

## شادکامی زنان و مردان ایرانی ۲۰ تا ۴۰ ساله و عوامل مرتبط با آن: یک مطالعه ملی

علی منتظری<sup>۱\*</sup>، محمود طاووسی<sup>۱</sup>، علی اصغر حائری مهریزی<sup>۱</sup>، رامین مظفری کرمانی<sup>۱</sup>، فاطمه نقی زاده موغاری<sup>۱</sup>، مهدی عنبری<sup>۱</sup>، اکرم هاشمی<sup>۱</sup>

۱. مرکز تحقیقات سنجش سلامت، پژوهشکده علوم بهداشتی جهاد دانشگاهی، تهران، ایران

نشریه پایش

تاریخ پذیرش مقاله: ۱۳۹۷/۴/۲۷

سال هفدهم، شماره چهارم، مرداد - شهریور ۱۳۹۷ صص ۴۲۰-۴۰۹

[نشر الکترونیک پیش از انتشار - ۲۷ تیر ۹۷]

### چکیده

**مقدمه:** طیف گسترده‌ای از مطالعات نشان‌دهنده ارتباط بین شادی و سلامت، فراتر از تفاوت‌های جمعیت شناختی و شرایط زندگی هستند. روند رو به رشد تحقیقات نشان می‌دهد که احساس شادی و رضایت از زندگی می‌تواند در واقع سلامتی فرد را بهبود بخشد.

**مواد و روش کار:** در این مطالعه جمعیتی به صورت مقطعی (توصیفی-تحلیلی) شادکامی کلیه زنان و مردان ۲۰ تا ۴۰ سال ساکن شهرها و روستاهای کشور با استفاده از پرسشنامه استاندارد شادکامی آکسفورد مورد سنجش قرار گرفت.

**یافته‌ها:** مجموعاً ۱۴۲۳۹ نفر در این پژوهش شرکت کردند (۴۶ درصد مرد و ۵۴ درصد زن). میانگین (انحراف معیار) سن شرکت کنندگان (۵/۲) ۳۲/۱ سال بود. نتایج نشان داد میانگین (انحراف معیار) نمره شادکامی شرکت کنندگان (۰/۵۷) ۴/۰۹ [در زنان (۰/۵۶) ۴/۰۸ و در مردان (۰/۵۹) ۴/۱۰] است که در طیف نسبتاً شاد طبقه بندی می‌شود. در تحلیل رگرسیون لجستیک بین شادکامی و متغیرهای سن، جنسیت، تعداد سال‌های تحصیل و محل سکونت ارتباط معنی‌دار وجود نداشت ولی افرادی که سطح درآمد خود را بد/خیلی بد گزارش کرده بودند، میزان شادکامی کمتری نسبت به افرادی داشتند که سطح درآمد خود را خیلی خوب/خوب گزارش کرده بودند [OR=۱/۸۸ (۱/۵۳-۲/۳۲)]. همچنین شادکامی افراد بیکار کمتر از افراد شاغل بود [OR=۱/۶۹ (۱/۵۱-۱/۹۰)].

**بحث و نتیجه گیری:** با توجه به رابطه معنادار وضعیت شغلی (بیکار یا شاغل بودن) و نیز سطح درآمد با شادکامی، می‌توان این چنین نتیجه گرفت که نابرابری در درآمد و اشتغال می‌تواند منجر به نابرابری در شادکامی افراد شود. به نظر می‌رسد یکی از راه‌های موثر در افزایش شادکامی افراد ۲۰ تا ۴۰ ساله رسیدگی به معیشت و اشتغال آنان باشد.

**کلیدواژه:** شادکامی، ایرانیان، مطالعه ملی

کد اخلاق: IR.ACECR.IBCRC.REC.1396.21

\* نویسنده پاسخگو: تهران، خیابان انقلاب، خیابان فلسطین جنوبی، خیابان شهید وحید نظری، پلاک ۲۳

تلفن: ۶۶۴۸۰۸۰۴

E-mail: montazeri@acecr.ac.ir

## مقدمه

شادکامی (Happiness) موهبت بزرگی است که وفق نظر بسیاری از متخصصان تمام رفتارهای انسانی با هدف حصول آن انجام می شود [۱]. شادکامی حالتی است که با هیجانهای مثبت و خوشایند مشخص می گردد و دامنه آن از رضایت سطحی تا احساس خوشحالی عمیق را شامل می شود. شادکامی یک معیار سلامت روانی است و منافع محسوس بی شماری همچون افزایش سلامت جسمی، کاهش ناراحتی های روانی و طولانی شدن عمر را به همراه دارد. بسیاری از پژوهش های تجربی نشان داده اند که انسانهای شاد در زندگی با پیامدهای مثبتی مواجه می شوند. این پیامدها شامل افزایش روابط حمایت کننده، بهبود وضعیت سلامت روانی و جسمانی و در نتیجه طولانی شدن عمر است [۲]. سازمان سلامت جهان شادکامی را به عنوان عامل مهمی در مفهوم سلامت مورد تاکید قرار داده است [۳-۵] و امروزه در برخی کشورها، میزان شادکامی مردم را به عنوان یکی از شاخصهای کیفیت زندگی اندازه گیری می کنند [۶]. اد دینر از محققان برجسته حوزه شادکامی سعی نموده تعریفی جامع از این واژه ارائه دهد: "در صورتی گفته می شود که یک فرد دارای شادکامی است که رضایت زندگی یا شادی دایمی را تجربه کند و به ندرت هیجانانگیز ناخوشایندی مانند غم یا خشم را تجربه کند" [۷]. شادکامی شامل چند جزء است: جزء هیجانی که مربوط به خوشحالی خلقی فرد شادکام است. جزء اجتماعی که مربوط به برخورداری فرد شادکام از روابط اجتماعی و توانایی استفاده از حمایت اجتماعی آن ها است. جزء شناختی، که باعث می شود فرد شادکام اطلاعات را به روش خاصی پردازش کرده، مورد تعبیر و تفسیر قرار دهد که در نهایت، باعث احساس شادی و خوش بینی در وی می گردد [۸]. در رویکردی دیگر شادکامی را بعنوان یک تجربه درونی مثبت و یکی از شاخصهای سلامت روانی مطرح کرده و برای آن دو مولفه شناختی و عاطفی قائل شده اند: مولفه عاطفی بر حالاتی نظیر خندیدن و شوخ طبعی و همچنین تعادل بین هیجانانگیز مثبت و منفی که به لذت (توازن بین عاطفه ی خوشایند و ناخوشایند)، تعبیر می شود، دلالت دارد و مولفه شناختی که آن را هم همان سلامت ذهنی و رضایت از زندگی می دانند [۶]. عوامل متعددی بر شادکامی افراد تأثیر گذار هستند که محققان در پژوهش های خود به آن پرداخته اند. با اینکه در کشور ما پژوهش های مربوط به شادکامی کمتر رواج داشته است، ولی مطالعاتی که در سایر کشورها از سال ۱۹۶۰ به

