

آیا واقعا ایرانی ها جزء غمگین ترین مردم جهان هستند؟؟؟

صاحب نظران پاسخ می دهند ...

در سال‌های اخیر موضوع سنجش شادی و هیجانات مثبت مردم کشورهای مختلف از سوی مؤسسات نظرسنجی نظیر «گالوپ» صورت می‌گیرد و نتایج آن سؤالاتی را به ذهن متبادر می‌کند. به عنوان نمونه، در سال ۲۰۱۳ ایران دومین کشور غمگین جهان معرفی می‌شود! مجله «فوربس» نیز در همان سال ایران را در رتبه یازدهم غمگین‌ها قرار می‌دهد.

گزارش‌های مذکور، واکنش‌های مختلفی را در میان تحلیلگران کشورمان ایجاد کرد و برخی افراد در تلاش برای علت‌یابی این موضوع به تبیین‌های منفعلانه‌ای روی آوردند و علت پایین بودن شادی مردم ایران را مواردی چون «تورم اقتصادی»، «نبود آزادی‌های اجتماعی»، «ترویج فرهنگ گریه» و ... اعلام کردند.

اما این تحلیل‌ها تا چه اندازه صحیح است؟ آیا صرفاً با پرسیدن چند سؤال ساده نظیر «به خوبی استراحت کرده‌اید؟ مورد احترام قرار گرفته‌اید؟ موقعیت لبخند و خنده زیاد برایتان پیش آمده است؟ موضوع جالب و تازه‌ای را یاد گرفته‌اید؟ شاد شده‌اید؟» می‌توان به درباره روحیات مردم همه جهان نظر داد؟

در این باره میزگردی را با حضور **حجت‌الاسلام دکتر عباس پسندیده** رئیس پژوهشکده اخلاق و روانشناسی اسلامی و نویسنده کتاب «الگوی اسلامی شادکامی» (رتبه برتر جشنواره علامه طباطبایی) و **حجت‌الاسلام حمید رفیعی‌هنر** پژوهشگر گروه روان‌شناسی اسلامی پژوهشکده اخلاق و روان‌شناسی، پژوهشگاه قرآن و حدیث برگزار کردیم.

*** لطفاً ابتدا بفرمایید شادی و شادکامی چه جایگاهی برای انسان‌ها دارد تا کم‌کم وارد بحث شویم.**

رفیعی: بحث شادی و شادکامی یک بحث جدی است که همیشه تاریخ با انسان‌ها بوده، آدم‌ها از زمانی که روی زمین پا گذاشته‌اند قسمتی از نیازهایشان همین بخش لذت‌ها و شادکامی‌ها بوده و همیشه هم این بحث‌ها بوده که آیا این کار ما مصداق شادی هست یا خیر و ما چگونه باید از زندگی لذت ببریم.

اما واقعیت این است که بحث شادی و شادکامی، بحث بسیار پردامنه‌ای است که با یک نشست نمی‌توان به تمام جنبه‌های آن پرداخت، که در این جلسه قصد داریم به جنبه‌هایی از این موضوع بپردازیم. به نظر

می‌رسد ابتدا باید مفهوم شادی و شادکامی را از منظر علمی مورد بررسی قرار داد، از رویکردهای مختلف در این زمینه بحث نمود، سپس به حیطه‌های کاربردی‌تر وارد شد.

پسندیده: شادی و نشاط یکی از نیازهای انسان است. در متون دینی، مواردی برای شادی و سرور بیان شده‌اند که می‌توانند به این پرسش شما پاسخ دهند. یکی، زدودن خستگی روانی، برطرف کردن اشتغال‌های ذهنی و ایجاد آسودگی است (تفریح/توزیع). انسان به خاطر کار و تلاش برای زندگی، دچار خستگی جسمی و روانی می‌شود و ذهن او درگیر مسائل فراوانی می‌شود. این وضعیت اگر ادامه پیدا کند، بدن و به ویژه روان انسان را فرسوده می‌کند و از کارایی می‌اندازد. تفریح و سرور، فرصتی به وجود می‌آورد که بدن و روان انسان را از کوران امور و درگیری‌های زندگی خارج می‌کند و تمرکز بر کار را از بین می‌برد و موجب استراحت می‌شود و در نتیجه، خستگی جسمی و روانی و اشتغال ذهنی ایجاد شده را از بین می‌برد.

