

ارائه الگوی روانشناختی شکوفایی انسان بر اساس نظریه زمینه‌ای: یک پژوهش کیفی

هانیه هزبریان^۱

ایمان اله بیگدلی^۲

محمود نجفی^۳

علی محمد رضایی^۴

تاریخ وصول: ۱۳۹۳/۸/۱۵

تاریخ پذیرش: ۱۳۹۳/۱۰/۲۷

چکیده

هدف از پژوهش حاضر، تعیین عوامل تشکیل‌دهنده و اثرگذار بر شکوفایی انسان در قالب یک الگوی پارادایمی بود. به منظور نیل به این هدف، با توجه به ویژگی‌های خاص سازه شکوفایی، رویکرد پژوهش کیفی و روش نظریه زمینه‌ای به کار گرفته شد. شرکت‌کنندگان در پژوهش ۳۶ نفر از روانشناسان متخصص در مباحث مرتبط با شکوفایی انسان بودند که با استفاده از پرسشنامه نیمه ساختاریافته مورد مصاحبه قرار گرفتند. تجزیه و تحلیل اطلاعات بر اساس سه روش کدگذاری مورد استفاده در نظریه زمینه‌ای شامل کدگذاری باز، کدگذاری محوری و کدگذاری انتخابی انجام شد. یافته‌های تحقیق نشان داد که سازه شکوفایی از سه مؤلفه اساسی پیشرفت/دستاورد، مشارکت اجتماعی و احساس رضایت/شادکامی تشکیل می‌شود. عوامل اثرگذار بر شکوفایی نیز شامل غایت‌نگری، انگیزه شکوفایی، شرایط اجتماعی - محیطی - فرهنگی، هیجان مثبت، روابط مثبت، ویژگی‌های شخصیتی (تجربه پذیری، مسئولیت پذیری) و شایستگی‌ها می‌باشد. برخی از این عوامل به عنوان متغیرهای علی و برخی در نقش متغیرهای زمینه‌ای یا واسطه‌ای ظاهر می‌شوند. در صورت ترکیب و تعامل مناسب این عوامل شکوفایی انسان قابل تحقق خواهد بود. نتایج این پژوهش می‌تواند در تدوین برنامه‌های مداخله‌ای به منظور تسهیل و تسریع شکوفایی افراد مورد توجه قرار گیرد.

۱. دانشجوی دکتری روانشناسی تربیتی دانشگاه سمنان، hojabrian1360@yahoo.com

۲. دانشیار گروه روانشناسی عمومی دانشگاه سمنان، ibigdeli@semnan.ac.ir

۳. استاد یار گروه روانشناسی عمومی دانشگاه سمنان، m_najafi@semnan.ac.ir

۴. استادیار گروه روانشناسی تربیتی دانشگاه سمنان، rezaei_am@yahoo.com

واژگان کلیدی: شکوفایی انسان، الگوی پارادایمی، نظریه زمینه‌ای

مقدمه

شکوفایی انسان، موضوعی است که قرن‌ها ذهن اندیشمندان را به خود مشغول کرده و اخیراً مورد توجه شاخه‌ای از روانشناسی به نام روانشناسی مثبت‌گرا قرار گرفته است. روانشناسی مثبت‌گرا مطالعه علمی عملکرد بهینه انسان بوده و هدف از آن کشف و ارتقاء عواملی است که به افراد، خانواده‌ها و جوامع کمک می‌کند تا پیشرفت کرده و شکوفا شوند (سلیگمن، رشید و پارکز^۱، ۲۰۰۶؛ هدیت و گیل^۲، ۲۰۰۵). در حقیقت روانشناسی مثبت‌گرا علم شادکامی^۳ و شکوفایی انسان^۴ است (کامپتون و هافتمن^۵، ۲۰۱۲). واژه شکوفایی^۶ در فرهنگ لغت کوچک آکسفورد^۷ (۱۹۶۴) به عنوان رشد با شور و نشاط، رشد و پیشرفت، موفق شدن و برجسته بودن تعریف می‌شود. این کلمه مشتق از واژه لاتین *flor* به معنی گل است که خود از واژه هند و اروپایی *bhlo* به معنی شکوفه کردن نشأت گرفته است. شکوفایی به طور استعاری می‌تواند به شکوفه کردن گل‌ها مربوط شود. کاربرد محاوره‌ای اصطلاح «شکوفایی» بیشتر بر معانی تحقق پتانسیل شخص (معنوی، تکاملی، اقتصادی و غیره)، موفق شدن، پیشرفت کردن و یا ارائه کمک‌های قابل توجه به جامعه متمرکز است. این پدیده، تحقق ماهیت ذاتی ارگانیزم و توسعه بهزیستی خود و دیگران در یک سیستم زیست محیطی یا اجتماعی را نشان می‌دهد (گوکن، هفرون و آتری^۸، ۲۰۱۲).

در ادبیات پژوهشی، اولین تظاهرات شکوفایی در تفکر فلسفی ارسطو مشهود است که بر شکوفایی جمعی به عنوان حالتی ایده‌آل از جامعه متمرکز می‌باشد (ارسطو^۹، ۲۰۰۰، به نقل از گوکن و همکاران، ۲۰۱۲؛ هیل^{۱۰}، ۱۹۹۹). همچنین ایده شکوفایی جمعی در فلسفه

1. Seligman, Rashid, & Parks
2. Haidt & Gable
3. happiness
4. human flourishing
5. Compton & Haffman
- 6 flourish
7. The Concise Oxford Dictionary
8. Gokcen, Hefferon & Attree
9. Aristotle
10. Hill

مارکسیستی نیز قابل مشاهده است که در آن رفتار با فضیلت، منجر به شکوفایی گسترده در جامعه می‌گردد (لئوپولد^۱، ۲۰۰۷؛ مارکس^۲، ۱۹۵۹، ۱۹۸۸).

در حوزه روانشناسی، تمرکز از شکوفایی جمعی به شکوفایی فردی و از مطالعه شکوفایی فلسفی به شکوفایی تجربی تغییر یافته است (سلیگمن، ۱۹۹۹). رویکردهای روانشناختی اصلی در این زمینه شامل دیدگاه‌های سلامت روان (مانند کیز^۳، ۲۰۰۲) و دیدگاه‌های روانشناسی مثبت‌گرا مبتنی بر نظریه‌های شادکامی یا احساس رضایت از زندگی (مانند سلیگمن، ۲۰۰۲) می‌شوند.

دیدگاه‌های سلامت روان ادعا می‌کنند که شکوفایی حالتی از سلامت روان بهینه است که متفاوت از نبود بیماری روانی است. با این تعریف، افراد شکوفا علاوه بر اینکه احساس خوبی دارند خوب هم عمل می‌کنند، آن‌ها به طور منظم هیجان‌های مثبتی تجربه می‌کنند، در زندگی روزانه خود برجسته هستند و به صورت سازنده با محیط اطراف خود مشارکت می‌کنند (کیز، ۲۰۰۷).

اخیراً دیدگاه‌های روانشناختی مثبت‌گرا در مورد شکوفایی عموماً از نظریه‌های شادکامی یا احساس رضایت از زندگی (دسی و ریان^۴، ۱۹۸۵؛ رایف^۵، ۱۹۸۹؛ سلیگمن، ۲۰۰۲) به مدل‌های بهزیستی یا شکوفایی کلی تغییر یافته‌اند (دسی و ریان، ۲۰۰۸؛ الف، ۲۰۰۸؛ ب؛ ریان و همکاران، ۲۰۰۸؛ رایف و سینگر^۶، ۲۰۰۶؛ فورجارد^۷ و همکاران، ۲۰۱۱؛ سلیگمن، ۲۰۱۱). این دیدگاه‌ها برای ارائه مدل‌های جامع از عملکرد بهینه فرد، هم بر نیاز روانشناختی رضایت و هم سلامت روانی تأکید نموده‌اند (سلیگمن، ۲۰۱۱؛ ویترسو^۸، ۲۰۰۹). برای مثال، سلیگمن (۲۰۱۱) در کتاب شکوفایی، جنبه‌های شناخته شده اخیر

-
1. Leopold
 2. Marx
 3. Keyes
 4. Deci & Ryan
 5. Ryff
 6. Singer
 7. Forgeard
 8. Vittersø

شکوفایی را در مدل PERMA (مشمول بر هیجان‌های مثبت^۱، مشغولیت^۲، روابط^۳، معنا^۴ و پیشرفت^۵) در کنار هم قرار داده و نظریه بهزیستی جامع را ارائه نموده است.