بعد انجام شده، منجر به کشف برخی از عوامل مؤثر بر شادکامی گردیده است. در بین این عوامل بر ۱۰ مورد بیشتر تأکید شده است که عبارتند از: شخصیت، عزت نفس، اعتقادات مذهبی، سرمایه اجتماعی، فعالیتهای اوقات فراغت، وضعیت اقتصادی، رضایت شغلی، سلامت، تأهل و جنسیت. از مجموع پژوهش های مربوط به این ۱۰ عامل می توان چنین استنباط کرد مهمترین عامل مؤثر بر شادکامی شخصیت است و در شخصیت مهمترین بعد، ثبات در مقابل اختلال سلامت روان است [۹]. طیف گسترده ای از مطالعات طولی و تجربی نشان دهنده ارتباط بین شادی و سلامت، فراتر از تفاوت های جمعیت شناختی، شرایط زندگی هستند [۱۰-۱۴]. افرادی که اطرافشان را دیگرانی با حس مثبت، شاد و راضی احاطه کرده اند انسانهایی با خلق بهتر، شادکامی بیشتر و رضایت از زندگی بالاتر هستند [۱۵، ۳]. افراد شادکام به احتمال زیاد ورزش می کنند، به طور فعال بر وزن خود نظارت می کنند، انرژی زیادی در کارهای روزمره خود اعمال می کنند و در مقایسه با افراد ناشاد انس بیشتری با دیگر رفتارهای سودمند بهداشتی دارند [۱۶-۱۸]. بسیاری از مردم تلاش می کنند که شاد و سالم باشند و روند رو به رشد تحقیقات نشان می دهد که احساس شادی و رضایت از زندگی می تواند در واقع سلامتی فرد را بهبود بخشد [۱۹، ۱۴، ۱۳، ۱۰]. تلاش برای بالا بردن سطح شادکامی یک کشور نیازمند برنامه ریزی های اجتماعی و کلان به صورت توأمان است. در سالهای اخیر ملاحظه می شود که روند توجه محققان به دردها و رنج های انسانی در حال تغییر در جهت توجه به شادکامی و عوامل مؤثر بر آن است. این توجه، باعث شده است که پژوهشگران مختلف ضمن تعریف شادکامی، پژوهش هایی را نیز در مورد اندازه گیری، عوامل مؤثر و شیوه های افزایش آن انجام دهند [۲۰]. مطابق با گزارش جهانی شادکامی در سال ۲۰۱۷، ایران رتبه ۱۰۸ را در بین ۱۵۵ کشور بین سالهای ۲۰۱۴ تا ۲۰۱۶ [۲۱]، و در گزارش جهانی شادکامی در سال ۲۰۱۸، رتبه ۱۰۶ را در بین ۱۵۶ کشور بین سالهای ۲۰۱۵ تا ۲۰۱۷ به خود اختصاص داده است [۲۲]. برای ارتقای شادکامی به عنوان شاخصی مهم و تاثیرگذار باید آن را در مطالعاتی فراگیر مورد سنجش قرار داده و بر اساس اطلاعات به دست آمده اقدامات مورد نیاز را برای ارتقای آن انجام داد. در این راستا با توجه به اهمیت دوره سنی جوانی (بر اساس گزارش آمار و جمعیت شناسی ایران در سال ۱۳۹۴، بیش از ۴۶ درصد جمعیت ایران در محدوده سنی ۴۴-۲۰ سال قرار دارند [۲۳]) این مطالعه

با جمعیت افراد واجد شرایط در هر استان و با در نظر گرفتن اندازه اثر طرح  $0/25$  ( $\text{Design effect} = 1/25$ ) و میزان خطای ریزش  $0/05$ ، اندازه نمونه در هر استان به طور جداگانه برآورد گردید و در نهایت حداقل اندازه نمونه برای کل کشور  $12275$  نفر برآورد شد (جدول ۱). از هر استان؛ مرکز استان، یک شهر درجه دو و از هر کدام یک روستا به طور تصادفی انتخاب شدند. نمونه‌ها در استان‌ها، بر اساس اطلاعات سرشماری سال  $1390$  و نیز وفق حوزه بندی و بلوک‌بندی شهرها و روستای مرکز آمار ایران انتخاب شدند. بلوک‌های انتخابی با روش نمونه‌گیری چند مرحله‌ای تعیین شده و سپس خانوارها بر اساس روش نمونه‌گیری نظام مند در داخل بلوک‌ها انتخاب شدند. پس از مشخص شدن خانوار، با استفاده از جدول رده‌بندی سنی و جنسیتی تهیه شده بر اساس توزیع جمعیتی در سرشماری افراد واجد شرایط مورد پرسشگری قرار گرفتند. نقشه دسترسی به خانوارها در هر بلوک از قبل تهیه شده و در اختیار پرسشگران آموزش دیده قرار گرفت. داده‌ها با استفاده از روش‌های آماری توصیفی و تحلیلی از جمله رگرسیون لجستیک توسط نرم افزار SPSS نسخه  $23$  مورد بررسی قرار گرفت. به شرکت کنندگان در مطالعه در خصوص هدف مطالعه و اهمیت آن توضیح داده شد. افراد واجد شرایط در صورت تمایل در مطالعه شرکت داده شدند و به آنان اطمینان داده شد که اطلاعات ارائه شده از سوی آنان کاملاً محرمانه و محفوظ می‌ماند و نام و نام خانوادگی آنان در پرسشنامه ذکر نمی‌شود. به دلیل اندازه نمونه بالا امکان گرفتن رضایت نامه کتبی وجود نداشت. به همین منظور رضایت به صورت شفاهی گرفته شد.

ابزار گردآوری داده‌ها در این طرح، پرسشنامه شادکامی آکسفورد (Oxford Happiness Questionnaire-OHQ) بود. این پرسشنامه یکی از رایجترین مقیاس‌ها است، که نسخه اولیه آن توسط آرگایل، مارتین، و کراسلند به عنوان ابزاری برای اندازه‌گیری شادکامی شخصی طرح ریزی شد. مطالعات مختلفی برای هنجاریابی این پرسشنامه در کشورهای مختلف انجام شده است که نتیجه آنها، معرفی این مقیاس به عنوان یک ابزار نیرومند و معتبر در سنجش شادی بوده است. پرسشنامه شادکامی آکسفورد بر اساس چهارچوب پرسشنامه افسردگی بک ساخته شده و دارای  $29$  گویه چهار گزینه‌ای است که وفق آن پاسخ دهنده خود را از احساس شادکامی بسیار زیاد تا بسیار کم ارزیابی می‌کند. در سال  $2002$  آرگایل و هیلز نسخه ای جایگزین و بهبود یافته از این

میزان شادکامی ایرانیان را در دوره جوانی مورد سنجش قرار می‌دهد.

## مواد و روش کار

این پژوهش یک مطالعه جمعیتی بود که به صورت مقطعی (توصیفی-تحلیلی) بین کلیه زنان و مردان متأهل  $20$  تا  $40$  سال ساکن شهرها و روستاهای کشور انجام شد. جمعیت فوق الذکر به گویه‌های پرسشنامه پاسخ دادند (افرادی که در برخی سوالات عدم تمایل به پاسخ دهی داشته و پاسخ‌های ناقص داده‌اند از تحقیق کنار گذاشته شدند). پرسشنامه فوق یکی از رایجترین مقیاس‌ها است، و نسخه اولیه آن توسط آرگایل، مارتین، و کراسلند به عنوان ابزاری برای اندازه‌گیری شادکامی شخصی طرح ریزی شد [21]. روایی و پایایی نسخه فارسی این پرسشنامه در ایران توسط نجفی و همکاران (1391) مورد تایید قرار گرفته است [24]. شایان ذکر است پرسشنامه‌ها توسط پرسشگران آموزش دیده به صورت مصاحبه رو در رو تکمیل شدند. با توجه به نتایج مطالعه مقدماتی انجام شده توسط تیم تحقیق برای  $100$  نفر از افراد واجد شرایط ورود به مطالعه در شهر تهران، میانگین میزان شادکامی  $4/23$  با انحراف معیار  $0/5$  و انحراف معیار نسبی (ضریب تغییرات)  $0/12$  به دست آمد. همچنین بر اساس اطلاعات حاصل از پژوهش‌های مشابه که از پرسشنامه شادکامی آکسفورد استفاده کرده بودند، انحراف معیار نسبی (V) بین  $(0/165-0/40)$  گزارش شده بود [24-28]. در این مطالعه برای پوشش کامل تر انحراف معیارهای نسبی، بزرگتر انتخاب شدند. با در نظر گرفتن انحراف معیار نسبی، اندازه نمونه حداقلی در روش نمونه‌گیری تصادفی ساده با استفاده از فرمول زیر به دست آمد:

$$n = \frac{t_{\alpha/2}^2 v^2}{d^2}$$

t: آماره آزمون =  $2$  ،  $\alpha$ : خطای نوع اول =  $0/05$

v: انحراف معیار نسبی =  $(0/40-0/50)$  ، d: خطای مطلق =  $0/05$   
برای نمونه‌گیری از روش چند مرحله‌ای استفاده شد و اندازه نمونه‌ها در اثر طرح و میزان خطای گردآوری ضرب شد. شایان ذکر است به لحاظ بزرگ بودن حجم جامعه آماری از کسر نمونه‌گیری (FPC) صرف نظر شد. برای تعیین اندازه نمونه مستقل در هر استان، بر اساس توزیع جمعیت افراد  $20-40$  ساله (افراد واجد شرایط طرح) استان‌های کشور به  $6$  طبقه تقسیم شدند. در این طرح با جایگذاری واریانس نسبی متفاوت از  $0/16$  تا  $0/25$  متناسب

(۴/۲) ۱/۵ سال و زنان (۵/۱) ۱۰/۹ سال] بود. توزیع فراوانی مشخصات شرکت کنندگان به تفکیک متغیرهای جمعیتی در جدول ۲ درج گردیده است. بر اساس نتایج که در جدول شماره ۳ درج گردیده است میانگین نمرات شادکامی در زنان (۰/۵۶) ۴/۰۸ و مردان (۰/۵۹) ۴/۱۰ بوده و در طیف نسبتاً شاد قرار داشت. میانگین نمرات شادکامی در استانهای کشور در نمودار ۱ درج شده است. تیم تحقیق به منظور بررسی تأثیر متغیرهای مستقل بر شادکامی، این متغیر را بر اساس میانگین نمرات شادکامی تمامی افراد مورد مطالعه (۴/۰۹) به دو بخش تقسیم نمود: نمره مساوی یا بالاتر از میانگین، نشان دهنده شادکامی شرکت کنندگان و نمره کمتر از میانگین، نشان دهنده ناشادکامی بود. سپس نتایج وضعیت شادکامی بر این اساس و به تفکیک متغیرهای جمعیتی شناختی گزارش شد (جدول ۴).

در تحلیل رگرسیون لجستیک میزان بخت شادکامی بر اساس متغیرهای سن، جنسیت، تحصیلات، وضعیت اشتغال، محل سکونت و میزان درآمد بررسی شد. بین شادکامی و متغیرهای سن، جنسیت، تعداد سال های تحصیل و محل سکونت ارتباط معنی دار وجود نداشت. بخت ناشادکامی افرادی که سطح درآمد خود را بد/خیلی بد گزارش کرده بودند ۱/۶۹ برابر افرادی بود که سطح درآمد خود را خیلی خوب/خوب گزارش کردند. بخت ناشادکامی افراد بیکار ۱/۸۸ برابر افراد شاغل بود (جدول ۵).

مقیاس را با عنوان پرسشنامه شادکامی آکسفورد طرح ریزی و ارائه کردند که متشکل از ۲۹ گویه شامل ۲۰ گویه از مقیاس قبلی و ۹ گویه تجدید نظر شده است که در یک مقیاس لیکرتی ۶ درجه‌ای پاسخ داده می شود. [۲۱]. در این مطالعه نیز از نسخه ۲۹ گویه ای (۶ گزینه ای) این پرسشنامه بهره گرفته شد. روان سنجی این پرسشنامه در ایران توسط نجفی و همکاران انجام شده. پاسخگویی به گویه ها بر اساس طیف لیکرت از کاملاً مخالفم با نمره دهی (۱) تا کاملاً موافقم با نمره دهی (۶) است. [۲۴]. نمره این پرسشنامه از جمع امتیازات افراد در پاسخ به گویه ها تقسیم بر ۲۹ به دست می آید. بر این اساس نمره شادکامی افراد از ۱ (کمترین) تا ۶ (بیشترین) متغیر است. تفسیر نمرات کسب شده به ترتیب زیر خواهد بود: نمرات ۱-۲ (ناشاد)، ۳-۲ (تاحدودی ناشاد)، ۳-۴ (نه چندان شاد، غیر شاد)، ۴ (تا حدودی شاد)، ۴-۵ (نسبتاً شاد)، ۵-۶ (بسیار شاد)، ۶ (بسیار زیاد شاد) (۲۹).

#### یافته‌ها

در این مطالعه مجموعاً ۱۴۲۳۹ نفر از ایرانیان شرکت کردند [۶۵۵۵ نفر مرد (۴۶/۰ درصد) و ۷۶۸۴ نفر زن (۵۴/۰ درصد)]. میانگین (انحراف معیار) سن مخاطبان (۵/۲) ۳۲/۱ سال [مردان (۴/۸) ۳۳/۰ سال و زنان (۵/۴) ۳۱/۴ سال] و میانگین (انحراف معیار) تعداد سال‌های تحصیل آن‌ها (۴/۷) ۱۱/۲ سال [مردان

جدول ۱: نمونه برآورد شده برای هر استان

ردیف	نام استان	تعداد استان	اندازه نمونه برای هر استان	جمع اندازه نمونه برای استان‌های گروه
۱	ایلام، سمنان، خراسان جنوبی، کهگیلویه و بویر احمد، خراسان شمالی، چهارمحال بختیاری، زنجان، بوشهر، یزد، قم، قزوین، اردبیل	۱۲	۳۳۵	۴۰۲۰
۲	مرکزی، کردستان، هرمزگان، لرستان، همدان، گلستان، کرمانشاه، البرز، گیلان	۹	۳۷۷	۳۳۹۳
۳	سیستان و بلوچستان، کرمان، مازندران، آذربایجان غربی، آذربایجان شرقی	۵	۴۲۳	۲۱۱۵
۴	خوزستان، فارس، اصفهان	۳	۴۷۰	۱۴۱۰
۵	خراسان رضوی	۱	۵۲۲	۵۲۲
۶	تهران	۱	۸۱۵	۸۱۵
	اندازه کل نمونه کشور	۳۱	-	۱۲۲۷۵

جدول ۲: توزیع فراوانی مشخصات شرکت کنندگان به تفکیک متغیرهای جمعیتی (جنسیت، شغل، سطح درآمد، تعداد فرزندان و محل پرسشگری)

