

## کدامیک شادترند، زنان شاغل یا خانه‌دار؟

فاطمه تقدیری<sup>1</sup>، علی اکبر حق دوست<sup>2</sup>، محسن مؤمنی<sup>3</sup>، مقدمه میرزایی<sup>4</sup>

<sup>1</sup>دانشجوی کارشناس ارشد اپیدمیولوژی، مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت، پژوهشکده آینده پژوهی در سلامت، دانشگاه علوم پزشکی کرمان، کرمان، ایران

<sup>2</sup>استاد اپیدمیولوژی و آمار زیستی، مرکز تحقیقات مدل‌سازی در سلامت، پژوهشکده آینده پژوهی در سلامت، دانشگاه علوم پزشکی کرمان، کرمان، ایران

<sup>3</sup>استادیار، مرکز تحقیقات مدیریت ارائه خدمات سلامت، پژوهشکده آینده پژوهی در سلامت، دانشگاه علوم پزشکی کرمان، کرمان، ایران

<sup>4</sup>استادیار، مرکز تحقیقات مراقبت اچ آی وی و عفونت‌های آمیزشی، مرکز همکار سازمان جهانی بهداشت، پژوهشکده آینده پژوهی در سلامت، دانشگاه علوم پزشکی کرمان، کرمان، ایران

نویسنده رابط: علی اکبر حق دوست، کرمان، ابتدای خیابان هفت باغ علوی، پردیزه دانشگاه علوم پزشکی کرمان، دانشکده بهداشت، گروه آمار زیستی و اپیدمیولوژی، تماس: 09366225230.

پست الکترونیکی: aghadoost@kmu.ac.ir

تاریخ دریافت: 98/10/23؛ پذیرش: 99/04/7

**مقدمه و اهداف:** امروزه شادکامی و رضایت از زندگی نقش مهمی در سلامت زنان هر جامعه دارد. هدف مطالعه مقایسه سطح شادکامی و رضایت از زندگی در زنان شاغل و خانه‌دار و بررسی عوامل مؤثر بر آن است.

**روش کار:** مطالعه حاضر از نوع مقطعی و جامعه آماری شامل 720 نفر از زنان شاغل و خانه‌دار شهر کرمان در سال 1396 است. برای جمع‌آوری داده‌ها از فهرست شادکامی آکسفورد، پرسشنامه رضایت از زندگی داینر و فرم مشخصات دموگرافیک استفاده شد. جهت تعیین ارتباط عوامل مختلف با شادکامی و رضایت از زندگی از آنالیز رگرسیون استفاده گردید.

**یافته‌ها:** میانگین و انحراف معیار نمره شادکامی کل جمعیت،  $42/6 \pm 13/2$  (3/6 تا 43/3) شاغل و  $42 \pm 12/7$  خانه‌دار و  $P=0/21$  از حداکثر امتیاز 87 و رضایت از زندگی  $23/5 \pm 6/1$  (6/3 تا 23/8) شاغل و  $23/2 \pm 5/8$  (5/8 تا 23/2) خانه‌دار  $P=0/24$  از حداکثر امتیاز 35 محاسبه شد. همچنین بیشتر افراد (55%) شادکامی خود را در حد "نه زیاد نه کم" گزارش نمودند. نتایج آنالیز رگرسیون نشان داد که زنان متأهل، زنان با تحصیلات دانشگاهی و افرادی که بیشترین اوقات فراغت خود را به تفریح و مسافرت اختصاص می‌دهند و همچنین در گروه زنان شاغل، افراد با سابقه کاری کمتر و استخدام به صورت رسمی، به طور معناداری از شادکامی و رضایت از زندگی بالاتری برخوردار هستند.

**نتیجه‌گیری:** این مطالعه نشان داد که زنان از سطح شادکامی و رضایت از زندگی متوسطی برخوردار می‌باشند و تفاوت معناداری در میزان شادکامی و رضایت از زندگی در دو گروه زنان شاغل و خانه‌دار وجود ندارد.

**واژگان کلیدی:** اشتغال، زنان، شادکامی، رضایت از زندگی

### مقدمه

دوست داشتن دیگران از اجزای شادکامی هستند. همچنین معتقدند که شادکامی مخالف افسردگی نیست اما نبود افسردگی برای رسیدن به شادکامی ضروری است (5). یکی از مفاهیم بسیار نزدیک به شادکامی مفهوم خوشبختی ذهنی (Subject wellbeing) است و به این معنی است که فرد زندگی خود را چگونه ارزیابی می‌کند و شامل دو مؤلفه شادکامی و رضایت از زندگی است. شادکامی مربوط به بعد احساسی و رضایت از زندگی (ارزیابی رضایت فرد از کل یا بخشی از زندگی‌اش) به بعد شناختی مفهوم خوشبختی ذهنی اشاره دارد (6, 7).

شادکامی زنان تأثیر مهمی بر سلامت کودکان، خانواده، جامعه و محیط‌زیست دارد. این قشر فعال و سرنوشت‌ساز، نخستین مراقبان سلامت خانواده و جامعه‌اند. بر این اساس آموزش و فرهنگ از طریق سلامت زنان توسعه می‌یابد و این جمعیت دریافت‌کنندگان

یکی از موضوعات اصلی روان‌شناسی مثبت، شادی (Happiness) است که تأثیرات عمده‌ای بر شکل‌گیری شخصیت و سلامت روان انسان دارد، اخیراً جایگاه ویژه‌ای را در حوزه بهداشت روان، روانشناسی تحول و روانشناسی خانواده به خود اختصاص داده است (1).

شادکامی به قضاوت فرد از درجه مطلوبیت کیفیت زندگی اطلاق می‌شود. به عبارت دیگر شادکامی به این معناست که فرد چقدر زندگی خود را دوست دارد (2). رضایت از زندگی شامل ارزیابی شناختی افراد از وضع زندگی، رفاه و احساس شادی در زندگی روزمره است (3, 4). لو و همکاران شادکامی را در سه جزء اساسی، شامل احساسات مثبت، رضایت از زندگی و فقدان احساسات منفی مثل اضطراب و افسردگی می‌دانند و معتقدند که روابط مثبت با دیگران، هدفمند بودن زندگی، رشد شخصیت و

نیمه‌وقت دارند و مادران بیکار رضایت از زندگی بیشتری دارند و بخشی از این رضایت مربوط به درآمد آن‌ها است (15). آدم آکیولیز کوزارین در مطالعه‌ای که بر روی زنان شاغل و خانه‌دار آمریکا انجام داده است استدلال می‌کند که در طی سال‌های اخیر شادکامی زنان کاهش یافته است و یکی از علت‌های آن می‌تواند مشارکت زنان در نیروی کار باشد. همچنین بیان می‌کند که در آینده ممکن است زنان شاغل نسبت به زنان خانه‌دار شادتر باشند (16).

