

شادی و نشاط اجتماعی در بین دانشجویان

مهدی صاحبی علمداری^۱

۲

سیماسادات زاده ختمی ماب

چکیده

یکی از آثار عمده شادی عبارت است از جستجوی مصاحبت و همراهی با دیگران، معاشرت پذیری فرح بخش در اوقات فراغت و کمک به دیگران. شادی آثار دیگری نیز دارد که بر سلامت درونی و بهداشت، کار(خصوصاً مدد رسانی و تعاون)، معاشرت پذیری و نوع دوستی اثر می گذارد. شادمانی از مؤلفه های اصلی کیفیت زندگی در همه گروه های سنی به ویژه دانشجویان است. دانشجویانی که احساس شادمانی می کنند، قدرت تمرکز بالایی دارند و هنگام روبه رو شدن با مشکلات و شرایط ناگوار قادرند با صرف کمترین میزان از انرژی و با استفاده از راه های کوتاه و مؤثر آن مشکلات را حل کنند و کمتر دچار سردرگمی و پریشانی شوند. شادمانی هم بر پدیده های اجتماعی همچون روابط بین فردی تأثیر دارد هم بر فرایندهای شناختی مانند حافظه، یادگیری، حل مسئله و انعطاف پذیری فکری دانشجویان مؤثر است.

کلیدواژه ها: نشاط، شادی، اجتماع، دانشجویان