مجموع	مردان		زنان		تعداد	تجزیلات
	تعداد	درصد	تعداد	درصد		
۱۵/۵	۲۲۱۳	۱۱/۶	۷۶۳	۱۸/۸	۱۴۵۰	۰-۵
۱۸/۰	۲۵۷۰	۱۹/۶	۱۲۹۰	۱۶/۶	۱۲۸۰	۶-۹
۳۶/۸	۵۲۵۷	۳۵/۸	۲۳۵۹	۳۷/۶	۲۸۹۸	۱۰-۱۲
۲۹/۸	۴۲۵۲	۳۳/۱	۲۱۷۸	۲۶/۹	۲۰۷۴	۱۳ سال به بالا
۱۰۰/۰	۱۴۲۹۲	۱۰۰/۰	۶۵۹۰	۱۰۰/۰	۷۷۰۲	کل
						شغل
۴۸/۸	۶۹۴۳	۹۱/۶	۶۰۰۳	۱۲/۲	۹۴۰	شاغل
۴۶/۲	۶۵۷۷	۰	۰	۸۵/۶	۶۵۷۷	خانه دار
۱/۶	۲۳۱	۱/۱	۷۵	۲	۱۵۶	دانشجو/ دانش آموز
۳/۴	۴۸۸	۷/۳	۴۷۷	۰/۲	۱۱	بیکار
۱۰۰/۰	۱۴۲۳۹	۱۰۰/۰	۶۵۵۵	۱۰۰/۰	۷۶۸۴	کل
						خودارزیابی سطح درآمد
۲۳/۲	۳۲۹۳	۲۲/۰	۱۴۳۹	۲۴/۳	۱۸۵۴	خوب/ خیلی خوب
۶۰/۹	۸۶۳۵	۶۰/۲	۳۹۴۱	۶۱/۵	۴۶۹۴	متوسط
۱۵/۹	۲۲۴۷	۱۷/۸	۱۱۶۴	۱۴/۲	۱۰۸۳	بد/ خیلی بد
۱۰۰/۰	۱۴۱۷۵	۱۰۰/۰	۶۵۴۴	۱۰۰/۰	۷۶۳۱	کل
						محل پرسشگری
۶۷/۳	۹۶۲۳	۶۶/۹	۴۴۰۶	۶۷/۷	۵۲۱۷	شهر
۳۲/۷	۴۶۶۹	۳۳/۱	۲۱۸۴	۳۲/۳	۲۴۸۵	روستا
۱۰۰/۰	۱۴۲۹۲	۱۰۰/۰	۶۵۹۰	۱۰۰/۰	۷۷۰۲	کل

جدول ۳: میانگین (انحراف معیار) نمرات شادکامی براساس متغیرهای جمعیتی شناختی

میانگین (انحراف معیار)	جنسیت
۴/۰۸ (۰/۵۶)	زن
۴/۱۰ (۰/۵۹)	مرد
	سن
۴/۰۸ (۰/۵۸)	۲۰ تا ۲۵ سال
۴/۰۶ (۰/۵۷)	۲۶ تا ۳۰ سال
۴/۱۰ (۰/۵۸)	۳۱ تا ۳۵ سال
۴/۰۹ (۰/۵۸)	۳۶ تا ۴۰ سال
	تحصیلات
۴/۰۶ (۰/۵۸)	افراد بیسواد و با تحصیلات ۱-۵ سال
۴/۱۰ (۰/۵۶)	۶-۹
۴/۰۵ (۰/۵۷)	۱۰-۱۲
۴/۱۴ (۰/۵۹)	۱۳ سال و بالاتر
	وضعیت شغل
۴/۱۲ (۰/۵۸)	شاغل
۴/۰۷ (۰/۵۶)	خانه دار
۴/۱۴ (۰/۶۱)	دانشجو/ دانش آموز
۳/۸۱ (۰/۵۴)	بیکار
	وضعیت مالی (درآمد) خانواده
۴/۱۴ (۰/۵۹)	خیلی خوب و خوب
۴/۱۱ (۰/۵۶)	متوسط
۳/۹۲ (۰/۵۸)	خیلی بد و بد
۴/۰۹ (۰/۵۴)	بی پاسخ
	محل پرسشگری
۴/۰۹ (۰/۵۸)	شهر
۴/۰۸ (۰/۵۷)	روستا
۴/۰۹ (۰/۵۷)	کل