دیگری جمع کردن نیروی قلب که ضد اضطراب و پراکندگی است (استحمام). انسان برای انجام دادن امور زندگی به ویژه در بُعد روانی، به انرژی و توان نیازمند است. تمرکز بر کار و خستگی جسمی و روانی ناشی از آن، سبب تحلیل رفتن قوا و پراکنده شدن نیروهای انسان می‌شود. تداوم کار و درگیر بودن با مسائل، فرصت تجدید قوا را از بین می‌برد و موازنه تأمین انرژی و مصرف آن بر هم می‌خورد. در این وضعیت، سرور و لذت، موجب جمع شدن نیروی انسان می‌شوند. این بدان جهت است که اولاً نقطه‌های درگیر شدن انسان کاهش می‌یابد.

از نظر اسلام، شادی و نشاط یک نیاز و بلکه یک ضرورت برای زندگی موفق در دنیاست

هنگام کار و تلاش، ذهن انسان باید با موضوعات فراوانی درگیر شود و آنها را مدیریت نماید. با استراحت و سرور، نقاط درگیری تعطیل می‌شوند و ذهن انسان به قرارگاه خود فراخوانی می‌شود. ثانیاً مصرف انرژی به کمترین میزان آن، کاهش می‌یابد. با تعطیل شدن نقاط درگیری و فراخوانی فکر و روان، از نیاز به انرژی کاسته می‌شود. ثالثاً فرصت و منبع تأمین انرژی فراهم می‌شود. روح انسان باید انرژی لازم برای فعالیت را فراهم آورد. این امر، هم نیازمند فرصت است و هم نیازمند منبع تغذیه. با تعطیل شدن کارها و پرداختن به سرور و تفریح، هم فرصت تأمین انرژی فراهم می‌شود و هم منبع آن تأمین می‌شود. از این رو، موازنه انرژی به نفع تولید و تأمین آن تغییر می‌کند و ذخیره لازم برای دور بعد آماده می‌شود.

سومی، بسط روانی است (بسط / نشره). روان انسان برای بررسی امور و پاسخ به نیازهای زندگی، به فضای باز روانی نیاز دارد تا امکان جولان و حرکت داشته باشد. اما مشکلات و سختی‌های زندگی و اشتغالات آن، روح و روان انسان را دچار بستگی و انقباض می‌کند. سرّ آن نیز این است که در جریان زندگی، مسائل گوناگون و گاه دشوار و تهدید کننده، از هر سو به انسان هجوم می‌آورند. این هجوم چندگانه، روان انسان را محاصره می‌کنند و به مرور با پیشروی، فضا را برای روان انسان، تنگ می‌کنند. این امر، سبب می‌شود که میدان عمل برای روح و روان انسان تنگ شود و امکان تحرّک لازم برای مانورهای روح و روان را از بین ببرد. در این میان، تفریح و سرور، عوامل تنیدگی‌زا را از میدان بیرون می‌کند و پس از باز کردن فضا، و روح و روان انسان را از تنگنا خارج می‌کند و حالتی از بسط و گستردگی را به وجود می‌آورد. با این کار، مشکلات و مسائل به عقب رانده می‌شوند و آرایش جدیدی در روان انسان شکل می‌گیرد.

و چهارمی، کمک و یآوری برای انجام دادن امور زندگی (عون). پس از آن که در زمان تفریح و سرور، خستگی روانی زدوده شد و نیروهای روانی، جمع شدند و بسط روانی به وجود آمد، انسان بر انجام دادن امور زندگی خود توانمند می‌شود و آمادگی ادامه زندگی را پیدا خواهد کرد. این مجموعه، حالتی از نشاط و سرزندگی و پویایی را به وجود می‌آورد. بنابراین، از نظر اسلام، شادی و نشاط یک نیاز و بلکه یک ضرورت برای زندگی موفق در دنیاست.