نتایج مطالعه ساروی و همکاران بر روی زنان شاغل و خانه‌دار شهر زاهدان نشان داد که زنان شاغل در تمامی سنجش‌های کیفیت زندگی به‌جز عملکرد جسمانی از میانگین امتیاز بیشتری برخوردار بودند و وضعیت سلامتی خود را در مقیاس سلامت روانی و نشاط بهتر از خانه‌داران ارزیابی نمودند. در واقع نتایج مطالعه مؤید تأثیر مثبت اشتغال بر کیفیت زندگی به‌خصوص در حیطه‌های روانی آن بود (9). مطالعه امیری مجد و همکاران بر روی شادکامی و رضایت زناشویی زنان شاغل فرهنگی و خانه‌دار شهر اراک وجود رابطه بین شادکامی و رضایت زناشویی در زنان شاغل و خانه‌دار را نشان داد. همچنین هیچ تفاوتی بین زنان شاغل و خانه‌دار از نظر شادکامی و رضایت زناشویی وجود نداشت (17).

با توجه به اهمیت شادکامی و رضایت از زندگی در سلامت روان زنان هر جامعه و با در نظر گرفتن این موضوع که مطالعات محدودی در زمینه وضعیت شادکامی و عوامل مؤثر بر آن در زنان ایرانی انجام شده است، در این مطالعه بر آن شدیم تا به بررسی میزان شادکامی و رضایت از زندگی در زنان شاغل و خانه‌دار شهر کرمان بپردازیم. امید است نتایج پژوهش حاضر بینش بهتری نسبت به عوامل مرتبط با شادکامی و رضایت زنان از زندگی ایجاد نموده و منجر به ارتقای شادکامی و رضایت از زندگی در جامعه ایرانی شود.

## روش کار

این مطالعه مقطعی در شهر کرمان بر روی زنان 18 سال و بالاتر در دو گروه زنان شاغل و خانه‌دار در سال 1396 انجام شد. با استفاده از فرمول مقایسه میانگین با سطح معنی‌داری  $(\alpha = 0/05)$ ، توان آزمون 80%  $(\beta = 0/8)$ ، خطا (d) برابر با 4 و انحراف معیار شادکامی زنان شاغل و خانه‌دار به ترتیب 15/52 و 15/81 (18)، حجم نمونه این مطالعه 240 نفر در هر گروه برآورد گردید که در عدد 1/5 جهت design effect ضرب شد و در نهایت در نهایت

و ارائه‌دهندگان اصلی مراقبت‌ها در نظام سلامت‌اند. زنان علاوه بر اینکه حدود نیمی از جمعیت و بخش مهمی از جمعیت فعال اقتصادی‌اند که می‌توانند سهم بسزایی در توسعه اقتصادی - اجتماعی ایفا کنند، خود ستون ایجاد مهر و شادی و محبت در خانواده‌اند. از این رو در صورت ارتقای سطح شادکامی زنان می‌توان این انتظار را داشت که سطح شادکامی خانواده و به‌ویژه نسل جدید نیز افزایش یابد (8).

پژوهشگران معتقدند زنان اغلب بر اساس شرایط اقتصادی، اجتماعی و در اختیار داشتن منابع مالی و مادی، خانه‌داری یا اشتغال خارج از منزل را انتخاب می‌کنند. شواهد موجود در کشورهای جهان سوم حاکی از افزایش میزان مشارکت زنان در مشاغل مربوط به آموزش و پرورش، پرستاری و خدمات است (9). به نظر می‌رسد زنان هنگامی که شاغل هستند به دلیل آنکه به استقلال مالی می‌رسند، آرامش خاطر بیشتری دارند و همین آرامش خاطر تأثیر بسزایی بر روابط آن‌ها می‌گذارد که باعث به وجود آمدن رضایت زناشویی می‌شود (10). همچنین، اشتغال زن به کارهای اقتصادی تنها از نظر مادی و کمک در تأمین معاش و بهبود وضعیت مالی خانواده دارای اهمیت نیست، بلکه این امر از نظر عاطفی و اجتماعی به خاطر آنکه به زن احساس سازندگی و خلاقیت می‌دهد اهمیت دارد (11). از طرفی عده‌ای دیگر ادعان دارند که به علت مضاعف شدن وظایف زنان علاوه بر انجام امور خانه در خارج از خانه و تحمل خستگی ناشی از آن به علت عدم رعایت تقسیم‌کار در انجام وظایف سنتی، منجر به ضعف یا از بین رفتن سلامت روانی و جسمانی زنان می‌شود (12). کار در بیرون از منزل، نقش همسری، نقش مادری و رسیدگی به وضع منزل در کنار فعالیت در محیط کار باعث شده است زنان دچار خستگی و اضطراب ناشی از محیط کار و منزل شوند. مسلماً تعارض‌های نقشی، به‌ویژه فشارهای کاری، می‌توانند سلامت جسمانی و روانی زنان شاغل را در معرض خطر قرار دهند (13).

برای مثال ادسل و همکاران در مطالعه خود باهدف بررسی تفاوت شادکامی بین زنان خانه‌دار و شاغل، به این نتیجه رسیدند که در درآمد پایین و بالا، هیچ تفاوتی بین شادکامی زنان خانه‌دار و زنان کارگر وجود ندارد اما در درآمد متوسط، نتایج نشان داد که زنان با کار نیمه‌وقت شادتر از زنان خانه‌دار هستند و هر دو آن‌ها (زن خانه‌دار و زن با کار نیمه‌وقت) شادتر از زنان با کار تمام‌وقت هستند (14). برگر در مطالعه‌ای که به بررسی اثرات اشتغال مادران روی رضایت از زندگی در آلمان انجام داد به این نتیجه رسید که مادرانی که کار تمام‌وقت دارند نسبت به مادرانی که کار

می‌دهد طوری که نمره بین 35-31 به شدت‌به‌شدت راضی، نمره بین 30-26 راضی، نمره بین 25-21 اندکی راضی، نمره 20 خنثی (رضایت متوسط)، نمره بین 19-15 اندکی ناراضی، نمره بین 14-10 ناراضی و نمره بین 9-5 به شدت ناراضی در نظر گرفته می‌شود (20). اعتبار سنجی این پرسشنامه برای جمعیت ایرانی توسط بیانی و همکاران در سال 1386 و سرمد و همکاران در سال 1390 انجام گردید و روا و پایا بودن آن مورد تأیید واقع شد (21، 22).