جدول ۴: توزیع طبقه بندی شادکامی به تفکیک متغیرهای جمعیت شناختی

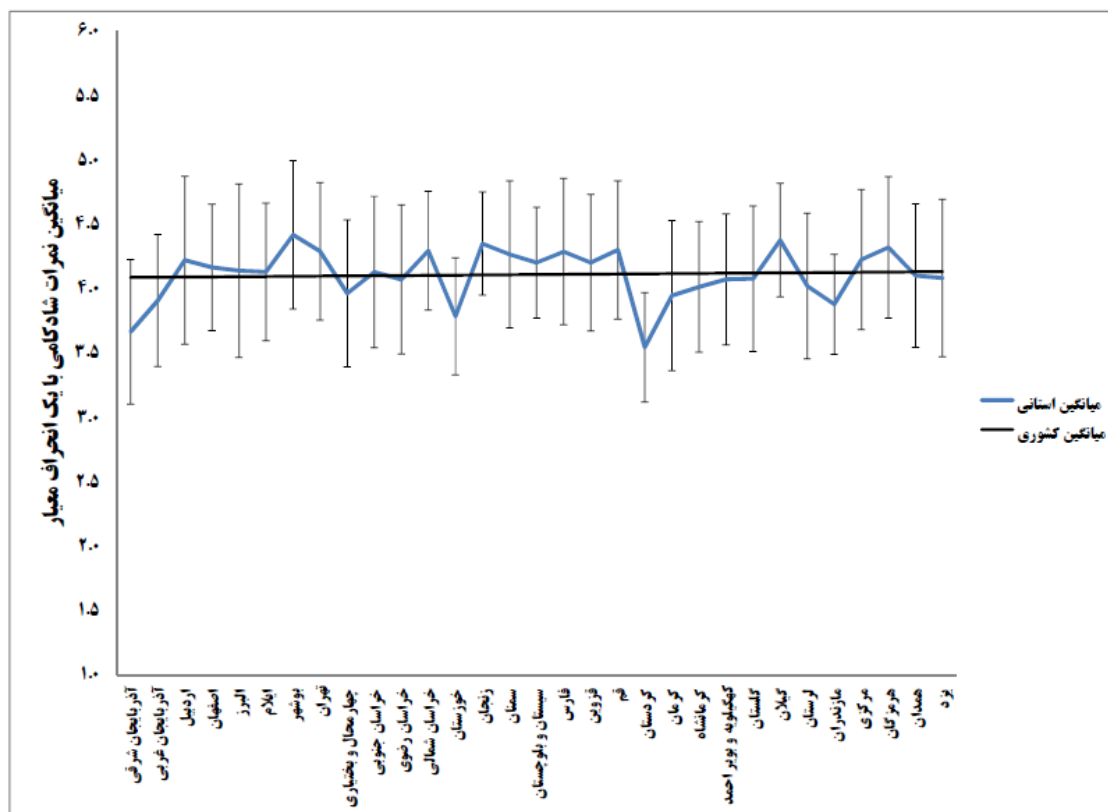
جنسیت	تعداد افراد ناشادکام (درصد)	تعداد افراد شادکام (درصد)	تعداد کل (درصد)
زن	۳۸۲۶ (۵۴/۸)	۳۸۷۶ (۵۳/۱)	۷۷۰۲ (۵۳/۹)
مرد	۳۱۶۰ (۴۵/۲)	۳۴۳۰ (۴۶/۹)	۶۵۹۰ (۴۶/۱)
کل	۶۹۸۶ (۱۰۰/۰)	۷۳۰۶ (۱۰۰/۰)	۱۴۲۹۲ (۱۰۰/۰)
تحصیلات به سال			
افراد بیسواد و باتحویلات ۱-۵ سال	۱۰۹۹ (۱۵/۷)	۱۱۱۴ (۱۵/۲)	۲۲۱۳ (۱۵/۵)
۶-۹	۱۲۳۰ (۱۷/۶)	۱۳۴۰ (۱۸/۳)	۲۵۷۰ (۱۸)
۱۰-۱۲	۲۷۴۶ (۳۹/۳)	۲۵۱۱ (۳۴/۴)	۵۲۵۷ (۳۶/۸)
۱۳ و بالای ۱۳ سال	۱۹۱۱ (۲۷/۴)	۲۳۴۱ (۳۲)	۴۲۵۲ (۲۹/۸)
کل	۶۹۸۶ (۱۰۰/۰)	۷۳۰۶ (۱۰۰/۰)	۱۴۲۹۲ (۱۰۰/۰)
شغل			
شاغل	۳۲۰۸ (۴۶/۲)	۳۷۳۵ (۵۱/۴)	۶۹۴۳ (۴۸/۸)
خانه دار	۳۳۱۴ (۴۷/۷)	۳۲۶۳ (۴۴/۹)	۶۵۷۷ (۴۶/۳)
دانشجو/ دانش آموز	۱۰۸ (۱/۶)	۱۲۳ (۱/۷)	۲۳۱ (۱/۶)
بیکار	۳۱۷ (۴/۶)	۱۴۹ (۲/۰)	۴۶۶ (۳/۳)
کل	۶۹۴۷ (۱۰۰/۰)	۷۲۷۰ (۱۰۰/۰)	۱۴۲۱۷ (۱۰۰/۰)
وضعیت مالی (درآمد) خانواده			
خیلی خوب و خوب	۱۴۸۹ (۲۱/۳)	۱۸۰۴ (۲۴/۷)	۳۲۹۳ (۲۳)
متوسط	۴۰۷۸ (۵۸/۴)	۴۵۵۷ (۶۲/۴)	۸۶۳۵ (۶۰/۴)
خیلی بد و بد	۱۳۶۶ (۱۹/۶)	۸۸۱ (۱۲/۱)	۲۲۴۷ (۱۵/۷)
بی پاسخ	۵۳ (۰/۸)	۶۴ (۰/۹)	۱۱۷ (۰/۸)
کل	۶۹۸۶ (۱۰۰/۰)	۷۳۰۶ (۱۰۰/۰)	۱۴۲۹۲ (۱۰۰/۰)
گروههای سنی			
از ۲۰ تا ۲۵ سال	۸۹۴ (۱۲/۸)	۹۰۴ (۱۲/۴)	۱۷۹۸ (۱۲/۶)
از ۲۶ تا ۳۰ سال	۱۹۶۰ (۲۸/۱)	۱۸۷۴ (۲۵/۷)	۳۸۳۴ (۲۶/۸)
از ۳۱ تا ۳۵ سال	۲۰۹۱ (۲۹/۹)	۲۳۴۹ (۳۲/۲)	۴۴۴۰ (۳۱/۱)
از ۳۶ تا ۴۰ سال	۲۰۴۱ (۲۹/۲)	۲۱۷۹ (۲۹/۸)	۴۲۲۰ (۲۹/۵)
کل	۶۹۸۶ (۱۰۰/۰)	۷۳۰۶ (۱۰۰)	۱۴۲۹۲ (۱۰۰/۰)
محل پرستگری			
شهر	۴۶۳۳ (۶۶/۳)	۴۹۹۰ (۶۸/۳)	۹۶۲۳ (۶۷/۳)
روستا	۲۳۵۳ (۳۳/۷)	۲۳۱۶ (۳۱/۷)	۴۶۶۹ (۳۲/۷)
کل	۶۹۸۶ (۱۰۰)	۷۳۰۶ (۱۰۰)	۱۴۲۹۲ (۱۰۰/۰)

جدول ۵: بررسی عوامل موثر بر شادکامی با استفاده از آزمون رگرسیون لجستیک

چند متغیره		یک متغیره		
نسبت شانس تعدیل شده (فاصله اطمینان ۹۵٪)	P	نسبت شانس خام (فاصله اطمینان ۹۵٪)	P	
۰/۹۹۵ (۰/۹۸۹-۱/۰۰۲)	۰/۱۸۱	۰/۹۹۳ (۰/۹۸۷-۱/۰۰۰)	۰/۰۳۶	سن
۱/۰۰ (ref.)		۱/۰۰ (ref.)		جنسیت
۱/۰۱۰ (۰/۸۸۱-۱/۱۵۸)	۰/۸۸۷	۱/۰۷۱ (۱/۰۰۳-۱/۱۴۴)	۰/۰۴۰	مرد
۰/۹۹۸ (۰/۹۹۰-۱/۰۰۵)	۰/۵۳۳	۰/۹۸۵ (۰/۹۷۸-۰/۹۹۲)	<۰/۰۰۰۱	زن
۱/۰۰ (ref.)		۱/۰۰ (ref.)		سال های تحصیل
۱/۰۳۹ (۰/۷۸۶-۱/۳۷۴)	۰/۷۸۸	۱/۰۲۲ (۰/۷۸۶-۱/۳۲۹)	۰/۸۶۹	وضعیت اشتغال
۱/۱۴۸ (۰/۹۹۹-۱/۳۲۰)	۰/۰۵۲	۱/۱۸۲ (۱/۱۰۵-۱/۲۶۵)	<۰/۰۰۰۱	شاغل
۱/۸۸۶ (۱/۵۳۰-۲/۳۲۵)	۰/۰۰۰۱	۲/۴۷۷ (۲/۰۲۷-۳/۰۲۶)	<۰/۰۰۰۱	دانشجو/ دانش آموز
۱/۰۰ (ref.)		۱/۰۰ (ref.)		خانه دار
۱/۰۵۲ (۰/۹۶۹-۱/۱۴۳)	۰/۲۲۴	۱/۰۸۴ (۱/۰۰۰-۱/۱۷۵)	۰/۰۴۹	بیکار
۱/۶۹۶ (۱/۵۱۰-۱/۹۰۵)	<۰/۰۰۰۱	۱/۸۷۹ (۱/۶۸۵-۲/۰۹۵)	<۰/۰۰۰۱	ارزیابی وضعیت درآمد
۱/۰۰ (ref.)		۱/۰۰ (ref.)		خوب/خیلی خوب
۰/۹۸۲ (۰/۹۱۲-۱/۰۵۷)	۰/۶۲۸	۰/۹۱۴ (۰/۸۵۲-۰/۹۸۰/۱۷۴)	۰/۰۱۲	متوسط
				بد/خیلی بد
				محل سکونت
				روستا
				شهر

جدول ۶: بررسی عوامل موثر بر شادکامی به تفکیک جنسیت با استفاده از آزمون رگرسیون لجستیک