*** با این اوصاف، چگونه می‌توان به یک تعریف واحدی از شادی رسید؟**

پسندیده: پیش از پاسخ به این پرسش، لازم می‌دانم یک نکته مهم را اشاره کنم و آن این که مواجهه با پدیده‌ها باید یک مواجهه منطقی و به دور از احساسات باشد؛ یعنی نه شیفتگی از طرف کسانی که اشتیاق فراوانی به دنیای غرب دارند و نه نفرت. نه به شدت برخورد منفی کردن، نه هیجانی و سلیقه‌ای برخورد کردن. اکنون صحبت روی شادی و سنجش آن است.

مسئله بسیار مهمی که اینجا وجود دارد آن است هر جامعه‌ای بر اساس فرهنگ خودش تعریف می‌کند که چگونه باید شاد باشند یا چگونه باید شادی کنند. لذا بحث‌های نظری در مسئله نشاط و شادی مقدم است بر بحث‌های سنجش آنها و عملیاتی. نکته مهمی که مغفول مانده است، تغییر و تطور نظریه‌های علمی در این حوزه است. برخی تصور می‌کنند که مثلاً در روانشناسی نظریه واحدی وجود دارد و این نظریه ثابت و پایدار است. در حالی که این گونه نیست.

در تاریخ روان‌شناسی یک نظریه واحد در بحث شادی و نشاط پیدا نمی‌کنید. نظریه‌ها مرتب در حال تغییرند؛ مثلاً اخیراً نظریه شادکامی «مارتین سلیگمن» (یکی از نظریه‌پردازان آمریکایی در حوزه روانشناسی مثبت، متولد ۱۹۴۲) تغییر کرده است. من الان کاری به نوع تغییرات و دلایل آن ندارم، بحثم این است که وقتی نظریه‌های علمی مدام در حال تغییرند، معلوم می‌شود که دیگر فرهنگها حتی برای خودشان حرف ثابت و پایداری ندارند لذا ما باید توجه کنیم که آیا بر اساس فرهنگ ایرانی خودمان چارچوب نظری داریم یا خیر؟ یا به تعبیر دیگر آیا فرهنگ خودمان و حوزه‌ای که مربوط به مسائل شادی و نشاط می‌شود را تئوریزه کرده‌ایم یا خیر؟

*** با توجه به آنچه گفتید، به نظر شما چارچوب‌های ما برای شادی چیست؟**

پسندیده: تقریباً از هر کسی که بپرسیم شادی و نشاط چیست، تصویری از آن در ذهن دارد و یک حسی است که آن را به خوبی می‌شناسند. اینها خیلی تعریف‌بردار نیست و شاید انسانی باشد و در همه افراد، مشترک. اما نمود و تجلیات آن کاملاً وابسته آن فرهنگ است. البته بنده به شدت مخالف هستم که در این موضوع، بحث را از شادی شروع کنیم! چرا که این یک آدرس غلط دادن است. به عنوان مثال، شما اگر از شما بخواهند اتاق پذیرایی یک ساختمان را تعریف کنید یعنی به جای اینکه کل ساختمان را مورد مطالعه قرار دهید فقط آشپزخانه یا اتاق پذیرایی آن را بررسی کنید، قطعاً نمی‌تواند یک تحقیق درستی باشد؛ چرا که هر جزئی از ساختمان، متناسب با کل آن طراحی شده است. و یا وقتی بخواهیم انسان را تعریف کنیم، اگر بیاییم و فقط درباره مثلاً چهره، چشم‌ها سخن بگوییم، قطعاً نمی‌تواند یک نگاه درستی باشد.

شادی نیز همین طور است. شادی جزئی از یک بحث کلان‌تری به نام شادکامی است که این دو با هم متفاوتند و از چیزهایی است که معمولاً مورد غفلت قرار می‌گیرد.