همچنین، یکی از اهداف این پژوهش پاسخ به این سؤال بود که "آیا فردی بانشاط و شاداب هستی؟" به‌تنهایی می‌تواند سطح شادکامی را بسنجد و به همین منظور همبستگی پاسخ به این سؤال با سایر ابزارها نیز سنجیده شد (23).

بعد از توصیف و آنالیزهای ساده در رگرسیون خطی روابط بین متغیرها بررسی شد.

جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها از نرم‌افزار SPSS نسخه 24 استفاده گردید و سطح معنی‌داری 0/05 در نظر گرفته شد. کد اخلاق مربوط به تحقیق حاضر IR.KMU.REC.1396.2356 است.

## یافته‌ها

در مجموع 720 نفر مورد مطالعه قرار گرفتند. میانگین (انحراف معیار) سن افراد مورد مطالعه  $(\pm 8/7)$  36/1 سال بود. 81/4 درصد متأهل، 66/4 درصد تحصیلات دانشگاهی و 33/6 درصد تحصیلات دیپلم و پایین‌تر داشتند. حدود 60 درصد از افراد مورد مطالعه حداقل یک یا دو فرزند داشتند. (جدول شماره 1).

در این مطالعه نشان داده شد که بین نمره شادکامی با رضایت از زندگی  $(P < 0/001)$   $(r = 0/665)$  و میزان شادکامی (تک سؤال)  $(P < 0/001)$   $(r = 0/596)$  همبستگی نسبتاً قوی وجود دارد (جدول شماره 2).

میانگین نمره کل شادکامی 42/6 از 87 بود. اکثر افراد (53/3 درصد) شادکامی خود را در حد «نه زیاد نه کم» گزارش نمودند (جدول شماره 3). همچنین اکثر افراد مورد مطالعه، رضایت از زندگی کمی داشتند که البته از حد متوسط بالاتر بود (نمودار شماره 1).

اختلاف نمره شادکامی زنان خانه‌دار با زنان شاغل پس از اصلاح کردن برای سایر متغیرهای دموگرافیک 0/39 بود اما از لحاظ آماری معنی‌دار نبود  $(P = 0/71)$ . همچنین افراد مطلقه/ بیوه نسبت به افراد متأهل به ترتیب به اندازه 7/43  $(P = 0/001)$  و 6/14  $(P < 0/001)$  نمره از سطح شادکامی و رضایت از زندگی

برای هر گروه 360 نفر به‌عنوان حجم نمونه انتخاب شد. روش نمونه‌گیری چندمرحله‌ای به روش طبقه‌ای تصادفی بود. ابتدا زنان شاغل به چهار گروه شغلی (گروه شغلی کارمندی مانند معلم و اساتید دانشگاه، کارمند بانک و ...، گروه شغلی بیمارستانی مانند پرستار، بهیار، ماما، پزشک و ...، گروه شغلی مدیریتی مانند مدیر مدرسه، مدیر مهدکودک‌ها، سرپرستار و ...، گروه شغلی غیردولتی (آزاد) مانند مغازه‌دار، خیاط، آشپز، راننده تاکسی، آرایشگر و ...) تقسیم و از هر گروه به‌طور مساوی 90 نفر انتخاب گردید و زنان خانه‌دار به‌عنوان گروه مقایسه در نظر گرفته شدند. در گروه زنان شاغل به‌طور تصادفی از بین حیطه‌های شغلی و در گروه زنان خانه‌دار نیز افراد مورد مطالعه به‌طور تصادفی انتخاب شدند. شرکت‌کنندگان در گروه زنان شاغل از مراکز دولتی، بیمارستان‌ها و مشاغل آزاد سطح شهر و در گروه زنان خانه‌دار از افراد مراجعه‌کننده به مراکز بهداشتی درمانی شهر کرمان انتخاب شدند. همچنین، پس از ارائه توضیحات لازم درباره پژوهش و اطمینان دادن به شرکت‌کنندگان از محرمانه بودن اطلاعات و اخذ رضایت شفاهی وارد مطالعه گردیدند. معیارهای ورود به مطالعه، جنسیت زن، کرمانی بودن و تمایل به همکاری بود.

ابزار جمع‌آوری اطلاعات شامل 2 پرسشنامه استاندارد بود. فرم جمع‌آوری اطلاعات شامل اطلاعاتی در زمینه سن، وضعیت تأهل، سطح تحصیلات، میزان درآمد، سمت شغلی، سابقه شغلی، نوبت کاری، تعداد فرزندان، سن و جنسیت فرزندان، وضعیت استخدام و اوقات فراغت بود.

برای سنجش میزان شادکامی از نسخه شادکامی آکسفورد (OHI) Oxford Happiness Inventory استفاده شد. این ابزار 29 پرسش چهارگزینه‌ای داشت که میزان شادکامی را می‌سنجد و گزینه‌های آن به ترتیب از 0 تا 3 نمره‌گذاری می‌شدند. دامنه نمره‌ها از 0 تا 87 در نوسان است. (19، 17). پایایی آزمون را "آرگایل و همکاران" با ضریب آلفای کرونباخ 0/9 گزارش کرده‌اند. والینت (Valyent) نیز پایانی این ابزار را به روش بازآزمایی 0/83 محاسبه کرده است. در ایران نیز علی‌پور و همکاران (1379) روایی صوری مطلوبی را برای این ابزار گزارش نموده‌اند (1).