زنان		مردان		
نسبت شانس تعدیل شده (فاصله اطمینان ۹۵٪)	P	نسبت شانس تعدیل شده (فاصله اطمینان ۹۵٪)	P	
۰/۹۹۹ (۰/۹۹۰-۱/۰۰۸)	۰/۸۴۹	۰/۹۹۱ (۰/۹۸۰-۱/۰۰۱)	۰/۰۸۲	سن
۱/۰۰۴ (۰/۹۹۱-۱/۰۱۷)	۰/۵۳۳	۰/۹۸۷ (۰/۹۷۴-۱/۰۰۱)	۰/۰۷۰	سال های تحصیل
۱/۰۰ (ref.)		۱/۰۰ (ref.)		وضعیت اشتغال
۱/۱۱۵ (۰/۹۶۰-۱/۲۹۵)	۰/۱۵۳	-	-	شاغل
۰/۸۵۶ (۰/۶۰۱-۱/۲۱۹)	۰/۳۸۸	۱/۵۵۴ (۰/۹۶۷-۲/۴۹۸)	۰/۰۶۹	خانه دار
۰/۸۶۲ (۰/۱۴۳-۵/۲۰۴)	۰/۸۷۱	۱/۹۲۴ (۱/۵۴۷-۲/۳۹۱)	۰/۰۰۱	دانشجو/ دانش آموز
۱/۰۰ (ref.)		۱/۰۰ (ref.)		بیکار
۱/۱۶۰ (۱/۰۲۹-۱/۲۹۶)	۰/۰۰۸	۰/۹۲۲ (۰/۸۱۴-۱/۰۴۵)	۰/۲۰۵	ارزیابی وضعیت درآمد
۱/۸۷۶ (۱/۵۹۷-۲/۲۰۳)	۰/۰۰۱	۱/۴۷۳ (۱/۲۴۱-۱/۷۴۹)	۰/۰۰۱	خوب/خیلی خوب
۱/۰۰ (ref.)		۱/۰۰ (ref.)		متوسط
۰/۹۶۱ (۰/۸۶۷-۱/۰۶۶)	۰/۴۵۲	۱/۰۰۷ (۰/۹۰۳-۱/۱۲۳)	۰/۹۰۱	بد/خیلی بد
				محل سکونت
				روستا
				شهر



نمودار ۱: میانگین و انحراف معیار نمرات شادکامی استانی و کشوری (میانگین کشوری نمره شادکامی: ۴/۰۹ از ۵)

## بحث و نتیجه گیری

اصفهان [۳۵]؛ دانشجویان دانشگاه بوعلی همدان؛ دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی دانشگاه کردستان در یک طیف از نه چندان شاد تا نسبتاً شاد قرار دارد. البته تفاوت نه چندان محسوس در سطوح این طیف صرف نظر از تفاوت در روشمندی علمی مطالعات، می تواند مربوط به اختلاف سنی، سطح تحصیلات و رشته های تحصیلی، تفاوت مناطق اقلیمی و سکونت شرکت کنندگان، بازه زمانی سنجش و غیره مربوط باشد. بر اساس نتایج به دست آمده از مطالعه حاضر بین شادکامی و متغیرهای سن، جنسیت، تعداد سال های تحصیل و محل سکونت ارتباط معنی دار موجود نبوده، اما رابطه معنا دار بین وضعیت شغلی و نیز سطح درآمد با شادکامی مشاهده شده است. افراد بیکار در این مطالعه حدود ۱/۹ برابر از شادکامی کمتری نسبت به شاغلان برخوردار بودند. این یافته در مطالعات دیگر از جمله مطالعات امیر کشاورز و همکاران بین مردم شهر یزد [۳۶]؛ مهردادی و همکاران روی جمعیت عمومی ۱۵ تا ۲۹ ساله ساکن مناطق شهری و روستایی استان ایلام

در این تحقیق، میانگین (انحراف معیار) نمره شادکامی ۴/۰۹ (۰/۵۷) [در زنان (۰/۵۶) و در مردان (۰/۵۹) ۴/۱۰] بود. در تنها مطالعه انجام شده در ایران در سطح ملی، منتظری و همکاران [۳۰] در سال ۱۳۹۰ با یک گویه میزان شادکامی شرکت کنندگان را در حد متوسط گزارش کردند؛ که به نظر می رسد نتیجه حاصله به رغم تفاوت ابزار سنجش، با یافته این مطالعه در خصوص شادکامی نسبی ایرانیان هم راستا بوده است. همچنین میزان شادکامی مردم ایران در دیگر مطالعات انجام شده در جمعیت عمومی البته با تعداد نمونه محدود، از جمله مطالعه شادکامی افراد ۱۵ تا ۵۴ ساله استان ایلام [۳۱]؛ مردان و زنان ۱۵ تا ۲۹ سال استان ایلام [۳۲]؛ جمعیت عمومی ۳۰ تا ۵۰ ساله تهرانی [۳۳] و نیز بررسی شادکامی جمعیت های خاص از جمله جمعیت دانش آموزی دختران دبیرستانی شهرستان رودهن [۸]؛ دانشجویان دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله "عج" تهران [۳۴]، دانشجویان دانشگاه های

نتایج مطالعه حاضر بین وضعیت شغلی و نیز سطح درآمد (که از عوامل اجتماعی و اقتصادی هستند) با شادکامی رابطه معنادار وجود داشت. در این خصوص باید گفت که کاهش شادکامی در قبال بیکاری و نیز کاهش سطح درآمد می تواند ناشی از عدم مطلوبیت سلامت در شرکت کنندگان باشد، نتیجه ای که در مطالعات دیگر نیز مورد تاکید قرار گرفته است؛ به عبارت دیگر ناشادکامی نتیجه ای است که در اثر ضعف در سلامت حاصل می شود [۴۳]. در واقع این نابرابری در درآمد و اشتغال است که پس از اثر بر سلامت افراد باعث ایجاد احساس عدم شادکامی در آن ها می شود. شواهد نشان داده اند که بین رشد اقتصادی و کاهش نابرابری ها با شادکامی رابطه معنادار وجود دارد [۴۷]. به نظر می رسد که اگرچه جوانان در ایران به طور کلی گزارش کرده اند که "نسبتاً شادکام" هستند، اما نابرابری های موجود در شادکامی باید بر اساس توزیع فرصت های برابر و ثروت برطرف شوند؛ لذا رسیدگی به معیشت جوانان، اشتغال زایی و اتخاذ تصمیمات مقتضی برای افزایش درآمد و ارتقای سطح اقتصادی ایشان نقش بسزایی در ارتقای شادکامی آنها خواهد داشت.

### سهم نویسندگان

علی منتظری: مجری طرح و نویسنده مسئول  
 محمود طاووسی: همکاری در اجرای طرح و تدوین مقاله  
 علی اصغر حائری مهریزی: همکاری در تحلیل آماری طرح  
 رامین مظفری کرمانی: همکاری در اجرای طرح  
 فاطمه نقی زاده موغاری: همکاری در اجرای طرح و تدوین گزارش  
 نهایی  
 مهدی عنبری: همکاری در اجرای طرح  
 اکرم هاشمی: همکاری در اجرای طرح و تدوین گزارش نهایی

### تشکر و قدردانی

بخشی از هزینه های این طرح از محل گرنت تحقیقاتی دکتر علی منتظری از سوی مؤسسه ملی توسعه تحقیقات علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران (نیماد) تامین شده است (طرح شماره ۹۵۸۷۳۶). تیم تحقیق بر خود لازم می داند از این موسسه، شهروندان تهرانی مشارکت کننده در مطالعه، مدیریت و اعضای ارجمند مرکز افکار سنجی دانشجویان جهاد دانشگاهی (ایسپا) که پرسشگری و گردآوری اطلاعات را به عهده داشتند، و نیز از معاونت پژوهش و فناوری جهاددانشگاهی برای حمایت از این طرح قدردانی نماید (۳۳-۳۰۲۷).