نشاط آن حالت بشاش بودن، پویا بودن، سرزنده بودن را می‌گویند که به انسان انرژی و روحیه می‌دهد. جزئی از این نشاط، مسئله شادی‌های ما است که امروز از آن به هیجانات مثبت یاد می‌کنند

*** یعنی به نظر شما بین شادی و شادکامی تفاوت وجود دارد؟**

پسندیده: بله! شاید در عرف، نه ولی در اصطلاح علمی اینها با هم فرق دارند که توضیح می‌دهم. آن مقداری که بر اساس منابع اسلامی مان می‌فهمیم، ما یک چیزی داریم به نام نشاط که با شادی متفاوت است؛ نشاط آن حالت بشاش بودن، پویا بودن، سرزنده بودن را می‌گویند که به انسان انرژی و روحیه می‌دهد. جزئی از این نشاط، مسئله شادی‌های ما است که امروز از آن به هیجانات مثبت یاد می‌کنند. یکی از اشتباهاتی که اتفاق افتاده این است که به جای اینکه ما یک مجموعه کاملی را مورد مطالعه قرار دهیم فقط یک جزء را می‌خواهیم ببینیم و درباره آن صحبت کنیم، لذا طبیعتاً این جزء نمی‌تواند معرف آن کل باشد.

بنا بر این، ما در مباحث علمی این حوزه، چیزی به نام شادکامی داریم در شادکامی، یک بُعد هیجانی دارد که نشاط است و در بحث نشاط، بخشی از آن را شادی‌ها تشکیل می‌دهند. پس شادی بانشاط هم متفاوت است؛ یکی از عواملی که نشاط را به وجود می‌آورند شادی است به اضافه عوامل دیگر. آن عوامل دیگر را هم که کنار شادی‌ها و لذت‌ها بگذاریم تازه نشاط را تأمین می‌کنند وقتی نشاط را تأمین کردند تازه جزئی از شادکامی تأمین شده است.

بنابراین، یکی از مباحث مهم این است که اگر ما نقطه ثقل بحث‌هایمان را شادی قرار دهیم، اشتباه کرده‌ایم! اصولاً تمرکز بر شادی، بدون این بدانیم شادی جزئی از نشاط است و نشاط جزئی از شادکامی است، غلط است. اینها باید با هم دیده شوند. وقتی با هم دیده نمی‌شوند، ابزارهای سنجش وضع مردم نیز ناکارآمد خواهند بود و به ما اطلاعات و آدرس غلط می‌دهند و ارزیابی‌های ما از وضع جامعه و مردم نادرست خواهد بود.

*** این فقط یک ادعا نیست؟ ظاهراً یافته‌های علمی ظاهراً چیز دیگری می‌گویند...**

پسندیده: نه ادعا نیست. ما در این موضوع، از یافته‌های جدید علمی کمتر خبر داریم. جالب اینجاست که تحقیقات جدید خودشان به همین نکته رسیده است. آخرین نظریه‌ای را که سلیگمن بیان می‌کند، بر همین

نکته تأکید می‌کند. ایشان قبلاً بر اساس نظریه شادکامی خودش می‌گفت: سه مؤلفه باید داشته باشیم تا شادکامی انسان‌ها محقق شود؛ زندگی شاد(شادی‌ها)، زندگی جذاب و مشتاقانه (امور زندگی را با اشتیاق انجام دادن) و سوم معناداری زندگی است.

آقای سلیگمن در نظریه قبلی‌اش تصریح می‌کند که مؤلفه «زندگی شاد و حس خوش داشتن در زندگی» در رأس این سه مؤلفه قرار دارد و آن دو بُعد دیگر یعنی معناداری و مشتاقانه بودن باید یک حس خوب را در من به وجود آورد، تا من سلیگمن بگویم فلانی آدم خوشخبتی است و احساس شادکامی می‌کند. وی اخیراً در کتابی که سال ۲۰۱۱ چاپ کرده و در ایران هم ترجمه شده است تئوری خویش را نقد کرده و آورده است که چه کسی گفته ما همیشه باید شاد باشیم؟!

