجمه: احمد پوراحمد، علی شماعتی، یزد: انتشارات دانشگاه یزد.
- اکبرزاده، نسرين. (۱۳۷۶)، *گذار از نوجوانی به پیری (روانشناسی رشد و تحول)*، تهران: انتشارات دانشگاه الزهرا.
- اینگلهارت، رونالد. (۱۳۷۳)، *تحول فرهنگی در کشورهای پیشرفته*، ترجمه: مریم وتر، تهران: انتشارات کویر.
- باختین، میخائیل. (۱۳۸۰)، *سودای مکالمه، خنده، آزادی*، ترجمه: محمدجعفر پوینده، تهران: نشر چشمه.
- بهرامی، منصور. (۱۳۸۴)، «جامعه‌شناسی شادی»، تهیه‌کنندگان: سمیه صبادی‌فر و علی دوستی، *روزنامه همشهری*، ۱۳۸۴/۱۰/۳۰.

تحول معنای شادی در گذار دوره زندگی ... ۳۷

- تکثیرسازان. (۱۳۸۹/۰۸/۱۸)، تاریخچه روانشناسی رشد. <http://www.dociran.com>
مقالات_رایگان_دانشجویی/روانشناسی_و_علوم_تربیتی / View/864/id/6168.aspx
- چلبی، مسعود و مهدی امیرکافی. (۱۳۸۳)، تحلیل چندسطحی انزوای اجتماعی، *مجله جامعه‌شناسی ایران*، دوره پنجم، شماره ۴.
- دورکیم، امیل. (۱۳۸۱). *درباره تقسیم کار اجتماعی*، ترجمه: باقر پرهام، تهران: نشر مرکز.
- دینی ترکمانی، علی. (۱۳۸۶)، «تبیین افول سرمایه اجتماعی»، *فصلنامه رفاه اجتماعی*، سال ششم، شماره ۲۳.
- ذکایی، محمدسعید. (۱۳۸۱)، «نظریه و روش در تحقیقات کیفی»، *فصلنامه علوم اجتماعی*، شماره ۱۷.
- ذکایی، محمدسعید. (۱۳۹۰)، *جامعه‌شناسی جوانان ایران*، تهران: انتشارات آگاه.
- ذکایی، محمدسعید. (۱۳۹۴)، «*نشاط اجتماعی در ایران*»، همایش سیاستگذاری اجتماعی در ایران، برگزاری ۱۴-۱۵ اسفند ۱۳۹۵.
- راشدی، رضوان و کتیون مصری. (۱۳۸۴)، «زنان و آسیب‌های اجتماعی: زنان قربانیان آسیب‌های جامعه‌اند»، *مجله حقوق زنان*، شماره ۲۶.
- ربانی، علی؛ رسول ربانی و محمد گنجی. (۱۳۹۰)، «رویکردی جامعه‌شناختی به احساس شادمانی سرپرستان خانوار در شهر اصفهان»، *فصلنامه مسائل اجتماعی ایران*، سال دوم، شماره ۱.
- رفعت‌جاه، مریم. (۱۳۹۰)، «فراغت و ارزش‌های فرهنگی»، *فصلنامه تحقیقات فرهنگی*، دوره چهارم، شماره ۱.
- سعادت، رحمان. (۱۳۸۷)، «برآورد سرمایه اجتماعی در ایران با استفاده از روش فازی»، *تحقیقات اقتصادی*، دوره ۴۳، شماره ۸۳.