[۳۲] و مطالعه عزیزی و همکاران روی جمعیت عمومی ۱۵ تا ۵۴ ساله شهری و روستایی استان ایلام [۳۱] نیز به اشکال مختلف دیده شد. پیمایش هایی نشان داده اند که کار نسبت به جنبه هایی از زندگی مانند دوستی های صمیمانه، سلامتی و فعالیت های اجتماعی با شادکامی ارتباط کمتری دارد [۳۷]. از این رو برخی از محققان در باب تعلیم و تربیت توصیه می کنند که مدارس به جای توجه به یادگیری فعالیتهای تولیدی و کار به دانش آموز نحوه برقراری ارتباطات موفق اجتماعی با مردم و قبول مسئولیت های اجتماعی را بیاموزند [۳۸]. متغیر موثر دیگر بر شادکامی در این مطالعه سطح درآمد بود. افراد با سطح درآمد بد / خیلی بد شادکامی کمتری نسبت به افراد با درآمد خوب / خیلی خوب داشتند؛ و با افزایش درآمد، شادکامی افزایش می یافت. در مطالعه عزیزی و همکاران روی جمعیت عمومی ۱۵ تا ۵۴ ساله ساکن مناطق شهری و روستایی استان ایلام نیز بین سطح درآمد اجتماعی با شادکامی رابطه معنی دار وجود داشت [۳۱]. در مطالعه بوفارد و دوب نیز با هدف نشان دادن تاثیر نابرابری درآمد بر شاخص های مختلف سلامت روانی و شادکامی در کشورهای ثروتمند به ویژه آمریکا، نتایج نشان داد که درآمد نسبی (نه درآمد مطلق) در ارزیابی زندگی و شادی ما اهمیت دارد [۳۹]. درآمد نقش مهمی در شادکامی انسان ها ایفا می کند، ولی با کمال تعجب مطالعات طولی که شادکامی نمونه ای از مردم کشورهای مرفه را بررسی کرده اند نشان داده اند که رضایت از زندگی آن ها را افت و خیز در آمدشان در طی زندگی حرفه ای و نیز در بازنشستگی تغییر چندانی نمی کند [۴۰]. به رغم عدم تمرکز مطالعه حاضر بر رابطه سلامت و شادکامی لازم است برای درک بیشتر رابطه شادکامی و متغیرهای اقتصادی و اجتماعی مانند شغل و درآمد به تحلیل های مربوط به رابطه سلامت نیز توجه دقیق تری نمود. مطالعات متعددی در خصوص رابطه شادکامی با سلامت انجام شده است. پیش بینی سلامت [۴۱] و طول عمر در جمعیت های سالم [۴۲] بواسطه شادکامی؛ ایجاد ناشادکامی ناشی از سلامت نامطلوب [۴۳] و نیز رابطه شادکامی با سلامت درک شده [۴۴]؛ سلامت جسمی [۴۵] و رفتارهای مربوط به سلامت [۴۶] از جمله نتایج با ارزش این مطالعات هستند که می توانند تحلیل های راهگشایی را به دست دهند. اگر چه شادکامی با طول عمر در جمعیت بیمار همراه نیست و اثر مستقیمی بر مرگ و میر ندارد، اما در افراد سالم از ابتدا به بیماری ها محافظت می کند [۴۲-۴۳]. به این ترتیب می توان این چنین استدلال کرد که سلامت همگانی را می توان با سیاست های فزاینده شادکامی در مردم ارتقاء داد [۴۲]. همانگونه که اشاره شد بر اساس

## منابع

1. Allmark P. Health, happiness and health promotion. *Journal of Applied Philosophy* 2005; 22: 1-15
2. Parvaneh E, Karimi P, Azizi K. The Effectiveness of Hope-Therapy on the Enhancement of Elderly's Happiness. *Journal of Aging Psychology* 2015; 1: 41-47 [Persian]
3. Fowler JH, Christakis NA. Dynamic spread of happiness in a large social network: longitudinal analysis over 20 years in the Framingham Heart Study. *BMJ* 2008; 337: 2338
4. Cloninger CR, Zohar AH. Personality and the perception of health and happiness. *Journal of Affective Disorders* 2011; 128: 24-32
5. WHO. The world health report 2001. Mental health: new understanding, new hope. [Available at: [http://www.who.int/whr/2001/en/whr01\\_en.pdf?ua=1](http://www.who.int/whr/2001/en/whr01_en.pdf?ua=1) 2018]
6. Shakerinia I, Ramazani F. The relationship between physical exercise, religious beliefs and happiness. in older women. *Quarterly Journal of Geriatric Nursing* 2016; 2: 25-36 [Persian]
7. Diener E, Suh EM, Oishi S. Recent findings on subjective well-being. *Indian Journal of Clinical Psychology* 1997; 24: 25-41
8. Bayat Mr, Naami A, Smaeeli Far N. An Investigation into the Family's Socioeconomic Status' Aspects in Predicting the Students' Happiness. *Journal of woman and culture* 2013; 5: 9-22 [Persian]
9. Mirshah Jafari SE, Drikvand H, Abedi MR. Happiness and its effecting factors. *Advances in cognitive science* 2002; 4: 50-58 [Persian]
10. Davidson RJ. Well-being and affective style: Neural substrates and biobehavioural correlates. *Philosophical Transactions of the Royal Society* 2004; 359: 1395-1411
11. Diener E, Chan, MY. Happy people live longer: Subjective well-being contributes to health and longevity. *Applied psychology: health and well-being* 2011; 3: 1-43
12. Howell RT, Kern ML, Lyubomirsky S. Health benefits: Meta-analytically determining the impact of well-being on objective health outcomes. *Health Psychology Review* 2007; 1: 83-136
13. Lyubomirsky S, King L, Diener E. The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin* 2005; 131: 803-855
14. Rozanski A, Blumenthal JA, Kaplan J. Impact of psychological factors on the pathogenesis of cardiovascular disease and implications for therapy. *Circulation* 1999; 99: 2192-2217
15. Charles Z; Kirst-Ashman K. *Understanding Human Behavior and the Social Environment*. 8<sup>th</sup> Edition. The Amazon Book Review. Cengage Learning. 2009. ISBN-13: 978-0495-60374-0
16. Grant N, Wardle J, Steptoe A. The relationship between life satisfaction and health behavior: A cross-cultural analysis of young adults. *International Journal of Behavioral Medicine* 2009; 16: 259-268
17. Martinsen EW, Strand J, Paulsson G, Kaggstad J. Physical fitness level in patients with anxiety and depressive disorders. *International Journal of Sports Medicine* 1989; 10: 58-61
18. Rascuite S, Downward P. Health or happiness? What is the impact of physical activity on the individual? *Kyklos* 2010; 63: 256-270
19. Sapolsky R. Sick of poverty. *Scientific American* 2005; 293: 92-99  
[Available at: <https://facweb.northseattle.edu/ccummings/Medical%20Anthropology/Sick%20of%20Poverty.PDF> 2018]
20. Siadatian SH, Ghamarani A, Yaghobian F. The Meta-Analysis of the Effectiveness of Psychological Interventions on the Iranians' Feeling of Happiness. *Developmental Psychology: Iranian Psychologists* 2013; 10: 61-69 [Persian]
21. Helliwell J, Layard R, Sachs J. *World Happiness Report 2017*. [Available at: <https://s3.amazonaws.com/happiness-report/2017/HR17.pdf> 2018]
22. Helliwell J, Layard R, Sachs J. *World Happiness Report 2018*. [Available at: [https://s3.amazonaws.com/happiness-report/2018/WHR\\_web.pdf](https://s3.amazonaws.com/happiness-report/2018/WHR_web.pdf) 2018]
23. Summary of of statistics and demographic data of Iran in 2015 [Available at: <http://webbranding.org/entrepreneurship/business-planning/summary-iran-demographics/> 2018]
24. Najafi M, Dehshiri Gh. R, Debiiri S, Sheikhi M, Jafari N. Psychometric Properties of Persian Version of Oxford Happiness Inventory in Students. *Educational Measurement* 2012; 3: 55-73 [Persian]
25. Mehrdad Sabet F, Lotfi Kashani F. Standardization of Oxford Happiness Test. *Andisheh va raftar (Applied psychology)* 2010; 4: 7-18 [Persian]
26. Ahadi H, Lotfi Kashani F, Bagheri N. Relationship between personality traits (introversion