وی در کتاب خویش تصریح می‌کند و می‌گوید: دانشجویی سر کلاس مرا به بحث و چالش کشید و گفت: شما در کتاب خود گفتی ما زندگی می‌کنیم برای اینکه شاد باشیم و همه زندگی باید به شادی ختم شود در حالی که چه کسی می‌گوید ما همیشه باید شاد باشیم؟! این اظهار نظر شاگرد، باعث می‌شود که استاد بزرگ شادکامی، دوباره تحقیقات جدیدی را انجام دهد از این رو سیگل‌من می‌گوید من دیگر معتقد نیستم که انسان‌ها، همه چیز زندگی‌شان باید به شادی و آن حالت لذت داشتن بازگردد و بعد مثال می‌زند من به عنوان یک پدر، پیانو زدن دخترم را هم که خیلی بد می‌زند گوش می‌دهم نه به خاطر اینکه لذت ببرم و شاد شوم فقط به دلیل اینکه وظیفه پدری‌ام را انجام داده باشم. پس من همه کارها را برای شادی انجام نمی‌دهم.

به طور کلی در بحث شادکامی باید آن احساس خوب داشتن در کلان زندگی را معیار قرار داد نه لحظه‌های حال را.

در سنجش شادکامی افراد، چه ملاک و معیاری باید مورد توجه قرار گیرد؟

پسندیده: به طور کلی در بحث شادکامی باید آن احساس خوب داشتن در کلان زندگی را معیار قرار داد نه لحظه‌های حال را، که یکی از مباحث بسیار جدی در این زمینه همین است. آن ملاحظه‌ای که ما در بحث‌های شادکامی داریم، این است که لایه‌های عمیق‌تر وجود انسان دیده نشده است و بیشتر به جنبه ظاهری و آنی توجه شده است. البته آرام آرام نظریه‌پردازان به این سمت حرکت می‌کنند که لایه‌های عمیق‌تر را دیده و بر اساس آن بسنجند که آیا افراد، شاد هستند یا شاد نیستند. پس مسأله این است که شاد بودن را باید بسنجیم یا احساس خوب داشتن در زندگی! این دو با هم متفاوتند.

شما ممکن است که یک زندگی سختی داشته باشید ولی آن را به دلیل اینکه شما را به موفقیت می‌رساند و یا در راه رضای خدای متعال انجام می‌دهید، دوست داشته باشید و تمام رنج آن را نیز به جان بخرید و اصلاً هم احساس بدی از انجام آن کار نداشته باشید با اینکه همواره در رنج باشید. بنابراین، این چارچوب نظری، نگاه ما را به قضیه تست شادی و نشاط در جامعه بسیار متفاوت می‌کند.

*** همان‌طور که مستحضرید چند سالی است مؤسسه آمریکایی گالوپ وارد صحنه سنجش حالات مختلف روانی از جمله بحث هیجانات مثبت، بهزیستی روانی در کشورهای مختلف شده و در برخی خبرها هم کم و بیش منتشر می‌شود که اصولاً مؤسسه گالوپ در خدمت سیاست‌های آمریکا است، اعلام اینکه ایران یکی از غمگین‌ترین کشورهاست، تا چه اندازه می‌تواند صحت داشته باشد؟**

رفیعی: «مؤسسه گالوپ» اواخر سال ۲۰۱۳ اولین گزارش رسمی خود را از کشورهای آسیایی درباره میزان هیجانات مثبت و منفی اعلام کرد و بر این اساس عراق، نخستین کشور و ایران در رتبه دوم کشورهای غمگین معرفی شد.