- صرامی، حمید، ۲۷ آذر ۱۳۹۳، «آمار ستاد مبارزه با مواد مخدر درباره اعتیاد دانشجویان ایرانی»، <http://polls.shafaqna.com/all-news/item/17107>
- عابدی جعفری، حسن؛ محمدسعید تسلیمی؛ ابوالحسن فقیهی؛ محمد شیخ‌زاده. (۱۳۹۰)، «تحلیل مضمون و شبکه مضامین: روشی ساده و کارآمد برای تبیین الگوهای موجود در داده‌های کیفی»، *اندیشه مدیریت راهبردی*، سال پنجم، شماره پیاپی ۱۰، شماره دوم.
- فلیک، اووه. (۱۳۹۳)، *درآمدی بر تحقیق کیفی*، ترجمه: هادی جلیلی، تهران: نشر نی.
- فیتزپتریک، تونی. (۱۳۸۱)، *نظریه رفاه؛ سیاست اجتماعی چیست؟*، ترجمه: هرمز همایون‌پور، تهران: نشر گام نو.
- گروترز، چارلز. (۱۳۷۸)، *جامعه‌شناسی مرتون*، ترجمه: زهره کسایی، تهران: انتشارات دانشگاه علامه طباطبائی.
- لطف آبادی، حسین، (۱۳۸۷)، *روانشناسی رشد (۲): نوجوانی، جوانی و بزرگسالی*، تهران، انتشارات سمت
- موسوی بفری، محسن. (۱۳۸۷)، *بررسی جامعه‌شناختی عوامل مؤثر بر شادمانی در سطوح خرد و کلان، پایان‌نامه کارشناسی ارشد پژوهش اجتماعی با راهنمایی چلبی، دانشگاه شهید بهشتی.*
- موسوی چلک، سید حسن، ۳ آذر ۱۳۹۳، «افزایش آمار اعتیاد در بین دختران جوان»، <http://www.tabnak.ir/fa/news/452116>
- نوابی نژاد، شکوه (۱۳۷۹) رفتارهای بهنجار و ناهنجار نوجوانان و راههای پیشگیری و درمان، انتشارات انجمن اولیاء و مربیان، تهران
- هزارجریبی، جعفر، پروانه آستین‌فشان. (۱۳۸۸)، «بررسی عوامل مؤثر بر نشاط اجتماعی. (با تأکید بر استان تهران)»، *جامعه‌شناسی کاربردی*، سال بیستم، شماره پیاپی ۳۳، شماره ۱.

- Ahuvia, Aaronc. (2002), "Individualism/collectivism and cultures of happiness: a theoreticalconjecture on the relationship between consumption, culture and subjective well-being at the national level", *Journal of Happiness Studies*, No. 3, pp. 23-36.
- Bratu, Roxana. (2013), "Vocabularies of happiness", *Journal of Comparative Research in Anthropology and Sociology*, Vol. 4, No. 2.
- Cambridge Dictionaries Online. (22 January 2015).
<http://dictionary.cambridge.org/dictionary/british/life-cycle>.
- Carstensen, L. L.; Isaacowitz, D. M.; and Charles, S. T. (1999), "Taking time seriously: A theory of socioemotional selectivity", *American Psychologist*, No. 54, pp. 165-181.
- Easterlin, Richard A. (2006), "Life cycle happiness and its sources Intersections of psychology, economics, and demography", *Journal of Economic Psychology*. No. 27, pp. 463-482
- Easterlin, Richard A. (2006), *Happiness and Domain Satisfaction: Theory and Evidence*, University of Southern California.
- Fitzpatrick, Tony, (2002), *In search of a welfare democracy; social policy and society*, vol 1,no.1, pp. 11-2
- Helliwell, John F., Richard Layard, and Jeffrey Sachs, eds. (2016). *World Happiness Report 2016*, the earth institute Columbia university, New York: UN Sustainable Development Solutions Network.
- Helliwell, John F.; Richard Layard; and Jeffrey Sachs, eds. (2013). *World Happiness Report 2013*. New York: UN Sustainable Development Solutions Network.
- Hsu, Hui-Chuan; Wen-Chiung Chang; Young-Sook Chong and Jeong Shin An. (2015), "Happeiness and social determinants across age cohorts in Taiwan", *Journal of Health Psychology*, pp. 1-12.

- MacMahon, Darrin.M. (2006). *Happiness: A History*, Atlantic monthly press, pages 544.
- Mogilner, Cassie; Sepandar D. Kamvar; and Jennifer Aaker. (2011), “The Shifting Meaning of Happiness”, *Social Psychological and Personality Science*, Vol. 4, No. 2, pp. 395- 402.
- Oishi, Shigehiro; Graham, Jesse; and Kesebir, Selin. (2013), “Concepts of happiness across time and cultures”, *Journal of Personality and Social Psychology Bulletin*, Vol. 5, No. 39, pp. 559-577.
- Orand, Angela M.; Kreckler, Margaret L. (1990), “Concepts of the life cycle: Their history, Meaning, and Uses in the social sciences”, *Department of Sociology*, Duke University, Durham, North Carolina 27706, Annu. Rev. Social. 1990. 16:241-62.
- Twenge JM, Exline JJ, Grubbs JB, Sastry R, Campbell WK. (2015). *Generational and Time Period Differences in American Adolescents’ Religious Orientation*, 1966–2014. PLoS ONE 10(5): e0121454. doi:10.1371/journal.pone.0121454
- Thefreedictionary online, (2015).
<http://medicaldictionary.thefreedictionary.com/Middle+Age>
- Veenhoven, Ruut. (1997), “Advances in understanding happiness”, *Revue Québécoise de Psychologie*, Vol. 18, pp. 29-74.
- Veenhoven, Ruut. (2006), “How do we assess how happy we are? Tenets, implications and tenability of three theories”, *United States and International Perspectives*, University of Notre Dame, USA, October 22-24.