برای سنجش میزان رضایت از زندگی از پرسشنامه استاندارد رضایت از زندگی داینر (SWLS = Satisfaction with Lift Scale) استفاده شد که برای اندازه‌گیری سطح رضایت از زندگی طراحی شده و شامل 5 سؤال بود، گویه‌های آن در قالب یک طیف 7 درجه‌ای تنظیم شده است. دامنه نمره فرد در این مقیاس 5-35 تعیین می‌گردد (1). در این ابزار نمره بالاتر، رضایت بیشتر را نشان

بودند سطح شادکامی و رضایت از زندگی کمتری را گزارش کردند که این نتایج در مدل اصلاح‌شده نیز مشاهده شد (به ترتیب برای شادکامی 4/54 (p=0/001) و 6/58 (P<0/001) نمره و برای رضایت از زندگی 1/31 (P=0/03) و 2/92 (P<0/001) نمره (جدول شماره 4).

نتایج مطالعه بر روی افراد شاغل نشان داد که هرچه سابقه کاری فرد کمتر باشد از میزان شادکامی و رضایت از زندگی بالاتری برخوردار بوده است؛ افراد با سابقه کاری کمتر از 5 سال به‌اندازه 3/48 (P<0/001) نمره از سطح شادکامی بیشتری برخوردار بودند و افرادی که 6 تا 10 سال سابقه کاری داشتند به‌اندازه 4/45 (P<0/001) نمره از شادکامی بیشتری برخوردار بودند. همچنین مدل اصلاح‌شده نشان می‌دهد که زنان شاغلی که به‌طور رسمی مشغول به کار بودند در مقایسه با زنان با وضعیت استخدام پیمانی (6/81-P<0/001) یا قراردادی (به ترتیب به‌اندازه 3/03 (p=0/02) و 2/09 (P=0/01)) به‌طور معنی‌دار از سطح شادکامی و رضایت بیشتری برخوردار بودند (جدول شماره 5).

کمتری برخوردار بودند و این روند بعد از حذف اثر مخدوش‌کنندگی سایر متغیرها در مدل اصلاح‌شده نیز کماکان دیده‌شده است.

افراد با سطح تحصیلات دیپلم به ترتیب به‌اندازه 5/65 (P<0/001) و 2/19 (P<0/001) نسبت به افراد با سطح تحصیلات دانشگاهی از سطح شادکامی و رضایت کمتری برخوردار بودند. همچنین افراد با تحصیلات زیر دیپلم به ترتیب به‌اندازه 5/60 (P<0/001) و 2/30 (P=0/001) نسبت به افراد با سطح تحصیلات دانشگاهی از میزان شادکامی و رضایت کمتری برخوردار بوده‌اند همچنین از نظر اوقات فراغت افرادی که در مجالس مذهبی شرکت می‌کردند به ترتیب به‌اندازه 5/62 (p=0/001) و 1/72 (P=0/03) نسبت به افرادی که اوقات فراغت خود را در تفریح و مسافرت بودند از سطح شادکامی و رضایت از زندگی کمتری برخوردار بودند و افرادی که به استراحت در منزل می‌پرداختند و یا به مطالعه یا سایر فعالیت‌ها می‌پرداختند نیز به ترتیب به‌اندازه 7/17 (P<0/001) و 3/20 (P<0/001) نمره در مقایسه با افرادی که اوقات فراغت خود را در تفریح یا مسافرت

جدول شماره 1 - توزیع فراوانی متغیرهای مورد مطالعه در جمعیت کل

متغیر	فراوانی	درصد	متغیر	فراوانی	درصد
سن			اوقات فراغت		
30 سال و کمتر	222	31/2	تفریح و مسافرت	242	33/7
31-35	152	21/3	مجالس مذهبی	160	22/3
36-40	137	19/2	استراحت/مطالعه/سایر	221	30/7
40 به بالا	201	28/2	ورزش	96	13/4
وضعیت تأهل			تعداد فرزند		
متأهل	586	81/4	1-2 فرزند	371	59/8
مجرد	100	13/9	بدون فرزند	112	18/1
مطلقه/بیوه	34	4/7	3 و بیشتر	137	22/1
وضعیت تحصیلات			جنسیت فرزند		
دانشگاهی	478	66/4	هر دو	260	51/3
دیپلم	142	19/7	دختر	103	20/3
زیر دیپلم	100	13/9	پسر	144	28/4

جدول شماره 2- بررسی همبستگی فهرست شادکامی آکسفورد، پرسشنامه رضایت از زندگی دینر و تک سؤالی

ابزارهای استفاده شده		شادکامی (دامنه نمره از 0 تا 87)		رضایت از زندگی (دامنه نمره از 5 تا 35)		میزان شادکامی (تک سؤال)	
	ضریب همبستگی (r)	p-value	ضریب همبستگی (r)	p-value	ضریب همبستگی (r)	p-value	
شادکامی	*	<0/001	0/665	<0/001	0/596	<0/001	
رضایت از زندگی	0/665	<0/001	*	*	0/477	<0/001	
میزان شادکامی (تک سؤال)	0/596	<0/001	0/477	<0/001	*	*	

جدول شماره 3- وضعیت شادکامی و رضایت از زندگی افراد شرکت کننده در مطالعه بر اساس پرسشنامه آکسفورد و تک سوال به تفکیک شغل

وضعیت شغل	شادکامی (دامنه نمره از 0 تا 87)		رضایت از زندگی (دامنه نمره از 5 تا 35)			مربوط به میزان شادکامی (تک سؤال)		
	میانگین (انحراف معیار)	میانگین (انحراف معیار)	بسیار زیاد (تعداد(درصد))	زیاد (تعداد(درصد))	نه زیاد نه کم (تعداد(درصد))	کم/بسیار کم (تعداد(درصد))	اصلاً	
زنان شاغل	43/3(13/6)	23/8 (6/3)	29(8/1)	108 (30)	198(55)	20(5/6)	5(1/4)	
زنان خانه دار	42/1(12/7)	23/2 (5/8)	40(11/1)	97 (26/9)	186 (51/7)	29 (8/1)	7 (1/9)	
کل	42/6(13/2)	23/5 (6/1)	69 (9/6)	205 (28/5)	384 (53/3)	49 (6/8)	12(1/7)	



نمودار شماره 1- توزیع سطح رضایت از زندگی (دامنه نمره از 5 تا 35) افراد مورد مطالعه به تفکیک شغل