جالب اینجا است که بعد از دو سال در سال ۲۰۱۵ مؤسسه گالوپ گزارش دیگری مبنی بر وضع بهزیستی روانی را - که بی‌ارتباط با بحث شادی نیست - منتشر کرد و این بار، نه عراق، نه ایران و نه مصر جزو رتبه‌بندی آنها نبودند! و این سؤال پیش می‌آید که در طول یک سال و نیم وضعیت ایران تا این حد ارتقا پیدا کرد و چرا در رتبه‌بندی جدید، دیگر ایران جزو غمگین‌ترین کشورها نبود یا بحث بهزیستی روانی هم ارتباط وسیع با هیجانات مثبت دارد. چگونه است که این بار شما کشورهایی مانند تونس را در لیست خود آورده‌اید؟!

*** آقای رفیعی! واکنش کارشناسان ایرانی بعد از اعلام نظر مؤسسه گالوپ، چه بود؟**

رفیعی: به هر حال وقتی این رتبه‌بندی از سوی مؤسسه گالوپ مطرح شد افراد مختلف در ایران، بنا به وظیفه‌ای که احساس کردند تلاش کردند تا تبیین کنند که چرا این گونه شده است ما هم دیدیم تبیین‌هایی که بیشتر اتفاق افتاده، منفعلانه بود تا فعالانه و این تا حدودی دردآور است که ما تا هر نتیجه‌ای

در عرصه بین‌المللی منتشر می‌شود ما درست آن را بپذیریم و به دنبال این باشیم که چرا در ایران چنین اتفاقی رخ داده است. دقیقاً مانند همان خبری که دو سال پیش، نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی گفت: مردم ایران لباس جین نمی‌پوشند، شلوار جین استفاده نمی‌کنند ما به جای اینکه فعالانه پاسخ دهیم گفتیم اتفاقاً خبر ندارید یا اینکه ندیده‌اید ما شلوار جین می‌پوشیم چرا این طور سخن می‌گویید! و این واقعاً آزار دهنده است. یک عده در فضای ژورنالیستی باید یک جور جواب دهند و افرادی که به لحاظ علمی، آشناترند باید به وظیفه خودشان عمل کنند و ما تلاش کردیم از این فضا وارد شویم.

تبیین‌های مختلفی می‌توان انجام داد؛ من در یک یادداشت علمی به این مطلب با عنوان «شادی مردم ایران، نقش فرهنگ و نقص ابزار» پرداخته‌ام. به نظر می‌رسد این بحثی است که مغفول مانده و واقعاً کمتر به این حوزه و مباحث آن پرداخته‌ایم فرض بگیریم هیچ غرض و سیاستی نبوده و مؤسسه گالوپ واقعاً براساس سنجشی که خودشان می‌گویند عمل کرده باشند. آنها می‌گویند اصول سنجش ما به این صورت است که افراد را نه در بازار و نه در کافی‌شاپ و... انتخاب نمی‌کنیم بلکه می‌رویم درب منازل و از افراد سؤال می‌کنیم! آنچه که مؤلفه آرامش روانی برای کشورهای آسیایی به شمار می‌رود تعادل و توازن درونی است به تعبیر خودمان آن هارمونی را باید از درون احساس کند

سؤال این است که آیا واقعاً به درب منزل این هزار نفر از ایرانیانی که اعلام کرده‌اید، آمده‌اید؟! شما این هزار نفر را از کجا پیدا کرده‌اید! فرض بگیریم مؤسسه گالوپ این کار را به درستی انجام داده است و ما نیز اعتماد داریم که آنها اصول سنجش را رعایت کرده‌اند اما اینکه با چه ابزاری این سؤال و سنجش را انجام داده‌اید و از کدامین مردم، این سؤال‌ها را پرسیده‌اید قابل تأمل است از طرف دیگر اینکه دلیل نمی‌شود صرفاً با پرسیدن و یک جواب گرفتن بگویید وضع مردم ایران خوب نیست!