در مورد سازه شکوفایی تعریف‌ها و مقیاس‌های مختلفی وجود دارد که از دیدگاه‌های تجربی و نظری گوناگونی بدست آمده‌اند، لیکن هیچ توافقی درباره آنچه که باید در تحقیقات استفاده یا به سیاست‌گزاران آگاهی داده شود حاصل نشده است. همان‌گونه که سال‌های زیادی طول کشید تا متخصصان بالینی در مورد تشخیص اختلالات روانی به توافق برسند، چندسالی نیز زمان خواهد برد تا درباره تعریف و اندازه‌گیری شکوفایی توافق حاصل گردد (هوپرت و سو^۶، ۲۰۱۱). سلیگمن و سیکزنت میهالی (۲۰۰۰) معتقدند، اگرچه روانشناسان از بیماری‌های روانی و نحوه بقای انسان تحت شرایط ناگوار شناخت کاملی دارند، درباره چیستی معنای زندگی و شیوه کمال و شکوفایی افراد در شرایط مناسب فاقد دانش‌اند؛ پس اکنون وقت آن است که این مفاهیم مورد بررسی قرار گیرند. اهمیت این موضوع هنگامی بیشتر می‌شود که شواهد فزاینده نشان می‌دهد سطوح بالای شکوفایی پیامدهای خوبی برای افراد و جامعه به دنبال دارد. در مطالعات مقطعی، طولی و آزمایشی، نشان داده شده است که سطوح بالای شکوفایی با دامنه‌ای از نتایج مثبت شامل سطح بالای بهزیستی هیجانی، روانی و اجتماعی، سرزندگی و نیرومندی، خود تعیین‌گری، رشد شخصی مداوم، روابط نزدیک و زندگی معنادار و هدفمند (سیانگ-یانگ^۷، ۲۰۰۶)، بهبود عملکرد سیستم ایمنی، بهبود سیستم قلبی-عروقی و کاهش عاطفه منفی (فردریکسون^۸، ۲۰۰۵) رابطه دارد.

رویکردهای موجود نسبت به شکوفایی، به ویژه در روانشناسی مثبت‌گرا، عمدتاً گرایش به اتخاذ معرفت‌شناسی اثبات‌گرا داشته‌اند (بایوئر و پریسفل^۹، ۲۰۰۹). هرچند این امر وسیله

-
1. positive emotion
 2. engagement
 3. relationship
 4. meaning
 5. achievement
 6. Huppert & So
 7. Siang-Yang
 8. Fredrickson
 9. Bauer & Perciful

درک علمی شکوفایی را فراهم آورده؛ به درک ذهنی آن برای تأیید شدن یا ترکیب شدن با نظریه‌های بهزیستی موجود کمکی نکرده است. در نتیجه تاکنون شناخت اندکی درباره شیوه‌های ادراک افراد از شکوفایی حاصل شده است (گوکن و همکاران، ۲۰۱۲). شواهد به خوبی نشان داده‌اند که ادراک افراد از سازه‌های اجتماعی - فرهنگی مفاهیم، در استفاده آن‌ها از زبان و واژه‌های مربوط به این مفاهیم منعکس می‌شود (به طور مثال: کریپندورف^۱، ۲۰۰۴؛ میلر و هوگسترا^۲، ۱۹۹۲؛ ویگوتسکی^۳، ۱۹۸۶، به نقل از گوکن و همکاران، ۲۰۱۲). با توجه به این امر، در اصل نمی‌توان چنین فرض کرد که آن دسته از نظریه‌های بهزیستی که از مشاهده‌های تجربی مشتق شده‌اند لزوماً تجربه و سازه‌های اجتماعی - فرهنگی شکوفایی را به صورت یک مفهوم جامع تبیین می‌کنند (گوکن و همکاران، ۲۰۱۲).

برای درک ویژگی‌ها و نتایج شکوفایی، می‌بایست این مفهوم را به درستی و به گونه‌ای که شایسته آن است مورد مطالعه قرار داد. بدین منظور باید افرادی در جامعه که شکوفای هستند و گروه‌ها یا قومیت‌هایی که در آن‌ها سطوح بالای شکوفایی وجود دارد را شناسایی و مشخص نمود (هوبرت و سو، ۲۰۱۱). لیکن از آنجایی که مولفه‌های شکوفایی در بافت‌های فرهنگی - اجتماعی مختلف، متفاوت بوده (هوبرت و سو، ۲۰۱۱؛ گوکن و همکاران، ۲۰۱۲) و «فرهنگ عامل تأثیرگذار اصلی بر ایجاد، تحول و نحوه بروز توانمندی‌ها و عملکرد بهینه انسان است» (لوپز و همکاران، ۲۰۰۶، ص ۲۲۴)، اولین گام برای مطالعه شکوفایی در یک بافت فرهنگی - اجتماعی خاص می‌تواند یافتن متغیرهای مربوط به آن در موقعیت میدانی و کشف روابط احتمالی بین این متغیرها باشد. به همین دلیل برخی محققان معتقدند که برای درک و فهم روشن‌تر مفهوم شکوفایی و توسعه شاخص‌های بهزیستی باید از روش‌های پژوهش کیفی سود جست (کامفیلد، کریولو و وودهد^۴، ۲۰۰۸). همرسلی و اتکینسون^۵ (۲۰۰۷) معتقدند که روش‌های پژوهش کیفی، زمینه‌ای و انعطاف پذیر بوده و قادر به تولید اطلاعات جدید و شگفت‌انگیز درباره راه‌هایی

-
1. Krippendorf
 2. Miller & Hoogstra
 3. Vygotsky
 4. Camfield Crivello & Woodhead
 5. Hammersle & Atkinson

که افراد به جهان می‌نگرند می‌باشد. تونون^۱ (۲۰۱۲) هم بر این باور است که استفاده از روش‌های کیفی برای فهم تجارب افراد از بهزیستی و کشف موضوعات جدید مرتبط با حوزه کیفیت زندگی ضروری بوده و به شناسایی، تحلیل و ارائه مقوله‌های درون داده‌ها منجر می‌گردد.

بنابراین، با توجه به عدم توافق و اجماع در مورد تعریف شکوفایی و متفاوت بودن مولفه‌های تشکیل دهنده و اثرگذار بر آن در بافت‌های فرهنگی - اجتماعی مختلف و نیز فقدان پژوهش این مفهوم در کشور، مطالعه حاضر با هدف استنباط متغیرهای معتبر شکوفایی انسان در بافت بومی، کشف روابط بین این متغیرها و ارائه الگوی روانشناختی شکوفایی انسان، مولفه‌های شکوفایی را با استفاده از روش نظریه زمینه‌ای از دیدگاه متخصصان روانشناسی مورد بررسی قرار داد. سوال اصلی تحقیق این بود که به منظور تسهیل و تسریع روند رشد و شکوفایی افراد، چه مؤلفه‌هایی را به عنوان مؤلفه‌های تشکیل دهنده و چه عواملی را به عنوان عوامل مؤثر بر شکوفایی می‌توان مورد توجه و مداخله قرار داد؟

روش پژوهش

با توجه به اینکه هدف این پژوهش ارائه الگوی روانشناختی شکوفایی انسان در بافت فرهنگی - اجتماعی بومی است، برای انجام عملیات تحقیق و تجزیه و تحلیل داده‌ها از رویکرد پژوهش کیفی و روش نظریه زمینه‌ای^۲ استفاده شد. نظریه زمینه‌ای یک روش پژوهش استقرایی^۳ است که به پژوهشگران در حوزه‌های موضوعی گوناگون امکان می‌دهد تا به جای اتکا به نظریه‌های موجود، خود به تدوین نظریه از طریق تجزیه و تحلیل مقایسه‌ای مشاهده‌ها اقدام کنند. نظریه حاصل از اجرای چنین روش پژوهشی، نظریه‌ای فرایندی است که با استفاده از شیوه‌های منظم گردآوری داده‌ها، به تشخیص مقوله‌ها، مضمون‌ها و

1. Tonon
2. Grounded Theory
3. inductive

برقراری رابطه میان این مقوله‌ها پرداخته و نظریه‌ای برای تبیین یک فرایند عرضه می‌شود. (استراوس و کوربین^۱، ۱۹۹۰، ترجمه محمدی، ۱۳۸۵؛ بازرگان، ۱۳۸۷).

جامعه پژوهش روانشناسان متخصص^۲ تشکیل دادند. منظور از روانشناسان متخصص در این مطالعه، آن دسته از اساتید یا اعضای هیأت علمی، دانشجویان و فارغ‌التحصیلان مقطع دکترای رشته روانشناسی می‌باشند که دارای مطالعات و سوابقی از قبیل انجام پایان نامه، طرح پژوهشی و ارائه مقاله یا مشاوره در زمینه شکوفایی انسان یا موضوعات مرتبط با آن (از قبیل بهزیستی، رضایت از زندگی، انسان کامل، خودشکوفایی و...) بودند.