جدول شماره 4 - نتایج تأثیر متغیرهای مورد مطالعه روی نمره شادکامی و رضایت از زندگی با انجام رگرسیون تک متغیره و چند متغیره

رضایت از زندگی (دامنه نمره از 5 تا 35)				شادکامی (دامنه نمره از 0 تا 87)				متغیر
تعدیل شده (adjusted)		خام		تعدیل شده (adjusted)		خام		
P-value	ضریب رگرسیون	P-value	ضریب رگرسیون	P-value	ضریب رگرسیون	P-value	ضریب رگرسیون	
-	-	-	-	-	-	-	-	زنان شاغل (رفرنس)
0/824	-0/11	0/24	-0/52	0/717	0/39	0/214	-1/22	زنان خانه‌دار
-	-	-	-	-	-	-	-	سن
-	-	-	-	-	-	-	-	≤30 (رفرنس)
-	-	0/464	0/46	-	-	0/548	-0/82	35-31
-	-	0/335	0/63	-	-	0/006	-3/90	40-36
-	-	0/023	-1/34	-	-	<0/001	-4/58	40 به بالا
-	-	-	-	-	-	-	-	وضعیت تأهل
-	-	-	-	-	-	-	-	متأهل (رفرنس)
0/357	-0/62	0/904	0/078	0/885	-0/21	0/337	1/37	مجرد
<0/001	-5/65	<0/001	-6/14	0/006	-6/10	0/001	-7/43	مطلقه/بیوه
-	-	-	-	-	-	-	-	وضعیت تحصیلات
-	-	-	-	-	-	-	-	دانشگاهی (رفرنس)
0/003	-1/75	<0/001	-2/19	0/001	-4/43	<0/001	-5/65	دیپلم
0/097	-1/15	0/001	-2/30	0/033	-3/21	<0/001	-5/60	زیر دیپلم
-	-	-	-	-	-	-	-	اوقات فراغت
-	-	-	-	-	-	-	-	تفریح/مسافرت (رفرنس)
0/031	-1/31	0/004	-1/72	0/001	-4/54	<0/001	-5/62	مجالس مذهبی
<0/001	-2/92	<0/001	-3/20	<0/001	-6/58	<0/001	-7/17	استراحت/مطالعه/سایر
0/319	0/698	0/195	0/92	0/175	2/07	0/083	2/67	ورزش
-	-	-	-	-	-	-	-	تعداد فرزند
-	-	-	-	-	-	-	-	2-1 فرزند (رفرنس)
-	-	0/838	-0/13	-	-	0/319	1/39	بدون فرزند
-	-	0/016	-1/45	-	-	0/007	-3/47	3 و بیشتر
-	-	-	-	-	-	-	-	میانگین سن فرزند
-	-	-	-	-	-	-	-	کمتر از 10 (رفرنس)
-	-	0/019	-1/42	-	-	0/012	-3/37	11-20 سال
-	-	<0/001	-2/93	-	-	0/009	-4/13	بیشتر از 20

جدول شماره 5 - نتایج تأثیر متغیرهای مورد مطالعه روی نمره شادکامی و رضایت از زندگی با انجام رگرسیون تک متغیره و چند متغیره در زنان شاغل

رضایت از زندگی (دامنه نمره از 5 تا 35)				شادکامی (دامنه نمره از 0 تا 87)				متغیر
تعدیل شده (adjusted)		خام		تعدیل شده (adjusted)		خام		
P-value	ضریب رگرسیون	P-value	ضریب رگرسیون	P-value	ضریب رگرسیون	P-value	ضریب رگرسیون	
								<b>سابقه کاری</b>
								10 سال به بالا (فرانس)
-	-	-	-	-	-	-	-	
0/035	1/97	0/461	0/618	<0/001	7/09	0/012	4/45	
								10-6 سال
0/069	1/73	0/578	0/439	<0/001	7/17	0/038	3/48	
								≥5
								<b>نوبت کاری</b>
								نوبت دار (فرانس)
-	-	-	-	-	-	-	-	
-	-	0/518	-0/622	-	-	0/198	-2/65	
								بدون نوبت
								<b>میزان درآمد</b>
								2-1 میلیون (فرانس)
-	-	-	-	-	-	-	-	
-	-	0/039	-1/78	-	-	0/212	-2/34	
								زیر 1 میلیون
-	-	0/175	1/03	-	-	0/198	2/11	
								بالای 2 میلیون
								<b>وضعیت استخدام</b>
								رسمی (فرانس)
-	-	-	-	-	-	-	-	
0/021	-3/03	0/075	-2/29	0/077	-5/05	0/458	-2/08	
								پیمانی
0/015	-2/09	0/130	-1/09	<0/001	-6/81	0/089	-2/68	
								سایر
								<b>سمت شغلی</b>
								دولتی کارمندی (فرانس)
-	-	-	-	-	-	-	-	
-	-	0/535	0/56	-	-	0/715	0/71	
								دولتی حرفه‌ای
-	-	0/061	1/78	-	-	0/034	4/35	
								دولتی مدیریتی
-	-	0/127	-1/37	-	-	0/875	0/30	
								غیردولتی

جغرافیا نیز مورد بررسی قرار گیرد.

## بحث

همچنین نتایج مطالعه حاضر نشان داد که زنان شاغل و خانه‌دار از نظر میزان شادکامی و رضایت از زندگی تفاوت معناداری نداشتند. شاید توجیه این یافته آن است که گرچه کار کردن زنان می‌تواند مزایایی مانند پیدا کردن حمایت اجتماعی، عزت نفس و عدم وابستگی برای آنان داشته باشد اما اشتغال فشارها و تنش‌های خاص خود را به همراه دارد که زنان خانه‌دار این فشارهای شغلی را ندارند. لذا میزان شادکامی و رضایت از زندگی دو گروه تقریباً مشابه است. این یافته با نتایج مطالعه امیری و زری مقدم و با سلونت و همکاران همخوانی دارد (24، 17). اما در مطالعات دیگر زنان خانه‌دار نسبت به زنان شاغل از میزان رضایت از زندگی کمتری برخوردار بودند (3، 12، 25). نتایج مطالعه ادسل و همکاران نشان داد زنانی که به صورت پاره‌وقت و با درآمد متوسط مشغول به کار هستند از شادی بیشتری نسبت به زنان خانه‌دار برخوردارند (14). نتایج مطالعه، با سلونت و همکاران بر روی زنان شاغل و خانه‌دار در اروپا نشان داد، رفاه و رضایت از

بر اساس نتایج مطالعه حاضر، میانگین کل شادکامی و رضایت از زندگی زنان به ترتیب 42/6 و 23/5 بود. اکثر افراد (53/3 درصد) شادکامی خود را در حد «نه زیاد نه کم» گزارش نمودند. همچنین شادکامی و رضایت از زندگی زنان در حد متوسط بود که با نتایج سایر مطالعات انجام گرفته در ایران همخوانی دارد.