خوبی و بدی را چگونه معنا کرده‌اید؟ ابزاری که خود مؤسسه گالوپ منتشر می‌کند و می‌گوید هیجانانگیز مثبت! تحقیقات علمی نشان می‌دهد -نه اینکه ادعای ما باشد- ابزاری که به کار گرفته می‌شود ابزاری است که مناسب فرهنگ ما ایرانی‌ها، شرق‌نشینان و یک کشور آسیایی نیست با این ابزار نمی‌توان وضعیت روانی ایرانیان را سؤال کنیم و سپس به نتیجه‌ای هم برسیم چون یک بخش جدی موضوع حالات روانی انسان‌ها ارتباط وسیعی با فرهنگ دارد و نمی‌شود ما از آن فرار کنیم و بگوییم برای از یک مجموعه افراد، اطلاعاتی را می‌خواهیم به دست آوریم و اعلام کنیم اما کاری با فرهنگ آنها نداریم! انسان، ماشین نیست، ربات نیست، که هیچ حالی نداشته باشد و تحت هیچ فرهنگی رشد نکرده باشد.

در این زمینه ما می‌بینیم که چینی‌ها شاید تعصب جدی‌تری نسبت به فرهنگشان دارند یا ژاپنی‌ها، کمی از ما در این مسئله جلوتر افتاده‌اند که بیایند نقش فرهنگ خودشان را بیشتر بسط دهند. آنها تحقیقاتی انجام داده و پدیده‌ای با عنوان «آرامش روان» یا به تعبیر آنها «Peace Of Mind» را در فرهنگ خودشان تحلیل کرده و متوجه شده‌اند یک اتفاق عجیبی رخ داده که آرامش روان غربی‌نشینان و آرامش شرقی‌نشینان دو پدیده است که از عوامل مختلفی نشأت گرفته است.

مردم کشورهای اروپایی یا خود مردم آمریکا، آنچه که برایشان اهمیت بیشتری دارد هیجان‌نا مثبت سطح بالا است؛ هیجان‌اتی که تظاهرات بیرونی بالایی داشته باشد

این محققان می‌گویند ما تحقیقات گوناگونی انجام داده‌ایم؛ نویسندگان این مقالات که اصولاً در آمریکا بزرگ شده‌اند نه اینکه فرهنگ غربی را ندیده باشند معتقدند: مردم کشورهای اروپایی یا خود مردم آمریکا، آنچه که برایشان اهمیت بیشتری دارد هیجان‌نا مثبت سطح بالا است؛ هیجان‌اتی که تظاهرات بیرونی بالایی داشته باشد تعبیری مانند مشعوف بودن، شور و حرارت، اوج هیجان‌نا، و اکتیو بودن بسیار برایشان مهم است در حالی که می‌بینیم مردم کشورهای شرقی و آسیایی برای این تعبیر خیلی ارزش‌گذاری بالایی نمی‌کنند.

عموم مردم شرقی برای مسائلی مانند اینکه من آدم اکتیوی باشم، پرحرارت و با صدای بلند احوال‌پرسی کنم و سلام دهم و ... موضوعیتی قائل نیستند بلکه آنچه که مؤلفه آرامش روانی برای کشورهای آسیایی به شمار می‌رود تعادل و توازن درونی است به تعبیر خودمان آن هارمونی را باید از درون احساس کند مثل احساسی که فرد صبح از خانه‌اش بیرون می‌آید احساس کند همه چیز سرجایش است زندگی او رو به راه است و معمولاً هم آن را در بروز بیرونی خیلی نشان نمی‌دهند.

اتفاقاً فرهنگ ما ایرانی‌ها هم طوری است که خیلی عادت نکرده‌ایم نعمتی که به ما می‌رسد آن را به طور روشن بروز دهیم و مثلاً بگوییم: من خیلی خوشحالم ماشین خریده‌ام یا اینکه فرزندم فلان موقعیت را کسب کرده است؛ برعکس سعی می‌کنیم دست به عصا راه برویم و این اتفاقات را خیلی در زندگی منعکس نکنیم. این فضا برای مؤلفه‌های آرامش روانی افراد که در کشورهای آسیایی هستند مهم است، مؤلفه‌ای مانند هارمونی است که موضوعیت دارد همه چیز سرجایش باشد، به هم ریختگی درونی نباشد. این می‌شود هدف روز آنها و آرامش روانی‌شان. این محققان می‌گویند ابزاری که بهزیستی روانی عاطفی را می‌سجد و در اکثر پژوهش‌ها به کار رفته است فقط هیجان‌نا عالی و سطح متوسط را منعکس می‌کند و هیجان‌نا متوسط به پایین را کمتر منعکس می‌کند طبیعی است وقتی این ابزار را به یک فرد آسیایی بدهیم و بگوییم بر این