برای انتخاب نمونه از دو راهبرد استفاده شد. در ابتدا با استفاده از روش نمونه‌گیری هدفمند^۳ آن دسته از اساتید، فارغ‌التحصیلان و دانشجویان مقطع دکترای روانشناسی که بنا به شناخت و قضاوت محقق، دارای مطالعات و سوابق مرتبط در زمینه شکوفایی انسان بودند برای مصاحبه انتخاب شدند. سپس بر مبنای روش نمونه‌گیری گلوله برفی^۴ از هریک از افراد مصاحبه شونده خواسته شد تا روانشناسان دیگری را که فکر می‌کنند می‌توانند یاریگر این تحقیق باشند معرفی نمایند.

تعداد نمونه مورد مصاحبه بر اساس اصل اشباع^۵ در حجم نمونه در نظر گرفته شد (گلیسر^۶ و استراوس، ۱۹۶۷؛ استراوس و کوربین، ۱۹۹۸). بر طبق این اصل، زمانی که محقق به این نتیجه برسد که انجام مصاحبه‌های بیشتر، اطلاعات بیشتری در اختیار وی قرار نداده و صرفاً تکرار اطلاعات قبلی است، گردآوری اطلاعات را متوقف می‌سازد. نظرات افراد مصاحبه شونده در این تحقیق از مصاحبه‌سی و دوم به بعد به اشباع رسید و فرایند مصاحبه با نفر سی و ششم پایان یافت. این ۳۶ نفر شامل (۱۶ عضو هیأت علمی و ۱۲ دانشجو و ۸ فارغ‌التحصیل مقطع دکترا) از دانشگاه‌های علامه طباطبائی، تهران، خوارزمی، شهید بهشتی، شهید چمران اهواز، سمنان، امام رضا (ع) مشهد، آزاد تهران مرکزی و خوراسگان اصفهان بودند. این تعداد را ۱۴ زن و ۲۲ مرد تشکیل می‌دادند.

-
1. Strauss & Corbin
 2. Purposive Sampling
 3. Snowball Sampling
 4. saturation
 5. Glaser

ابزار گردآوری اطلاعات در این پژوهش مصاحبه بود. برای این منظور با ۳۶ نفر از روانشناسان متخصص با استفاده از پرسشنامه نیمه‌ساختاریافته^۱ مصاحبه شد. روش انجام کار بدین صورت بود که قبل از مصاحبه طی تماس تلفنی و یا ملاقات حضوری، موضوع مصاحبه و هدف از انجام این پژوهش برای افراد تشریح می‌شد. سپس موافقت آنها اخذ و تاریخ مصاحبه تعیین می‌گردید. در ابتدای هر مصاحبه نیز با ارائه توضیحات مفصل‌تر ابهامات احتمالی موجود در ذهن شرکت‌کنندگان برطرف و سپس مصاحبه آغاز می‌شد. مدت زمان هر مصاحبه در حدود ۱ ساعت و ۳۰ دقیقه تا ۲ ساعت بود. مصاحبه‌ها به صورت الکترونیکی ضبط و بعد از اتمام مصاحبه از روی فایل صوتی پیاده می‌شد.

در نظریه زمینه‌ای بخش طراحی سؤال‌های مصاحبه دارای اهمیت است. بدین منظور پژوهشگر با توجه به هدف پژوهش، سؤال‌های مصاحبه را به صورت زیر طراحی نمود (از آنجایی که صورت مصاحبه نیمه‌ساختاریافته بود، در صورت لزوم، در حین مصاحبه سؤال‌های دیگری برای تشریح ابعاد سؤال مطرح می‌گردید). تعداد سؤال‌های مصاحبه هفت سؤال بود که سه سؤال اول (سؤال‌های شماره ۱، ۲ و ۳) در جهت کشف مؤلفه‌های تشکیل‌دهنده شکوفایی انسان و چهار سؤال بعدی (سؤال‌های شماره ۴، ۵، ۶ و ۷) به منظور تعیین عامل‌های تأثیرگذار بر شکوفایی طراحی شدند. سؤال‌های مطرح شده در مصاحبه عبارت بودند از:

۱. از نظر شما شکوفایی انسان چگونه تعریف می‌شود؟
۲. عناصر تشکیل‌دهنده شکوفایی انسان چه هستند؟
۳. ویژگی‌های افراد شکوفا چیست؟
۴. شرایط علی یا پیشایندهایی که باعث شکوفایی انسان می‌شوند چه هستند؟
۵. چه شرایط زمینه‌ای یا محیطی می‌تواند در رسیدن انسان به شکوفایی موثر باشد؟
۶. مؤلفه‌های واسطه‌ای که در رسیدن انسان به شکوفایی موثرند کدامند؟
۷. راهبردهایی که مسیر رسیدن انسان به شکوفایی را هموار می‌سازد کدامند؟

یافته‌ها پژوهش

به منظور تحلیل داده‌ها، بر طبق طرح نظام‌دار^۱ نظریه زمینه‌ای سه نوع کدگذاری شامل کدگذاری باز^۲، کدگذاری محوری^۳ و کدگذاری انتخابی^۴ انجام شد (استراوس و کوربین، ۱۹۹۸، ص ۵۵).

در کدگذاری باز، پس از خواندن متن هر مصاحبه، جمله‌های اصلی آن استخراج و به صورت کدهایی ثبت گردید. سپس کدهای ایجاد شده بر اساس وجوه اشتراک و شباهت‌هایی که با هم داشتند در یک دسته یا مقوله قرار گرفتند. دسته‌بندی‌ها به گونه‌ای بود که اجزای تشکیل‌دهنده هر مقوله با یکدیگر حتی‌المقدور هماهنگ، اما با عناصر تشکیل‌دهنده مقوله‌های دیگر متفاوت باشد. در این مرحله، با تحلیل و کدگذاری مصاحبه‌های انجام شده، ۱۸۹ کد باز به دست آمد که به صورت گزاره‌های مفهومی اولیه مشخص شد. کدهای باز بدون در نظر گرفتن روابط و فقط به عنوان مفهوم‌ها و یا گزاره‌های مفهومی تلقی می‌شوند که برچسب‌های ذهنی جداگانه به وقایع و پدیده‌ها نسبت می‌دهند (استراوس و کوربین، ۱۹۹۰، ترجمه محمدی، ۱۳۸۵، ص ۶۱).

در مرحله کدگذاری محوری، کدها و مقوله‌های اولیه‌ای که در کدگذاری باز ایجاد شده بودند، با یکدیگر مقایسه شدند. موارد مشابه ادغام و مقوله‌های مربوط به هم حول محور مشترکی قرار گرفتند. سپس برای کدهای مشابه که در یک طبقه جای گرفته بودند عناوین مناسب انتخاب گردید. به عنوان مثال در پاسخ‌های افراد می‌توان به مواردی همچون اشتیاق به تحقق پتانسیل فردی، گرایش به مولد بودن و تمایل به توسعه بهزیستی خود و دیگران اشاره نمود که به عنوان «انگیزه شکوفایی» برچسب زده شد. با انجام این فرآیند، تعداد ۱۰ کد محوری یا گزاره مقوله‌ای به دست آمد. برخی از این مقوله‌ها به عنوان ابعاد تشکیل‌دهنده شکوفایی (شامل پیشرفت / دست‌آورد، مشارکت اجتماعی، احساس رضایت / شادکامی) و برخی در نقش عامل‌های تأثیرگذار بر شکوفایی انسان (اعم از غایت‌نگری،

-
1. the systematic design
 2. Open Coding
 3. Axial Coding
 4. Selective Coding

انگیزه شکوفایی، شرایط اجتماعی - محیطی - فرهنگی، هیجان مثبت، روابط مثبت، ویژگی‌های شخصیتی و شایستگی‌ها) ارائه گردیدند.