نتایج مطالعه امیری و زری مقدم نشان می‌دهد که میانگین شادکامی زنان شاغل فرهنگی و خانه‌دار شهر اراک 44/8 و 13/3 بود (17). بر اساس نتایج مطالعه کرمان ساروی و همکاران در زاهدان میانگین و انحراف معیار شادکامی زنان شاغل 59/2 و زنان خانه‌دار 51/4 بود (9). دلیل بالاتر بودن میزان شادکامی در این مطالعه می‌تواند به علت تفاوت در جمعیت مورد بررسی و یا ابزار مورد استفاده باشد. پیشنهاد می‌گردد در یک مطالعه کشوری با یک ابزار و نحوه نمونه‌گیری یکسان، سطح شادکامی زنان شاغل و خانه‌دار اندازه‌گیری شود تا تأثیر برخی از متغیرها مانند فرهنگ و

چه تحصیلات زنان پایین‌تر باشد رضایت بیشتری از خانه‌داری دارند. این نتایج می‌تواند به این نکته اشاره کند که زنان با تحصیلات بالاتر به علت باور به داشتن توانایی و قابلیت‌های بیشتر از شغل خانه‌داری و پرداختن صرف به انجام کار خانه، حس شکوفایی و به‌کارگیری استعداد آن‌ها ارضا نمی‌گردد و همین امر منجر به ایجاد رضایت کمتر از خانه‌داری می‌شود (30، 25).

از آنجاکه سطح تحصیلات زنان می‌تواند نقش مهمی در تغییر نگرش، سبک زندگی و درنهایت شادی آن‌ها داشته باشد، آموزش و توانمندسازی زنان از اهمیت بالایی برخوردار است و سیاست‌گذاران باید به این مقوله توجه ویژه‌ای داشته باشند.

از طرفی نتایج حاکی از این بود که پرداختن به فعالیت‌های اوقات فراغت به‌صورت تفریح با خانواده و دوستان و رفتن به مسافرت نسبت به استراحت در منزل، مطالعه و شرکت در مجالس مذهبی با سطح بالاتر شادکامی و رضایت از زندگی ارتباط داشت. همچنین، درصد فراوانی تفریح و مسافرت در زنان شاغل بیشتر از زنان خانه‌دار بود. در مطالعه ابراهیمی و همکاران نتایج نشان داد، زنان شاغل میزان رضایت بالاتری از فعالیت‌های اوقات فراغت در مقایسه با زنان خانه‌دار داشتند (12). با توجه به نتایج این مطالعه یکی از مهم‌ترین راهکارهای افزایش سطح شادکامی در جامعه زنان ایرانی توجه به مقوله اوقات فراغت این قشر است و نهادها و ارگان‌هایی که در این زمینه مسئولیت دارند باید اقدام به طراحی و اجرای برنامه‌هایی جهت پر کردن اوقات فراغت زنان به‌خصوص ایجاد امکان و تسهیل گردشگری و مسافرت نمایند.

در یک جمع‌بندی کلی باید گفت که اشتغال یا خانه‌دار بودن زنان تأثیری بر شادکامی و رضایت از زندگی آن‌ها ندارد. از طرفی اشتغال باعث خودشکوفایی، توانمندسازی، افزایش اعتمادبه‌نفس و افزایش ارتباطات می‌شود و زنان را از محیط یکنواخت خانه دور می‌سازد ولی متقابلاً تعدد و فشار نقش و تضاد ناشی از آن در زنان شاغل باعث کاهش شادکامی و رضایت از زندگی در این افراد می‌گردد.

از محدودیت‌های مطالعه حاضر می‌توان به عدم همکاری کافی برخی شرکت‌کنندگان خصوصاً گروه شغلی بیمارستانی به علت مشغله کاری زیاد و خستگی ناشی از آن و عدم تفکیک دقیق زنان خانه‌دار از شاغل در برخی موارد به علت اشتغال به کارهای موقت و خانگی در زنان خانه‌دار اشاره نمود البته با توجه به اینکه زنان شاغل از حیطه‌های شغلی مختلف انتخاب شده بودند، به نظر می‌رسد که در نتیجه پایانی تأثیرگذار نبوده است، مگر اینکه هدف ما این باشد که بین گروه‌های مختلف شغلی آنالیز را انجام دهیم و

زندگی زنان شاغل نسبت به زنان خانه‌دار در کشورهایی که نابرابری جنسیتی کمتر است (یعنی زنان از نظر برابری در موقعیت بهتری نسبت به مردان در حوزه‌های عمومی قرار دارند)، بالاتر است (24). در مطالعه هاشمی و همکاران، زنان شاغل افزون بر داشتن نمره‌های بالاتر در زیر مقیاس‌های کیفیت زندگی، از شانس بیشتر برای داشتن کیفیت زندگی بالاتر نسبت به زنان خانه‌دار نیز برخوردار بودند (26). این نتایج و برخی تناقضات می‌تواند به دنبال تفاوت‌های جمعیتی و فرهنگی نمونه‌های موردبررسی باشد اما نکته حائز اهمیت نقش درآمد حاصل از اشتغال و نحوه آن است که نشان می‌دهد داشتن درآمد و استقلال مالی از یکسو و هم‌زمان با اشتغال توان مدیریت کارهای خانه از سوی دیگر در زنانی که شاغل‌اند (خصوصاً شغل پاره‌وقت) رضایت بیشتری در آن‌ها ایجاد می‌کند. پیشنهاد می‌گردد در طراحی مطالعات آینده تأثیر مسائل فرهنگی به‌خصوص نابرابری جنسیتی بر سطح شادکامی زنان موردبررسی قرار گیرد.