اساس پاسخ دهد، نتایج شما را منعکس خواهد کرد یعنی برخورداری از هیجانات متوسط و پایین. بنابراین فنی‌تر، مقیاس‌های موجود یکی از اصلی‌ترین ویژگی‌های روان‌سنجی یعنی «Validity» یا «روایی» را در فرهنگ ما ندارند. یعنی این ابزار آنچه را که ادعا می‌کنند را نمی‌توانند در فرهنگ ما بسنجند.

ابتدا باید سؤال کنیم آیا نظریه‌پردازان، مدل‌های شادی در ایران طراحی کرده‌اند یا خیر و سپس سؤال کنیم آیا این مدل‌ها در سطح عمومی جامعه آمده‌اند و آیا این مدل‌ها جوابگوی نیازها هستند یا نه

به طور مصداقی می‌توانید نمونه‌ای از پرسشنامه‌های شادکامی را ذکر کنید؟

رفیعی: بله، یکی از این ابزارهایی که در ایران نیز بسیار استفاده می‌شود پرسشنامه شادکامی معروف به پرسش‌نامه شادکامی آکسفورد است. البته ترجمه‌های مختلفی از این پرسشنامه در ایران وجود دارد. بر اساس یکی از نسخه‌هایی در اختیار بنده است چند گویه آن را بیان می‌کنم، شما هم با یک نگاه ایرانی به آن نگاه کنید و به سؤالاتش پاسخ دهید. سؤال‌هایی مثل؛ «من بی‌اندازه جذاب هستم». «فکر می‌کنم دنیا، جای خیلی عالی‌ای است» به نظر شما مفهوم دنیا از منظر ایرانی دین‌دار و تحت تعالیم دین قرار گرفته، چقدر می‌تواند اهمیت داشته باشد؟

ایرانی که دین‌مدار است و دائم تحت تعلیم ادیان قرار گرفته به مفهوم دنیا (البته دنیای مذموم) خیلی بها نمی‌دهد و موضوع اصلی زندگی‌اش قرار نمی‌دهد اگر از او بپرسیم دنیا جای خیلی عالی‌ای است؟ به نظر شما مانند دیگران پاسخ خواهد داد؟ پاسخ‌ها می‌تواند متفاوت باشد یا گویه دیگر مثلاً «همیشه در حال خندیدن هستم». پاسخی که یک ایرانی به این پرسش می‌دهد چگونه خواهد بود؟ فرض کنید فردی به محل کار خود برود و همه‌اش در حال خندیدن باشد می‌گویند او حالش خوب نیست. یا این پرسش که «همه دنیا برایم زیبا و قشنگ جلوه می‌کند؟» به نظرم ما ایرانی‌ها هیچ‌گاه این عبارت را ارزش‌گذاری مثبت نمی‌کنیم.

*** به نظر شما چه اندازه، فرهنگ جوامع گوناگون در نظرسنجی‌های مؤسساتی مانند «گالوپ» مورد توجه قرار می‌گیرند؟***

رفیعی: پدیده مطالعه فرهنگ، پدیده مغفولی است در این داستان که به آن توجه نشده و اگر به آن توجه شود آن وقت تعبیری که مقام معظم رهبری فرمودند محقق می‌شود و آن اینکه ما مدلی برای شادی

خودمان داریم فارغ از اینکه مردم شادی هستیم ابتدا باید سؤال کنیم آیا نظریه پردازان، مدل های شادی در ایران طراحی کرده اند یا خیر و سپس سؤال کنیم آیا این مدل ها در سطح عمومی جامعه آمده اند و آیا این مدل ها جوابگوی نیازها هستند یا نه.