آنگاه کدگذاری انتخابی انجام شد. در مرحله کدگذاری انتخابی براساس نظریه زمینه‌ای، به منظور طراحی الگوی پارادایمی، یکی از مقوله‌ها به عنوان مقوله اصلی در فرایند مورد بررسی تعیین و مقوله‌های دیگر به طور نظری به آن مرتبط می‌گردد. الگوی پارادایمی در روش نظریه زمینه‌ای، دربرگیرنده شش مولفه/طبقه است که با استفاده از آن‌ها می‌توان به روش منظم درباره داده‌ها فکر کرد و آن‌ها را به صورتی پیچیده به یکدیگر مرتبط نمود. این مولفه‌ها عبارتند از:

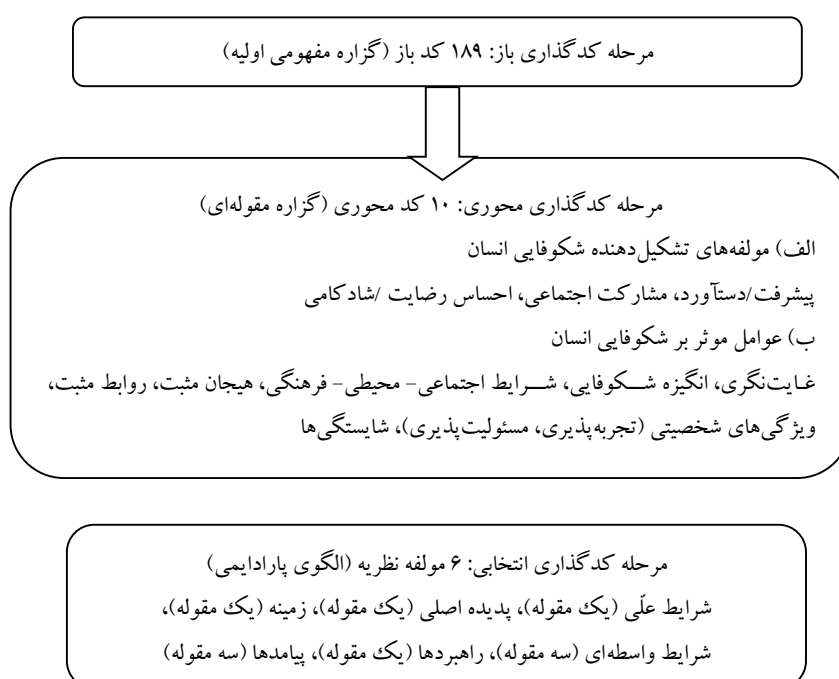
۱. شرایط علی^۱: شرایطی که بوجود آورنده مقوله اصلی است.
۲. مقوله اصلی^۲: حادثه یا اتفاقی که سلسله کنش متقابل^۳، به کنترل و اداره کردن آن معطوف می‌گردد.
۳. شرایط زمینه‌ای^۴: شرایط بسترساز خاص مؤثر در راهبردها.
۴. شرایط واسطه‌ای^۵: شرایط بسترساز عام مؤثر در راهبردها.
۵. راهبردها^۶: کنش‌ها^۷ یا کنش‌های متقابلی که برای کنترل، اداره، برخورد و پاسخ به مقوله اصلی انجام می‌شوند.
۶. پیامدها^۸: ره‌آورد به کار بستن راهبردها (استراوس و کوربین، ۱۹۹۰، ترجمه محمدی، ۱۳۸۵، ص ۱۰۷-۱۰۱).

در مرحله کدگذاری انتخابی این پژوهش، انگیزه شکوفایی به عنوان مقوله اصلی انتخاب و سایر مقوله‌ها در قالب ۵ مولفه دیگر الگوی پارادایمی نظریه زمینه‌ای به آن ارتباط داده شدند. بدین صورت که مقوله غایت‌نگری (به عنوان شرایط علی)، مقوله شرایط

-
1. causal conditions
 2. core category
 3. interaction
 4. contextual condition
 5. mediator conditions
 6. strategies
 7. reactions
 8. Consequences

اجتماعی - محیطی - فرهنگی (به عنوان شرایط زمینه‌ای)، هیجان مثبت، روابط مثبت و ویژگی‌های شخصی (به عنوان مقوله‌های واسطه‌ای)، شایستگی‌ها (به عنوان راهبردها) و شکوفایی مشتمل بر پیشرفت/دستاورد، مشارکت اجتماعی و احساس رضایت/شادکامی (به عنوان پیامدها) در نظر گرفته شد. فرآیند کدگذاری و تقلیل داده‌ها در نمودار ۱ نشان داده شده است.

نمودار ۱. جریان کدگذاری و تقلیل داده‌ها بر اساس نظریه زمینه‌ای



قابلیت اعتماد

معیار ارزیابی نظریه در روش نظریه زمینه‌ای، شاخص قابلیت اعتماد یا تأیید توسط افراد مورد مطالعه است. (گلیسر و استراس، ۱۹۶۷؛ کوربین و استراوس، ۲۰۰۸). برای رسیدن به معیار قابلیت اعتماد^۱ یافته‌ها در این پژوهش (معادل روایی و پایایی در تحقیقات کمی) از سه روش متعارف و مرسوم استفاده شد که عبارتند از:

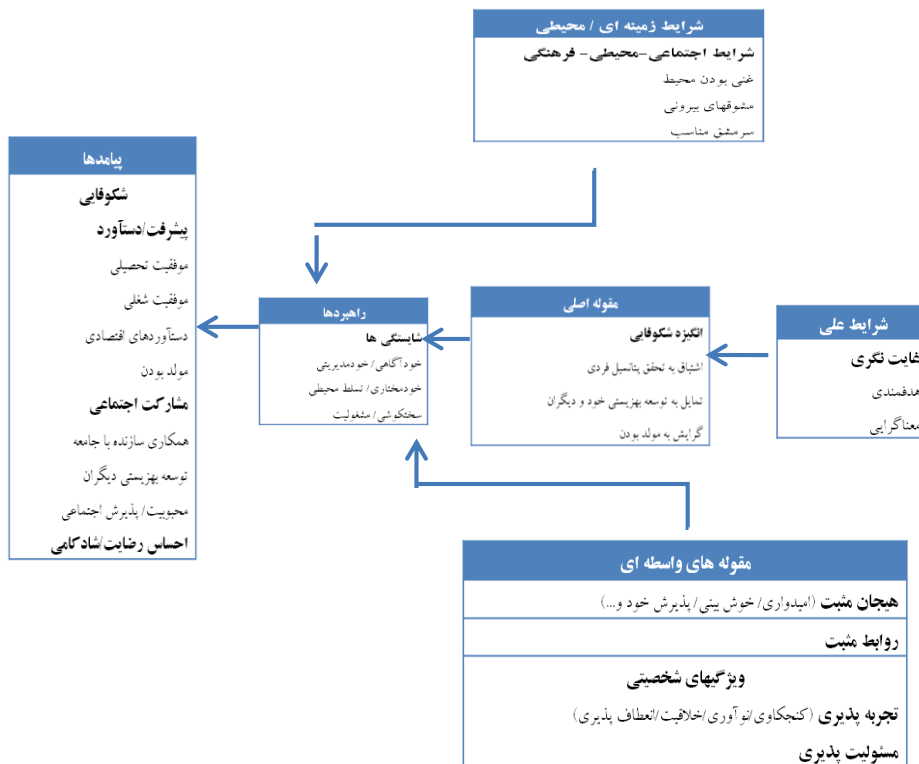
۱. کنترل یا اعتباریابی توسط اعضاء^۱ (پاتون^۲، ۲۰۰۲؛ سیلورمن^۳، ۲۰۰۵؛ کی وال و برینکمن^۴، ۲۰۰۹): در این روش، از شرکت کنندگان خواسته شد تا گزارش نهایی پژوهش، فرایند تحلیل و مقوله‌های به دست آمده را بازبینی و نظر خود را در ارتباط با آن‌ها ابراز کنند.
۲. استفاده از روش ممیزی^۵: در این زمینه، چند متخصص در موضوع نظریه زمینه‌ای، بر مراحل مختلف کدگذاری، مفهوم‌سازی و استخراج مقوله‌ها نظارت داشتند.
۳. مشارکتی بودن^۶ پژوهش: به طور همزمان، در تحلیل و تفسیر داده‌ها از شرکت کنندگان کمک گرفته شد (کرسول و میلر^۷، ۲۰۰۰).

بحث و نتیجه‌گیری

در این بخش به تبیین الگوی پارادایمی شکوفایی انسان بر اساس روش نظریه زمینه‌ای می‌پردازیم. همان‌گونه که پیش‌تر هم ذکر گردید، در الگوی پارادایمی که توسط استراوس و کوربین (۱۹۹۰) ارائه شد، توجه به عناصر شش‌گانه (شرایط علی، مقوله اصلی، زمینه تأثیرگذار، عوامل واسطه‌ای، راهبردهای مورد نظر و پیامدها) در تبیین نظریه مطرح شده مورد تأکید قرار گرفته است؛ بنابراین بحث و نتیجه‌گیری ناظر بر تشریح الگوی پیشنهادی براساس این عناصر است که در نمودار ۲ قابل مشاهده می‌باشد.

-
1. member check
 2. Patton
 3. Silverman
 4. Kvale, & Brinkmann
 5. Auditing
 6. Participatory
 7. Creswell, & Miller

نمودار ۲. الگوی پارادایمی شکوفایی انسان بر اساس نظریه زمینه‌ای



شرایط علی (تأثیر گذار): «شرایط علی (تأثیر گذار)» به شرایطی اطلاق می‌شود که عامل اصلی به وجود آورنده شکوفایی انسان است. برداشت تمامی افراد مورد مطالعه این بود که مهمترین عامل موثر در به وجود آمدن انگیزه شکوفایی و در نتیجه شکوفایی انسان غایت-نگری است. غایت‌نگری مشتمل بر مولفه‌های هدفمندی و معناگرایی می‌باشد. هدفمندی موجب می‌شود تا انسان برای آینده خویش هدفی را در نظر گرفته و مسیر حرکت و تلاش خود را به سمت آن هدایت نماید. جیمز (۱۸۹۲) به نقل از یثو (۲۰۱۱) معتقد است، زندگی ما به طور گسترده توسط اهدافی هدایت می‌شود که خواهان رسیدن به آن هستیم. در واقع فرد هدفمند انتظار خود از زندگی را به وضوح می‌داند و برای رسیدن به آن کوشش می‌نماید.