در این پژوهش، بر طبق نتایج آزمون رگرسیون خطی تک متغیره شادکامی و رضایت از زندگی زنان رابطه‌ی معنی‌دار با متغیر سن، تأهل، تحصیلات، اوقات فراغت و تعداد فرزندان نشان داد اما در آنالیز رگرسیون خطی چند متغیره بیشترین ارتباط بین میزان شادکامی و رضایت از زندگی با سه متغیر تأهل، تحصیلات و اوقات فراغت مشاهده شد. بر این اساس طبق نتایج مطالعات دیگر، ارتباط قوی بین تأهل با میزان شادکامی و رضایت از زندگی وجود دارد (27-29). یافته‌های مطالعه نشان داد افراد متأهل نسبت به افراد مطلقه/ بیوه یا افرادی که اصلاً ازدواج نکرده‌اند از سطح شادکامی و رضایت از زندگی بیشتری برخوردارند. دلیل این موضوع می‌تواند احساس آرامش و ثبات بیشتر و حمایت اجتماعی در افراد متأهل باشد. پیشنهاد می‌گردد سیاست‌گذاران با ایجاد راهکارهای فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی زمینه ازدواج آسان را برای جوانان فراهم نمایند تا باعث افزایش سطح شادکامی جامعه شود. همچنین سیاست‌هایی در راستای حمایت اجتماعی از زنان مطلقه و بیوه اتخاذ گردد تا سطح رفاه این قشر از جامعه نیز ارتقا یابد.

همچنین نتایج مطالعه حاضر، وجود ارتباط مثبت و معنی‌دار بین سطح تحصیلات با میزان شادکامی و رضایت از زندگی را نشان داد. مطالعه سوکی در شاهرود نشان داد، شادکامی زنان با تحصیلات خود و تحصیلات همسرانشان ارتباط معناداری دارد. در این مطالعه میانگین شادی زنان بی‌سواد به شکل معنی‌داری کمتر از سایر گروه‌ها بود (5). در برخی مطالعات نتایج نشان داد که هر



## نتیجه‌گیری

یافته‌های این مطالعه نشان داد که زنان از شادکامی و رضایت از زندگی متوسطی برخوردار می‌باشند و در این زمینه بین زنان شاغل و خانه‌دار تفاوتی وجود نداشت. همچنین عواملی مانند تأهل، تحصیلات و داشتن تفریح و مسافرت بر شادکامی و رضایت از زندگی زنان اثر مثبت نشان دادند که قاعدتاً برای اصلاح وضع موجود باید به این عوامل توجه بیشتری شود.

## تشکر و قدردانی

نویسندگان این مقاله مراتب تشکر و قدردانی خود را از تمامی کارکنان مراکز بهداشتی و درمانی شهر کرمان و همچنین تمامی زنان شاغل و خانه‌دار شرکت‌کننده در مطالعه بابت همکاری صمیمانه در اجرای بهتر مطالعه اعلام می‌دارد.

تفاوت را دریابیم که در این مطالعه این کار صورت نگرفته است. همچنین حجم نمونه مناسب و دقت و زمان زیادی که پرسشگر این مطالعه صرف توضیح پرسشنامه به شرکت‌کنندگان نموده بود از جمله نقاط قوت مطالعه حاضر است.

با توجه به تعداد زیاد

عوامل مؤثر و مرتبط با شادکامی و رضایت از زندگی، شناسایی این عوامل برای سیاست‌گذاران به‌منظور بهبود وضعیت شادکامی و رضایت از زندگی در جامعه بسیار مهم است. لذا توصیه می‌شود که مطالعات بیشتری به بررسی عوامل مرتبط با ارتقاء شادی و رضایت از زندگی در زنان پرداخته شود، زیرا شادکامی زنان می‌تواند به سعادت و عملکرد بهتر خانواده، به‌عنوان مهم‌ترین واحد جامعه منجر شود.

## منابع

- Poursardar F, Sangari A, Abbaspour Z, Alboukardi S. The Effect of Happiness on Mental Health and Life Satisfaction. *Journal of Kermanshah University of Medical Sciences (J Kermanshah Univ Med Sci)*. 2012; 16: 139-47.
- Veenhoven R. Advances in understanding happiness. *Revue Québécoise de psychologie*. 1997; 18: 29-74.
- Goodarzi A, Moradi M, KHosravi A, Esmaili Nasab N, Noori B, Delpisheh A, et al. Investigation of Status of Socioeconomic Inequalities in Satisfaction with Life in Women Aged 15-54 in Iran. *irje*. 2018; 14: 105-15.
- Fernández-Alonso AM, Trabalón-Pastor M, Vara C, Chedraui P, Pérez-López FR. Life satisfaction, loneliness and related factors during female midlife. *Maturitas*. 2012; 72: 88-92.
- Sooky Z, Keramat A, Sharifi K, Dehghani M, Tagharrobi Z, Taebi M, et al. Investigating happiness and its related factors in married women referred to health centers of shahroud city. *Iranian Red Crescent medical journal*. 2014; 16.
- Diener E, Suh E, Oishi S. Recent findings on subjective well-being. *Indian journal of clinical psychology*. 1997; 24: 25-41.
- Rodríguez-Muñoz A, Sanz-Vergel AI. Happiness and well-being at work: A special issue introduction. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*. 2013; 29: 95-7.
- Azam Azadeh M TM. Forgiving sources, social exclusion, and a sense of happiness for women headed by the household. *Woman in development and politics*. 2015; 13: 335-56.
- Saravi FK, Navidian A, Rigi SN, Montazeri A. Comparing health-related quality of life of employed women and housewives: a cross sectional study from southeast Iran. *BMC Womens Health*. 2012; 12: 5.
- Zanjani H, Esfahani Baghiat, Z. The effect of employment and family life, on satisfaction of life of female teacher (A Case Study of Teachers' Education District one Karaj). *Social science studies*. 2013; 10.
- Amini M, Hosseini S, Amini Y. Investigating the Involvement of Women in Employment and Their on Their Strength in Family Decision Making. *Journal of Women and Society*. 2013; 4: 28-1.
- Ebrahimi G SF. Comparative study of life satisfaction of working women and housewives. *Sociological studies*. 2011; 4: 47-60.
- Shoja Nouri F KF, Sadidpour S. Analysis of the effects of telework of employed and married women on work-life balance. *Social psychological studies of women*. 2015; 13: 42%-.
- Beja EL. Who is Happier: Housewife or Working Wife? *Applied Research in Quality of Life*. 2014; 9: 157-77.
- Berger EM. Happy working mothers? Investigating the effect of maternal employment on life satisfaction. *Economica*. 2013; 80: 23-43.
- Okulicz-Kozaryn A, da Rocha Valente R. Life Satisfaction of Career Women and Housewives. *Applied Research in Quality of Life*. 2018; 13: 603-32.
- Amiri Majd M ZMF. Relationship between happiness and marital satisfaction among women employed in cultural and housewives of Arak city. *Behavioral Sciences*. 2010; 2: 9-21.
- Haghdooost Ali A, Momeni M, Bahraminejad F DM. Levels and predictors of happiness in the south of the Islamic Republic of Iran. *World Health Organization*. 2016.
- Medvedev ON, Siegert RJ, Mohamed AD, Shepherd D, Landhuis E, Krägeloh CU. The Oxford Happiness Questionnaire: Transformation from an Ordinal to an Interval Measure Using Rasch Analysis. *Journal of Happiness Studies*. 2017; 18: 1425-43.
- Biani AS, Kochaki AM, Goudarzi H. The Reliability and Validity of the satisfaction with life scale. *Developmental psychology (journal of Iranian psychologists)*. 2007; 3.
- Sarmad Z, Bazargan Harandi A, Hejazi E. *Research Methods in Behavioral Sciences*. Informative Publications. 2006.
- Tagharrobi Z SK, Sooky Z, Tagharrobi L. Short form psychometric analysis of life satisfaction questionnaire in students of Kashan nursing and midwifery faculty. *Journal of Qom University of Medical Sciences*. 2012; 6: 89-98.
- Montazeri A OS, Azin A, Aeinparast A, Jahangiri K, Sedighi G, Ebadi M, Farzdi F, Maftoon F, Tavosi M, Hedayati A, Fathiyani S. The Happiness of the Iranian People and Its Influential Factors: A Study of Health from the Perspectives of the Iranian People. *Quarterly Journal of Monitoring*. 2012; 11: 475-67.
- Başlevent C, Kirmanoğlu H. Gender Inequality in Europe