- and extraversion) and mental health with happiness. *Behavioral Sciences* 2011; 3: 9-22 [Persian]
27. Anasori M. Relationship between Mental Health and Happiness of Female and Male Students. *Andisheh va raftar (Applied psychology)* 2007; 2: 75-84 [Persian]
28. Yaghoubi H, Baradaran M. Mental Health Relation: Happiness, Exercise and Emotional Intelligence. *New Psychological Research (Psychology of Tabriz University)* 2011; 6: 201-221 [Persian]
29. Oxford Happiness Questionnaire [Available at: [http://www.blake-group.com/sites/default/files/assessments/Oxford\\_Happiness\\_Questionnaire.pdf](http://www.blake-group.com/sites/default/files/assessments/Oxford_Happiness_Questionnaire.pdf) 2018]
30. Montazeri A, Omidvari S, Azin SA, Aeenparast A, Jahangiri K, Sadighi J, Ebadi M, Farzadi F, Maftoon F, Tavousi M, Hedayati AA, Fathian S. Happiness among Iranians: findings from the Iranian Health Perception Survey (IHPS). *Payesh* 2012; 11: 467-475 [Persian]
31. Azizi M, Mohamadian F, Ghajarieah M, Direkvand-Moghadam A. The Effect of Individual Factors, Socioeconomic and Social Participation on Individual Happiness: A Cross-Sectional Study. *Journal of Clinical and Diagnostic Research* 2017; 11: 6
32. Mehrdadi A, Sadeghian S, Direkvand-Moghadam A, Hashemian A. Factors Affecting Happiness: A Cross-Sectional Study in the Iranian Youth. *Journal of Clinical and Diagnostic Research* 2016; 10: VC01-VC03
33. Malmir M, Khanahmadi M, Farhud D. Dogmatism and Happiness. *Iranian Journal of Public Health* 2017; 46: 326-332
34. Saffari M, Sanaeinasab H, Rshidi Jahan H, Purtaghi GhH, Pakpour AH. Happiness, Self-efficacy and Academic Achievement among Students of Baqiyatallah University of Medical Sciences. *Journal of Medical Education Development* 2014; 7: 22-29 [Persian]
35. Abedi MR, Mirshah Jafari SE, Liaghatdar MJ. Standardization of the oxford Happiness Inventory in students of university. *Iranian Journal of Psychiatry and Clinical Psychology* 2006; 12: 95-100 [Persian]
36. Keshavarz Amir, VAFAEIAN M. The study of the effective factors on the amount of happiness. *Andisheh va Raftar (Applied Psychology)* 2007; 2: 51-62 [Persian]
37. Tait M, Padgett MY, Baldwin TT. Job and life satisfaction: A reevaluation of the strength of the relationship and gender effects as a function of the date of the study. *Journal of Applied Psychology* 1989; 74: 502-507
38. Lowel CR, Alec MG. The 39th Annual Phi Delta Kappa/Gallup Poll of the Public's Attitudes toward the Public Schools. *Phi Delta Kappan* 2007, 33: 41
39. Bouffard L, Dubé M. Mental income inequality: a "virus" which affects health and happiness. *Sante Mentale Au Quebec* 2013; 38: 215-33
40. Diener Ed, Suh EM, Lucas RE, Smith HL. Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin* 1999; 125: 276-302
41. Chopik WJ, O'Brien ED. Happy You, Healthy Me? Having a Happy Partner Is Independently Associated With Better Health in Oneself. *Health Psychology* 2017; 36: 21-30
42. Veenhoven R. Healthy happiness: Effects of happiness on physical health and the consequences for preventive health care. *Journal of Happiness Studies* 2008; 9: 449-469
43. Bette Liu, Sarah Floud, Kirstin Pirie, Jane Green, Richard Peto, Valerie Beral. Does happiness itself directly affect mortality? The prospective UK Million Women Study. *LANCET* 2016; 387: 874-881
44. Sabatini F. The relationship between happiness and health: evidence from Italy. *Social Science & Medicine* 2014; 114: 178-87
45. Farhud D, Malmir M, Khanahmadi M. Happiness & Health: The Biological Factors- Systematic Review Article. *Iranian Journal of Public Health* 2014; 43: 1468-77
46. Fararouei M, Brown IJ, Akbartabar Toori M, Estakhrian Haghghi R, Jafari J. Happiness and health behaviour in Iranian adolescent girls. *Journal of Adolescence* 2013; 36: 1187-92
47. Andrew E. Clark, Sarah Flèche, and Claudia Senik. Economic growth evens out happiness: evidence from six surveys. *The Review of Income and Wealth* 2016; 62: 405-19

## ABSTRACT

### Happiness among young adults in Iran: a nationwide cross sectional study

Ali Monotazeri<sup>1\*</sup>, Mahmoud Tavousi<sup>1</sup>, Aliasghar Haeri<sup>1</sup>, Ramin Mozaffari<sup>1</sup>, Fatemeh Naghizadeh Moghari<sup>1</sup>, Mahdi Anbari<sup>1</sup>, Akram Hashemi<sup>1</sup>

1. Health Metrics Research Center, Iranian Institute for Health Sciences Research, ACECR, Tehran, Iran

Payesh 2018; 17(4): 409- 420

Accepted for publication: 18 July 2018

[EPub a head of print-18 July 2018]

**Objective (s):** To assess happiness and its correlates among young adults in Iran.

**Methods:** This was a national cross sectional study among a representative sample of young adults in Iran, in 2017. Happiness was measured using the Oxford Happiness Questionnaire. Logistic regression analysis was performed in order to examine association between happiness and independent variables.

**Results:** In all 14292 young adults were studied. The mean (SD) happiness score for the study sample was 4.09 (0.57) which was suggestive of 'rather happy; pretty happy' condition. Proportional to mean score 51.1% (n = 7306) of the respondents were 'happy' and the remaining 48.9% (n = 6986) were 'unhappy'. In multivariate logistic regression analysis no significant association was observed between happiness, age, gender, and education. However, the association between happiness and income [OR for poor/very poor= 1.69, 95% CI: 1.51-1.90] and employment status [OR for unemployed = 1.88, 95% CI: 1.53-2.32] was evident.

**Conclusion:** The findings suggest that overall young adults in Iran feel 'rather happy'. To improve happiness at individual level equal distribution of opportunities and wealth seems essential.

**Key Words:** Happiness, Young adults, Iran

\* Corresponding author: Iranian Institute for Health Sciences Research, ACECR, Tehran, Iran  
Tel: 66480804  
E-mail: montazeri@acecr.ac.ir