دومین مولفه اثرگذار بر شکوفایی انسان، معناگرایی است. فرانکل^۱ (۱۹۵۹) بیان می‌کند، یافتن معنا این نیست که ما از زندگیمان چه انتظاری داریم، بلکه آن چیزی است که زندگی از ما انتظار دارد. به منظور رسیدن به احساس هدفمندی، انسان باید مسئولیت اعمال خود را پذیرفته و بیندیشد که چه چیز منحصر به فردی برای افزودن به جهان دارد. سلیگمن (۲۰۰۲) نیز رویکرد مشابهی دارد مبنی بر اینکه انسان می‌تواند از توانمندی‌های ذاتی خود برای اثرگذاری بر کشف و تسهیم دانش، افزایش قدرت یا ارتقاء نیکی در جهان استفاده کرده و به موجب آن معنای عظیم‌تری برای هدف از موجودیتش در جهان فراهم آورد. به اعتقاد او معناگرایی در زندگی مستلزم پیوستن و خدمت کردن به چیزی بزرگتر از خود (به طور مثال مذهب و تعلیم و تربیت) است. این نوع خدمت کردن می‌تواند در کمک به انسان‌های دیگر نیز تبلور یابد. شواهد نشان می‌دهد که علاوه بر داشتن هدف و معنا در زندگی (استیگر و دیک^۲، ۲۰۱۰)، مشارکت در بهزیستی دیگران نیز به شادکامی، رضایت از زندگی، بهزیستی و شکوفایی فردی کمک می‌کند (داینر و همکاران، ۲۰۱۰ الف).

در مجموع مقوله غایت‌نگری مشتمل بر مولفه‌های هدفمندی (به معنی انتظاری که فرد از زندگی‌اش دارد) و معناگرایی (به معنی انتظاری که انسان احساس می‌کند زندگی از وی دارد) موجب ظهور انگیزه شکوفایی در انسان می‌گردد.

مقوله اصلی (پدیده ناشی از شرایط علی): پدیده، حادثه یا اتفاق اصلی است که سلسله کنش متقابل، معطوف به مدیریت و اداره کردن آن می‌گردد (استراوس و کورین، ۱۹۹۰، ترجمه محمدی، ۱۳۸۵، ص ۱۰۱). همان‌گونه که در شرایط علی ذکر شد، غایت‌نگری عامل اصلی به وجود آمدن انگیزه شکوفایی می‌باشد. انگیزه شکوفایی مورد نظر در این پژوهش، متغیرهای اشتیاق به تحقق پتانسیل فردی، گرایش به مولد بودن و تمایل به توسعه بهزیستی خود و دیگران را دربرمی‌گیرد. از آن جهت این مقوله به عنوان «انگیزه شکوفایی» نام‌گذاری شده است که مولفه‌های زیر مجموعه آن به صورت گرایش‌های عاطفی اعم از تمایل، اشتیاق و رغبت به شکوفایی مطرح شده‌اند. شکوفایی مورد نظر بدین معنی است که

1. Frankl
2. Steger & Dik

فرد هم به انتظار و خواسته خود از زندگی دست یابد و هم انتظار و خواسته زندگی از خود را محقق سازد. لذا این مفهوم، فراتر از انگیزه پیشرفت در نظر گرفته شده است. به گونه‌ای که علاوه بر میل به پیشرفت، برتری و سبقت جستن از دیگران و رقابت کردن با آن‌ها که در نظریه انگیزه پیشرفت مککلند^۱ مطرح شده است (اوربان و ویلساکس^۲، ۲۰۰۷؛ چاپمن^۳، ۲۰۰۶)، اشتیاق به تحقق انتظار زندگی از فرد که به طور مثال علاقه اجتماعی و مشارکت در توسعه بهزیستی دیگران و گرایش به مولد بودن (افزودن چیزی منحصر به فرد به جهان) را نیز شامل می‌شود. این مفهوم با نیاز به خودشکوفایی در نظریه سلسله مراتب نیازهای مزلو^۴ نیز متفاوت است؛ زیرا مزلو معتقد است که اولاً تمایل به خودشکوفایی، یک تمایل فطری است و کمتر از یک درصد جامعه به این مرحله می‌رسند (توباسیک و میلر^۵، ۱۹۹۱) و دوماً نیاز خودشکوفایی ضعیف‌تر از نیازهای سطح پایین‌تر بوده و وابسته به ارضای نیازهای ماقبل خود است (شولتز، ۱۳۸۵). درحالی‌که انگیزه شکوفایی مورد نظر در این پژوهش عمدتاً اکتسابی بوده و چنانچه شرایط علی فراهم باشد اکثریت افراد می‌توانند این انگیزه را در خود تقویت نمایند. این انگیزه همچنین می‌تواند همزمان و همراستا با سایر نیازهای فرد و به عنوان محمولی برای ارضای آن‌ها مطرح گردد؛ به عبارت دیگر همراستا با رسیدن فرد به شکوفایی نیازهای کمبود و احترام وی نیز برآورده می‌شود.

در نهایت انگیزه شکوفایی باعث می‌شود که انسان در مسیر شکوفایی قدم گذاشته و به دنبال استفاده از مکانیزم‌ها یا راهبردهایی برای رسیدن به مقصود خود باشد.

شرایط زمینه‌ای: زمینه، نشانگر سلسله خصوصیات ویژه‌ای است که به پدیده‌ای دلالت می‌کند؛ به عبارت دیگر زمینه عبارت است از سلسله شرایط خاصی که در آن راهبردهای کنش متقابل برای اداره، مدیریت و پاسخ به پدیده/مقوله اصلی صورت می‌گیرد (محمدی، ۱۳۸۵: ۱۰۲). یکی از زمینه‌ها برای تبیین شکوفایی انسان، شرایط اجتماعی-محیطی-فرهنگی است. اجزاء تشکیل دهنده این مقوله عبارت از غنی بودن محیط، مشوق‌های بیرونی

-
1. McClelland
 2. Urban and Wilsox
 3. Chapman
 4. Maslow
 5. Tobacyk & Miller

و وجود سرمشق مناسب می‌باشد. مجموع این مولفه‌ها که به عنوان عوامل زمینه‌ای تلقی می‌گردد در بروز پدیده مورد مطالعه نقش اساسی دارد. به طوری که شرایط اجتماعی-محیطی- فرهنگی مختلف اثرهای متفاوتی بر شکوفایی انسان دارند. این موضوع در پژوهش هوبرت و سو (۲۰۱۱) نیز مورد تأیید قرار گرفته است. مزلو هم باور دارد که خودشکوفایی می‌تواند به آسانی به وسیله یک محیط خصمانه یا طردکننده دچار وقفه شود؛ مانند بازدارایی‌هایی که یک فرهنگ یا جامعه ایجاد می‌کند و افراد را از اکتشاف رفتارها و اندیشه‌های نو باز می‌دارد (توباسیک و میلر، ۱۹۹۱).

شرایط واسطه‌ای مؤثر بر راهبردها: «شرایط واسطه‌ای» شرایط کلی و وسیعی هستند که بر چگونگی کنش متقابل و راهبردهای پیشنهادی اثر می‌گذارند (استراوس و کوربین، ۱۹۹۰، ترجمه محمدی، ۱۳۸۵، ص ۱۰۴). بر اساس مصاحبه‌های انجام شده و تحلیل آن‌ها شرایط واسطه‌ای موردنظر در این تحقیق شامل هیجان مثبت، روابط مثبت و ویژگی‌های شخصیتی (اعم از تجربه‌پذیری و مسئولیت‌پذیری) می‌باشد. در واقع هیجان‌های فرد، ویژگی‌های شخصیتی و کیفیت روابط وی با دیگران می‌توانند به صورت عوامل تسهیل‌کننده یا مداخله‌کننده در فرآیند شکوفایی فرد عمل نمایند. به عنوان مثال، داینر (۲۰۰۰) و کان من، داینر و اسکوارز^۱ (۱۹۹۹) نشان دادند که تجربه هیجان‌های مثبت بیشتر، در مقایسه با هیجان‌های منفی، بهزیستی روانشناختی را پیش‌بینی می‌کند. پژوهش نجفی (۱۳۸۸) هم نشان داد که هیجان‌های مثبت نقش معنی‌داری در پیش‌بینی رضایت از زندگی دارند. علاوه بر این فریدریکسون^۲ (۲۰۰۱) معتقد است، هیجان‌های مثبت، رفتارها و افکار انسان را توسعه داده و پاسخ‌های منطبق با محیط را تسهیل می‌کند، در نتیجه فرصت‌های یادگیری و منابع بیشتری را برای شخص به وجود می‌آورد. هیجان‌های مثبت نه تنها بهزیستی فعلی فرد را تعیین می‌کنند بلکه سازنده بهزیستی آتی وی نیز می‌باشد. سلیگمن نیز زندگی خوشایند را عبارت از دارا بودن هیجان‌های مثبت درباره گذشته، حال و آینده دانسته و آن را مولفه ذهنی شکوفایی تلقی می‌کند (۲۰۰۲، ۲۰۱۱).