and the Life Satisfaction of Working and Non-working Women. *Journal of Happiness Studies*. 2017; 18: 107-24.

25. Ferree MM. Working-Class Jobs: Housework and Paid Work Assources of Satisfaction. *Social Problems*. 1976; 23: 431-41.

26. Hashemi Z, Keikha M, Keikhaee R, Ansari Moghadam A, Salehi Marzijarani M, Nasiri A. Is women's Employment in Health Centers Associated With their Quality of life? A Case Study of Employed Women in Zabol, Iran in 2010. *Iranian Journal of Epidemiology*. 2013; 9: 15-21.

27. Kobau R, Bann C, Lewis M, Zack MM, Boardman AM, Boyd R, et al. Mental, social, and physical well-being in New Hampshire, Oregon, and Washington, 2010 *Behavioral Risk*

Factor Surveillance System: implications for public health research and practice related to Healthy People 2020 foundation health measures on well-being. *Population health metrics*. 2013; 11: 19.

28. Ngoo YT, Tey NP, Tan EC. Determinants of life satisfaction in Asia. *Social Indicators Research*. 2015; 124: 141-56.

29. Baranowska-Rataj A, Matysiak A, Mynarska M. Does Lone Motherhood Decrease Women's Happiness? Evidence from Qualitative and Quantitative Research. *Journal of Happiness Studies*. 2014; 15: 1457-77.

30. Badri Manesh A, Sadeghi Fasaei S. A Survey on the Sociological Factors of Satisfaction of Women in Household (Case Study of Tehran). *Journal of Women and Society*. 2014; 5: 1-20.

## Who Are Happier, Employed Women or Housewives?

Taghdiri F<sup>1</sup>, Haghdoost AA<sup>2</sup>, Momeni M<sup>3</sup>, Mirzaie M<sup>4</sup>

1- MSc Student in Epidemiology, Social Determinants of Health Research Center, Institute for Futures Studies in Health, Kerman University of Medical Sciences, Kerman, Iran

2- Professor of Epidemiology and Biostatistics, Modeling in Health Research Center, Institute for Futures Studies in Health, Kerman University of Medical Sciences, Kerman, Iran

3- Assistant Professor, Health Services Management Research Center, Institute for Futures Studies in Health, Kerman University of Medical Sciences, Kerman, Iran

4- Assistant Professor, HIV/STI Surveillance Research Center, and WHO Collaborating Center for HIV Surveillance, Institute for Futures Studies in Health, Kerman University of Medical Sciences, Kerman, Iran

**Corresponding author:** Haghdoost AA, ahaghdoost@kmu.ac.ir

(Received 13 January 2020; Accepted 27 June 2020)

**Background and Objectives:** Today, happiness and life satisfaction play a crucial role in women's health in every society. This study was conducted to compare the level of happiness and life satisfaction between employed women and housewives and to examine the factors affecting it.

**Methods:** This cross-sectional study was conducted on 720 employed women and housewives in Kerman, Iran in 2017. The Oxford Happiness Inventory (OHI), Diener Life Satisfaction Questionnaire, and a demographic profile were used for data collection. Regression analysis was used to determine the correlation of different factors with happiness and life satisfaction.

**Results:** The mean  $\pm$  standard deviation of the total happiness and life satisfaction score was  $42/6 \pm 13/2$  out of 87 ( $43/3 \pm 13/6$  in employees and  $42/7 \pm 12/7$  in housewives,  $P = 0/21$ ) and  $23/5 \pm 6/1$  out of 35 ( $23/8 \pm 6/3$  in employees and  $23/2 \pm 5/8$ , in housewives,  $P = 0/24$ ), respectively. Additionally, most of the subjects (55%) reported a moderate level of happiness. Regression analysis indicated that married women who had a university education and those who spent their free time on leisure and traveling had higher scores of happiness and life satisfaction. As for the employed women, those with limited work records and those who were officially employed had significantly higher levels of happiness and life satisfaction.

**Conclusion:** This study showed a moderate level of happiness and life satisfaction in women. Furthermore, there was no significant difference in the level of happiness and life satisfaction between employed women and housewives.

**Keywords:** Employment, Women, Happiness, Life satisfaction