-
1. Kahneman, Diener & Schwarz
 2. Fredrickson

دومین مولفه واسطه‌ای موثر بر شکوفایی انسان، روابط خوب است که موجب افزایش شادی و کارکرد بهتر فرد می‌شود. افرادی که در روابط خوبی قرار دارند به طور عمیق از افراد دیگر نیز مراقبت می‌کنند (داینر و بیسواس-داینر^۱ ۲۰۰۸). در واقع داینر، اویشی و لوکاس^۲ (۲۰۰۳) و داینر و بیسواس-داینر (۲۰۰۸) دریافته‌اند که روابط اجتماعی خوب بهزیستی ذهنی افراد را در همه کشورهای مورد مطالعه پیش‌بینی کرده و احتمالاً مهم‌ترین منبع بهزیستی شخص و بهترین پیش‌بینی کننده رضایت از زندگی است.

بر مبنای دیدگاه افراد مصاحبه شونده، عامل واسطه‌ای دیگر موثر بر شکوفایی انسان ویژگی‌های شخصیتی است. این برداشت در مصاحبه‌ها به صورت عبارتهایی مانند: «ویژگی‌های شخصیتی همچون تجربه‌پذیری، خلاقیت، نوآوری و مسئولیت‌پذیری نقش مهمی در فرآیند شکوفایی انسان دارند» در صحبت‌های افراد خود را نشان می‌داد. شواهد به دست آمده نیز حاکی از آنند که ویژگی مسئولیت‌پذیری بهزیستی فرد را پیش‌بینی می‌کند (جوشن لو و رستگار، ۱۳۸۶). مزلو هم مسئولیت‌پذیری و آزمودن شیوه‌های جدید به جای چسبیدن به راه‌های راحت و امن را برای رسیدن به خودشکوفایی لازم می‌داند (توباسیک و میلر، ۱۹۹۱). علاوه بر این، فراتحلیل استیل، اسمیت و شالتز^۳ (۲۰۰۸) نشان داد که ویژگی‌های شخصیتی ۳۹ تا ۶۳ درصد از واریانس بهزیستی روانشناختی را تبیین می‌کند.

راهبردهای مربوط به پدیده: راهبردهای مورد نظر در نظریه زمینه‌ای، به ارایه راه-حل‌هایی برای مواجهه با پدیده مورد مطالعه اشاره دارد؛ به عبارت دیگر هدف راهبردها اداره کردن، نحوه برخورد، به انجام رساندن و حساسیت نشان دادن نسبت به پدیده است (استراوس و کوربین، ۱۹۹۰، ترجمه محمدی، ۱۳۸۵، ص ۱۰۵). در مطالعه حاضر راهبردهای سه‌گانه‌ای پیشنهاد می‌شود. این راهبردها عبارتند از: ۱- خودآگاهی و خودمدیریتی. ۲- خودمختاری و تسلط محیطی. ۳- سختکوشی و مشغولیت^۴ (درگیر شدن).

-
1. Biswas-Diener
 2. Oishi & Lucas
 3. Steel, Schmidt & Shultz
 4. engagement

شکوفایی یک مفهوم چندبعدی است که برای رسیدن به آن لازم است ترکیب بهینه‌ای از عوامل فردی و محیطی به کار گرفته شود. بدین منظور کسب مهارت‌ها و شایستگی‌های لازم برای استفاده بهینه از پتانسیل‌های فرد در بستر محیط ضروری است. به کار گرفتن این شایستگی‌ها در عمل به فرد کمک کند تا مسیر خود به سمت شکوفایی را هموار نماید.

راهبرد اول این است که فرد، خودآگاهی خوب و دقیقی از خود، توانمندی‌ها و نقاط ضعفش داشته و بتواند به خوبی خود را مدیریت کند و برای عملیاتی کردن شکوفایی خود، برنامه ریزی نماید. در واقع شایستگی مدیریت خود به انسان کمک می‌کند تا نقشه راه و برنامه شکوفایی خود را ترسیم کرده و معیارهایی را برای ارزیابی برنامه فراهم سازد. مزو نیز یکی از شروط لازم برای تحقق خودشکوفایی را شناخت واقع‌بینانه از توانمندی‌ها، ضعف‌ها، خوبی‌ها و بدی‌های خود می‌داند (توباسیک و میلر، ۱۹۹۱). در صورت تحقق این امر، گام اول در مسیر شکوفایی هموار خواهد شد.

راهبرد دوم به این نکته اشاره دارد که استقلال و توانایی ایستادگی در مقابل فشارهای محیطی و مدیریت محیط موجب می‌شود که فرد بتواند از فرصت‌های موجود در محیط بهره برداری لازم را بعمل آورده و در مقابل تهدیدات محیطی موجود به خوبی مقاومت و یا آن‌ها را مرتفع سازد. این عناصر در الگوی بهزیستی رایف نیز مورد تأکید قرار گرفته‌اند (رایف، ۱۹۸۹).

راهبرد سوم ناظر بر سختکوشی و مشغولیت (درگیر شدن) است. در فرآیند شکوفایی انسان، عوامل مداخله‌گر متعددی وجود دارند که می‌بایست با آن‌ها مقابله نمود. برای تغییر این شرایط، درگیر شدن و تلاش و سختکوشی لازم است. مشغولیت با میل به جریان داشتن مشخص می‌شود. جریان داشتن حالتی از غرق شدن کامل در یک فعالیت فی‌نفسه لذت‌بخش است. غالباً مشغولیت نوعی تمرکز بسیار عمیق است که فرد احساس گذشت زمان را از دست داده و تا بالاترین حد ظرفیتش کار می‌کند (سیکزتمیهالی و ناکامورا، ۲۰۱۰). مشغولیت همچنین یکی از مولفه‌های مورد تأکید سلیگمن (۲۰۱۱) در مدل شکوفایی موسوم به PERMA می‌باشد. مزو نیز معتقد است که قدم گذاشتن در جاده طلایی خودشکوفایی مستلزم سختکوشی است (توباسیک و میلر، ۱۹۹۱).

نکته مهم این است که برای تحقق شکوفایی می‌بایست از هر یک از راهبردهای فوق به نحو مقتضی استفاده گردد.

پیامدها: کنش‌ها و واکنش‌هایی که برای مقابله یا مدیریت کردن پدیده صورت می‌گیرد، پیامدهایی را در پی خواهد داشت (استراوس و کوربین، ۱۹۹۰، ترجمه محمدی، ۱۳۸۵، ص ۱۰۷). در شرایطی که انگیزه شکوفایی تحقق یابد یا به عبارت دیگر فرآیند موردنظر به خوبی طی شود پیامد آن رسیدن انسان به شکوفایی است. بدین معنی که فرد پتانسیل‌های خود را محقق ساخته و به سطح عملکرد بهینه انسانی دست یافته است. در واقع انسان شکوفا هم به خواسته خود از زندگی می‌رسد و هم انتظار زندگی از خود را برآورده می‌سازد.

اولین مولفه کلی تشکیل‌دهنده این شکوفایی، پیشرفت یا دست‌آوردهای مقبول می‌باشد. بدین معنی که فرد شکوفا در زمینه‌های تحصیلی، شغلی و اقتصادی به پیشرفت‌های خوبی نائل گردیده است. به باور سلیگمن (۲۰۱۱)، پیشرفت یکی از عوامل اصلی شکوفایی انسان را تشکیل می‌دهد. علاوه بر این، هم به دلیل انگیزه شکوفایی موجود و هم ویژگی‌های خلاقانه و نوآورانه‌ای که در بخش ویژگی‌های شخصیتی موثر در شکوفایی از آن یاد شد، فرد شکوفا در حوزه عملکرد خود مولد بوده و در زمینه‌های تحصیلی، اجتماعی و... دارای تولیدات و نوآوری‌های مختص به خود است. انسان شکوفا باید همان‌گونه که فرانکل (۱۹۵۹) و سلیگمن (۲۰۰۲) معتقدند از توانمندی‌های ذاتی خود برای افزودن یک چیز منحصر به فرد به جهان و یا اثرگذاری بر افشاء و تسهیم دانش، افزایش قدرت یا ارتقاء نیکی در جهان استفاده کند. فردریکسون (۲۰۰۵) هم مولدبودن را ساختن زندگی بهتر برای نسل‌های آینده، گسترش خزانه فکر-عمل و انعطاف‌پذیری رفتاری می‌داند.

دومین مولفه اصلی تشکیل‌دهنده شکوفایی، مشارکت اجتماعی است. فرد شکوفا علاوه بر دستاوردهای فردی، مشارکت سازنده‌ای با جامعه داشته و در جهت توسعه بهزیستی دیگران تلاش می‌نماید (داینر و همکاران، ۲۰۱۰ ب). وی همچنین به گونه‌ای رفتار می‌کند که محبوبیت و پذیرش اجتماعی را به دنبال خواهد داشت (کیز، ۲۰۰۲). در واقع مشارکت اجتماعی سازنده بخشی از انتظاری است که زندگی از انسان دارد و فرد شکوفا این انتظار را

برآورده ساخته است. این عامل مهمترین وجه تمایز انسان شکوفا از فرد موفق (در معنای عام و محاوره‌ای آن) است.

سومین مولفه اصلی شکوفایی، احساس رضایت و شادکامی است. فرد شکوفا از عملکرد و زندگی خود راضی است و احساس شادمانی دارد. لیوبومیرسکی، کینگ^۱ و داینر (۲۰۰۵) پیشنهاد می‌کنند که ارتباط بین شادکامی و موفقیت به این دلیل به وجود می‌آید که هم موفقیت باعث شادی افراد می‌شود و هم هیجان مثبت موجبات موفقیت افراد را فراهم می‌آورد. همچنین پیترسون^۲، پارک و سلینگمن (۲۰۰۵) نشان دادند که مشغولیت و معنا در زندگی (که در این پژوهش به عنوان عوامل اثرگذار بر شکوفایی مطرح گردیدند) به طور جداگانه رضایت از زندگی را پیش‌بینی می‌کنند.

در مجموع، می‌توان نتیجه گرفت که بر اساس دیدگاه روانشناسان متخصص شرکت‌کننده در این تحقیق، عوامل اثرگذار بر شکوفایی انسان عبارت از غایت‌نگری، انگیزه شکوفایی، شرایط اجتماعی - محیطی - فرهنگی، هیجان مثبت، روابط مثبت، ویژگی‌های شخصیتی (تجربه‌پذیری، مسئولیت‌پذیری) و شایستگی‌ها می‌باشند که در صورت ترکیب و تعامل مناسب آن‌ها وقوع پدیده شکوفایی (متشکل از پیشرفت/دستاورد، مشارکت اجتماعی، احساس رضایت/شادکامی) قابل انتظار است. بدیهی است که وقوع این پدیده، برای انسان در حال رشد پیامدی بسیار مثبت و مطلوب تلقی می‌شود.

نتایج این پژوهش، با در نظر گرفتن شرایط خاص فرهنگی - اجتماعی بومی، تاحدودی با نتایج پژوهش‌های قبلی همخوان است. به گونه‌ای که برخی مولفه‌های به دست آمده با ویژگی‌هایی که مزلو (۱۳۷۲) برای افراد خودشکوفا قائل است (مانند پذیرش خود و دیگران، خودمختاری، روابط بین فردی، خلاقیت) و عناصر شکوفایی فردریکسون (۲۰۰۵) مبتنی بر مولد بودن و استفاده از سرمایه‌های اجتماعی مشابه می‌باشد. مولفه‌های حاصل از این پژوهش همچنین شش بعد بهزیستی روانشناختی رایف (۱۹۸۹) شامل خودمختاری، تسلط محیطی، رشد شخصی، روابط مثبت، هدف در زندگی، پذیرش خود و سه نیاز اساسی روانشناختی

1. Lyubomirsky & King
2. Peterson

در نظریه خودتعیین‌گری ریان و دسی (۲۰۰۱) اعم از خودمختاری، شایستگی و روابط و مولفه‌های بهزیستی هیجانی، بهزیستی روانشناختی و بهزیستی اجتماعی کیز (۲۰۰۲) را در بر می‌گیرد. به علاوه، این یافته‌ها مولفه‌های بهزیستی ذهنی داینر مشتمل بر هدف در زندگی، روابط مثبت، درگیری، شایستگی، عزت نفس، خوش‌بینی و مشارکت در بهزیستی دیگران (داینر و همکاران، ۲۰۱۰ ب) و عناصر پنج‌گانه شکوفایی سلیگمن در مدل PERMA را هم مورد تأیید قرار می‌دهند.

نکته حائز اهمیت این است که پژوهش‌های ذکر شده در بالا عمدتاً به ارائه مولفه‌های بهزیستی یا شکوفایی پرداخته و به فرآیند یا تعاملات فی‌مابین این عوامل و تفکیک عوامل تشکیل‌دهنده از عوامل اثرگذار توجه چندانی نداشته‌اند؛ بنابراین وجه امتیاز نتایج پژوهش حاضر در مقایسه با پژوهش‌های مشابه، طراحی مدلی برای فرآیند شکوفایی انسان است که عوامل اثرگذار، زمینه‌ساز، تسهیل‌کننده یا مداخله‌گر و مولفه‌های تشکیل‌دهنده شکوفایی را به تفکیک ارائه می‌نماید. علاوه بر این، مدل حاضر سه رویکرد مطرح در شکوفایی انسان شامل احساس رضایت، عملکرد خوب و بهزیستی اجتماعی را تلفیق و الگوی جامعی از شکوفایی ارائه نموده است. این نتایج می‌تواند به عنوان پایه‌ای اساسی برای طراحی مدل ساختاری و اندازه‌گیری شکوفایی و نیز تدوین برنامه‌های مداخله‌ای برای تسهیل و تسریع شکوفایی افراد مد نظر قرار گیرد.

همچنین یافته‌های این پژوهش، مفهوم جدیدی تحت عنوان انگیزه شکوفایی را پیشنهاد می‌نماید. مولفه‌های تشکیل‌دهنده این مفهوم، گرایش‌های عاطفی نسبت به شکوفایی یا تمایل به ارائه عملکرد بهینه انسانی هم در سطح فردی (رسیدن به انتظارات و خواسته‌های فردی) و هم اجتماعی (تحقق انتظارات اجتماعی از فرد) را در بر می‌گیرد. آزمایش تجربی این سازه و نقش آن در شکوفایی انسان را نیز می‌توان در پژوهش‌های آتی مورد مذاقه قرار داد.

از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر، فقدان انجام پژوهش‌های کافی با موضوع شکوفایی در ایران بود که دسترسی به نتایج این پژوهش‌ها و پژوهشگران مربوطه را با محدودیت مواجه می‌ساخت. همچنین از آنجایی که نمونه پژوهش حاضر صرفاً از

روانشناسان تشکیل شده است، تعمیم‌پذیری نتایج محدود می‌گردد؛ بنابراین پیشنهاد می‌شود در پژوهش‌های بعدی نمونه‌های متنوع‌تری مورد بررسی قرار گیرند.

منابع

- استراوس، آنسلم؛ و کوربین، جولیت. (۱۳۸۵). *اصول روش تحقیق کیفی: نظریه مبانی، رویه‌ها و شیوه‌ها*. ترجمه بیوک محمدی. تهران: پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی. (تاریخ انتشار اثر به زبان اصلی، ۱۹۹۰).
- بازرگان، عباس. (۱۳۸۷). *مقدمه‌ای بر روش‌های تحقیق کیفی و آمیخته، رویکردهای متداول در علوم رفتاری*. تهران: نشر دیدار. چاپ اول.
- جوشن لو، محسن؛ و رستگار، پرویز. (۱۳۸۶). *پنج رگه اصلی شخصیت و حرمت خود به عنوان پیش بین‌های بهزیستی فضیلت‌گرا*. فصلنامه روانشناسان ایرانی. ۴(۱۳).
- شولتز، دوان؛ و سیدنی الن شولتز. (۱۳۸۵). *نظریه‌های شخصیت*، ترجمه یحیی سیدمحمدی، تهران: ویرایش، چاپ نهم. (تاریخ انتشار اثر به زبان اصلی، ۱۹۹۰).
- مزلو، آبراهام. اچ. (۱۳۷۲). *انگیزش و شخصیت*، ترجمه احمد رضوانی، چاپ سوم، تهران: آستان قدس رضوی... (تاریخ انتشار اثر به زبان اصلی، ۱۹۷۰).
- نجفی، محمود. (۱۳۸۸). *ارائه الگوی رضایت از زندگی بر اساس روابط ساختاری سازه‌های روانشناسی مثبت‌گرا در کارکنان جوان و میانسال دانشگاه‌های تهران* (پایان نامه دکتری)، دانشگاه علامه طباطبایی.

- Bauer, J. J. & Perciful, M. S. (2009). Constructivism. In S. J. Lopez (Ed.), *Encyclopedia of positive psychology* (vol. 1, pp. 226-231). Chichester, West Sussex: Wiley-Blackwell.
- Camfield, L. Crivello, G. & Woodhead, M. (2009). Wellbeing Research in Developing Countries: Reviewing the Role of Qualitative Methods. *Social Indicators Research*, 90(1), 5-31.
- Chapman, A. (2006). *David McClelland Achievement Motivation Need Theory*. Dps Associates, Inc.
- Compton, W.C. & Haffman, E. (2012). *Positive psychology The Science of Happiness and Flourishing*. Second edition, Jon-David Hague.
- Corbin, J. & Strauss, A. (2008). *Basics of Qualitative Research*. Third Edition, London: Sage Publications.

- Creswell, J. W. & Miller, D. L. (2000). Determining Validity in Qualitative Inquiry. *Theory into Practice*, 39, 124-30.
- Csikszentmihalyi, M. & Nakamura, J. (2010). *Effortless Attention in Everyday Life: A Systematic Phenomenology*. In B. Bruya (Ed.), *Effortless attention*. Boston: The MIT Press.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2008a). Facilitating optimal motivation and psychological well-being across life's domains. *Canadian Psychology*, 49, 14-23. <http://dx.doi.org/10.1037/0708-5591.49.1.14>.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2008b). Self-determination theory: A macro theory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology*, 49, 182-185. <http://dx.doi.org/10.1037/a0012801>.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43.
- Diener, E. & Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness: Unlocking the Mysteries of Psychological Wealth*. Blackwell-Wiley.
- Diener, E. Helliwell, J. F. & Kahneman, D. (Eds). (2010a). *International differences in well-being*. New York: Oxford University Press.
- Diener, E. Oishi, S. & Lucas, R.E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 402-425.
- Diener, E. Wirtz, D. Tov, W. Kim-Prieto, C. Choi, D.W. Oishi, S. et al. (2010b). New well-being measures: Short scales to assess flourishing and positive and negative feelings. *Social Indicators Research*, 97, 143-156. <http://dx.doi.org/10.1007/s11205-009-9493-y>.
- Flourish. (1964). In E. McIntosh (Ed.), *The Concise Oxford Dictionary* (p. 467, 5th ed). Oxford: Clarendon Press.
- Forgeard, M. J. C. Jayawickreme, E. Kern, M. L. & Seligman, M. E. P. (2011). Doing the right thing: Measuring wellbeing for public policy. *International Journal of Wellbeing*, 1(1), 79-106.
- Frankl, V. E. (1959). *Man's Search for Meaning*. MA: Beacon Press.
- Fredrickson, B. L. (2001). The role of positive emotions in positive psychology: The broaden-and-build theory of positive emotions. *American Psychologist*, 56, 218-226.
- Fredrickson, B. L. & Losada, M. F. (2005). Positive Affect and the Complex Dynamics of Human Flourishing. *American Psychologist*, 60(7), 678-686. doi:10.1037/0003-066X.60.7.678.
- Glaser, B. & Strauss, A. (1967). *The Discovery of Grounded Theory*. Glenn, D. (1987). *A Studies of Faculty Development Programs in American Association of Bible. Colleges Member Institutions*. A Dissertation Doctor of Philosophy. Kansas State University.

- Gokcen, N. Hefferon, K. & Attree, E. (2012). University students' constructions of 'flourishing' in British higher education: An inductive content analysis. *International Journal of Wellbeing*, 2(1), 1–21. doi:10.5502/ijw.v2i1.1.
- Haidt, J. & Gable, S. (2005). What (and why) is positive psychology? *Review of General Psychology*, 9 (2), 103-110. doi: 10.1037/1089-2680.9.2.103.
- Hammersley, M. & Atkinson, P. (2007). *Ethnography: Principles in Practice*. Second Edition, New York: Rutledge Press.
- Hill, T. E. (1999). Happiness and human flourishing in Kant's ethics. *Social Philosophy and Policy*, 16(1), 143-175. <http://dx.doi.org/10.1017/S0265052500002284>.
- Huppert, F. A. & So, T. T. C. (2011). Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining well-being. *Social Indicators Research*. p. 1-25.
- Kahneman, D. Diener, E. & Schwarz, N. (Eds). (1999). *Well-being: The foundations of hedonic psychology*. New York: Russell Sage Foundation.
- Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Behavior Research*, 43, 207-222. <http://dx.doi.org/10.2307/3090197>.
- Keyes, C. L. M. (2007). Promoting and protecting mental health as flourishing: A complementary strategy for improving national mental health. *American Psychologist*, 62, 95-108. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.62.2.95>.
- Krippendorff, K. (2004). *Content analysis: An introduction to its methodology*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). *Interviews: Learning the Craft of Qualitative Research Interviewing*. Second Editions. Sage Publications.
- Leopold, D. (2007). *The young Karl Marx: German philosophy, modern politics, and human flourishing*. Cambridge: Cambridge University Press. <http://dx.doi.org/10.1017/CBO9780511490606>.
- Lopez, S.J. Magyar-Moe, J.L. Peterson, SE, Ryder, JA. Krieschok, TS. O'Byrne, K.K. Lichtenberg, JW. Fry, N. (2006). Counselling psychology's Focus on positive aspects of human functioning: a major contribution. *Counsel Psychol.* (34), 205-227.
- Lyubomirsky, S. King, L. & Diener, E. (2005). The Benefits of Frequent Positive Affect: Does Happiness Lead to Success? *Psychological Bulletin*, 131(6), 803–855.
- Marx, K. (1959/1988). *The economic and philosophic manuscripts of 1844*. Trans. M. Milligan. Amherst, NY: Prometheus Books.
- Miller, P. J. & Hoogstra, L. (1992). Language as tool in the socialization and apprehension of cultural meanings. In T. Schwartz, G. White & C. Lutz (Eds.), *New directions in psychological anthropology* (pp. 83-101). New York: Cambridge University Press.

- Patton, M. (2001). *Qualitative Research & Evaluation Methods*. London: Sage Publication Ltd.
- Peterson, C, Park, N. & Seligman, M.E.P. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: the full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6, 25–41.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudemonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141–166.
- Ryan, R. M. Huta, V. & Deci, E. L. (2008). Living well: A self-determination theory perspective on eudaimonia. *Journal of Happiness Studies*, 9, 139-170. <http://dx.doi.org/10.1007/s10902-006-9023-4>.
- Ryff, C. D. & Singer, B. H. (2006). Best news yet on the six-factor model of well-being. *Social Science Research*, 35, 1103-1119.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>.
- Seligman, M. E. P. (1999). The president's address. *American Psychologist*, 54, 559-562.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential or lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York: Free Press.
- Seligman, M. E. P. Csikszentmihalyi, M. (2000). *positive psychology: an introduction*. *Am Psychol*, 55, 5–14.
- Seligman, M. E. P. Rashid, T. & Parks, A. C. (2006). Positive psychotherapy. *American Psychologist*, 61, 774-788.
- Siang-Yang, T. (2006). Applied Positive Psychology: Putting Positive Psychology into Practice. *Journal Of Psychology & Christianity*, 25(1), 68-73.
- Silverman, D. (2005). *Doing Qualitative Research*. London: Sage Publication.
- Steel, P. Schmidt, J. & Shultz, J. (2008). Refining the Relationship between Personality and Subjective Well-Being. *Psychological Bulletin*, 134(1), 138–161.
- Steger, M. F. & Dik, B. J. (2010). Work as meaning. In Linley, P. A. Harrington, S. & Page, N. (Eds.), *Oxford handbook of positive psychology and work* (pp.131-142). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Strauss, A. & Corbin, J. (1998). *Basics of Qualitative Research; Grounded Theory Procedures and Techniques*. (2nd ed). Thousand Oaks. CA: Sage.
- Tobacyk, J. & Miller, M. (1991). Comment on "Maslow's Study of Self-Actualization". *Journal of Humanistic Psychology*, 31(4), 96 - 98.

- Tonon, G. (2012). The Use of Qualitative Methods in the Study of Young People's Quality of Life. *Young People's Quality of Life and Construction of Citizenship. Springer Briefs in Well-Being and Quality of Life Research*. pp 47-55.
- Urban, J. & Wilcox, L. (2007). *Effects of Needs for Achievement and Feedback on Job Satisfaction*. Valparaison University. in http://ww.accel-team.com/human_relations/hrels_06_McClind.html(accessed 30/07/2009).
- Vittersø, J. (2009). Positive psychology is about flourishing, but what is flourishing about? Invited paper presented at the *First World Congress on Positive Psychology*, Philadelphia, PA, 18-21 June.
- Yeo, S.E. (2011). *Resilience, Character Strengths and Flourishing: A Positive Education Workshop for Singapore Teachers* (Master of Applied Positive Psychology dissertation). University of Pennsylvania. <http://repository.upenn.edu/mappcapstone/25/>.